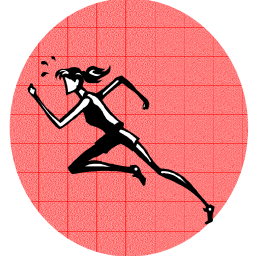


# Beauvais Tri'bune



Juin 2007



Année 1, n° 3

## Dans ce numéro :

- Edito: 35h par semaine **1**
- Roman – photos : triathlon de Paris **2**
- A vos agendas: programme de compétitions **2**
- Les résultats **3**
- En vrac... potins et carnet rose!! **4**
- Infos pratiques **4**

## 35 heures par semaine!

Cet article n'a aucune prétention politique ou syndicaliste... Même si cela aurait donné matière à occuper les discussions (et l'esprit d'Hervé) en footing, laissons de côté les sujets fâcheux pour se recentrer le débat sur ce qui doit être notre préoccupation première à tous: L'ENTRAÎNEMENT!!... C'est bien ça, non, on m'aurait menti?

Trêve de plaisanterie, le sujet de l'édito de ce numéro de Tri'bune a germé de la lecture du site Internet d'un néo-Beauvaisien élite. La page d'accueil plante en effet d'emblée de décor: « *Fred Belaubre, triathlète élite, de 30 à 35h d'entraînement par semaine...* »... 35h d'entraînement en 7jours...Je ne sais pas si ça vous fera le même effet que moi ou si je vis encore au pays des bisounours mais ces données chiffrées m'ont un peu impressionnée. Et ce d'autant plus qu'en regardant le détail des séances... on sent déjà monter les courbatures!

Journée type: réveil 8h15... jusque là tout va bien, limite grasse mat' le sportif!

10h: 1h de footing... là ça va encore bien, enfin bien sûr, à 17km/h on est tout de suite moins à l'aise.

12h: c'est parti pour 1h30 de natation...

mal aux bras!!

Repas + SIESTE... c'est ça qu'on aime! (Post-it: demander à Laurent s'il ne reste pas une place dans l'équipe élite!)

A peine les yeux ouverts et déjà sur le vélo pour une petite sortie de 2h30... là, forcément on commence à être franchement fatigué!



On demanderait volontiers un ou deux jours pour récupérer et assimiler mais il paraît que ce n'est pas prévu dans le programme. Sur le plan d'entraînement, bizarrement, après une bonne nuit de sommeil (pas maso quand même le garçon), il remet ça... Tout d'un coup, le côté

touristique du triathlon de haut niveau avec des épreuves aux quatre coins du globe et les avantages basement matériels du sponsoring asics (adidas pour lui d'ailleurs) et Look sont assombrés par une grosse dose de courbatures... en fait, c'est dur d'être triathlète élite!! Petite conclusion à la limite de la Lapalissade pour ne pas oublier que le talent, même s'ils est essentiel, ne fait pas tout... et pour que le triathlète Lambda puisse encore rêver à de grands podiums... et si je m'entraînais autant que Fred Belaubre... et si, et si, et si...



# Roman - photo: Triathlon de Paris

## Triathlon de Paris: courte distance (03 Juin)

Pas moins de 20 Beauvaisiens avaient fait le déplacement ce dimanche matin pour participer à la réédition du triathlon de Paris... Le soleil, la température clémente (après 2 week-ends pluvieux et froids!) et des spectateurs venus en nombre ont vite fait oublier le réveil à l'aube!!



Après une belle natation dans la Seine (propre!!), Laurent est le premier « rouge » à sortir de l'eau suivi de Perrine, Matthieu et Julien qui ont manifestement nagé en peloton... Bonne tactique pour rouler ensemble (drafting autorisé) sur le parcours cycliste ultra-rapide de la capitale... sauf lorsque l'on part sans son casque et que le demi-tour et la traversée du parc contraignent l'étourdi à chasser derrière le paquet durant une bonne partie des 40kms... Fidèle à notre ligne éditoriale, nous ne dénonçons pas cet individu... dévoilant tout au plus ses initiales (MD)...

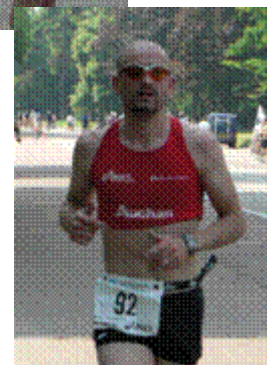
Alors que devant, Charly Loisel posait le vélo en tête, les spectateurs regardaient un peu interloqués les bénévoles (merci à eux) s'époumoner pour aiguiller les cyclistes sur un parcours visiblement bien compliqué... les coureurs beaux-

vaisiens, concentrés et attentifs au briefing, ne se sont rendus compte de rien...

Autre petit bémol à cette belle organisation (on reconnaîtra là mon petit côté M.L.F), nos féminines ont subi tout le long du parcours cycliste les foudres des arbitres car elles n'avaient le droit de draft qu'entres filles... Sachant qu'il n'y avait que 60 filles pour 600 participants et qu'il est bien difficile de ne pas se retrouver dans un paquet sur un parcours en ville étroit et en 3 tours... ce n'était pas la meilleure manière pour encourager les femmes à la pratique du triathlon... Sophie a ainsi été disqualifiée (elle finira cependant la course dans un très bon temps et avec le 4ème temps féminin à vélo devant des filles participant aux grands prix!!).

A pied, Matthieu s'est rappelé à ses bons souvenirs de coureur sur route pour prendre la tête des troubles Beauvaisiens devant Grégory (9ème temps vélo!) et Julien. Pour leur courte mienne distance, Séb, Sandr (le temps féminin à pied!), Perrine et Catherine ont rempli leur objectif, aidés par les encouragements de nombreux spectateurs beaux-vaisiens dispersés sur le parcours!!

En résumé: belle journée de triathlon: réservez votre week-end pour l'an prochain!!



1	DEGHAM Toumy		1:49:42
43	DEWANCKELE Matthieu	1 VIM	2:04:59
49	VERSCHUERE Grégory	5 SEM	2:05:41
61	GADRET Julien	9 SEM	2:07:16
77	HERBET Laurent	17 SEM	2:10:00
142	COTTEL Patrick	23 VIM	2:14:56
203	TOURILLON Thierry	41 S3M	2:18:31
207	SOLER Jean-Sébastien	19 S1M	2:18:56
227	BEAUVAIS Sandra	4 S2F	2:20:02
239	HENNEBERT Frédéric	8 V3M	2:20:38
250	LIXON François	3 JUM	2:21:25
293	BOULIONG Fabrice	59 S4M	2:24:22
393	DELHOUME Catherine	3 S3F	2:33:58
406	JORELLE Jacky	8 V4M	2:36:04
414	BAUWENS Joël	22 V3M	2:36:55
511	MOLO Perrine	6 S1F	2:50:28
542	MOLO Catherine	4 V2F	3:01:40
554	THIBAUT Jean-Marc	97 V1M	3:33:20

## A vos agendas !!

\* **17 Juin: Le Val St Père (50)**

Triathlon de la baie du Mt St Michel CD + Avenir + Sprint

\* **23 Juin: Attichy** Triathlon avenir

\* **01 Juillet: Etaples (62)** CD

\* **01 Juillet: Soissons (02)** CD + avenir

\* **07/08 Juillet: Beauvais** avenir + découverte + sprint

\* **15 Juillet: Lorient** Champ du monde LD

# Les résultats

Année 1, n° 3

## Triathlon de Saint-Leu (06/05/07)

1	LE HIR Nicolas	0:58:12
7	MARCHAND Mathieu	1:01:43
9	BONNAL David	1:02:16
17	GALBOURDIN Emmanuel	1:03:44
22	LOYER Lucien	1:04:28
28	SABIN Daniel	1:05:04
31	JANSON Loïc	1:05:27
34	DE BOCK Nicolas	1:05:41
39	PERRAGUIN François	1:06:27
40	HERBET Laurent	1:06:28
51	VERSCHUERE Grégory	1:08:20
54	GADRET Julien	1:08:32
56	DEWANCKELE Mathieu	1:08:39
59	NEVEU Jérôme	1:08:54
79	MARECHAL Daniel	1:11:29
83	BONNIEC Olivier	1:12:05
86	GORLIER Fabian	1:12:21
93	HOUZET Bruno	1:13:04
97	TOURILLON Thierry	1:13:25
102	CAZIER Gaël	1:14:17
103	MONTALVO Diego	1:14:27
109	HENSSIEN Sophie	1:14:53
114	SOLER Jean-Sébastien	1:15:32
116	BLOT Jean-Jacques	1:15:46
118	COTTEL Mathilde	1:16:01
123	HENNEBERT Frédéric	1:16:24
124	DECRESSIONNIERE Vincent	1:16:25
138	DELAFONTAINE Marie	1:18:11
144	BEAUVAIS Sandra	1:18:56
157	PERONNE Evelyne	1:21:06
159	JORELLE Jacky	1:21:35
160	CHADER Tiphanie	1:21:48
182	DELHOUME Catherine	1:25:57
183	MOLO Perrine	1:25:57
186	BAUWENS Joël	1:26:26
200	BRIERE Bernard	1:29:56
202	DAUVILLON Christophe	1:30:25
208	LACOTE François	1:33:08
217	MOLO Catherine	1:36:43

## Triathlon de Saint-Quentin (08/05/07)

Beaucoup de vents, de pavés et une eau à 14°C !!

1	MARTIN Nicolas	1:07:08
8	GALBOURDIN Manu	1:11:30
10	LOYER Lucien	1:12:47
12	JANSON Loïc	1:13:12
18	DE BOCK Nico	1:15:09
24	VERSCHUERE Grégory	
31	PERRAGUIN François	
48	HOUZET Bruno	
49	NEVEU Jérôme	
53	CAZIER Gaël	
55	TOURILLON Thierry	
75	DELAFONTAINE Marie	2ème F
101	MOLO Perrine	7ème F
113	MOLO Catherine	14ème F
117	DEROUSSEN Bénédicte	17ème F

## Les foulées de la rue (19/05/2007):

10km... enfin un peu plus pour Manu et Daniel!!

1	KISANG David	29:21
5	VAN HOUTTE Franck	1 VIM 35:08
7	DEWANCKELE Matthieu	5 SEM 35:24
16	GALBOURDIN Manu	9 SEM 35:57
31	SABIN Daniel	17 SEM 37:07
51	BEAUVAIS Sandra	4 SEF 38:19
75	PARRAGUIN Ronan	6 CAM 39:42
76	CAZIER Gaël	36 SEM 39:42
79	SOLER Jean-Sébastien	4 JUM 39:56
84	BOULIONG Fabrice	40 SEM 40:04
164	MONTONNEAU Alexandre	84 SEM 43:38
185	ECKELOO Francis	46 VIM 44:06
204	HENNEBERT Frédéric	15 V2M 44:56
305	DELHOUME Catherine	13 SEF 47:29
309	PERONNE Evelyne	5 VFI 47:41

## Triathlon de Longueil-ste-Marie (20/05/2007): sprint par équipe

De la pluie, beaucoup de pluie... mais très sympa quand même!!

ROBART D. / BAHEUX T. WALLOIS  
W. / GUEDET E.

1	HERSANT L.	Team Baie de Somme	1:00:18
	MARCHAND M. / BONNAL D.		
3	JANSON L. / LOYER L.		1:03:26
	GADRET J. / SABIN D.		
6	VAN HOUTTE F.		1:06:25
	PHILIPPEAU P. / COTTEL P.		
	GORLIER F. / TEDESCHI P.		
12	VANDAELE L.		1:13:55
21	CAZIER G. / BONNIEC O.		1:18:07
22	LE VAILLANT V. / BEAUVAIS S.	3ème F	1:18:48
	MOLO P. / BONNIEC I.		
	DELHOUME C / MARCHAND C		
36	DELAFONTAINE M.	5ème F	1:27:50

## Triathlon de Pimprez: (27/05/07)

Super-Sprint

1	MANABRE Gwendal	35:49
3	PERRAGUIN François	1 JUM 38:11
8	DUBOIS Aurélien	1 MINM 41:14
10	LIXON François	2 JUM 42:00
12	COTTEL Mathilde	1 CAF 42:43
24	DELHOUME Catherine	1 SEF 45:24
30	RANSON Eric	13 SEM 47:55
32	MOLO Perrine	3 SEF 48:04
40	ECKELOO Francis	3 V3M 1:05:41
49	MOLO Catherine	2 V2F 1:06:27
59	THIBAUT Jean-Marc	6 VIM 1:06:28

## Avenir

4	HERTOUT Pierre	8:56
12	CAZIER Chloé	2 PF 10:58
2	HERTOUT Alice	1 BENF 18:58

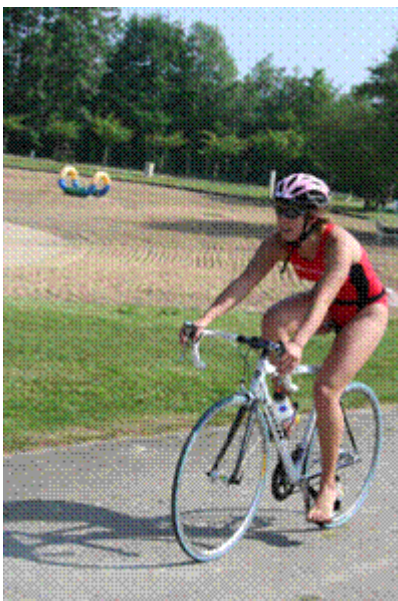
## Courte Distance

1	VIENNOT Cyril	1:52:14
5	BONNAL David	2:01:29
6	LOYER Lucien	2:01:43
8	JANSON Loïc	2:02:10
9	SABIN Daniel	2:02:15
10	GALBOURDIN Manu	2:02:20
15	VAN HOUTTE Franck	2:04:19
34	VERSCHUERE Grégory	2:12:33
35	NEVEU Jérôme	2:12:37
36	HERBET Laurent	2:13:06
43	Dewanckele Matthieu	2:15:30
45	CAZIER Gaël	2:17:06
47	MEUNIER Fred	2:17:12
49	TEDESCHI Pierre	2:17:23
56	MASURE Samuel	2:19:01
66	TOURILLON Thierry	2:20:41
81	HENNEBERT Frédéric	2:25:11
96	BLOT Jean-Jacques	2:30:48
99	BOULIONG Fabrice	2:32:04
101	DELAFONTAINE Marie	2:32:55
111	PERONNE Evelyne	2:37:11
114	LEDOUX Jacques	2:39:09

N'apparaissent pas dans les classements Daniel Maréchal, Nico de Bock, Bruno Houzet, Patrick Cotel... qui ont finis congelés ou à l'infirmerie... vive le triathlon en Picardie !

## Triathlon de Troyes (03 Juin): 3/83/21

23	VAN HOUTTE Franck	4:35:04
135	CAZIER Gaël	5:03:45
218	FAUCHEUX Jean-Noël	5:22:23
238	HOUZET Bruno	5:27:33



## En vrac...

### Encore et toujours des résultats...

#### Championnats de France jeunes:

Grâce à leurs brillants résultats au triathlon de Beauvais, plusieurs jeunes Beauvaisiens ont eu le privilège de pouvoir représenter le club aux championnats de France organisés à Saint-Cyr (région poitou-Charentes) le 19 Mai.

- \* Charlotte Morel 1ère (junior F)
- \* François Perraguin 50ème (junior M)
- \* Sophie Drofiak 23ème (cadette)
- \* Tiphonie Chader 47ème (cadette)
- \* Aurélien Dubois 63ème (minime M)
- \* Mathilde Cotel abandonne à vélo après une natation très... brutale!
- \*

#### Championnats de France UNSS:

- \* Fabian Gorlier: 18ème cadet
  - \* Ronan Perraguin: 21ème cadet
  - \* Basile Gorin: 17ème junior
  - \* Chader Tiphonie: 8ème cadette
- Lycée Félix Faure: 7ème par équipe.

### A chacun sa dizaine...

En regardant la liste des inscrits au triathlon de Saint-Leu, une petite anecdote « mathématique » m'est apparue...

Ainsi, beaucoup des triathlètes beauvaisiens ont une date de naissance dont le dernier chiffre est un 7... seules les dizaines variant (non, je n'ai aucun trouble obsessionnel des chiffres... quoi que...!) En d'autres termes, comme nous sommes en 2007, toutes ces personnes vont passer cette année dans la dizaine supérieure! En me prenant au jeu, voilà ce que j'ai trouvé...

**1947 (60 ans)** Jean-Jacques Blot, Régine Tisserand

**1957: (50 ans)** Joël Bauwens, Christian Delafontaine, Pascal Savary, François Lacote

**1967: (40 ans)** Patrick Pages, Jean-Marc Thibault, Thierry Tourillon, Decressionnière Vincent

**1977: (30 ans)** Nico De Bock, Pierre Tedeschi, Grégory Verschuere, Catherine Delhoume, Matthieu Dewanckele, Delphine Pelletier, Estelle Patou, Cornélia Vernay

**1987: (20 ans)** Perrine Molo, Clémence Marchand, Jean-Séb Soler

**1997: (10 ans)** Pierre Hertout

**2007:** Gaspard Houzet-Andrieux, Alex Fournier, Marion Châtelet



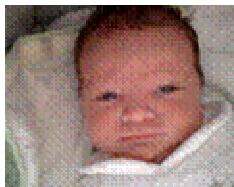
**BON ANNIV' A TOUS en retard ou en avance (et aux autres nés sous le signe du 7 et que je n'ai pas cités... !)**

### Carnet Rose

#### Encore et toujours des bébés!!

Hervé et Christelle ont donné une petite sœur à Emma:

Marion Châtelet



Aux antipodes, un petit Alex fait la joie de ses parents, Eddy et Carrey !

### Infos pratiques

#### Horaires des entraînements:

Natation: piscine Argentine

Mardi 11h30-13h30  
Mercredi 20h30-21h30  
Vendredi 11h30-13h30  
Vendredi 19h30-20h30  
Samedi 11h30-13h30

#### Course à pied:

Mardi 18h30 (RDV Plan d'eau)  
Jeudi 18h30 (RDV Stade)  
Mercredi 19h30 (RDV piscine)  
Vendredi 18h30 (RDV piscine)

#### Vélo: RDV Théâtre

Dimanche 9h00  
Plusieurs groupes de niveaux sont formés, n'hésitez pas à venir!

#### **ATTENTION:**

**Les créneaux de natation en plan d'eau à Saint-Leu d'Esserant sont pour l'instant suspendus... Vous serez tenus au courant d'une éventuelle reprise de ceux-ci par affichage à la piscine!**