

"Un concept rare en Belgique"

« Avec un palmarès extrêmement bien fourni, Catherine Lallemand, est une figure emblématique du cross belge et bruxellois. Elle se concentre, actuellement, sur le coaching et sur l'ouverture prochaine de son magasin consacré à la course à pied. »

Alors qu'elle a remporté sept titres nationaux (en cross, piste et route), un titre européen en course de montagne, trois autres victoires lors des 20km de Bruxelles et bien d'autres encore après vingt magnifiques années de carrière au plus haut niveau, Catherine Lallemand s'est lancée dans le coaching. *"J'ai décidé de me lancer dans le coaching il y a plus ou moins deux ans", lance-t-elle. "Je ne fais pas cela pour un club en particulier, mais en tant qu'indépendante, et en une année,*

cela s'est vite développé. Le coaching est, bien évidemment, consacré à la course à pied. Il est ouvert à tous et est individualisé", poursuit-elle. Toutes les personnes qui demandent le coaching n'ont pas tous les mêmes objectifs. *"Les femmes que j'entraîne font principalement cela pour perdre du poids ou refaire du sport après une grossesse et leur objectif est donc de maintenir leur bonne santé. L'objectif des hommes est davantage sportif. Ils veulent, par exemple, se préparer pour un marathon où d'autres courses du genre."*

Le premier mars prochain, Catherine Lallemand ouvrira son magasin entièrement destiné à la course à pied. *"C'est une décision que j'ai prise en association avec un client qui est devenu un ami. Le magasin sera centré sur la vente de*

matériel pour la course à pied, mais aussi sur le coaching individuel que je propose. On veut prendre le client en charge de A à Z en lui donnant les meilleurs conseils possibles et en le suivant individuellement dans l'objectif qu'il s'est fixé. C'est un tout nouveau concept de magasin en Belgique car je ne pense pas qu'il en existe de pareils chez nous. À cause de la préparation du magasin, dont je m'occupe à temps plein, j'ai dû un peu ralentir le coaching. C'est pourquoi, j'ai décidé de le proposer à travers le magasin."

À trente-deux ans, six années après avoir mis un terme à sa magnifique carrière. On ne peut qu'espérer que Catherine Lallemand connaisse le même succès dans sa nouvelle carrière que celui qu'elle avait connu lorsqu'elle évoluait au plus haut niveau. **THOMAS LELoup**

"Bientôt avec Belgacom et Microsoft"

Des personnes souhaitant simplement faire du sport ou des entraînements, beaucoup sont intéressées par le service offert par Catherine Lallemand.

"Je travaille, actuellement, avec une bonne quinzaine de personnes, mais j'ai dû ralentir à cause

du magasin." Certaines grosses entreprises sont demanduses également de développer leur esprit d'entreprise.

"Je travaille aussi avec des entreprises. Parmi les plus importantes, on retrouve la Banque Dégroof ou encore la Chambre du

Commerce. Prochainement, je devrais travailler avec Belgacom et Microsoft. Mais collaborer avec des sociétés est très difficile à développer car il y a beaucoup de personnes intéressées sur le marché."



Catherine Lallemand s'est lancée dans le coaching, qu'elle va coupler à la vente.

■ J.-F. V.

"Son magasin Mettre les gros moyens"

Le magasin de Catherine Lallemand ouvrira ses portes le premier mars prochain et se nommera "Trakts".

"Le commerce se trouvera Chaussée de Waterloo à Uccle, au niveau du Vivier d'Oie. Décider d'ouvrir ce magasin a été un gros investissement au niveau financier et au niveau du temps car on s'y consacre à plein temps. On a choisi Uccle car c'est une commune dans la-

quelle l'économie est très bonne. On a également pris la décision de travailler avec une boîte de communication, de mettre en place un forum. On a vraiment décidé, avec mon associé et ami, de mettre les gros moyens pour faire connaître le magasin et les formules que nous offrons", raconte Catherine Lallemand. **«**

T.L.

Son profil

Catherine Lallemand
ANCIENNE ATHLÈTE

7 titres nationaux, 1 titre européen et bien d'autres...

> Cross : 5 fois championne provinciale, 5 fois championne francophone, 3 fois championne de Belgique.

> Piste : Championne francophone sur 3000m juniors, 2 fois championne de Belgique sur 5000m juniors.

> Route : 3 victoires aux 20km de Bruxelles, 3 victoires au semi-marathon de Bruxelles, championne de Belgique du semi-marathon.

> Course en montagne : Championne d'Europe seniors (2003)