



**Le triathlon du Brin d'Amour**...quel joli nom pour mon 3<sup>ème</sup> CD de la saison après Cepoy et Sommières !

Nous sommes 188 concurrents au départ dont 20 féminines et 4 Draveillois : Franck Legros, Raphaël (qui m'a fait connaître cette course, merci !), Alain et moi.

Le temps est idéal, beau soleil sans trop de chaleur, eau à 19°C, parcours vélo de 38 km qui s'annonce roulant et 11 km de course à pied en sous-bois.

A 14h, le départ est donné pour 2 boucles de natation. Cette 1<sup>ère</sup> partie se passe plutôt bien, je termine en 2<sup>ème</sup> position féminine et 19<sup>ème</sup> en 24 min et 6s, meilleur temps jusqu'à présent de mes 5 CD.

J'essaie d'améliorer mon temps de transition mais je me fais déjà rattraper par une féminine dans le parc à vélo. Je pars en essayant de maintenir ma vitesse à 30 km/h (ce qui est un bel objectif pour moi). Comme annoncé par le speaker, pas de difficulté particulière et même des passages en forêt bien agréables. Comme je m'y attendais, je me fais doubler par deux féminines à vélo, mais j'essaie de maintenir ma vitesse pour ne pas me faire rattraper par Franck, qui s'est fixé cet objectif !

Je pose le pied à terre après 1h08min15s et 35 km au compteur, plutôt pas mal pour mon rythme de cyclotouriste ! Je pars pour les 11 km de course à pied sur chemin de terre. J'essaie de me fixer un rythme de 11km/h pour ne pas fléchir comme à Sommières il y a 15 jours.

Je me fais rattraper par plusieurs hommes et 2 féminines mais je commence à espérer de franchir la ligne d'arrivée en 2h30. Le dernier kilomètre est difficile mais les encouragements des bénévoles et de ma maman venue me soutenir me donnent l'énergie pour franchir la ligne d'arrivée en 2h30min39s.

Je finis 7<sup>ème</sup> féminine. Franck arrive juste derrière moi en 2h31min36s. J'ai pris ma revanche sur Cepoy ! On décide alors de programmer la « belle » aux Settons le 22 juillet prochain. Raphaël termine en 2h39min57s et Alain en 2h41min54s !

Bravo à nous 4 !!!

**LAURENCE**