AKTUALIT&#65533;T

SPORT ENTSPANNUNG

Montag, 2. november 2026

Sur la route de Magalie Dr&#65533;an, cycliste engag&#65533;e

Pour Magalie Dr&#65533;an, le sport est un v&#65533;ritable mode de vie. En regardant ses performances, on se dit qu?il faudrait plus d?une vie pour accomplir ses exploits, motiv&#65533;s par une vision : le sport au service du bien-&#65533;tre. Une approche qui s?est construite avec son parcours. Rencontre?



Photographie : Arnaud Vareille

Pour Magalie, le v&#65533;lo n?est pas qu?une affaire de kilom&#65533;tres. C?est une passion qui rythme son quotidien, un terrain de libert&#65533; et, surtout, une aventure humaine. Depuis 14 ans, elle sillonne les environs de V&#65533;lizy-Villacoublay. Et pourtant, c?est par hasard qu?elle d&#65533;couvre cette passion au d&#65533;tour d?une bourse aux v&#65533;los organis&#65533;e par l?ECV. Un VTT lui fait de l?oeil et l?envie de s?&#65533;vader fait le reste. Elle rejoint donc le Cyclo-Club de V&#65533;lizy et, depuis n?a plus quitt&#65533; le v&#65533;lo ! Celle qui aime varier les terrains de jeu roule aussi bien avec le CCVV, tourn&#65533; vers une pratique de loisir, que de l?ECV, davantage orient&#65533; vers la comp&#65533;tition. En 2016,
elle a m&#65533;me pris part &#65533; un p&#65533;riple &#65533; v&#65533;lo jusqu?&#65533; Dietzenbach contribuant &#65533; relancer le jumelage.

Chez elle, le v&#65533;lo fait partie du quotidien. En semaine, elle enfourche son v&#65533;lo d&#65533;s 6 heures du matin, pour une sortie autour de la base militaire avant le travail. Le soir, place au VTT dans les bois environnants, pour une heure d?&#65533;vasion, deux &#65533; trois fois par semaine. Et quand arrive le week-end, les choses s&#65533;rieuses reprennent : au moins trois heures de v&#65533;lo de route le samedi, puis une belle sortie en VTT le dimanche. Autant dire que chez Magalie, le canap&#65533; est rarement utilis&#65533; ! Derri&#65533;re cette r&#65533;gularit&#65533;, il y a une conviction simple : bouger, c?est bon pour le corps, la t&#65533;te et le moral.

Dans un quotidien professionnel s&#65533;dentaire, profiter de la nature et entretenir sa forme sont essentiels pour elle : &#65533; Mon objectif c?est de continuer &#65533; pratiquer une activit&#65533; physique le plus longtemps possible &#65533;.

Une sororit&#65533; pr&#65533;n&#65533;e



Mais Magalie veut aussi donner envie aux autres, et particuli&#65533;rement aux femmes, de se lancer. C?est dans cet esprit qu?elle s?est engag&#65533;e comme ambassadrice &#65533;le-de-France de la F&#65533;d&#65533;ration Fran&#65533;aise de Cyclisme, avec une mission qui lui tient &#65533; coeur : agir, partager et f&#65533;d&#65533;rer autour du v&#65533;lo f&#65533;minin.
C?est lors d?une rencontre &#65533; la boucle de Longchamp, qu?elle a le d&#65533;clic. &#65533; Il y avait d&#65533;j&#65533; des ambassadrices pour le sport f&#65533;minin, mais que des jeunes. C?est important pour moi de montrer aux femmes qu?on peut faire ou reprendre le sport &#65533; tout &#65533;ge. &#65533;

Depuis, elle organise avec Vivre V&#65533;lo au f&#65533;minin une dizaine de sorties gratuites par an, pour permettre aux femmes de d&#65533;couvrir de nouveaux parcours dans une ambiance conviviale et sans pression. &#65533; Nous faisons des sorties de 20 &#65533; 60km pour que chacune puisse progresser &#65533; son rythme. L?id&#65533;e c?est de ne plus rouler seule, de faire des rencontres et de rejoindre, le temps d?une sortie, une communaut&#65533; bienveillante.&#65533; Magalie y accompagne les participantes dans l?apprentissage de quelques bases : choisir des itin&#65533;raires adapt&#65533;s, rouler en groupe et partager la route en toute s&#65533;curit&#65533;.

Mais le v&#65533;lo n'a pas &#65533;t&#65533; son premier amour

Comme la plupart des enfants, Magalie s?essaie &#65533; la danse et au football, avant de d&#65533;couvrir l?athl&#65533;tisme. Un de ses professeurs du coll&#65533;ge lui sugg&#65533;re de pratiquer avec l?Union Nationale du Sport Scolaire, o&#65533; elle se sp&#65533;cialise en sprint, en 80m haies, ainsi qu?&#65533; l?heptathlon. Elle commence &#65533; accumuler les titres, de championne de France UNSS au triple bond, en passant par vice-championne de France au 100m haie cadette. Mais ce dont elle se souvient plus que les m&#65533;dailles, c?est l?&#65533;mulation saine de ces comp&#65533;titions : &#65533; Je retrouvais toujours 2 autres filles sur le podium, c?&#65533;taient des concurrentes s&#65533;rieuses et nous nous poussions mutuellement &#65533; nous d&#65533;passer, ce qui nous a permis de battre des records. &#65533; Elle continuera la comp&#65533;tition plusieurs ann&#65533;es, jusqu?&#65533; son premier enfant.
Pour ne pas compl&#65533;tement arr&#65533;ter le sport, elle glisse alors vers la course &#65533; pied et court des 10km, avant de se lancer dans des marathons et des trails.

Le temps du changement, mais pas vraiment?

Durant la p&#65533;riode du covid, elle continue le v&#65533;lo et la course. Mais comme pour beaucoup, cette p&#65533;riode permet &#65533; Magalie de se red&#65533;couvrir. &#65533; J?ai r&#65533;alis&#65533; que les haies me manquaient, c?&#65533;tait assez inattendu. J?ai donc contact&#65533; mon ancien club pour un pr&#65533;t de haies et j?ai commenc&#65533; &#65533; les franchir dans mon jardin &#65533;. C?est donc &#65533; 50 ans que Magalie Dr&#65533;an se lance le d&#65533;fi de retrouver son niveau d?antan.

Elle travaille la technique et se r&#65533;inscrit en club. D&#65533;s la premi&#65533;re ann&#65533;e, cette perfectionniste s?inscrit au championnat de France et monte sur la premi&#65533;re marche de sa cat&#65533;gorie ! &#65533; C?est probablement parce que j?&#65533;tais la moins stress&#65533;e &#65533;, explique-t-elle en riant. &#65533; Pour moi c?&#65533;taient deux victoires en une : la m&#65533;daille bien s&#65533;r, mais surtout retrouver ces sensations incroyables que j?avais pu avoir pendant 15 ann&#65533;es au niveau national.&#65533; Et pour garder le rythme, seulement une semaine apr&#65533;s, elle r&#65533;alise trois &#65533;preuves &#65533; v&#65533;lo au Mont Ventoux. Athl&#65533;te compl&#65533;te, Magalie Dr&#65533;an fait aujourd?hui le souhait d?&#65533;couter son corps, et se concentre sur le VTT ainsi que la moto tout terrain, en pr&#65533;parant notamment un voyage dans le Haut-Mustang. Il semblerait qu?apr&#65533;s des ann&#65533;es de pratique, cette athl&#65533;te soit toujours &#65533; la recherche de nouveaux d&#65533;fis !

