

Salut à tous,

Dimanche, grand beau temps, duathlon oblige!!

Le Sud tri perf n'a en effet pas fait le voyage à vide sur la magnifique cité de Carcassonne avec des participants sur chaque épreuve.

C'est tout d'abord le départ du LD, tôt le matin pour **Jérôme Bernou** venu porter vaillamment les couleurs du club. L'entraîneur vélo attiré du sud tri perf a bel et bien montré qu'il était toujours un rouleur hors pair. Avec un parcours quelque peu vallonné comme il les aime en vélo, il va rattraper 5 cyclistes sur cette partie après avoir fait le douzième temps sur la première cap. De sacrés rouleurs ont pourtant fait le déplacement et même Jérôme ne peut suivre le rythme de certains dans les descentes. La deuxième course à pied, sous le soleil et avec les supporters du club attendant leur tour sur le sprint, est bien menée: Aucune place de perdue ni de gagnée. Le plaisir à l'arrivée après une très belle course et une très convaincante 7ème place au général en 3heures 10 minutes et 33 secondes!!

C'est ensuite au tour du sprint sur lequel de nombreux coureurs sont venus participer. Le Sud tri perf est alors représenté par 13 triathlètes. Départ à 10heures et tout de suite c'est la bagarre pour se faire une place parmi les 150 concurrents venus profiter du paysage.

- Le premier à passer la ligne d'arrivée est **Jérémy Bonhour**, parti très prudemment dans la masse va revenir peu à peu à une très bonne allure sur l'avant de la course doublant une bonne cinquantaine de concurrents avec une certaine facilité parfois assez déconcertante! (j'en ai moi même fait les frais ça fait bizarre!!) . Il finit alors 5ème en 57minutes et 36 secondes et montera sur la première marche du podium dans sa catégorie.
- Ensuite, **Paul Farre** vient conclure, comme très souvent, cette course en tête dans sa catégorie junior. Il finit en 57 minutes et 40secondes pour une 7ème place au scratch.
- **Antoine Gallou**, auteur d'une course très tactique finit à une excellente 9ème place et au pied du podium en junior malheureusement en 58minutes 33secondes. Il est l'auteur d'une très belle deuxième course à pied lui permettant de finir dans les premiers du groupe de vélo dans lequel celui ci avait été pris!
- **Adrien Vives** suit, il finit en 58minutes et 41secondes. Un peu « agacé » à l'arrivée de la course contre les arbitres n'ayant pas « voulu » sortir les cartons sur un groupe revenu sur lui en fin de partie vélo, il fait une bonne deuxième course à pied lui permettant de tout de même finir à une bonne 10ème place. En effet, une bonne première course à pied lui avait permis de prendre le vélo à une bonne position mais les faits de course vont faire qu'il va pourtant être rattrapé par le peloton à vélo cité précédemment juste avant la course à pied..
- Le cadet **Thomas Menin** n'est pas très loin et conclut encore une très belle course après Castelnaudary la semaine dernière. Une première cap très solide, un bon vélo et une bonne deuxième cap lui permet de finir premier cadet et 11ème au scratch en 58minutes et 44secondes. Première victoire de la saison et surement pas la dernière au vu de son niveau!
- Votre serviteur, ayant lui aussi pris le bon wagon en vélo à cause (ou grâce!) aux arbitres du Languedoc Roussillon décidément assez « souples ». Une grosse erreur de préparation va pourtant me faire perdre ce bon groupe dès la transition vélo-cap. En effet, le papier journal mis dans la deuxième paire de chaussure de cap ayant été oublié avant la course m'oblige à m'arrêter dès le début de la course à pied et, de ce fait, de laisser partir la quinzaine de coureurs qui m'accompagnaient. Le contact visuel est perdu et les 400 mètres laissés ne pourront être comblés. Je reviens tout de même sur 2 cadets en essayant de m'accrocher (en vain!!) à Jessica Harrison. Je finis alors 3ème cadet et 22ème au scratch en 59minutes et 40secondes.
- Suit alors un petit nouveau au club, **Sébastien Eche**, qui part lui aussi assez prudemment en course à pied. Il reviendra alors sur Loic Viguier mais n'aura pourtant pas la chance de prendre le « bon wagon » en vélo. Seul et n'étant pas au mieux en vélo, il finit pourtant à une

bonne 42ème place en 1heure 2minutes et 18secondes. Apparemment content de ses nouvelles couleurs et de l'ambiance qui règne dans son nouveau club, il montre la voie à ses enfants ayant fait le déplacement pour découvrir leur prochain club!! (pas tout de suite quand même, encore un peu jeunes pour l'instant!)

- **Florian Nogrès** finit sa course 90ème au scratch en 1heure 9minutes et 42secondes. Content à l'arrivée mais avec les jambes lourdes de la veille (séance vélo avec Jérôme oblige!!). Il finit à une convaincante place. Pour sa deuxième année avec un CD dans la saison comme objectif, le travail est déjà bien entamé et porte bien ses fruits apparemment!
- **Dominique Quinet**, 102ème en 1heure 11minutes et 44secondes, finit content de lui et assez impressionné par le niveau présent pour son premier duathlon, il dira en effet à la fin de la course « y a des filles là, elles envoient! Y a quand même de sacrés sportifs ici! ». C'est donc une très bonne première course pour lui et sûrement pas la dernière en voyant son sourire à l'arrivée!
- **Fred André**, finit lui aussi à une bonne 127ème place en 1heure 17minutes et 27secondes.
- Trois autres triathlètes portaient les couleurs du club au départ mais n'ont malheureusement pas pu finir. **Marion Marmorat** est victime d'un malaise au bout de 2 kilomètres et est donc contrainte à l'abandon alors qu'elle était pourtant en seconde position du côté des féminines. Son père, **Didier Marmorat**, va alors arrêter la course pour accompagner sa fille avec les pompiers. Enfin **Loïc Viguié** va avoir quelque peu la « poisse » sur la partie vélo. Une crevaison au bout de 10 kilomètres (au plus mauvais endroit puisqu'il peut alors difficilement se trouver plus loin sur le parcours et doit donc attendre sur le bord de la route la voiture balais pendant quelques temps..).

L'après midi (je suis désolé mais je ne peux faire le récit de la course puisque je n'ai pas pu la suivre), une troisième course est organisée avec le découverte. Deux représentants du club ont fait le déplacement. **Marco Bagnarol** va malheureusement devoir réaliser une boucle de pénalité et finit 7ème en 33minutes et 10secondes

Estelle Viguié va elle aussi malheureusement être victime d'un malaise sur sa course. Décidément, il y aura eu de la casse à Carcassonne...

Malgré cela, avec une chaleur estivale et un grand soleil sur ce magnifique cadre qu'est la cité de Carcassonne, cette journée restera (pour la plupart en tout cas) encore un très bon souvenir de sport comme très souvent. L'ambiance du club est toujours la même et donne toujours envie de participer à toute les courses du coin.

A bientôt sur de nouvelles courses pour toujours plus de bons moments ensemble et pour toujours plus de belles courses!! Envie de différences, vibrez triathlon!!!!

Antonin Gajan.