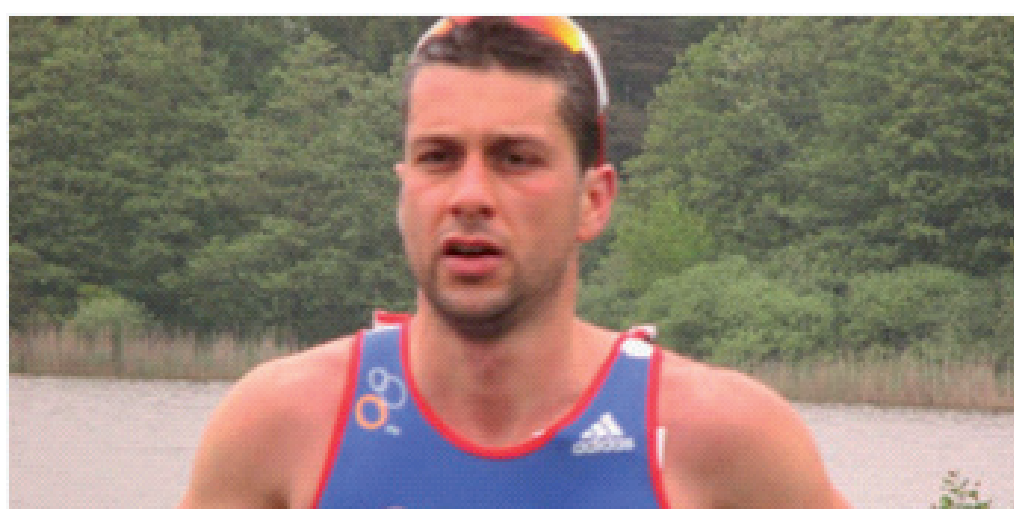


BILAN DES CHAMPIONNATS DU MONDE DU TRIATHLON LONGUE DISTANCE BELFORT 2013 (TÉMOIGNAGE DE FRÉDÉRIC THIEBAUD)



Le samedi 1er juin dernier se sont déroulés les championnats du monde de triathlon longue distance à Belfort. La course comprenait 3 km de natation dans l'étang du Malsaucy, 120 km de vélo avec l'ascension du ballon d'alsace et ses portions à 15% et 30 km de course à pied. La compétition regroupait les professionnels (élites) ainsi que les amateurs (groupe d'âges). Frédéric Thiebaud participait à cette course en tant qu'amateur dans le groupe d'âge 30-34 ans, et pour l'occasion était sponsorisé par le LEMTA.

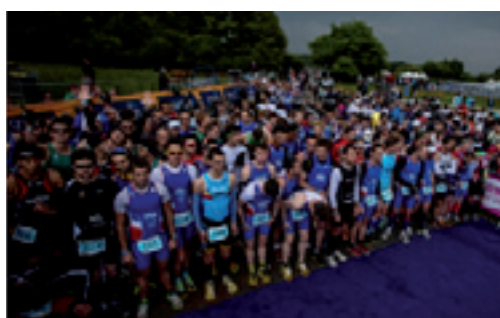
Première surprise la veille de la course : devant les conditions climatiques très difficiles persistantes depuis plusieurs semaines, (8 degrés et pluie) la natation est annulée est remplacée par un 10 km de course à pied, le vélo est réduit à 90 km et la course à pied passe de 30 à 21 km. En résumé, nous voilà finalement engagé pour un duathlon longue distance 10 km/90 km/21 km.

Nous sommes 1021 concurrents amateurs à prendre le départ sous forme de vagues successives. Nous trouvons beaucoup d'anglais, des américains, japonais, néerlandais, néo-zélandais, brésilien, etc. à braver le froid belfortain.

N'étant pas spécialement bien préparé pour la course je pars prudemment pour le premier 10 km à pied. Celui-ci ne se passe pas trop mal et j'arrive au parc à vélo en 119ème position avec un temps de 37 minutes. Le début du vélo est difficile : le froid m'empêche de tourner les jambes correctement et je perds beaucoup de places sur mes concurrents directs. Au bout de 50 km j'attaque la montée du ballon d'alsace dans le dur. Je bascule au sommet du ballon bien fatigué où il fait... 3 degrés et toujours la pluie. La fin du vélo se fait en groupe et je pars pour la course à pied en 486ème position, très loin donc !

C'était sans compter la seconde course à pied ou certains athlètes qui ont clairement roulés au dessus de leurs moyens se retrouvent en perdition à leur tour. Je cours les 21 km en 1h28, rattrapant au passage environ 200 athlètes et je finis à la 285ème place en 5h21.

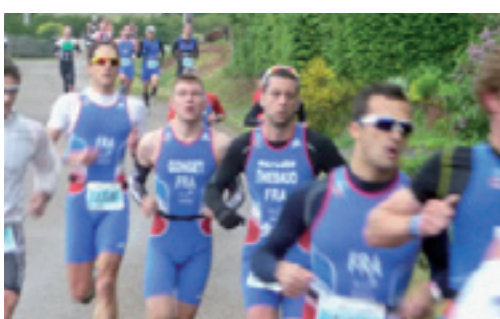
Même si la performance n'est pas terrible j'ai été ravi de participer à cette course prestigieuse et je remercie vivement le LEMTA de m'avoir soutenu financièrement pour cette course.



Départ de la course amateur (30-34ans)



Mon vélo dans le parc à vélos



1ère course à pied (km 5)



Fin de la 1ère course à pied avec un américain



C'est parti pour le vélo



Fin de la course (il était temps !)