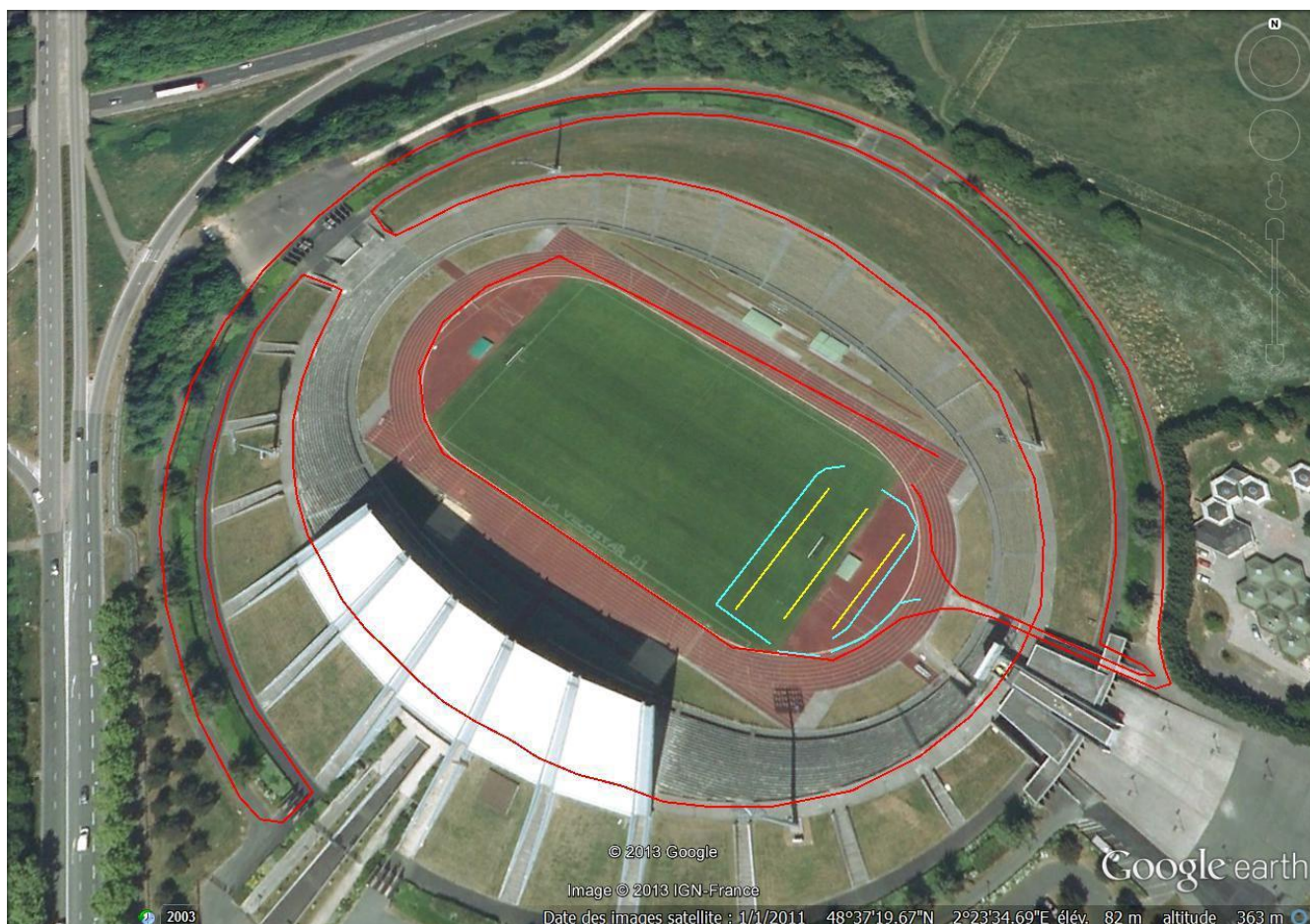


Duathlon du Stade de Bondoufle – « Ste Geneviève Triathlon » - dimanche 15 mars 2015



Ce dimanche se déroulait un sympathique duathlon (*S comme Sprint : 5K-20K-2,5K*) dans un magnifique (et imposant) stade situé au milieu de ... rien (bref, perdu dans la campagne entre Bondoufle, Courcouronnes et Fleury-Mérogis).

Les conditions météo, pour une fois, étaient idéales : froid, grisaille, pluie, vent. Comme il s'agissait d'une épreuve Duathlon « S » (*course à pieds, vélo de route, course à pieds*), notre bien aimé président, Lionel D. (*paix et bénédiction des dieux sur lui, puisse-t-il renoncer à la censure*) avait désigné 3 coureurs jeunes et rapides pour marquer des points : Clément, Raphael et ... lui-même. Hélas suite à un malheureux accident de ski fin février, où notre respecté leader s'est fait surprendre de l'arrière par un jeune anglais mal éduqué qui skiait à gauche, il a fallu trouver un remplaçant de dernière minute. C'est donc un autre coureur, jeune, vaillant, rapide et plein de fougue (*que nous surnommerons OJ, à l'anglaise, par souci de confidentialité*) qui fut trouvé pour le remplacer. Hélas, il y a eu un autre désistement de dernière minute : suite à un malentendu avec sa jeune fille au pair, originaire des pays de l'est, qui avait retirée tous ses vêtements (*pour les laver*) juste au moment où l'épouse d'OJ rentrait plus tôt du travail (*dans sa maison de Saint-Cloud*), et alors qu'OJ avait, lui aussi, retiré ses vêtements pour prendre une douche. Il a donc fallu trouver une autre roue de secours. C'est un autre Lionel, un peu boiteux et pas très véloce, qui fut désigné comme cata..., comme 3^{ème} équipier (*en désespoir de cause*).

Nous (les trois équipiers) avons décidé de nous rejoindre directement au Stade Robert Bobin de Bondoufle (*magnifique pyramide de béton ovale de pur style stalinien, entourée par un camp de roms, une zone industrielle, un champ de navets et une ville-dortoir déserte en ce dimanche*) avant le départ de la course « open adultes » (ou « adultes open », au choix) prévu à 14h00.

J'arrivai, pour une fois, avec un peu d'avance vers 11h45, juste au moment du départ de la course des garçons catégorie cadets. J'aperçois, de dos, Clément qui discute avec un groupe de trois jeunes sportives catégorie cadettes qui avaient fini leur propre course un peu avant. Je l'entends leur parler : « *Vous savez les filles, c'est bientôt le salon de l'érotisme à la Porte de Versailles. J'ai des places gratuites à vous donner si ça vous tente d'y aller avec moi. Ne vous inquiétez pas, vous pourrez passer le contrôle en vous habillant et vous maquillant comme des grandes. J'ai une voiture et je peux vous retrouver à la sortie de la ville le dimanche matin. De plus, comme je serai avec vous et que je connais les gars au contrôle, ça ira. Ne le dites pas à vos parents, surtout.* ». Je tente de dire bonjour à Clément qui, visiblement captivé par le désir de faire partager ses « *connaissances et son savoir* » à des jeunes, met pas mal de temps avant de s'apercevoir de ma présence. Je suis impressionné par son dévouement à consacrer son temps libre à une « *noble cause* » en tant *qu'éducateur bénévole*.

Nous retrouvons ensuite Raphael qui ramenait depuis le parking, tout seul et en équilibre sur son dos, ses propres affaires et celles de Clément (*sorte de bizutage auquel il est contraint, sous la menace, depuis des mois à ce qu'il dit*).

Nous comparons nos équipements respectifs (*aucune allusion*) et je m'aperçois que Clément possède un magnifique vélo de course des années 80 « *Douaud Style* » (*racheté 15 € dans une brocante*). Je suis également surpris par leurs tenues car ils portent des collants et des sous-pulls en acrylique noir sous leur trifonction (sans doute en prévision de la neige, toujours possible au mois de février en rase campagne). Sans doute, aussi, veulent-ils éviter d'exhiber leurs jambes et leurs bras exagérément musclés pour ne pas effrayer les autres concurrents.

Nous déposons les vélos dans le parc coureur (en placement libre, selon la place disponible). Nous commençons notre échauffement, après les palabres d'usage (*la mienne est plus longue que la tienne mais la tienne est plus rouge que la mienne, la mienne est plus vive, la mienne a réduit au lavage, la tienne semble prête à exploser, je n'ai pas encore reçu la mienne*) sur nos tenues trifonction.

L'échauffement en footing permet déjà d'apercevoir deux « techniques » dans notre équipe : le style « *lièvre économe* » des jeunes s'opposant à mon style « *tortue boiteuse* » d'homme mûr (*bon, ok, disons, bien mûr puisqu'OJ va en faire la remarque*).

Les concurrents se réunissent sur la ligne de départ (*nous nous mettons à l'arrière, vu le niveau relevé*), nous commençons à papoter (*ou, à pipeauter*) en observant les muscles arrondis de certaines concurrentes devant nous et nous sommes surpris par le brusque coup de sifflet du starter (*sans sommation*) et le départ en trombe du peloton. Après 2 à 3 secondes de réflexion, nous nous mettons aussi à courir (*plutôt à boitiller dans mon cas*). Je vois irrémédiablement les autres concurrents s'éloigner, puisque ça court entre 15 et 20 km/h (selon les participants) et que je plafonne à 12-13 km/h avec mon bandage.



Le parcours pédestre est assez « amusant » car on passe à différents étages du stade, avec de fréquents demi-tours et des croisements (*heureusement que c'est fléché, sinon on se serait égarés*). Le public, assis sur les gradins, nous encourage que l'on passe au dessus ou en dessous de lui (*sauf quelques gamins turbulents du coin qui sont visiblement la car leurs parents se sont débarrassés d'eux pour avoir la paix*). C'est plutôt « bon enfant » car personne ne contrôle si nous utilisons des raccourcis.

Ca se passe assez vite pour Clément en 20 minutes et 29 secondes (14,65 km/h), suivi comme son ombre par Raphael 9 secondes plus tard (14,54 km/h). *Note du président de la section : C'est quoi ces chronos pourris ? Il va falloir vous bouger le c.. bande de g..... !* Quant à moi (Lionel), je finis en 25 minutes et 45 secondes (11,65 km/h de moyenne, la honte).



Arrivé dans le parc, Clément aperçoit un magnifique vélo carbone, semblant abandonné, juste à côté de son vieux vélo alu. Il décide aussitôt d'emprunter le vélo neuf le temps de la course, se disant que son propriétaire n'y verra pas d'inconvénient et que ça lui fera gagner du temps. Il entend derrière lui des cris d'encouragement : « *Au voleur, mon vélo !* ». Ce qui le motive pour pédaler vite. Raphael n'a pas autant de chance et se voit réduit de courir avec son propre vélo ordinaire (*il nous a confié que les jeunes seraient mal payés au sein du département D., ce que nous avons du mal à croire*).

La partie vélo se déroule dans la zone industrielle qui borde l'ouest du stade. Nous parcourons 3 fois une boucle de 6,6 km qui a une portion lente (vers le nord avec le vent de face) et une portion rapide (vers le sud avec le vent dans le dos). Il y a même deux pièges dangereux dans le parcours : un demi-tour étroit sur la route en épingle à cheveux (source de chutes) et un passage en bordure du camp de roms qui occasionne parfois des disparitions inexplicables de vélos et de concurrents (*ça fait toujours des places de gagnées au classement général*).

Quelques groupes se sont créés puisque le drafting (s'abriter derrière un autre coureur) est autorisé. J'ai du mal à trouver un groupe assez lent pour moi car mon rythme est en « accordéon » : de 22-23 km/h avec le vent de face à 38-40 km/h avec le vent dans le dos (ça donne l'occasion de passer les vitesses). Je vois passer Clément qui sprinte à 40 km/h de moyenne sur son beau vélo carbone, suivi par un sympathique supporter qui l'encourage : « *E....., rends moi mon vélo !* ». Je note aussi que Raphael pédale un peu moins vite que Clément car il semble « hypnotisé » par la position en selle des concurrentes n° 450 et 508, les petites Marie, qu'il suit comme son ombre à 5 cm de leurs roues arrières. Je décide de boire un peu du Loupiac que j'ai mis dans ma gourde pour me donner du courage et lutter contre le froid.



Je commence à être pris de crampes au milieu du deuxième tour de vélo (*sans doute du fait d'un régime alimentaire pas très équilibré et du Loupiac trop frais*) mais je finis par trouver un groupe qui avance à un rythme acceptable et je m'y accroche. Hélas, au bout de 2 minutes, ce groupe retourne au Stade car ils ont fini leur 3^{ème} tour et je me retrouve très seul sur la route. J'arrive néanmoins à doubler un concurrent en perdition (*Didier de son prénom*) qui restera dans mon souvenir comme la seule personne que j'aurais réussi à dépasser à la loyale au classement général.

Je double également deux concurrentes venues visiter le coin et qui ont déjà un tour de retard, escortées par la moto-balai. Je finis, enfin, par boucler mon 3^{ème} et dernier tour et je rejoins le stade. Au repère de la ligne et en voyant l'arbitre, je saute de mon vélo et je me retrouve immobilisé pendant deux minutes, comme une statue de marbre, par de sévères crampes aux mollets.

Je finis, enfin, par me décrisper un peu après m'être auto-pratiqué un massage relaxant des jambes (*en faisant des mouvements amples et doux de palper-rouler, du bas vers le haut, longs, profonds et puissants*) avec une crème à la menthe, aux algues et à l'hamamélis (*j'en ai toujours un tube sur moi, avec d'autres bricoles, on ne sait jamais sur qui on peut tomber*). Je rentre au parc vélo et je remets, tant bien que mal, mes chaussures de running.

Pendant ce temps, mes deux co-équipiers ont déjà pu finir leur deuxième course à pieds à travers le stade en un peu plus de 10 minutes (le pauvre Clément ayant abandonné, à contrecœur, son beau vélo carbone et Raphael ayant pu désenfler, suite à une paire de baffes reçue dans le parc pour une raison inconnue).



Je me sens très seul sur le dernier tour du stade. D'autant plus que les organisateurs sont déjà en train de démonter le balisage et de ranger les barrières. Les jeunes du coin m'encouragent en me voyant passer : « Hé m'sieur, du shit ? de la beuh ? des extas ? ». Je renonce au commerce équitable local et je finis, enfin, par rejoindre l'arrivée sous les encouragements de mes deux co-équipiers qui se réveillent juste à temps pour me lancer « Enfin ! On allait prévenir le SAMU ! ».



Nos classements ne sont pas mirobolants (surtout qu'il n'y avait que 205 participants), mais l'essentiel est d'avoir participé comme disait Pierre de Coubertin (*note du Président : quel looser ce Pierre*).

Nous rejoignons le buffet destiné aux coureurs. Il ne reste plus grand-chose : trognons de pommes, quartiers d'oranges déjà sucés, demi-sucres, eau de la fontaine de Fleury-Merogis.

Nous rejoignons ensuite nos véhicules (après avoir récupéré nos affaires). Sur le parking, Clément aperçoit un « pote » qui tient un beau vélo carbone. Il fait signe à Raphael : « Viens, on se le fait ! ». Ils courent sur lui, le passent à tabac, et Clément lui pique son vélo (*je ne m'en mêle pas par timidité, je les attends juste en surveillant leurs affaires, de plus son vélo carbone convient bien à Clément*).

Au moment de partir, mes deux jeunes équipiers me demandent si je peux leur passer un peu d'argent (400 ou 500 €) pour faire le plein d'essence de leur 208. Ils me disent que les jeunes sont mal payés à la D.. Je leur passe donc un billet de 500 € qu'ils promettent de me rendre « *un de ces jours, à l'occasion, on verra* ».

Juste à la sortie du Stade, Raphael aperçoit un gars qui attend dans le bois à côté de 2 Porsche Cayenne noirs. Il sort pour discuter avec lui et revient nous voir : « *J'ai trouvé un job complémentaire. Ce gars fait des navettes en voiture, le week-end, entre Fleury-Merogis et le Maroc et il cherche des chauffeurs. A l'aller on emmène des évadés de la Centrale et au retour on ramène des sacs de farine. C'est bien payé, car je ne gagne pas beaucoup à la D..* ». Il promet de nous raconter son premier voyage par écrit et de faire profiter d'autres jeunes triathlètes de sa bonne combine.

Lionel F., boíteur amateur

Le classement de la course. Le temps du parcours vélo inclut la durée des deux transitions :

Class.	NOM	Prénom	Cat.	Global	CàP1-5K	Cl1	Vélo-20K	Cl2	CàP2-2,5K
101	VASSEUR	Clément	SH	01:03:44	00:20:29	104	00:32:39	99	00:10:34
121	ZAMORA	Raphael	SH	01:05:52	00:20:48	115	00:34:15	127	00:10:48
180	FREJAVILLE	Lionel	V3H	01:22:09	00:25:45	181	00:42:16	180	00:14:07