



FINISHER

MAGAZINE



TABLE DES MATIÈRES

*Retrouvez le résumé du Semi de Lushi
2026 sur notre chaîne YouTube.*



04

DES FONDATEURS

La 4e édition : Une course mémorable

10

VOIR LUBUMBASHI DIFFÉREMMENT

Une expérience partagée qui rassemble la ville

06

RAWBANK

Promouvoir la santé, la persévérance et la communauté

12

DU FOOTBALL À LA LIGNE D'ARRIVÉE
Dieu Le Veut
Kayombo's Road to Victory

08

BRASIMBA

L'hydratation des coureurs depuis la première édition

14

HISTOIRES DE COUREURS : GAUTHIER KAKUND

Courir intelligemment, rêver plus grand

16

**RÉCITS DE
COUREURS : JOE
KABALA**

Trouver ma
communauté de
coureurs à L'ushi

20

**RÉCITS DE
COUREURS : BEN
KAPENDWE**

Chaque édition,
chaque étape

25

**RÉCITS DE COUREURS
: NATHAN LUNDA**

Courir est une façon
de mettre en
pratique ce que je
prêche.

32

**DANS LES COULISSES
DE LA CAMÉRA**

Capter l'esprit du
Semi de Lushi

40

LABORATOIRE TUFULI

Une matinée de
créativité et de
divertissement

18

**HISTOIRES DE
COUREURS : DR
URIEL BONGWA**

Bien plus que de la
course à pied

21

**RÉCITS DE
COUREURS :
OTHMAR IYE**
Courir ensemble,
grandir ensemble

27

**RÉCITS DE
COUREURS : ÉCOLE
MALAIKA**
Filles qui courent, filles
qui se relèvent

34

**CONFÉRENCE DE
PRESSE AU PULLMAN**

Lancement de la 4e
édition

42

**LES MEILLEURES
PHOTOS**

Capter l'essence de
l'édition 2026

19

**HISTOIRES DE
COUREURS : ORNIELLA
MWANA SAKINA**

Deux sœurs, une
seule ligne d'arrivée

23

**PARTENAIRE EN
MOUVEMENT**

Une course locale.
Un moment où la boucle
est bouclée.

29

**ISMAILI CIVIC
LUBUMBASHI**

Courir ensemble
pour une
communauté plus
forte

37

**COURSE POUR
ENFANTS ET
FAMILLES**

Petits coureurs,
grands sourires,
souvenirs
impérissables



Semi de Lushi 2026 : La course est peut-être terminée, mais la fête continue.

DES FONDATEURS



LA 4E ÉDITION : UNE COURSE MÉMORABLE

La 4e édition du Semi de Lushi a été une véritable célébration de la course à pied, de la communauté et de l'esprit de Lubumbashi. Avec plus de 500 participants représentant 10 nationalités, ce week-end de course a réuni coureurs, familles, supporters, partenaires et amis pour une expérience inoubliable.

Le week-end de compétition a officiellement débuté par notre conférence de presse au Pullman Grand Karavia, suivie de la course annuelle pour enfants et familles, où nos plus jeunes coureurs ont brillé. Dimanche, la Semi de Lushi a réuni tout le monde pour trois distances : 5 km, 10 km et 21 km, suivie de la remise des prix et d'une fête d'après-course animée par de la musique, de la danse et une ambiance inoubliable.

Le week-end a été rendu encore plus spécial par la présence des équipes d'entreprises performantes qui nous ont rejoints, notamment Auto Lubumbashi, Brasimba, Helios Tower, Pullman Gran Karavia et Ismaili DRC, ainsi que l'équipe féminine de l'école Malaika, qui ont apporté leur énergie, leur enthousiasme et leur esprit d'équipe à la course.

Dans ce numéro, nous rendons hommage à celles et ceux qui font du Semi de Lushi un événement unique. Découvrez les témoignages de nos coureurs et les records personnels, les victoires, les défis relevés et les révélations qui ont marqué cette édition pour tant de participants. Revivez les moments forts grâce à notre sélection des meilleures photos et revivez les instants qui ont fait la renommée de cette 4e édition.

Et, bien sûr, nous célébrons la médaille en édition spéciale de cette année, ornée du léopard — un puissant symbole de force, de détermination et de l'esprit de la course.

Félicitations à tous les participants qui se sont présentés, ont repoussé leurs limites, ont franchi la ligne d'arrivée et ont fait de la 4e édition du Semi de Lushi un événement mémorable.

Merci d'avoir fait partie de cette aventure. Nous espérons que vous prendrez autant de plaisir à vous remémorer ces souvenirs que nous en avons eu à les créer avec vous.

NANCY BACHMANN ET ROLLY KAYUMBA

ÉVÉNEMENTS DU CONGO RIVER MARATHON ET
CONGO RIVER MARATHON FOUNDATION

RAWBANK - SPONSOR DIAMANT

PROMOUVOIR LA SANTÉ, LA PERSÉVÉRANCE ET LA COMMUNAUTÉ

TEXTE RÉDIGÉ PAR VEDASTA MASANGU,
RESPONSABLE MARKETING CHEZ RAWBANK

« Rawbank est fière de s'associer pour la quatrième fois au Semi de Lushi, un événement qui reflète des valeurs auxquelles nous croyons profondément : la santé, la persévérance et la communauté. »

Nous sommes heureux de soutenir un événement qui rassemble toute la communauté, unissant des personnes de tous âges et de tous horizons autour d'une passion commune.

Félicitations à l'équipe organisatrice et à tous les participants.

Nous nous réjouissons de soutenir la croissance et l'impact continu de cet événement remarquable. »





BRASIMBA - SPONSOR OR

L'HYDRATATION DES COUREURS DEPUIS LA PREMIÈRE ÉDITION

Depuis la toute première Semi de Lushi, Brasimba est l'un des partenaires les plus fidèles de l'événement, contribuant à créer une expérience de course inoubliable pour les coureurs comme pour les spectateurs.

Le chemin vers le week-end de course a commencé par la course d'entraînement Brasimba Shake Out Run le dimanche précédant l'événement, avec un départ et une arrivée au siège social de l'entreprise, réunissant la communauté des coureurs pour une dernière séance d'entraînement avant le jour de la compétition.

L'hydratation est restée au cœur du soutien apporté par Brasimba tout au long du Semi de Lushi, Crystal Water permettant aux coureurs de rester hydratés pendant le parcours et à l'arrivée. XXL a dynamisé l'expérience de la course, et les meilleurs coureurs ont reçu des prix de la marque lors de la remise des prix.

L'engagement de Brasimba était tout aussi visible sur la ligne de départ, où 159 employés ont participé, sous la direction du directeur général Mehdi Ben Mesaoud et du directeur marketing Gilles Vanderweerde.

Tout au long du parcours, Gilles a même géré son propre point d'hydratation mobile, distribuant personnellement des boissons rafraîchissantes Simba aux coureurs – un geste mémorable qui a parfaitement illustré le soutien concret et l'enthousiasme de Brasimba pour la communauté locale de coureurs.



« Merci à tous. Ce fut un plaisir de participer à cet événement. J'ai moi-même eu l'occasion de courir un peu plus de 10 km. C'était exceptionnel et très bien organisé. Bravo aux organisateurs, bravo aux gagnants, bravo aux participants, et je vous retrouve l'année prochaine pour un événement encore plus impressionnant et exceptionnel. Merci. »

Mehdi Ben Mesaoud, Directeur Général, Brasimba





Gilles a adopté une approche plus ludique de son rôle sur le parcours, plaisantant sur le fait que pendant que les athlètes se préparaient pour leurs courses de 10 km et 21 km, il était devenu « plus utile au public » pour les athlètes du dimanche.

« Bonjour, nous voici au Semi de Lubumbashi. Ce matin, les participants pouvaient choisir entre 5 km, 10 km et 21 km. Pendant que les athlètes se préparent pour les courses de 10 et 21 km, je suis là pour le public. J'apporterai du réconfort à tous les athlètes du dimanche pendant l'effort. J'ai 20 litres de Simba fraîche et je vous assure que personne ne mourra de soif aujourd'hui. Bravo à tous les athlètes et à tous les spectateurs ! Bonne course et merci ! »

Gilles Vanderweerde, Directeur Marketing & Commercial, Brasimba



**UNE EXPÉRIENCE PARTAGÉE QUI RASSEMBLE
LA VILLE**

VOIR LUBUMBASHI AUTREMENT



MOHAMED KHANAFAER, RESPONSABLE B2B
CHEZ AUTO LUBUMBASHI, SPONSOR BRONZE

En tant que sponsor Bronze et participant au Semi de Lushi, Mohamed Khanafer, responsable B2B chez Auto Lubumbashi, a vécu l'événement à la fois comme partenaire et comme membre d'une équipe de 59 personnes participant ensemble à la course.

Il nous explique ici ce qui a rendu la quatrième édition du Semi de Lushi si spéciale.

« J'ai vraiment adoré l'expérience Semi de Lushi dans son ensemble. C'était une façon tellement agréable de découvrir notre ville différemment et de voir Lubumbashi sous un autre angle. »

L'organisation était impeccable, l'énergie était palpable et l'atmosphère très positive du début à la fin.

Ce que j'ai le plus apprécié, c'est de voir autant de personnes différentes réunies — d'âges, d'origines et de professions différents — partager la même expérience. Ce mélange a rendu l'événement vraiment exceptionnel.

Maintenant que nous en sommes à la quatrième édition, je crois vraiment que le Semi de Lushi devrait devenir l'un de ces événements annuels incontournables que toute la ville attend avec impatience.



DU FOOTBALL À LA LIGNE D'ARRIVÉE : LE CHEMIN DE DIEU LE VEUT KAYOMBO VERS LA VICTOIRE

Pour son premier Semi de Lushi, Serge Kishiko est retourné dans sa ville natale, a couru 21 km dans les rues de sa ville et a vécu la course des deux côtés : en tant que coureur et en tant que partenaire contribuant à façonner l'avenir de la course à pied en RDC.





Pouvez-vous nous parler un peu de votre passion pour la course à pied et de ce qui vous a motivé à participer au Semi de Lushi cette année ?

Pour ce qui est de mon parcours sportif, j'ai commencé par le football. Mais quand j'ai réalisé que ce sport ne me procurait pas les satisfactions que j'espérais, j'ai décidé de faire une pause. Après deux semaines de repos, j'ai repris les footings matinaux. C'était en 2019. Au bout de trois mois environ, j'ai découvert un club d'athlétisme ici à Lubumbashi. Les athlètes revenaient tout juste des championnats nationaux de Kinshasa et je les ai contactés car je souhaitais intégrer le club. J'ai discuté avec l'entraîneur, qui m'a accepté. Il est toujours mon entraîneur aujourd'hui.

Au bout de quelques minutes, mon entraîneur m'a dit : « Tu sais que tu es un grand champion. » Je suis resté silencieux, sans voix. J'ai alors commencé à m'entraîner avec le club et à suivre scrupuleusement tous les programmes que mon entraîneur nous avait donnés. C'est ainsi que mon parcours sportif a débuté.

Ce qui me motive en course à pied, c'est avant tout le défi que je me lance à l'entraînement. Je discute de mon entraînement et de mes performances avec moi-même avant même que quiconque me dise que je peux réussir pendant la saison. Les programmes d'entraînement que me donne mon entraîneur sont également une source de motivation.

“
« JE CONSIDÈRE L'ENTRAÎNEMENT
COMME MON TRAVAIL QUOTIDIEN.

»

Ma motivation pour participer au Semi de Lushi venait du courage, de la confiance en moi, de la détermination et de la confiance dans l'entraînement que j'avais déjà suivi.

Que représente pour vous cette victoire au Semi de Lushi 21K ?

Cette victoire compte énormément pour moi. Je la dédie d'abord à ma famille. Ensuite, je la dédie à mon entraîneur. Après avoir couru les 21 km, je suis convaincu qu'il mérite amplement cette victoire.

Comment avez-vous vécu la course, et y a-t-il eu un moment particulier qui vous a marqué pendant les 21 km ?

Lorsque je me tenais sur la ligne de départ, je ne pensais qu'à une seule chose : le départ et l'arrivée. Mon objectif était simplement de terminer la course en beauté.

Quels sont vos prochains objectifs, et pour quelles courses ou défis vous entraînez-vous actuellement ?

Mes objectifs et défis pour cette saison comprenaient le Semi de Lushi, le Marathon CRDB et le Congo River Marathon à Kinshasa. Mon objectif est de réaliser une bonne performance et de terminer premier ou deuxième du semi-marathon.

Pour le moment, je continue à m'entraîner et je verrai quels en seront les résultats.



HISTOIRES DE COUREURS : GAUTHIER KAKUND

COURIR INTELLIGEMMENT, RÊVER PLUS GRAND

1. Vous aviez déjà participé au Semi de Lushi et vous visiez la première place cette année. Comment avez-vous vécu la course et votre deuxième place ?

Je suis arrivé à cette course avec l'ambition de gagner, mais la préparation n'a pas été facile. Je souffrais d'une blessure au genou et au mollet droits et j'étais encore en convalescence après une période de repos. Après environ 6 kilomètres, j'ai compris que je devais gérer la course intelligemment pour éviter l'abandon. J'ai donc décidé de ménager mon corps tout en forçant l'allure pour terminer la course.

Malgré les circonstances, je suis très content du résultat. J'ai terminé deuxième, j'ai pris beaucoup de plaisir à la course et j'ai également eu l'occasion d'encourager d'autres athlètes à réaliser de belles performances. Pour moi, cette course a constitué une étape importante dans ma préparation pour mes prochaines compétitions.

2. Y a-t-il eu un moment particulier pendant la course qui a changé le résultat ou fait la différence entre la première et la deuxième place ?

Oui, le moment décisif est survenu après les premiers kilomètres, lorsque j'ai dû ralentir à cause de ma blessure. Je savais qu'en forçant trop, je risquais de ne pas terminer la course. J'ai donc pris la décision stratégique de gérer mon effort. Dans les derniers mètres, j'ai tout donné pour finir en beauté, mais il était déjà trop tard.

Cette expérience m'a appris qu'en athlétisme, il faut de la patience, il faut écouter son corps et il faut toujours penser aux progrès à long terme.





3. Comment vous motivez-vous à continuer de progresser et à repousser vos limites en tant qu'athlète ?

Ma motivation puise dans mes rêves et ma passion pour le sport. Je crois que chaque épreuve est une leçon qui nous rend plus forts. Les blessures, les moments difficiles et les défaites ne doivent pas arrêter un athlète ; au contraire, ils doivent renforcer sa détermination.

Ma philosophie est simple : « Aucun être humain n'est limité. Ce sont le travail acharné, la discipline et la persévérance qui transforment les rêves en réalité. »

4. Quels sont vos prochains objectifs, et vers quoi travaillez-vous actuellement dans votre carrière de coureur ?

Mon objectif est de continuer à progresser et d'atteindre le plus haut niveau possible. Je souhaite participer à des compétitions internationales majeures telles que les Championnats d'Afrique, les Championnats du monde et les Jeux olympiques de 2028.

J'ai déjà réalisé plusieurs performances importantes : 31 min 53 s au 10 km sur route, 32 min 04 s au 10 km, 15 min 14 s au 5 000 m et 4 min 03 s au 1 500 m. J'ai également remporté les 72 Heures du Maillot à Brazzaville (95 km) en 9 h 10. Enfin, j'ai gagné plusieurs éditions du Congo River Marathon (10 km).

Je souhaite franchir une nouvelle étape dans ma carrière. Je veux participer à davantage de compétitions internationales, m'entraîner dans des pays réputés pour leur tradition athlétique comme le Kenya, l'Éthiopie et Djibouti, et continuer à améliorer mes performances.

5. Vous avez également été bénévole à la course pour enfants et familles, aidant à guider les enfants pendant leur échauffement et à les préparer pour la course. Que représentait cette expérience pour vous, et quelle importance accordez-vous à l'inspiration de la prochaine génération de coureurs ?

Ce fut une expérience très spéciale pour moi. J'ai vraiment adoré aider les enfants, les guider pendant leur échauffement et voir leur enthousiasme alors qu'ils se préparaient pour leur course.

Depuis longtemps, je rêve de contribuer au développement de l'athlétisme en RDC. Aujourd'hui, je souhaite d'abord construire ma carrière et atteindre mes objectifs sportifs, mais à l'avenir, j'aimerais créer une académie d'athlétisme pour former de jeunes talents. Mon rêve est d'aider une nouvelle génération d'athlètes à progresser, à croire en eux et, je l'espère, à remporter un jour une médaille olympique pour notre pays.



RÉCITS DE COUREURS : JOE KABALA

TROUVER MA COMMUNAUTÉ DE COUREURS À LUSHI

Après mon déménagement à Likasi, j'ai continué à courir seule. Je me renseignais régulièrement sur les événements de course à pied organisés, mais personne ne semblait en connaître. On m'a seulement conseillé de rejoindre un groupe de marche, auquel j'ai participé à quelques reprises avant de reprendre mes courses en solitaire.

Un matin, vers 5 heures, j'ai croisé un autre coureur. Je l'ai interpellé et lui ai demandé son numéro de téléphone pour organiser nos entraînements. Parfois, nous avions prévu de nous retrouver, et d'autres fois, nos chemins se croisaient par hasard.

Un week-end, lors d'une longue course, je l'ai revu, cette fois-ci avec un groupe d'amis. C'est là qu'il m'a parlé du Congo River Marathon. J'étais ravi de découvrir enfin qu'une course à pied était organisée. Bien qu'il m'ait expliqué qu'elle avait été reportée, il m'a promis de me prévenir dès que la nouvelle date serait annoncée. J'ai même demandé à ce qu'il m'envoie l'affiche originale de la course, tant j'avais du mal à y croire.

Dès l'ouverture des inscriptions, je me suis inscrite immédiatement. Quelques jours plus tard, je me suis rendu compte que j'avais indiqué une adresse e-mail erronée lors de mon inscription. J'ai commencé à paniquer car je ne pouvais pas me rendre de Likasi à Lubumbashi sans confirmation.

Heureusement, l'équipe organisatrice a réagi rapidement, corrigé mon inscription et confirmé ma place. Samedi, je suis parti pour Lubumbashi pour le week-end de la course.

Après deux ans à courir seul, Joe Kabala a découvert qu'une seule course pouvait rassembler non seulement des coureurs, mais aussi une communauté qu'il recherchait depuis longtemps.





Arriver à l'hôtel Pullman pour récupérer mon dossard était déjà une expérience en soi. Voir autant de coureurs récupérer le leur a donné une dimension concrète à l'événement.

Le matin de la course était encore plus excitant. Je me suis levé tôt pour ne rien manquer. Voir les coureurs s'échauffer, épingler leurs dossards, rencontrer leurs familles et constater la participation des entreprises a créé une ambiance incroyable. J'ai couru les 10 km, bouclant deux tours du parcours. Chaque kilomètre était un pur plaisir, du départ à l'arrivée. Le soleil du matin tapait de plus en plus fort, la sueur coulait à flots et les points d'eau étaient un soulagement bienvenu. Quand l'envie de ralentir me prenait, une chose me motivait toujours : la magnifique médaille de finisher qui m'attendait au bout du peloton.

Cette course m'a apporté bien plus qu'une médaille.

Cela m'a aidé à renouer avec mon monde.

L'un des plus grands plaisirs de la course à pied est la joie qui se dégage des rencontres entre coureurs. J'ai quitté Lubumbashi après avoir fait de nouvelles rencontres, tissé des liens et déjà hâte de participer à la prochaine course.

J'espère participer à de nombreuses autres éditions du Congo River Marathon à l'avenir. J'aimerais également qu'un jour, des courses de distances encore plus variées soient proposées, notamment un marathon, afin d'attirer des coureurs de toute la région.

Je ne manquerai pas d'en parler à mon club de course à pied, le Lusaka Fitness Squad (LFS), chez moi.

“

« CETTE COURSE M'A VRAIMENT PERMIS DE RENOUER AVEC MON MONDE. »



HISTOIRES DE COUREURS : DR URIEL BONGWA

BIEN PLUS QUE
DE LA COURSE À
PIED

Un premier Semi de Lushi, et le début
d'un voyage



Participer au Semi de Lushi 2026 était bien plus qu'une simple course ; c'était une expérience qui m'a rappelé l'importance de tels événements. C'était aussi mon tout premier Semi de Lushi, ce qui a rendu l'expérience encore plus spéciale.

Ce qui m'a le plus marqué, c'est l'ambiance. Des personnes d'horizons divers, des familles et des groupes d'amis différents se sont réunis avec un seul objectif : se dépasser et s'entraider. Ce sentiment d'unité a rendu chaque kilomètre parcouru inoubliable.

Franchir la ligne d'arrivée fut un moment de fierté, mais la plus grande récompense fut le voyage lui-même.

“

« J'AI ÉGALEMENT REÇU MA
TOUTE PREMIÈRE MÉDAILLE DE
COURSE — LA PREMIÈRE D'UNE
LONGUE SÉRIE. »

Merci aux organisateurs, aux bénévoles, aux sponsors et aux autres coureurs d'avoir fait du Semi de Lushi une expérience inoubliable. J'espère être de retour pour la prochaine édition et poursuivre cette incroyable aventure.

HISTOIRES DE COUREURS : ORNIELLA MWANA SAKINA

DEUX SŒURS, UNE SEULE LIGNE D'ARRIVÉE

Pour Ornella Mwana Sakina et Amina Mwana Yohari, la course à pied est bien plus qu'un défi sportif. C'est un voyage qu'elles partagent.

Pour Ornella, cette course représentait l'occasion de repousser ses limites, de sortir de sa zone de confort et de prouver que, malgré les difficultés, tout est possible avec de la détermination.

Franchir la ligne d'arrivée aux côtés de sa sœur a rendu ce moment encore plus spécial. Elles se sont soutenues mutuellement tout au long de la course, dans les moments les plus faciles comme dans les plus difficiles. Partager cette ligne d'arrivée restera gravé dans leur mémoire pour toujours.

Ils n'ont pas seulement remporté une médaille. Ils ont partagé une expérience, des émotions inoubliables et un immense sentiment de fierté.

Et leur aventure se poursuit. Ensemble, Ornella et Amina participeront au Semi de Brazzaville le 16 août et au Congo River Marathon le 13 septembre.



DE
NE

RÉCITS DE COUREURS : BEN KAPENDWE

CHAQUE ÉDITION, CHAQUE ÉTAPE



C'est un honneur et un privilège d'avoir participé à chaque édition du Semi de Lushi depuis sa création.

“

« AU FIL DES ANS,
PARTICIPER À CET
ÉVÉNEMENT
EXTRAORDINAIRE EST
DEVENU UNE TRADITION
POUR MOI. »

Cette année a été une autre expérience formidable. J'ai atteint l'objectif de temps que je m'étais fixé, ce qui me motive à continuer de progresser.

J'espère continuer à apprécier ce parcours, à rester en forme, à repousser mes limites et, je l'espère, à atteindre un jour le podium, que ce soit sur 5 km, 10 km ou 21 km.



RÉCITS DE COUREURS : OTHMAR IYE

COURIR ENSEMBLE, GRANDIR ENSEMBLE

Pour Otmar Iye, la course Kids & Family Run est avant tout l'occasion de voir sa fille découvrir les joies du sport. Quant au Semi de Lushi, il lui a appris que la course à pied est bien plus qu'une simple compétition : c'est un cheminement vers l'épanouissement personnel, une prise de conscience et le sentiment d'appartenir à quelque chose de plus grand que soi.

« Mon expérience avec ces deux événements est assez particulière pour moi car ils représentent deux choses très différentes. »

Pour la Course Enfants et Famille, c'est avant tout une merveilleuse façon d'initier ma fille à la course à pied. L'édition 2026 était déjà sa deuxième participation. Lors de sa première course, elle était encore très timide et n'a pas vraiment couru la distance entière. Mais cette année, j'ai constaté un réel changement. Elle savait qu'il y aurait une médaille de participation, elle était ravie de courir et elle a pleinement profité de l'expérience.

Aujourd'hui, même quand je vais courir le week-end ou que je pars à l'entraînement, elle sait que je vais courir. Je pense que ce genre d'événements est un excellent moyen d'initier les enfants au sport et de leur faire comprendre que les efforts peuvent être récompensés. Plus important encore, je vois déjà un changement chez ma fille. Elle commence à comprendre ce que signifie faire des efforts, relever un défi et être fière de ses réussites. En tant que père, cela me rend incroyablement fier d'elle.





Mon expérience du Semi de Lushi a beaucoup évolué au fil des ans. Lors de ma première participation, je rêvais de gagner. Je voulais figurer parmi les meilleurs coureurs, idéalement dans le top 3, ou au moins dans le top 5. Mais j'ai vite compris qu'il y avait des coureurs bien plus forts et expérimentés que moi.

Avec le temps, j'ai aussi compris une chose importante : lorsqu'on participe à une course uniquement pour gagner, et qu'on n'atteint pas cet objectif, on peut facilement être déçu et perdre une partie du plaisir de l'expérience. Personnellement, cela ne m'a pas découragé. Au contraire, les éditions suivantes m'ont permis d'appréhender la course différemment.

Cette année, par exemple, j'ai abordé la course avec un état d'esprit différent. Je ne courais pas seulement pour battre mon record personnel ou terminer devant les autres coureurs. Je voulais simplement vivre la course, savourer l'instant présent et ressentir l'énergie unique qui accompagne la Semi de Lushi.

Et c'est ce que j'aime vraiment dans cet événement. Au fil des ans, j'ai aussi constaté les progrès considérables de l'organisation, et je les apprécie sincèrement. Pour moi, la Semi de Lushi est devenue bien plus qu'une simple course. Elle possède une énergie, une ambiance et une atmosphère uniques, difficiles à décrire.

“

« À CHAQUE FOIS QUE JE PARTICIPE, J'AI L'IMPRESSION DE SURMONTER QUELQUE CHOSE EN MOI, NON SEULEMENT PHYSIQUEMENT, MAIS AUSSI MENTALEMENT. »

Parfois, j'aimerais que cet événement ait lieu deux fois par an, car une fois par an, c'est presque trop peu ! Mais c'est peut-être aussi ce qui rend le Semi de Lushi si spécial : on l'attend avec impatience, on s'y prépare, et quand le jour J arrive enfin, on veut simplement savourer chaque instant.

J'espère que les éditions futures continueront de se développer tout en préservant cette énergie si particulière. Surtout, j'espère que les participants des prochaines années ressentiront la même chose que moi : ce sentiment unique d'appartenir à quelque chose de plus grand qu'une simple course.



PARTENAIRE EN MOUVEMENT

UNE COURSE LOCALE. UN MOMENT OÙ LA BOUCLE EST BOUCLÉE.

Pour son premier Semi de Lushi, Serge Kishiko est retourné dans sa ville natale, a couru 21 km dans les rues de sa ville et a vécu la course des deux côtés : en tant que coureur et en tant que partenaire contribuant à façonner l'avenir de la course à pied en RDC.



TEXTE DE SERGE KISHIKO, COUREUR ET PARTENAIRE TECHNOLOGIQUE CHEZ ITOT AFRICA

Je suis né à Lubumbashi, mais je n'avais jamais participé au Semi de Lushi. Cette année, pour sa 4e édition, je l'ai enfin fait. La course a débuté en 2023, et à cette époque, j'avais déjà déménagé à Kinshasa. Alors, lorsque le travail m'a amené à Lubumbashi un mois avant la course en juin, j'ai pris une décision qui me paraissait anodine sur le moment, mais qui s'est avérée cruciale : j'ai prolongé mon séjour. Je voulais être au départ du Semi de Lushi et découvrir ma ville natale à pied, au rythme de la course, comme seuls les coureurs peuvent le faire dans une ville en mouvement.

Quiconque connaît les deux villes sait qu'il fait plus froid à Lubumbashi qu'à Kinshasa. Courir par 9 ou 12 °C était une sensation que je recherchais depuis longtemps. L'air vif et vivifiant, la façon dont le froid rend chaque respiration précieuse, le calme d'un matin à Lubumbashi avant que les rues ne s'animent... C'était exaltant, comme seule une première fois peut l'être, et ce souvenir m'est resté longtemps après avoir franchi la ligne d'arrivée.

Il y a des années, quand j'habitais à Lubumbashi, je courais en amateur. De petites boucles, une fois par quart d'heure, rien de sérieux, juste de quoi trouver le rythme. Me retrouver sur la ligne de départ m'a rappelé cette jeunesse et a bouclé la boucle. Cette fois, j'ai parcouru 21 kilomètres dans ma ville natale pour la première fois de ma vie, grâce au Congo River Marathon. Cette médaille trône désormais dans ma collection CRM, et cette course restera gravée dans mes mémoires pour les années à venir.

Cette édition revêtait une signification particulière pour moi. C'était aussi mon premier Semi de Lushi en tant que partenaire de CRM, via notre société, Itot Africa. J'ai rencontré Rolly la semaine précédente, à son arrivée à Lubumbashi pour participer à l'organisation. De son accueil dans nos bureaux à la conférence de presse, en passant par nos soirées passées à regarder ensemble les matchs de la Coupe du Monde, chaque instant a confirmé que nous étions sur la bonne voie pour construire un partenariat fructueux, avec les bonnes personnes, au bon moment.



Pourquoi Itot Africa s'associe-t-elle au Congo River Marathon ? Parce que la course à pied reflète nos valeurs. Elle valorise la santé, la discipline, les progrès constants et l'esprit communautaire. Ces mêmes valeurs guident notre approche technologique. Le sport contribue à des populations en meilleure santé, des villes plus fortes et un pays qui prend son destin en main. Nous souhaitons aider davantage de Congolais à chausser leurs baskets, à prendre le départ et à franchir la ligne d'arrivée, que ce soit leur premier 5 km ou leur dixième marathon. La technologie a un rôle essentiel à jouer dans cette aventure. Une course réussie, ce n'est pas seulement des kilomètres et des cônes. C'est aussi une inscription accessible depuis n'importe quel téléphone, un paiement facile par tous les moyens, un chronométrage précis qui permet à chaque coureur de suivre son effort en temps réel, un suivi en direct qui permet aux familles de suivre leur enfant en temps réel, et des analyses post-course qui transforment chaque événement en une expérience enrichissante pour les suivants. C'est la différence entre une course que l'on a simplement courue et une course que l'on comprend. Multipliez cela par des milliers de coureurs et des dizaines d'événements par an, et vous comprendrez comment les données et l'intelligence artificielle peuvent discrètement élever le niveau de toute une culture de la course à pied.

C'est le rôle qu'Itot Africa a commencé à jouer aux côtés de CRM, en tant que partenaire technologique et d'IA. Nous mettons les données, les solutions et infrastructures numériques, ainsi que l'intelligence artificielle au service de la communauté des coureurs, du premier clic sur la page d'inscription jusqu'au rapport final après la remise des médailles. Ainsi, l'histoire de chaque coureur, comme la mienne au Semi de Lushi cette année, bénéficie de la visibilité, de la précision et de la reconnaissance qu'elle mérite.

RÉCITS DE COUREURS : NATHAN LUNDA

COURIR EST UNE FAÇON DE METTRE EN PRATIQUE CE QUE JE PRÊCHE.





Vous avez terminé 4e du 21 km au Semi de Lushi. Comment s'est déroulée la course pour vous, et quel était votre état d'esprit durant les derniers kilomètres ?

Pour le semi-marathon de cette année, j'ai eu du mal à trouver un rythme confortable sur les premiers kilomètres. Je m'étais bien entraînée, mais le jour J, tout m'a paru insurmontable au début. J'ai commencé à me sentir plus forte au 17e kilomètre et j'ai puisé dans mes réserves pour terminer 4e. Mon mental était au top jusqu'à la fin, car je me concentrais uniquement sur le dernier tour et l'arrivée.

En tant que physiothérapeute, vous passez vos journées à aider les autres à mieux bouger. Que représente la course à pied pour vous personnellement, et qu'est-ce qui vous donne envie d'y revenir sans cesse ?

En tant que kinésithérapeute, la course à pied me permet de mettre en pratique mes propres conseils. Dans mon métier, l'objectif principal est d'améliorer la qualité de vie et les capacités physiques de mes patients. La course à pied est un sport qui me permet d'améliorer ma propre vie et ma condition physique. J'y reviens régulièrement car elle contribue à renforcer mon mental et me maintient en forme pour mon travail.

Y a-t-il eu un moment particulier pendant la course ou le week-end que vous avez particulièrement apprécié ou qui vous a marqué ?

Oui, c'est l'ambiance à l'arrivée que j'ai le plus appréciée. J'ai adoré voir les gens encourager tous les coureurs qui franchissaient la ligne. Il y régnait un formidable esprit d'encouragement et de solidarité.

Après avoir terminé 4e au 21 km, quels sont vos prochains objectifs ? Avez-vous déjà une autre course ou un objectif en tête ?

J'ai hâte de courir un semi-marathon en moins de 90 minutes la prochaine fois. Cela demandera de l'entraînement, mais je suis prêt à fournir les efforts nécessaires pour atteindre cet objectif. J'envisage également de participer au Congo River Marathon cette année à Kinshasa.



RÉCITS DE COUREURS : ÉCOLE MALAIKA RDC

FILLES QUI COURENT, FILLES QUI SE RELÈVENT



Pour la troisième année consécutive, des filles de l'école Malaika ont participé au Semi de Lushi, apportant énergie, détermination et un fort esprit de communauté à cette course de 5 km. Nous avons invité trois participantes, Jocelyne, Viviane et Angeau, à partager leur expérience : ce qui les a motivées à courir, les difficultés rencontrées, leurs impressions après avoir franchi la ligne d'arrivée et leurs conseils aux futures filles prêtes à relever un défi.



Qu'est-ce qui vous a inspiré à participer au Semi de Lushi cette année ?

Ce qui m'a motivée à participer au Semi de Lushi, c'est avant tout ma passion pour le sport et mon envie de relever un nouveau défi. En choisissant de courir les 5 kilomètres, je souhaitais me dépasser, promouvoir un mode de vie sain et montrer que les jeunes filles peuvent accomplir de grandes choses lorsqu'elles croient en elles.

Quel a été l'aspect le plus difficile de la course, et comment avez-vous fait pour continuer ?

La partie la plus difficile de la course fut les derniers kilomètres, lorsque la fatigue commença à se faire sentir. Malgré cela, je suis restée concentrée sur mon objectif. Ma détermination, ma discipline, les encouragements du public et mon désir de franchir la ligne d'arrivée m'ont donné la force de continuer jusqu'au bout.

Qu'avez-vous ressenti en franchissant la ligne d'arrivée ?

Franchir la ligne d'arrivée m'a empli d'une immense joie, d'une grande fierté et d'une profonde gratitude. Ce fut un moment gratifiant qui reflétait tous les efforts que j'avais déployés durant la course. Cela m'a rappelé qu'avec persévérance et courage, il est possible de surmonter les obstacles. Cette expérience a renforcé ma confiance en moi et m'a encore plus motivé à relever de nouveaux défis.

Que vous a appris cette expérience en matière d'endurance, de détermination ou de confiance en soi ?

Cette expérience m'a appris que l'endurance ne se résume pas à la force physique, mais englobe aussi la force mentale. J'ai compris que la discipline, la détermination et la confiance en soi sont essentielles pour atteindre ses objectifs. Chaque défi est une occasion d'apprendre, de progresser et de se renforcer.

Quel message aimerais-tu partager avec les autres filles à propos de la course à pied ou du fait d'essayer quelque chose qui représente un défi ?

À toutes les filles, je veux vous dire : croyez en vous, osez rêver grand et n'abandonnez jamais. Aussi difficile que puisse paraître le chemin, chaque pas vous rapproche de votre objectif. Avec du courage, de la discipline, de la détermination et de la persévérance, vous êtes capables de grandes choses. Le plus important, c'est de faire le premier pas et de ne jamais cesser de croire en votre potentiel.



ISMAILI CIVIC LUBUMBASHI : COURIR ENSEMBLE POUR UNE COMMUNAUTÉ PLUS FORTE

Pour la deuxième année consécutive, Ismaili CIVIC a participé à la Semi de Lushi avec une impressionnante équipe de 64 coureurs, rejoints par 10 jeunes participants de leur communauté pour la course Enfants et Famille. Outre sa participation à la course, Ismaili CIVIC a également apporté son soutien à l'événement en fournissant de l'eau tout au long du parcours, permettant ainsi aux coureurs de rester hydratés durant l'épreuve.

Leur participation témoigne du pouvoir du sport de rassembler les gens, d'inspirer la prochaine génération et de renforcer les liens communautaires. Nous avons demandé à certains de leurs coureurs de partager leur expérience du Semi de Lushi et ce qui a rendu cette journée si spéciale.



Participer au Semi de Lushi a été une expérience incroyable. Au début, je n'étais pas sûre de pouvoir terminer, mais à chaque pas, mon endurance, ma confiance et ma détermination se sont renforcées. Franchir la ligne d'arrivée m'a procuré un merveilleux sentiment d'accomplissement et une immense joie. Cet événement m'a donné envie de rester en forme, de rencontrer de nouvelles personnes et d'adopter un mode de vie plus sain. Voir autant de participants terminer la course m'a motivée à me surpasser. C'était bien plus qu'une simple course : c'était un rappel qu'avec de la détermination, tout est possible.

Najma Charania, coureuse de 5 km



« Terminer mon 10 km est une sensation incroyable. Mon objectif était de finir en une heure pile, et je suis vraiment content d'y être parvenu. Je me suis concentré sur un rythme régulier dès le départ, sans aller trop vite. Il y a eu des moments difficiles, surtout vers la fin, faute d'entraînement suffisant, mais je me suis accroché pour atteindre mon objectif d'une heure. Franchir la ligne d'arrivée et constater que j'avais respecté mon temps prévu a été une sensation extraordinaire. Cette course m'a donné confiance en moi et m'a prouvé qu'avec de la régularité et un état d'esprit positif, je peux atteindre les objectifs que je me fixe. Je suis fier de cette performance et j'ai déjà hâte de courir à nouveau. »

Aalin Bardai, coureuse de 10 km





« Courir un 10 km pour la première fois a été l'une des expériences les plus mémorables de ma vie. Je ne participais pas pour gagner une course, mais pour soutenir un mouvement porteur de sens qui visait à rassembler les gens autour d'une bonne cause. Savoir que chaque pas que je faisais représentait l'espoir, l'unité et l'encouragement m'a donné la motivation de continuer. »

Au départ de la course, j'étais partagé entre l'excitation et la nervosité. L'énergie de la foule, les encouragements des bénévoles et la détermination des coureurs autour de moi créaient une atmosphère inoubliable. Les premiers kilomètres furent faciles, mais à mesure que la distance augmentait, la fatigue commençait à se faire sentir. J'ai parfois eu envie de ralentir, mais me souvenir de la raison pour laquelle j'avais participé me donnait la force de continuer. Franchir la ligne d'arrivée fut un moment riche en émotions. J'étais fière, satisfaite et reconnaissante. Courir mon premier 10 km m'a appris qu'avec de la détermination, un état d'esprit positif et un objectif qui a du sens, on peut accomplir bien plus qu'on ne le pense.

Participant à la course de 10 km

« Participer à ma première course de 10 km a été une expérience enrichissante, non pas à cause de la compétition, mais parce qu'elle soutenait une cause importante. »

L'enthousiasme suscité par l'événement, les encouragements des bénévoles et la détermination des autres coureurs m'ont motivé, même lorsque la course s'est avérée difficile. Franchir la ligne d'arrivée m'a rempli de fierté et m'a rappelé que la persévérance et la détermination peuvent nous permettre d'accomplir bien plus que ce que nous imaginons. Cette expérience était bien plus qu'une simple course : c'était une célébration de la résilience, de la solidarité et de l'impact positif que l'on peut avoir.



Conseil de la Jeunesse et des Sports
Parveen Popatiya, Communauté Ismaili
Lubumbashi

DANS LES COULISSES : EMMANUEL MULUMBA

CAPTURER L'ESPRIT DU SEMI DE LUSHI





Emmanuel Mulumba, One Touch Photography :

« Ces deux dernières années, j'ai eu l'honneur de diriger l'équipe photo et vidéo du semi-marathon Lushi. »

L'édition 2026 a confirmé l'importance de notre mission : fournir une couverture visuelle de haute qualité qui capture véritablement l'esprit de l'événement.

Avec mon équipe, nous avons capturé l'énergie des coureurs, l'enthousiasme des spectateurs et le caractère unique de Lubumbashi, faisant de chaque instant un souvenir partagé et impérissable.

Depuis 2025, Emmanuel Mulumba et son équipe de One Touch Photography sont derrière la camera, capturant le Semi de Lushi en photos et en vidéos.

Au cours des deux dernières éditions, ils ont immortalisé l'énergie des coureurs, l'enthousiasme des spectateurs et le caractère unique de Lubumbashi, transformant les moments du week-end de course en souvenirs impérissables.



L'HÔTEL PULLMAN GRAN KARAVIA ACCUEILLE LA CONFÉRENCE DE PRESSE OFFICIELLE LANCEMENT DU 4E ÉDITION



De gauche à droite : Benita Mwamb (Brand Manager Brasimba), Rolly Kayumba (Co-Fondateur Congo River Marathon Events), Dieudonné Kabongo (Brand Manager illicocash)

Un grand merci à notre sponsor argent, le Pullman Lubumbashi Gran Karavia, pour avoir accueilli la conférence de presse officielle le 8 juillet à Lubumbashi. Cet événement a marqué le lancement de la 4e édition du semi de Lushi, célébrant quatre années de course, d'unité et d'impact communautaire au cœur de la capitale du cuivre.

Propos recueillis par Tina Ciza, directrice des ventes et du marketing du Pullman Lubumbashi Grand Karavia :

« Nous attachons une grande importance à notre partenariat et nous nous réjouissons de poursuivre notre collaboration sur de futures éditions à succès. »



De gauche à droite : Serge Kishiko (Directeur Général ITOT Afrique), Makok (Fédération Athlétique Lubumbashi), Vedasta Masangu (Responsable Marketing Rawbank), Ilunga Mande (Athlète Congolais)



**PETITS COUREURS, GRANDS SOURIRES,
SOUVENIRS IMPÉRISSABLES**

KIDS & FAMILY RUN



Retrouvez le récapitulatif de la course Kids & Family Run 2026 sur notre chaîne [YouTube](#).

Une magnifique matinée placée sous le signe de la course, de l'exercice, des jeux, des rires et de la convivialité. La Course Enfants et Familles 2026 a réuni plus d'une centaine d'enfants et de familles pour bouger, s'amuser, se faire de nouveaux amis et créer des souvenirs inoubliables.

Du premier échauffement à la ligne d'arrivée, la matinée a été placée sous le signe de la joie, du partage et de l'inspiration pour la prochaine génération, afin qu'elle découvre le plaisir de pratiquer une activité physique ensemble.





UNE MATINÉE DE CRÉATIVITÉ ET DE DIVERTISSEMENT

Cette année, la course Kids & Family Run a réuni enfants et familles pour une matinée joyeuse placée sous le signe du mouvement, du partage et de la créativité, Tufuli Lab apportant une touche créative et inspirante à l'expérience.





“

« C'ÉTAIT L'ÉQUILIBRE
PARFAIT ENTRE ACTIVITÉ,
CRÉATIVITÉ ET
COMMUNAUTÉ. »

Comme la Course des enfants a lieu une seule journée par an, nous encourageons les parents à inscrire leurs enfants le plus tôt possible afin d'éviter toute déception. Nous invitons également les écoles, les catéchismes, les groupes de jeunes et autres organisations à participer ensemble, pour une expérience encore plus enrichissante pour les enfants.

Au-delà de l'excitation de la course, des rires et des célébrations d'après-course, cet événement revêt une signification plus profonde. Nous courons pour promouvoir la paix, l'unité, un mode de vie sain et des communautés plus fortes. Chaque participant contribue à une cause qui dépasse largement la ligne d'arrivée.

TEXTE DE DIVINE KAMBWE, DIRECTRICE DU
LABORATOIRE TUFULI

L'édition de cette année de la Course des Enfants a été exceptionnellement bien organisée et coordonnée, offrant une expérience mémorable aux familles de Lubumbashi. Nous avons été ravis de l'engouement des parents et enchantés d'accueillir encore plus d'enfants que les années précédentes. Année après année, cet événement ne cesse de prendre de l'ampleur et s'impose comme une tradition familiale incontournable de notre ville.

Pour ajouter à l'esprit créatif et ludique, Tufuli Lab a proposé deux activités artistiques et manuelles captivantes : la teinture de chaussettes et la décoration de miroirs. Ces ateliers pratiques ont divertis les enfants pendant des heures, tandis que les parents pouvaient se détendre, prendre un rafraîchissement et rencontrer d'autres familles.

Un grand merci à toutes les familles, bénévoles, partenaires et donateurs qui ont contribué au succès de cette édition. Votre enthousiasme et votre engagement sont une véritable source d'inspiration. Nous serons ravis de vous accueillir à nouveau l'année prochaine, ainsi que vos amis, voisins, collègues et toute votre famille, pour une édition encore plus grandiose.





Revivez l'essence du Semi de Lushi 2026 : du point d'hydratation mobile aux médailles en édition spéciale, en passant par les plus beaux sourires et les moments inoubliables. Profitez-en !





















































VOTRE CERTIFICAT DE PARTICIPATION VOUS ATTEND !



Célébrez votre exploit et conservez le souvenir du Semi de Lushi 2026 grâce à votre certificat officiel de finisher.

Envoyez-nous un courriel à hello@congorivermarathon.com pour recevoir le vôtre.

« SI TU VEUX ALLER VITE, VA SEUL. SI TU VEUX ALLER LOIN, VA ENSEMBLE. » – PROVERBE AFRICAIN

SPONSORS ET PARTENAIRES 2026



Merci à tous nos sponsors et partenaires du Semi de Lushi 2026 !

Votre confiance en notre vision et votre engagement dans cette aventure ont rendu l'histoire possible.

Des rues de Lubumbashi au cœur de chaque coureur, votre soutien a insufflé force, unité et détermination à chaque foulée. Nous vous sommes profondément reconnaissants de votre présence à nos côtés.

C'est un honneur pour nous de cheminer à vos côtés. À l'année 2027 et aux années à venir, alors que nous continuons à bâtir ensemble un héritage exceptionnel.

Avec toute notre gratitude, Nancy Bachmann et Rolly Kayumba

Cofondateurs des événements du Congo River Marathon et Congo River Marathon Fondation



**INSCRIVEZ-VOUS
MAINTENANT :**

**CONGO RIVER
MARATHON, LE 13
SEPTEMBRE 2026**

 www.congorivermarathon.com

**CÉLÉBREZ LE 6E
ANNIVERSAIRE AU CŒUR DE
L'AFRIQUE !**

- Profitez de médailles et de produits dérivés spéciaux
- Expérience de course et festivités améliorées
- Forfaits et package exclusifs pour le marathon

VISITEZ NOTRE SITE WEB

- Découvrez nos nouveaux événements de course à pied
- Découvrez des histoires inspirantes de coureurs
- Suivez notre mission

MAGAZINE FINISHER 2026



**Rendez-vous le week-end
de la course, du 12 et 13
juin 2027 !**

www.congorivermarathon.com/semidelushi