

Dans les coulisses de l'exploit

L'équipe de Vitrolles a brillé au Championnat de France de duathlon. La Provence était aux premières loges. Récit



Dernière étape du championnat de France par équipe de duathlon. Cette discipline plus méconnue que sa grande sœur le triathlon, est une épreuve mêlant course à pied, vélo puis de nouveau course à pied. À Liévin, le programme qui attendait les concurrents avait de quoi faire peur : 5 km de course à pied, en-

chaînés de 30 km de vélo, pour finir de nouveau par 5 km de course à pied. Pour l'occasion, La Provence a accompagné l'équipe de Vitrolles dans son voyage en terre nordiste. Emotion, souffrance, professionnalisme mais aussi parties de rigolade et convivialité étaient au rendez-vous de ce week-end sportif victorieux.

Par Yvain PARÉ



La veille de la course, moment de détente à la terrasse d'un café, à Arras, sous le soleil nordiste. Avant l'effort, le réconfort ! (MOTOS Y.P.)

Dans le TGV comme sur la piste, des athlètes première classe

9h30 samedi matin. Gare Aix-TGV. L'équipe arrive avec d'étranges bagages. En plus des traditionnels sacs de voyage, certains transportent d'immenses sacs plats. "Ce sont leurs sacs", explique Jean-Pierre Michel, président du club. Le train démarre. À peine arrivé, opération lecture avec Triathlon, un magazine dédié à la discipline. Durant tout le voyage, les conversa-

cours à 10h, tandis que les dirigeants s'affairent dans la ville déserte à trouver un restaurant ouvert à 11h30 pour le déjeuner.

Dimanche, 14h30. Les visages sont tendus autour de la piste du stade de Liévin. Le départ a lieu dans une heure. Concentrés, les athlètes des 14 clubs enchaînent tours de piste et étirements, afin de préparer au mieux leur corps pour l'effort intense qu'ils vont accomplir. Les Vitrollais, maillots noir et jaune, sont consciencieux dans leur échauffement. Pas un mot de trop, chacun prépare sa course. Pas de blagues entre eux. Spectacle étonnant lorsqu'on connaît la bonne ambiance qui règne dans l'équipe. "Allez Thibaut, fais-toi plaisir, et fais-nous plaisir par la même occasion", lance le président, Stéphane Valenti, champion de France en 2005 et 3^e avec Vitrolles aux Sabots d'Olonnes, semble ne pas avoir de "bonnes sensations" avant le départ : "J'ai des jambes de papy, on va essayer de sauver les meubles". Autour du stade, le public commente la forme des uns et des autres. "Ça va se jouer entre Gouffier l'Orchère et Vitrolles", lâche un spectateur, les deux clubs sont au coude à coude dans ce championnat.



ions vont inégalement tourner autour du matériel utilisé par chacun, des dernières nouveautés, des tactiques de course, de diététique... Une grande constante de ce week-end pour ces athlètes passionnés par leur sport. D'ailleurs, quand d'autres thèmes sont abordés, le sport n'est jamais loin. Exemple avec leurs émissions télé favorites. Et quand Thibaut Humbert confie qu'il "aurait bien aimé faire Kob-Lanta, pour la compétition, le côté sportif", les éclats de rires fusent.

Midi. Pause déjeuner. "Dégustation" de sandwichs SNCF, qui ne font pas l'unanimité. Le voyage continue. Certains dorment, d'autres restent vissés à leur téléphone ou s'occupent d'éviter les crampes. Stéphane Ricard, lui, s'occupe différemment.

Professeur des écoles, il profite de ces heures de train pour corriger les contrôles de ses élèves. "Ils vont être étonnés, d'habitude je mets une semaine pour leur rendre leurs copies!", sourit-il.

14h12, arrivée à Arras. Stupéur ! Le soleil est au rendez-vous dans le Nord-Pas-de-Calais. À la sortie de la gare, Thibaut assemble les éléments de son vélo, ce qui n'échappe pas aux Arrageois. Après un café sur une terrasse de la ville, la délégation vitrollaise se dirige vers son hôtel, à 5 minutes. C'est au tour de Stéphane Ricard de mettre son vélo sur pied, dans le hall de l'hôtel, où l'ambiance est très british. Une cinquantaine de cyclistes britanniques font étape au même hôtel, qui fait face à la "place d'Ipsewich", sur laquelle trône une cabine téléphonique rouge anglaise des plus traditionnelles. Une apparente décontraction, mais pour tout néophyte plongé dans un tel événement, l'emploi du temps de ces athlètes s'apparente à un véritable stage commando.

16h30. Direction le lieu de la compétition pour effectuer une reconnaissance du parcours, en vélo bien entendu, durant 1h30. Un repas équilibré et au lit !

Après une bonne nuit de sommeil... L'équipe part



15h30. Les athlètes sont sur la ligne de départ. Chaque équipe est composée de cinq coureurs, et Vitrolles a fière allure, alignant cinq champions de France. Au coup de pistolet, les "fautes" sont lâchées. Très vite, l'équipe vitrollaise ne compte plus que quatre membres. Pierre Vadam devant abandonner à cause d'un pépin physique. C'est à vélo que la course va se décanter. Thibaut Humbert, spécialiste dans ce domaine, se retrouve dans la bonne échappée, en compagnie de trois autres coureurs, dont un de Gouffier l'Orchère. Arrivés avec plus d'une minute d'avance, les quatre échappés se lancent dans la seconde course à pied. À la mi-parcours, ils ne sont plus que deux, et Thibaut Humbert lâche son adversaire pour filer seul vers la ligne d'arrivée.

Une fois la ligne franchie, le véteran de l'équipe vitrollaise tombe dans les bras de son président, qui ne tient pas d'éloges sur son coéquipier : "C'est une immense joie que ce soit lui qui gagne. Il le mérite, de par son investissement et son professionnalisme. Ça fait longtemps qu'il courtait après. Si on m'avait demandé de choisir entre une victoire du club et une victoire de Thibaut, j'aurais choisi Thibaut. Vitrolles a le temps d'être champion de France, Thibaut lui est en fin de carrière, il



la mérite vraiment sa victoire". Arrivé 20^e, Stéphane Valenti avait vu juste avant la course : "Je n'ai pas eu assez de récupération entre les championnats d'Europe et Liévin", analyse-t-il. Tous sont ravis de la victoire de leur coéquipier, et unanimes : "Il le mérite".

Les raisons de cette victoire ? "Dans les derniers 200 mètres, il y avait été un copain à ma poursuite, j'aurais été trop gentil, je n'aurais peut-être pas gagné. Mais là, c'était un mec avec qui je n'ai pas d'affinité, donc j'ai sorti la bête !" Et après avoir soufflé sur la piste, les Vitrollais décident de rentrer en vélo à leur hôtel, à 17 km de Liévin. Fous !

Le lendemain, 7h27 gare d'Arras. L'équipe se lève à 5h30 pour aller courir 40 mn avant le petit-déjeuner. À noter que durant le week-end, les dirigeants se sont totalement pliés aux horaires des athlètes, qui décidentent eux-mêmes de leur emploi du temps. Le voyage retour est similaire à l'aller, avec cependant une variante. L'équipe se réunit autour de l'ordinateur de Damien Derobert et regarde les photos du séjour prises par Jean-Paul Bonnet, le vice-président. La bonne humeur est toujours là, les éclats de rire aussi, notamment lorsqu'apparaissent à l'écran les photos de Damien qui, durant toute la course, avait mis son casque de travers, ce qui ne manque pas de provoquer l'hilarité de ses coéquipiers. "Mais c'est pas possible ! La prochaine fois que c'est comme ça, il faut me le dire", suggère l'intéressé, souriant aux lèvres. "C'est le seul d'entre nous qui a toujours la classe quand il court, mais là ça casse tout", chamber Stéphane Valenti entre deux fous-rires. Y.P.



● Dans la lune... Mention spéciale à Stéphane Ricard, qui avait sans doute la tête ailleurs en préparant son sac pour la compétition. L'instituteur avait en effet oublié les fruits de son vélo, sa gourde, le survêtement du club ainsi que son dentifrice. Si ses élèves savaient... !

● Le regard des autres. "C'est difficile de s'entraîner parfois, les gens ne comprennent pas. On passe pour des fous dès qu'on court un peu vite dans la rue", déplore Damien Derobert. Même constat chez Stéphane Ricard : "Tu es pris pour un fou quand tu vas courir le matin avant d'aller en cours". Damien résume ainsi son sentiment : "Ici, on n'a pas la mentalité d'aller à l'entraînement, on est dans une région où on recherche l'ombre".

● Le grand prix de Liévin est la deuxième étape du championnat de France de 1^{er} duathlon de duathlon, qui en compte cinq au total. Lors du premier rassemblement, le club de Vitrolles avait frappé un grand coup, en se classant deuxième parmi 14 clubs. C'est donc une équipe en pleine confiance et ambitieuse qui est partie samedi matin direction Liévin, avec pour objectif de conforter sa place sur le podium.

● L'équipe de Vitrolles triathlon. À Liévin, la délégation vitrollaise se composait de sept personnes. Jean-Pierre Michel, président du club, était accompagné du vice-président, Jean-Paul Bonnet. Côté sportif, Pierre Vadam, 25 ans, a été champion de France de duathlon des moins de 23 ans en 2009. Originaire de Metz, il travaille dans une pizzéria. Stéphane Ricard, champion de France de "run and bike", a 27 ans et est instituteur à Gap. A 30 ans, Damien Derobert fait partie de l'équipe de France militaire à Dragailgnan. Il est quadruple champion de France de duathlon, champion d'Europe de la discipline par équipe et vice-champion du monde. Stéphane Valenti un restaurateur de 32 ans basé à Saint Raphaël dans le Var, a été champion de France de triathlon. Thibaut Humbert, 37 ans, est basé à Romans, dans la Drôme. Il est surveillant dans un établissement scolaire, et a été champion de France de duathlon par équipe en 2009.