



La Compagnie Littéraire

Éditions La Compagnie Littéraire – Paris

Catégorie de l'ouvrage : **Roman**

Jeudi 20 avril 2017

OBJET : Sortie de l'ouvrage : **Croix de Fer, la bible du Baraqué.**

Préfacé par **Marc Vouillot**, connu pour avoir été champion de force athlétique et de culturisme, et l'un des plus célèbres entraîneurs dans ces disciplines. Et **Marc Vouillot** ne ment pas lorsqu'il écrit dans sa préface que le livre de Louis le Baraqué : Croix de Fer, vous laissera les bras en croix. L'ouvrage doit son titre à la redoutable figure de gymnastique : la Croix de Fer qui impose au gymnaste le maintien immobile de son corps.



EXTRAIT :

« Pour le brevet, six sauts dont un saut de gaine et un saut de nuit avec les vieux parachutes, les EPI je crois. On arrive très vite au sol. Mais c'est grandiose. Avion Hercule. J'obtiens le brevet n° 538118 et le béret rouge. Viendront trois autres sauts, Twin Otter et PUMA, c'est différent, et j'ai d'ailleurs eu la chance d'être largué dans les arbres. Ils me larguent trop tôt, je vois la forêt arriver, je cache mon visage, je sens les branches, je ferme les yeux de temps à autre, je suis couvert de bleus, dans mon malheur, j'ai la chance de ne pas être accroché trop haut du sol. Je fais la procédure de déséquipement comme nous avons appris lors de l'instruction. Arrivé au sol, je n'arrive pas à attraper mon parachute, je me fais aider par un gars. J'ai été magistral ! »

LE LIVRE :

Croix de Fer : Louis le Baraqué, personnage hors norme, mégalo, destin et parcours atypiques, vingt ans de compétition dans un sport méconnu : la gymnastique.

Performances uniques, Montmartre, le café de famille, la musculation, les services secrets français, la psychiatrie, la torture, l'amitié, les amours, l'humour aussi...

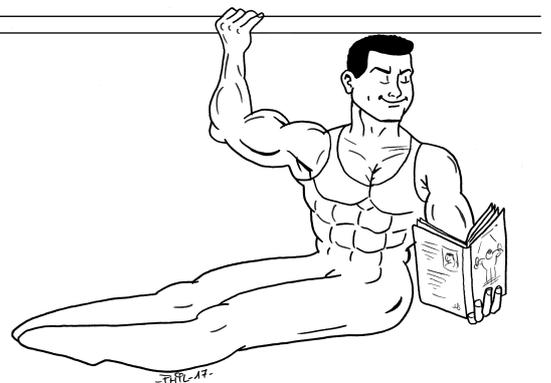
Tout se mêle, s'emmêle, mais ne se démêle pas !

L'appréciez-vous ?

Le comprenez-vous ?

Le croirez-vous ?

À ne pas mettre entre toutes les mains !



Contact : Service Presse sp.compagnielitteraire@gmail.com

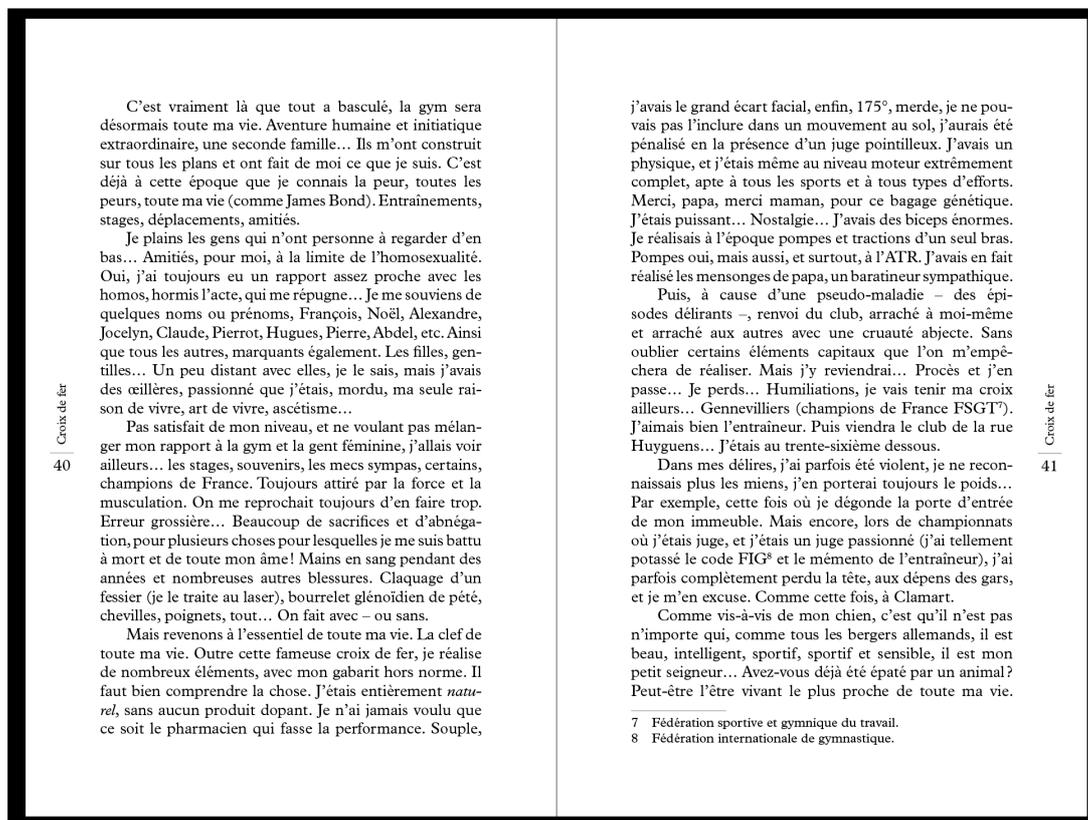
La Compagnie Littéraire – 11-13 rue Vernier – 75017 Paris

Tél : 01 86 95 24 73

L'AUTEUR se livre sous son nom de plume « Louis le Baraqué »

La bible du Baraqué ? Un ouvrage de référence pour... ?

Toute la gymnastique, les férus de la préparation physique, et tous les milieux sportifs en général, les milieux militaires et secrets, la psychiatrie, Montmartre, les amateurs d'anecdotes savoureuses et inédites qui ne vous laisseront pas sur votre faim, l'univers des cafés aveyronnais et parisiens. Le monde du muscle ainsi que tous les baraqués du monde ou ceux qui veulent le devenir. Ne vous retenez pas de rire.



[Lire la chronique de Frédéric Candian à propos de Croix de Fer](#)

ISBN : 978-2-87683-533-7

Prix de vente Papier/Numérique : 20 € / 4,99 €

Format : 14 x 21 cm

Nombre de pages : 140 p

Pour commander : [Site Internet de la Compagnie Littéraire](#), Amazon.com, Fnac.com, Dilicom.

Contact : Service Presse sp.compagnielitteraire@gmail.com

La Compagnie Littéraire – 11-13 rue Vernier – 75017 Paris

Tél : 01 86 95 24 73