

Triathlon Aix-les-Bains Sept 2017 par Cristelle H.



L'épreuve qui commence à devenir récurrente (3ième année que je la fais) – Aix-Les-Bains ! Petite variante cette année : en relais ! Je me souviens d'Alice qui avait fait son relais à Bandol...

Je fais la natation et la CAP ce qui me permet de finir le tri donc avec moins de ressenti d'inachevé (je l'espère)... Mon coéquipier Lionel Gotti est à fond pour la partie vélo!!

Température idéale, même pas de pluie comme annoncé. Comme d'habitude, petite montée de stress au moment de la récupération des dossards. Finalement, le relais c'est comme un individuel sauf qu'on s'échange la puce. Je n'ai pas fait de tri depuis Cublize et j'avais zappé la partie où on n'est plus « marqué ». L'emplacement du parc à vélo a changé et la partie natation se fait après le ponton et la cap 2 boucles le long du lac (ce qui évite les 4 boucles habituelles). Finalement, je ne verrai aucun Trialpin avant le départ, ni dans le parc à vélo, ni au départ de la natation.

Les relais partant 5 minutes après les hommes, je suis dans l'eau quelques minutes avant le départ avec une cinquantaine de nageurs autour de moi : c'est très étrange mais agréable car on va éviter le bouillon du départ ☺. C'est un relais alors je pars au max (c'est-à-dire en mettant les jambes ☺) ce qui est bien plus facile que d'habitude vu qu'il n'y a pas foule. Au bout de 100 m, je suis déjà toute seule et quand je relève la tête, je vois quelques nageurs éparpillés et je ne vois pas la bouée ☹... Ce n'est qu'au bout de 200-300 m que je me rends compte que je suis bien trop à droite et récupère quelques pieds pour prendre la bouée in extremis à ma droite. La suite se fait sans encombre et je passe les derniers 500 mètres à doubler des bonnets blancs (hommes en individuel). Ça doit commencer à être long pour eux. Je me dis que je n'ai pas trop mal tourné... finalement, pas si bien que ça vu que je sors en 26ème position relais en 27:48...

Transition méga rapide (52 sec... ça fait rêver) et je prends le temps d'enlever la combi, me sécher, mettre ma trifonction et même aller faire pipi ☺... On a visé 1h05 sur la partie vélo car Lionel ne pense pas passer en dessous de l'heure. Après quelques tours à trotter dans le parc à vélo, le 1^{er} (Hervé Faure) arrive talonner par le 2ième. C'est là qu'on apprécie le relais, tu vois tout le monde passer – je vois les 1^{er} trialpins (que j'encourage mais eux ne me voient pas sur le côté) juste avant que Lionel n'arrive. Les 1^{er} relais arrivent ainsi que Lionel qui finalement fait un super temps en 59:58 !!

Gros coup de pression car il a remonté énormément de relais (16 exactement ☺) et j'ai tout intérêt à bien courir pour ne pas perdre de place. Comme je n'ai pas couru depuis 2-3 semaines suite à la chute en vélo, j'ai quelques appréhensions. Mais galvanisée par le super temps vélo, ça me rebooste et le 1^{er} kilo à 4:30 passe bien donc faut tenir l'allure. J'ai presque honte quand je double les gens et j'ai envie de

dire, « désolée, je ne suis qu'un relais ! »... Je croise tout le monde : Bastien, Gilles, Olivier, William et Vincent. On voit là toute la différence avec/sans vélo. Les jambes sont bien là et je boucle les 11 km en 49:27 (je ne perds « que » 3 places...).

Au final, super expérience, on s'est bien fait plaisir. 2H19, 13^{ème} / 50 relais et une 3^{ème} place en mixte ! Dommage seules les 1eres équipes homme/femme et mixte étaient récompensées !! Pas de récompenses ☺ !

Petit debrief en fin de parcours : Gilles qui s'est vautré (belle cuisse au passage...), Olivier qui expérimente ses nouvelles roues, Julien qui revient dans « mon » club ☺ et Bastien (fils de Jaco que je ne connaissais pas)... bref, les trialpins dans toute leur splendeur ☺ ! Très belle expérience ! A refaire !