



LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°11

Bonjour à vous tous !!

Natation en eaux libres à Arc sur Tille :

C'est reparti pour le traditionnel rendez-vous du mercredi soir à partir de 18h30.

Ce n'est pas un entraînement encadré mais l'occasion de nager en combinaison dans une ambiance conviviale.

Important : La baignade n'est pas autorisée dans le plan d'eau d'Arc sur Tille. Le club de voile tolère notre présence à condition, pour des raisons de sécurité évidentes, que nous ne nagions pas pendant les heures d'ouverture du club. (fermeture officielle : 19h soit la possibilité de nager à partir de 18h30)

Point infirmerie :

Des nouvelles de nos blessés (ci-dessous leurs mails) :

FX Ronnet :

Je te remercie de prendre des nouvelles. En fait, je souhaiterais profiter de ce mail pour saluer chaleureusement toutes les personnes qui se sont soucies de ma santé ... et elles sont nombreuses ! Je suis encore surpris par ce véritable élan de gentillesse à mon sujet ! 2 mois après mon accident j'ai toujours des messages de soutien et d'encouragement.

J'avais dit peu de temps après ma chute que nous pratiquions un sport formidable dans un grand club, et bien je confirme ! Les valeurs humaines ont été très fortes et sincères.

Je suis heureux de dire que je vais bien, que ma fracture se consolide normalement ce qui me permet de marcher sans béquilles depuis 2 jours (j'en garde 1 au cas ou).

De plus, j'ai demandé à reprendre le travail dès ce lundi 10 mai. La fatigue générale s'estompe et j'ai maintenant grand besoin de reprendre mes marques sociales, professionnelles et ...

RESULTATS : **TRAIL DU TACOT**

Belle représentation du club et magnifique 2^{ème} place de Vincent Gremeaux derrière Benjamin Petitjean

Les places de nos triathlètes :

2^{ème} GREMEAUX Vincent
 12^{ème} CLEMENT Aurelien
 44^{ème} BRESSON Thierry
 46^{ème} SIRI Christiane (1^{ère} F)
 47^{ème} BRAZILLIER Philippe
 53^{ème} FOUCAULT Cedric
 63^{ème} COLLADO Didier
 71^{ème} BOURCIER Laurent
 121^{ème} PONS Chrystel (3^{ème} F)
 195^{ème} BALIZET Philippe
 197^{ème} GIRARD Laurence
 235^{ème} PONS Caroline
 Sur 383 classés

TRIATHLON SPRINT DE VICHY

David Gaumont termine à une belle 10^{ème} place en 1h 04mn 53s sur 185 classés

TRAIL SHOW BOUILLAND

Victoire de Celine Taïana qui termine 4^{ème} au scratch (chapeau bas) d'une course gagnée par son frère Benoit Augueux
 Autre dijonnais Laurent Herbert (12^{ème})



LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°11

intellectuelles ! Parler toute la journée pendant 2 mois à son Labrador favoris c'est sympa mais ça reste limité :)

Je vais aussi profiter de l'ouverture de la piscine olympique pour reprendre la natation ou quelque chose qui s'en approche. Pour le vélo, j'attends que les journées sont plus radieuses pour mettre le home trainer dehors et en profiter pour parfaire le bronzage !

Quant à la course à pied, ça me manque mais là il va falloir être très, très patient.

Encore un énorme merci à tous et à très bientôt sur les courses (en tant que spectateur)

F-X (maintenant dans la catégorie des - de 80 kg !)

PY Mauron :

Merci de prendre de mes nouvelles.

Le mois d'avril fut un peu pénible, douleur dans l'épaule à chaque mouvement, un bras pour tous faire et surtout 35 jours sans sport pour un drogué aux endorphines c'est dur.

Mais j'ai retiré les anneaux le 5 mai et repris la course à pied le 6 sans grosse douleur, pour le vélo il faut encore attendre car les vibrations pourraient fragiliser le cal osseux et enfin la natation je tente un essai mardi 11 donc à voir.

Retour sur le triathlon de Montbard :

Plus de 40 participants du club sur les épreuves Avenir, Découverte et Sprint.

Il faut retenir une forte participation des jeunes (6 poussin(e)s et 3 benjamin(e) sur les épreuves Avenir), 5 minimes et 1 cadet sur le Découverte et 2 juniors et 3 cadettes sur le Sprint.

Podium pour Adrien Alix sur le Sprint et pour Simon Ruch sur le Découverte

Vous trouverez les résultats complets sur le site du club.



LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°11

Bienvenue à Yvette : une aussie chez les triathlètes dijonnais

Yvette Fischer est une triathlète australienne de 28 ans originaire de Canberra. Elle profite de son passage en Europe pour venir renforcer (gratuitement) notre équipe féminine de D2. Nous ferons plus amplement connaissance d'elle lors d'une prochaine lettre d'info

D2 féminine :

1^{ère} manche à Saint Cyr le dimanche 16 mai à 10h

L'équipe qui représentera nos couleurs :

Anaïs Marguerite, Celine Taïana en pleine forme (2 victoires en 15 jours), Yvette Fischer, Anaïs Pannier, Caroline Vandeschrick

Bonne course à toutes les 5

Aquathlon (convivial) d'Arc sur tille (message d'Anthony) :

Dimanche 24 mai, je vous propose de faire un aquathlon à Arc beach. Le format sera de 750m de natation et 4.4km de CàP (2 tours de lac). Le départ est donné à 18h coté base nautique.

Suivra ensuite une transition pour faire une soirée malbouffe au bord de l'eau à 19h. Le lendemain est férié. Venez nombreux triathlètes et spectateurs, il va y avoir du sport!!!

Triathlon de Dijon :

Fin des inscriptions **pour le LD à ce jour** (sauf pour les élites)

90 places pour les élites jusqu'au 6 juin date à laquelle les ligues doivent nous faire parvenir la liste des élites retenus; ces derniers auront jusqu'au 12 juin pour nous envoyer leur dossier d'inscription complet pour valider leur sélection.

A partir du 13 juin, s'il reste des places disponibles, nous reprendrons dans la liste d'attente pour atteindre les **550 concurrents**



11/05/2010





LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°11

Triathlon de Dijon : Appel à bénévoles

Le triathlon a besoin de vous pour exister. Pensez à vous inscrire.

HORAIRES DES BESOINS EN BENEVOLES

- VENDREDI 2 JUILLET à partir de 14h30 pour la mise en place des structures au lac Kir,
- SAMEDI 3 JUILLET : de 9 heures à 18 heures (encadrement des circuits,...),
- DIMANCHE 4 JUILLET : de 8 heures à 17 heures pour encadrement des circuits et à partir de 18 heures pour remettre le site en état.

Vous pouvez directement contacter **Marie-Stéphane CARRE**, **Christine CORNEMILLOT** ou **Céline GARDIENNET** pour proposer votre présence ou celles d'autres bénévoles.

Vous pouvez aussi remplir le [formulaire de contact sur le site](#).

Naissance :

Bienvenue à Lyna (3,410 kg et 49,5 cm) née le 30 avril à 12h28 et félicitations à ses heureux parents :Dorsaf (la maman) et Christophe Brochot (le papa).



LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°11

LE COIN DES JEUNES

Demi Finale Championnat de France à Forbach :

Le 03 mai avait lieu à Forbach la 1/2 finale des championnats de France de triathlon, regroupant les jeunes des ligues d'Alsace, Lorraine, Franche-Comté, et Bourgogne. Cette course était qualificative pour les championnats de France de triathlon qui se dérouleront à Pierrelatte le 5 juin prochain.

Excellents résultats de nos jeunes qui permettent au club d'avoir 7 qualifiés pour la finale :

Simon Ruch, Anaïs Pannier, Caroline Vandeschrick, Julie Cornemillot, Quentin Sandre, Alexandre Maire et Timoté Gaugry

Résultats des dijonnais :

Minimes garçons :

Simon Ruch : 15^{ème}

Bastien Largant : 23^{ème}

Cadettes :

Caroline Vandeschrick : 4^{ème}

Julie Cornemillot : 9^{ème}

Cadets :

Quentin Sandre : 16^{ème}

Juniors :

Alexandre Maire : 2^{ème}

Timoté Gaugry : 8^{ème}



LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°11

Les prochaines épreuves au calendrier club :

DATE	DATE LIMITE INSCRIPTION	COURSE	LIEN INTERNET
13 au 16 mai		Sprint / CD / Half SOMMIERES	http://www.triathlondusud.com/
16 mai 10	1 mai 10	Aquathlon Montceau	http://www.montceautriathlon.com/topic1/index.html
30-mai	14-mai	Autun	http://autun-triathlon.onlinetri.com/index.php?lang=fr
20-juin	28-mai	CD vieilles Forges	http://www.charleville-triathlon-ardennes.com
23 24 25 JUILLET	9 juil 10	Sprint / CD SETTONS	http://www.club-omnisports-des-settons.fr/triathlon-le_24_eme_triathlon_international_du_la_c_des_settons
08-août	25-juil	Sprint clm Chour	http://maison9.chez-alice.fr/
22-août	06-août	CD MACON	http://www.triathlon.trimacon.org/Resultat.php
4 et 5 septembre	30 juil 10	sprint individuel et Half par équipe CLAPE (Narbonne)	http://www.o3series.org/
12-sept	01-sept	CD AUXONNE	http://www.triathlonclubauxonnais.blogspot.com/
10-oct	17-sept	Trail les 7 monts	http://sites.google.com/site/7monts/

Pour toute information, n'hésitez pas à nous contacter

Gérard : 06 74 04 03 66

gevalette@wanadoo.fr

Yves : 06 63 93 97 29

yves.nuffer@yahoo.fr

Claudio : 06 76 86 44 04

clodiox@yahoo.fr

Romuald : 06 62 88 59 36

romuald.genin@gmail.com

Pour info, retrouver les informations du club sur le site

www.dijontriathlon.com 12/05/2010



11/05/2010