

Triathlon « Découverte » de Rambouillet – Dimanche 4 octobre 2015 – Clôture de la saison du Club Triathlon Dassault



Ce premier dimanche d'octobre se déroulaient les traditionnelles « olympiades » de la section Triathlon de Dassault Sport : Le triathlon « XS » de Rambouillet (450m/18km/5,4km). C'était l'occasion de marquer la fin des courses 2015 (*les triathlètes, un peu douillets, préférant la saison printemps/été plutôt que l'automne/hiver*) dans une ambiance détendue au milieu de la campagne yvelinoise. Nous avons également décidé de partager un banquet apéritif à l'issue de la course (*plutôt bien fourni en alcools et en amusailles*).

Nous n'étions pas moins de 34 triathlètes inscrits des sections Dassault Système et Dassault Aviation ce dimanche, dont 30 partants, un des records de participation.

Cette fois ci j'avais décidé de « la jouer » un peu moins « *touriste* » et d'arriver à l'heure sur le site (*pas vraiment ma spécialité*). J'ai donc mis mon réveil à 5h00 du matin pour avoir le temps de cuire la pate à crêpes préparée la veille. Je dois avouer que lorsque mon réveil a sonné, j'ai eu un moment de faiblesse (*je suis en manque de sommeil depuis 17 jours*) = « *OK, je me lève dans deux minutes, en attendant je reste un peu allongé les yeux fermés* ». Bien sûr, vous l'aurez deviné, je me suis rendormi comme une loutre jusqu'à 6h30 avant de me réveiller paniqué (*tel le lapin blanc retardataire d'Alice au pays des merveilles, ou une biche éblouie par des phares la nuit*).

J'ai donc chargé mon véhicule en mode « *urgence* » en ayant juste le temps de regonfler les pneus de mon vélo (*pour une fois*) qui n'avait pas servi depuis le triathlon de Paris début juillet. Par contre c'était trop tard pour cuire les crêpes. Rassurez-vous, la pate ne s'est pas perdue pour tout le monde puisque mes enfants se sont goinfrés les crêpes sans moi en mode boulimique/anorexique. J'ai dû attraper des chips et des gâteaux du commerce (j'ai honte).

Malgré le brouillard à couper au couteau et un temps hivernal, je suis donc arrivé à l'heure au parking de la piscine de Rambouillet. Ce qui a provoqué diverses réactions chez les autres membres de la section :

- Lionel ! Qu'est-ce que tu fous la aussi tôt ?
- Tu as dormi à l'hôtel à Rambouillet pour être à l'heure ?
- Bon sang, je dois être en retard puisque tu es déjà arrivé !

Malgré ces remarques sarcastiques (*quelle bande de chambreurs ces triathlètes, surtout Eric*), je ne me démonte pas et je me dirige d'un pas décidé vers l'endroit où l'on récupère son dossard, sa plaque de course vélo et son magnifique bonnet de bain « *Water-polo années 50* ». Une fois mon vélo prêt, je dépose le tout dans le parc coureur avec une disposition impeccable par ordre d'utilisation présumée (*mes pates de fruits devant*).

Ensuite nous allons nous réchauffer à l'intérieur de la piscine. Nous découvrons que la plupart des participants masculins Dassault ont été « regroupés » et partiront dans les derniers. Les hommes de notre groupe ont donc une heure et demie à attendre avant de prendre le départ (qui s'effectue par vague de 5 personnes à la fois).

Nous (*les hommes*) en profitons donc pour « vaquer à nos occupations » en attendant. Ces occupations sont « variées » et « variables » d'un individu à l'autre = mater dans les vestiaires, boire des bières, fumer des joints, dire du mal des autres clubs, comparer les anatomies (*aussi bien féminines que masculines*), parler du passé ou de l'avenir, draguer, grignoter, s'échauffer, encourager les féminines dans la piscine ...

D'ailleurs, un des hommes y va de son petit commentaire : « *Dites moi, vous ne trouvez pas qu'elle nage un peu moins vite que d'habitude ?* ». Aussitôt, notre bien aimé président réagit pour calmer le jeu : « *C'est quoi ces conneries, elle est très bonne et elle me plait beaucoup comme ça !* » (*prénom de l'athlète censuré à la demande du président qui ne veut pas d'ennuis avec sa compagne*).



Je vois les regards appuyés d'un des membres de la section (*appelons le L2 pour préserver son anonymat*) sur les jeunes participantes. Il nous expliquera par la suite qu'il prévoit d'acheter des maillots de bain pour ses filles et qu'il compare les modèles du marché (*c'est une explication plausible*).

Nous remarquons qu'une des féminines, appelons la n° 65 pour préserver son anonymat, balance un pot de 5 kg de sels de bains dans la piscine (*soit disant pour égayer un peu l'eau*). Ce qui rend l'ensemble de la piscine trouble en moins de 5 minutes.

Certains hommes font déjà des pronostics sur leurs futures performances (*comme l'ont déjà remarqué nos lectrices, la réalité des hommes est parfois moins brillante que leurs promesses*). L'alcool et les barres chocolatées aidant, nous passons le temps jusqu'à nos vagues de départ dans cette douce chaleur propre aux piscines et aux spas.

Enfin, un peu avant 11h00, nous sommes annoncés par la speakerine pour rejoindre la « chambre d'appel » (*aucun rapport avec les tribunaux*). Notre première vague Dassault (dossards 281 à 285) se retrouve à 6 personnes au lieu de 5 car le concurrent n° 280 s'est un peu « trompé » de groupe de départ (*logique puisque certains jeunes ne savent plus compter avec leurs Smartphones qui leur mâchent la tache*). Nous partons tout de même à l'heure convenue avec nos chronométreurs individuels comptant nos neuf allers et retours de bassin (*aucune allusion*).

L'eau de la piscine est assez trouble (*merci la 65*) et on n'y voit pas très bien, mais je pars en « crawl de papy » avec mon habituel mouvement de jambe de batracien. Il y a un peu de bousculade dans les lignes mais ça reste assez correct (*sauf avec un compétiteur de la section Dassault, appelons le n° 311 par discrétion, qui essaie de noyer les nageurs moins rapides que lui qui le gênent, dont moi*).



Je finis tout de même par sortir au bout de 10 aller et retour de bassin, ma chronométrice m'ayant vraisemblablement fait faire un trajet de 50 m en plus (*sans doute pour pouvoir admirer plus longtemps mon corps, ça m'arrive tout le temps*). Je retrouve Patrice en sortant de l'eau et nous trottinons ensemble en allant de la piscine vers le parc vélo, tous mouillés avec une température extérieure de 7 à 8°.

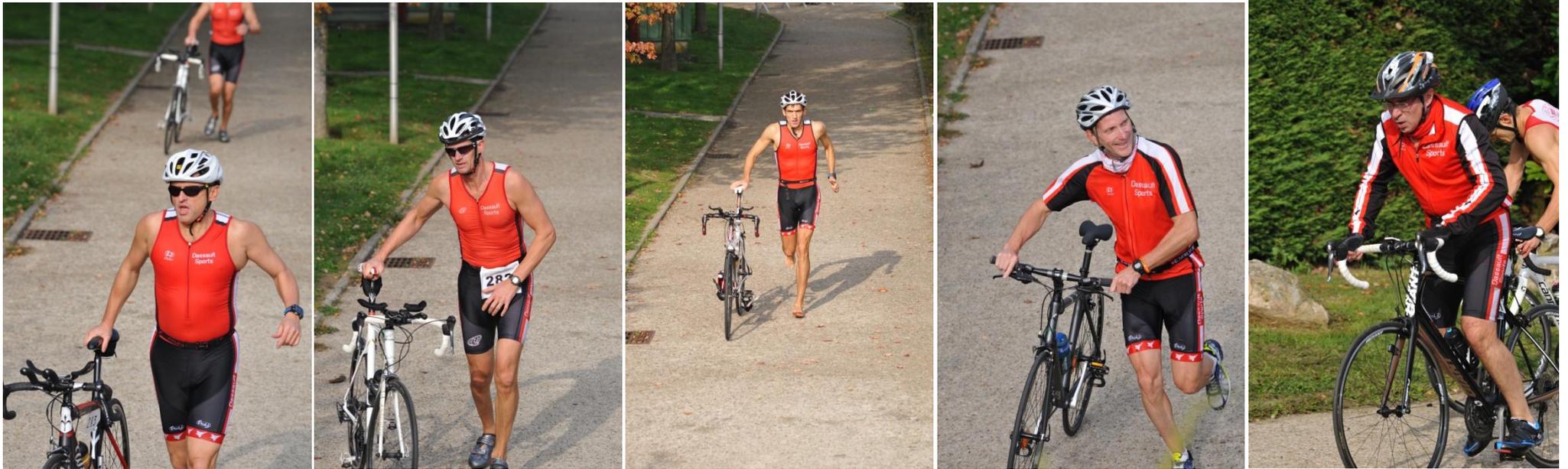
Je prends mon temps pour m'équiper car il fait froid et il vente : je me sèche, mets ma veste, recoiffe mes cheveux (*si, si, c'est possible*), m'applique une crème de jour antirides sur le visage, une crème hydratante pour les mains, choisis des gants assortis à ma tenue et je passe le cadre de mon vélo à la chamoisine pour qu'il brille un peu. Bizarrement, mes patates de fruits ont disparues, alors que mon emplacement était au milieu du groupe Dassault ... Quelle bande de goinfres ces triathlètes !

Je pars enfin, quelques minutes après Patrice, et je me m'élance pour ma première séance de vélo depuis très longtemps. Je cours jusqu'à la ligne de départ avec mes chaussures à clips et j'arrive à enclencher mes pédales automatiques au bout du 9<sup>ème</sup> essai seulement (*je m'améliore*). Il y a du vent latéral et ça caille, je mets du temps à me réchauffer. J'essaie de rester, quand c'est possible, au dessus de 30 km/h sur le plat afin de ne pas perdre trop de temps. Je me fais, hélas, doubler par des concurrents moins beaux mais plus rapides que moi (*ça fait du monde*).

J'ai commis l'erreur de (*mal*) fixer ma plaque de course vélo en plastique rigide à l'arrière de mon cadre (au lieu de l'avant). Elle bouge avec le vent et je me prends les cuisses dedans à chaque tour de pédale car elle est branlante (*ça ne fait pas très mal mais ça énerve à la longue*).



J'arrive, rarement, à dépasser des concurrents en VTT qui sont limités en vitesse de pointe. Les automobilistes sont plus ou moins prudents (*la route n'est pas fermée pour notre course*). Certains nous laissent plus d'un mètre d'espace latéral, d'autres semblent penser que 5 cm d'écart suffisent à assurer notre sécurité (*je récompense ceux là en leur criant des compliments sur leur conduite et sur leur respect de la vie d'autrui*).



Du fait de mon manque d'entraînement cycliste, je préfère nettement les descentes aux montées (*aucune allusion*). Enfin, j'arrive au rond-point matérialisant le milieu du trajet vélo et je repars en sens inverse pour un retour moins pénible (*le vent est  $\frac{3}{4}$  arrière droit alors qu'il était  $\frac{3}{4}$  avant gauche à l'aller*). Les bénévoles de Rambouillet sont sympas et nous encouragent. Je descends quand même quelques fois de vélo pour baffer certains jeunes bénévoles trop gentils car je n'aime pas les remarques du genre : « *C'est bien monsieur, vous êtes courageux de faire du triathlon à votre âge !* ».

Je rejoins, après un long calvaire gris, les ronds-points matérialisant l'entrée de Rambouillet. Arrivé en ville, je vois un commissaire de course en grande discussion avec deux passagers d'un monospace qui barre à moitié une intersection. Je continue tout droit, une voie féminine familière (*Anne-Sophie*) m'encourage à continuer : « *Vas-y Lionel* ». Puis, quelques secondes après le commissaire de course me crie : « *Ce n'est pas par là !* ». Je saute sur les freins et je manque de chuter en voulant faire un demi-tour serré. Je dois déchausser une de mes cales et je perds quelques dizaines de secondes à repartir dans la bonne direction avec mon grand plateau enclenché. J'entends distinctement la voix de notre président, qui parle à Anne-Sophie sur son portable : « *C'est bon ? Tu l'as envoyé vers l'autoroute A10 ?* » ...

Je rejoins enfin le parc vélo, retire mes vêtements superflus, le casque, les gants et je change de chaussures. Après un petit automassage, je signe quelques autographes et je pars pour les 5 km (*et des brouettes*) de course à pied. Je commence sur une allure un peu trop pépère (*aux environs de 11km/h*) et je me fais doubler par un concurrent plus jeune, dès le début du parcours.



Nous partons dans la campagne quand j'entends, derrière moi, une voix familière. Après un virage serré je sens que l'on me pelote odieusement les globes situés en bas de mon dos. C'est L2 qui « *essaie de me motiver pour aller plus vite* », c'est du moins l'explication qu'il donne. *Je savais bien que le Triathlon était un sport dangereux !*

Je ralentis donc un peu pour éviter de rester à son contact (*j'ai trop peur car nous sommes dans un coin perdu de campagne, sans témoins*). Au bout d'une quinzaine de minutes j'arrive au ravitaillement du 3<sup>ème</sup> kilomètre et je bois copieusement (*c'est gratuit*). Je continue à courir et je m'aperçois avec effroi qu'il y a un jeune scout qui marche devant moi et qu'on pourrait penser que je le poursuis (*bien que je ne sois pas habillé en soutane*). Je continue en me décalant et je croise une charmante « *joggeuse du dimanche* » qui semble admirer ma foulée. Je sacrifie donc quelques secondes supplémentaires pour lui glisser mon 06. Elle me répond qu'elle préfère le concurrent Dassault N° 288 qui est passé longtemps avant. Hélas, lui dis-je, il est marié (*même si ce n'est pas vrai*) !

J'arrive ensuite dans la grande ligne droite en forêt avant la ville et, ô joie, je double enfin deux coureurs épuisés (*tout en me faisant doubler par le concurrent 280 qui a fini par prendre le départ*). Ca me remonte quand même un peu le moral et je décide de sprinter sur les 400 derniers mètres (*mieux vaut tard que jamais*).

Je franchis enfin la ligne d'arrivée sous les encouragements de ... personne. Les autres concurrents Dassault étant déjà en train de piller le buffet de l'organisation.

Nous nous regroupons ensuite sur le parking, membres de Dassault et accompagnants, pour les activités traditionnelles : Photos de groupe, apéro, baratin, grignotage, apéro, grignotage, baratin, apéro, apéro. Nous avons la bonne surprise de voir d'autres membres du club qui sont venus (en vélo) nous rejoindre et nous encourager : Pascal, Olivier, Nicolas (et j'en oublie sûrement). Ainsi que par quelques familles. Ce fut une course sympa, comme toujours à Rambouillet.

Blind Turtle



Les temps de notre « horde », bravo à toutes et à tous :

Class	dossard	NOM	Prénom	Sté	Classement		Natation		T1	Vélo		T2	Running		général
					Caté		temps	Class		temps	Class		temps	Class	
4	319	BOQUET	David	DA	HV1	1	00:06:46	8	00:01:57	00:25:57	2	00:00:28	00:19:43	8	00:54:51
8	288	DUPRE	Julien	DA	HS	6	00:07:23	25	00:02:13	00:28:41	23	00:00:42	00:19:24	5	00:58:23
9	311	DOUAUD	Lionel	DA	HV1	2	00:07:38	34	00:02:37	00:26:43	5	00:00:42	00:21:02	22	00:58:42
14	285	MAGNIEN	Aurélien	DA	HS	11	00:08:15	60	00:02:19	00:26:21	4	00:00:52	00:22:30	42	01:00:17
26	261	CALLEGARI	Stéphane	DS	HV2	2	00:08:51	99	00:02:32	00:29:20	29	00:00:39	00:21:26	27	01:02:48
37	282	TALAMONA	Claude	DA	HV2	4	00:07:28	27	00:02:44	00:29:03	26	00:00:53	00:24:22	77	01:04:30
50	268	CROCHON	Guillaume	DS	HS	26	00:07:05	16	00:03:11	00:31:46	66	00:00:52	00:24:09	73	01:07:03
81	312	LEMERCIER	Laurent	DA	HV1	32	00:08:05	50	00:04:01	00:34:28	124	00:01:05	00:23:46	63	01:11:25
91	283	GRANIER	Eric	DA	HV2	12	00:06:45	7	00:03:21	00:32:34	81	00:01:08	00:29:01	209	01:12:49
96	266	BLEICHNER	Matthieu	DS	HS	36	00:09:54	161	00:03:26	00:33:40	105	00:01:20	00:25:13	110	01:13:33
127	284	FEUILLATRE	Patrice	DA	HV2	18	00:10:59	226	00:04:11	00:33:15	93	00:00:55	00:26:29	147	01:15:49
150	262	MOLINER	Henri	DS	HV2	20	00:11:02	230	00:04:13	00:36:40	180	00:00:55	00:25:06	107	01:17:56
158	62	BOURDIER	Coralie	DA	FV1	9	00:08:13	58	00:04:13	00:35:30	155	00:01:44	00:28:39	200	01:18:19
167	286	DEL MEDICO	David	DA	HS	62	00:08:25	70	00:03:27	00:35:34	156	00:02:38	00:29:43	226	01:19:47
184	290	DOLIVET	Tanguy	DA	HV1	65	00:08:18	63	00:04:44	00:41:46	254	00:01:11	00:25:39	124	01:21:38
194	64	BOUTZEN	Lorianne	DA	FS	9	00:09:24	136	00:04:10	00:37:15	188	00:01:12	00:30:38	243	01:22:39
206	281	FREJAVILLE	Lionel	DA	HV2	29	00:10:50	217	00:05:26	00:37:04	186	00:02:19	00:27:46	181	01:23:25
212	63	TEBIB	Sabrina	DA	FS	11	00:09:27	141	00:04:45	00:35:35	157	00:01:08	00:33:55	274	01:24:50
213	287	CAVE	Damien	DA	HS	68	00:12:46	278	00:06:08	00:37:58	204	00:01:36	00:26:25	146	01:24:53
214	178	PIGEARD	Frédéric		HS	69	00:11:23	244	00:04:03	00:38:34	212	00:00:48	00:30:10	236	01:24:58
219	65	DUHAMEL	Fanny	DA	FS	12	00:09:18	127	00:05:23	00:37:25	194	00:01:50	00:31:29	251	01:25:25
229	263	LECLERCQ	Florent	DS	HS	74	00:09:48	150	00:04:40	00:40:40	242	00:01:02	00:30:12	237	01:26:22
231	57	PREUSS	Thanaële	DS	FS	13	00:09:20	132	00:04:26	00:40:02	232	00:01:00	00:31:51	257	01:26:39
232	168	BLANCHARD	Yannick		HV1	79	00:11:37	253	00:05:27	00:41:36	251	00:01:13	00:26:51	158	01:26:44
246	264	MALHERBE	Cédric	DS	HS	78	00:10:40	207	00:05:50	00:38:39	214	00:01:03	00:32:26	264	01:28:38
248	61	BARIANT	Laurence	DA	FV1	18	00:10:20	187	00:03:57	00:39:10	220	00:01:24	00:33:47	272	01:28:38
254	58	CAILLER	Corinne	DS	FV2	7	00:08:20	64	00:04:25	00:39:20	224	00:01:50	00:36:06	285	01:30:01
276	265	FOUQUART	Thibault	DS	HS	84	00:12:33	271	00:04:57	00:48:03	282	00:01:20	00:28:57	207	01:35:50
285	59	MORIN	Joelle	DA	FV2	8	00:12:19	266	00:04:50	00:40:26	238	00:01:15	00:41:01	293	01:39:51
293	60	RODILLA-FORMAN	Catherine	DA	FV2	9	00:11:25	246	00:05:47	00:55:28	290	00:01:51	00:38:00	290	01:52:31