



A l'occasion du 10<sup>ème</sup> anniversaire de l'IRONBRESSE du 21 juin 1998, voici la Compil' des articles parus dans le n°40 de TRICCLAIR MAG (septembre 1998).

## **A l'Ironbresse pour le CLAIR triathlon, c'était la fête des "perfs".**

Pour ce premier triathlon de distance Ironman proposé dans notre région, les triathlètes de notre club se sont faits remarquer pour leurs différentes "perfs".

1<sup>ère</sup> perf ==> le nombre d'engagés : en effet, pour affronter les 3,8km de natation, les 180 km de vélo et les 42 km de course à pied, parmi les 315 athlètes au départ pas moins de 11 de nos représentants avaient répondu présents, ce qui faisait de notre club le 2ème le plus représenté : pas mal !!!

Les courageux avaient pour nom : Martine VIALA, Thierry CAVORET, Patrick DECHAUME, Frédéric DURAND, Jean-Michel FAURE, Sylvain GABOLDE, Pascal GARCIA, Cyril GENEVOIS, Gilles GRAFTIAUX, Patrick RATON et Hervé ROUGEOT.

2<sup>ème</sup> perf ==> les résultats de 4 des nôtres qui sont venus à bout d'une journée d'enfer où il a fallu courir le marathon sous une température avoisinant les 37° : bonjour la déshydratation ! Pascal après des temps canon en natation (42ème) et en vélo (72ème) a beaucoup souffert sur le marathon pour terminer en un peu moins de 12h30. Derrière lui, Frédéric le seul de nos représentants à avoir pu descendre sous les 5 heures en course à pied boucle son triathlon en 12h56 et se rachète ainsi de sa déconvenue d'Embrun.

Patrick R. avait bien préparé son affaire et a réussi son pari malgré un gros passage à vide au deuxième tour vélo, pour finir en 13h23 dans un état de fraîcheur qui fit bien des envieux. Quant à Martine, elle a su porter haut les couleurs du club en terminant 1<sup>ère</sup> V2F le tout en 13h46. Auteur d'une course très régulière ayant bien su gérer son effort (le marathon en 5h06 : 2ème temps du club), elle finit elle aussi dans un état de fraîcheur remarquable.

Pour les 7 autres triathlètes du CLAIR, ce fut l'abandon qui les guettait ce jour là après diverses fortunes. Cyril arrivé deuxième à la fin du vélo derrière Pascal ne repartira pas victime d'un gros coup de chaleur. Pour ma part, remonté de la 11ème place après la natation à la 3ème à la fin du vélo, j'attaque donc le marathon en seconde position. Après 12 km courus cahin-caha, ce fut la panne sèche et me joignant à Jean-Marc Grossetête, je marche jusqu'au 21ème km où je jette l'éponge.

Le premier à m'avoir redépassé est Hervé au 14ème km avançant à un train d'enfer, puis c'est au tour de Frédéric de me reprendre au 15ème km et enfin de Jean-Mi et Patrick R. au 18ème km. Patrick D, lui après m'avoir rattrapé au 19ème km décide de finir lui aussi en marchant ce premier tour sa décision d'abandonner étant prise.

Au 20ème km alors que je suis en train de lui raconter la forte impression que m'a faite Hervé en me dépassant, nous apercevons un petit attroupement et désagréable surprise il s'agit justement d'Hervé qui livide et n'en pouvant plus est allongé à l'ombre d'un arbre, son état nécessite l'intervention des secours. Victime d'un premier malaise au 17ème km, il n'est plus en état de continuer. Pour Jean-Mi après avoir lui aussi repoussé ses limites jusqu'au 31<sup>ème</sup> km il s'écroule et est lui aussi, rapatrié par les secouristes. Gilles qui est parti sur le marathon espérant ainsi terminer son premier Ironman manque s'endormir sur une chaise au 17ème km à un poste de ravitaillement. Il profitera d'un véhicule de l'organisation pour rentrer au parc. Enfin Thierry après avoir bien galéré en vélo, a décidé de ne pas repartir à pied.

3ème perf ==> les "perfs" justement! Et oui le club a fait fort dans ce domaine puisque sous l'immense tente aménagée en poste de secours près de l'arrivée, nos chers représentants ont mobilisé nombre des lits de fortune. Hervé arrivé avec une tension très basse a eu le droit à lui tout seul à une cure de jouvence de plus de 3 h. Pas moins de 3 litres de perfusions lui furent administrés pour essayer de le remettre un tant soit peu d'aplomb!

Patrick D. parti se faire masser sous cette même tente, fut pris de vomissements, résultat lui aussi eu le droit à sa "perf". Jean-Mi rapatrié par les secouristes ==> idem, Frédéric après son arrivée ==> itou. Enfin Pascal après quelques vomissements sur son beau maillot de finisher et après avoir essayé de résister à l'appel des charmantes hôtessees chargées d'installer les perfs, eut le droit lui aussi à son petit reconstituant dans ce lieu qui faisait penser tout à coup à un camp retranché de la guerre du Vietnam avec tous ces individus sous perf, le tout agrémenté du charmants cris provoqués par les crampes!

Bref pour le CLAIR c'était bien la fête des "perfs" en ce 21 juin 1998 !!!

Sylvain

## **L'IRONBRESSE vu par une spectatrice attentive**

Quand Thierry m'a suggéré d'écrire quelques lignes sur l'IRONBRESSE, j'ai été très étonnée : je ne suis pas une inféodée des brillantes envolées sarcastiques à la TRI-CLAIR. .

Quand Thierry a ajouté qu'un petit texte humoristique serait le bienvenu, je suis restée déconcertée : comment peut-il, LUI, imaginer que l'on retrace cet événement de la sorte.

Néanmoins, je vais tout de même tenter de m'inspirer de cette force de spiritualité qui consiste à mettre en valeur avec drôlerie (?) le caractère insolite ou absurde de cet aspect de la réalité triathlétique.

Dans un tel cas de figure, la première difficulté a été de savoir ce qui peut bien relever de l'insolite ou de l'absurde dans une épreuve connue celle à laquelle j'ai assisté. J'ai donc décidé de sauter cette étape pour ne pas me noyer dans une vague écumante de stupidités en tout genre.

J'aborderai directement la transition : ils étaient 11 au départ, ils sont sortis 11 de l'eau, ils sont partis à 11 sur les vélos.

Il semblerait au cours de ces trois boucles que chacun ait élaboré sa stratégie avec minutie tt le plus consciencieusement possible. Hélas, Dame Nature était déjà présente : tous ne paraissaient pas jouir du même potentiel de CLAIRvoyance...

- Pascal et d'autres certainement, maintenaient la cadence, celle-là même qu'ils jugeaient bonne, Thierry mettait brillamment en œuvre une nouvelle forme de progression vélocipédique géométrique de raison 0.85 . Pour ceux qui voudraient l'expérimenter, voici le petit secret de Thierry : un tour à 29 km/h, le suivant à 24 km/h, et le dentier à 21 Km/h.
- Patrick D s'allégeait un maximum et tous les moyens lui semblaient justifiés (on dit bien que la faim justifie les moyens).
- Gilles pédalait sur les traces ( ? ! ?) de Sylvain et de Cyril.
- Martine et Patrick R. roulaient en s'économisant.

...et ce jour là le soleil brillait généreusement !!! Il tapait d'ailleurs si fort ce 21 juin que personne ne pouvait oublier que l'été commençait. Jean-Michel aurait d'ailleurs du faire plus attention : il ne reconnaissait personne. C'est à peine s'il réagissait à son prénom., Véro en a probablement une preuve au fond de sa boîte noire.

Arrivés dans le parc à vélos, il a bien fallu faire le point. La chaleur, le soleil et le degré d'hygrométrie rendaient l'épreuve si infernale que certains ont préféré s'arrêter. Ce n'était visiblement pas de gaieté de coeur, mais c'était si peu absurde qu'il devient hors sujet d'analyser ce type de comportement trop rationnel et surtout pas insolite du tout, puisque 60% des participants (et non participantes !) auraient adopté en pleine conscience (?) une attitude identique. Bravo Thierry ! Bravo Cyril !

Restent ceux qui ont connu des moments d'égarement tels qu'ils ont pris la décision de poursuivre leurs idées (en avaient-ils seulement une à cet instant !).

- Pascal, Fred, Patrick D., Jean-Michel, Sylvain et Hervé se sont allègrement élancés sur le bitume,
- Gilles a bien réfléchi. i une bonne demie-heure avant de s'alimenter un peu et de partir sur leurs traces,
- Martine et Patrick R. sont partis tranquillement.

Et tous avaient une drôle de couleur, on aurait pu les mettre côte à côte et tirer la photo du plus bel arc en ciel qu'il eût été permis de contempler !

Mais Dame Nature contrôlait la situation : pas une goutte d'eau, pas un nuage, du soleil, une chaleur accablante et une hécatombe sur le parcours de la course à pied .

- Patrick D, virait au vert, Jean-Michel au jaune, Sylvain au blanc et Gilles au rouge,
- Hervé était devenu si transparent qu'il n'a pas fallu moins de six perfusions pour lui donner des couleurs.

A force de jouer aux caméléons, ils ont fini par se retrouver en jaune et bleu, se fondant les uns les autres aux couleurs du CLAIR, dans les files d'attentes pour les perf et massages en tous genres.

Pendant ce temps, quatre triathlètes étaient encore en compétition. Ils couraient toujours à moitié conscients pour certains, On attrait cru à une adaptation de Marche ou crève de Stephen King.

En voici quelques extraits pour ceux qui veulent se remémorer des moments forts ou qui voudraient plus simplement savoir à quoi ils pouvaient bien penser : "La chaleur continuait, le soleil était suspendu juste au-dessus de la cime des arbres entre lesquels passait la route. Leurs ombres ressemblaient à des nains trapus. Il força ses pieds à se lever et à se poser, à un rythme régulier dans sa tête. Il effaça tout le reste de sa pensée, Il n'avait plus conscience de la chaleur ni même de la sourde douleur dans ses pieds ni de la raideur de ses jarrets. Une seule pensée résonnait dans sa tête comme un gros tambour. Comme un battement de coeur. Cours un peu plus longtemps. Un peu plus longtemps. Jusqu'à ce que les mots ne signifient plus rien".

Ils étaient 11 au départ. Ils étaient quatre à l'arrivée : Pascal, Fred, Patrick et Martine.

Ils étaient quatre à l'arrivée. Ils étaient deux si exténués, si usés qu'il a fallu les perfuser. Ils étaient deux si contents qu'il fallait les féliciter pour leur perf. Bravo Patrick, Bravo Martine !

Ils étaient deux à peu près bien à l'arrivée, mais parmi ces deux, il y avait la féminine Martine.

Vraiment Dame Nature a rempli son rôle et Martine a bien tenu sa place sur l'Iron Bresse !

**BREF, UN GRAND BRAVO A TOUS !**



TRICCLAIR MAG n°40 (septembre 1998).