

Triathlon: un club fier de ses vétérans

70 des 209 adhérents de Vitrolles Triathlon concourent dans la catégorie vétérans. Trois de ces sportifs se racontent

Le triathlon qui enchaîne des épreuves de natation, cyclisme et course à pied, figure parmi les disciplines les plus exigeantes et les plus pénibles. Hiver comme été, il faut plonger, nager, courir, pas tout temps en tous lieux.

"Ce qui n'empêche pas le club Vitrolles Triathlon de compter 70 vétérans parmi ses 209 adhérents", annonce Jean-Pierre Michel, le président du club, un tiers de pratiquants assidus, 10 femmes et 60 hommes, qui sont des "vétérans". Et qui fréquentent assiduellement les entraînements hebdomadaires, soit à la piscine, sur la route avec leur vélo, ou à pied sur les chemins.

Le club de Vitrolles, pour ceux qui l'auraient oublié, ce n'est pas de la petite bière. Il compte dans ses rangs de très nombreux champions de haut niveau qui font souvent la Une des journaux.

Les vétérans du triathlon figurent pourtant parmi les personnalités les plus appréciées



Les 70 vétérans du club de triathlon fréquentent assiduellement les entraînements. Chaque semaine, ils se retrouvent à la piscine pour des moments d'intenses efforts mais aussi d'amicale convivialité intergénérationnelle.

PHOTO C.B.

Faire passer le flambeau de l'effort désintéressé et du courage sportif

et les plus respectées du club. Car non seulement ils s'entraînent avec ardeur pour ne pas laisser rouiller leurs articulations, mais également parce qu'ils ont à cœur de faire passer le flambeau de l'effort désintéressé et du courage sportif aux jeunes qui les admirent respectueusement.

"Par leur longévité ils nous démontrent que ce sport est porteur de nombreuses valeurs, souligne le président Jean-Pierre Michel. Je suis très fier de la présence de ces anciens qui ont marqué le club depuis sa création en 1989, qui sont la mémoire vive de l'association et qui entretiennent la passion chez les jeunes générations".

C.D.

Gilberte Raoux

"J'accompagnais mon mari avec mon cheval"



Gilberte Raoux : son mari l'a beaucoup aidée. PHOTOS C.D.

"J'ai toujours fait du sport dans ma vie. Au début je faisais de l'équitation dans le concours complet. J'ai toujours aimé courir et nager. Quand j'ai voulu participer au triathlon il a fallu que je me mette au vélo : ça a été le plus difficile ! Mon mari qui était un bon triathlète m'a beaucoup aidée. C'est lui qui m'a transmis la passion de ce sport. Dans les premiers temps j'accompagnais avec mon cheval alors qu'il courait à pied. On faisait le triathlon à notre façon : cheval, vélo et course à pied ! Mon mari et moi étions présents lors de la création du club de Vitrolles en 1989. Aujourd'hui, je m'entraîne encore trois fois par semaine en natation, deux fois en course à pied et une fois en vélo. Tous les jours de la semaine sont pris ! Mon emploi du temps sportif est chargé mais comme je suis à la retraite, je gère bien mes entraînements. Dans ma vie sportive j'ai participé à de nombreuses compétitions. Pourtant je n'ai jamais obtenu de titres marqués, ce qui ne m'empêche pas de faire de la compétition avec grand plaisir. Je fais partie d'une équipe composée de deux vétérans et de cinq seniors. J'aime ces actions où on se retrouve tous ages confondus dans l'amour du sport. A Vitrolles Triathlon on trouve plusieurs entraîneurs qualifiés professionnels ou bénévoles, et l'ambiance du club est à la fois très sportive et très conviviale. Les contacts entre jeunes et anciens sont parfaits et c'est un plaisir de s'entraîner tous ensemble tous les jours de la semaine".

Marie-France Marchand

"J'étais auparavant une marathonienne"



Marie-France Marchand a couru à Paris et New York.

"Je suis venue au triathlon après avoir été une coureuse de marathon. J'ai fait ceux de New York, Paris, Barcelone, Marseille. J'ai participé cinq fois à la course Marseille-Cassis qui est un semi-marathon, j'ai aussi fait de nombreuses courses d'endurance (66 km) dans les Alpes. Je me suis blessée lors de la préparation d'un 100 kilomètres en 1997, et ma rééducation a été assez longue. J'ai voulu changer de sport et je me suis dit, pourquoi pas essayer le triathlon ! Aussitôt dit aussitôt fait : je suis entrée à Vitrolles Triathlon. Ce que j'aime dans ce sport ? C'est qu'il est très ludique, du fait qu'on enchaîne trois disciplines : nage, course à pied et vélo. Ce sport est ouvert à toutes les personnes : jeunes, âgées, débutantes, confirmées. Dans le club règne une très grande convivialité malgré les grandes différences de niveau des athlètes. Un grand respect existe entre nous tous quel que soit l'échelon de chacun. Les entraînements sont les mêmes pour tous, en qualité et en quantité, et adaptés au niveau des participants. L'entraîneur est toujours présent, vigilant, il sait s'adapter au résultat des tests de chacun. Je participe aux différents triathlons de la région : des longs, des courts, je fais des courses de vélo, des trails, des courses pédestres. Les triathlètes sont des gens très sympathiques et je passe de très bons moments en leur compagnie. J'adore lorsqu'ils m'encouragent avec ardeur lorsque je participe à une compétition où je défends les couleurs de Vitrolles Triathlon.

Bernard Dupays

"J'ai essayé tous les sports avant de venir au triathlon"



Bernard Dupays : il a fait toutes les courses locales.

"J'ai un passé de marathonien et j'ai essayé un peu tous les sports avant de venir au triathlon : foot, gymnastique, aviron, course à pied, etc... J'ai couru dans plusieurs marathons, comme Marseille-Cassis ou le marathon de la Cabre d'Or à Carrières. J'ai participé à de nombreuses courses locales comme celles du Provençal ou du Méridional, j'ai obtenu la première place au Jean-Boin dans la course du Griffon en 1989. Je suis triathlète depuis 1985. C'est dans ce nouveau sport que j'ai découvert mon potentiel vélo qui m'a permis de couvrir 40 km en 1h06 sur distance plate au triathlon de la Grande-Motte. J'ai été sélectionné pour le championnat du monde de triathlon distance olympique dans la catégorie vétérans en 1990 et je suis arrivé 432^e sur 1200 concurrents. Depuis je continue la compétition mais je m'entraîne surtout en loisir pour le plaisir et pour garder ma condition physique. Je fréquente le club avec grand plaisir car l'ambiance y est très conviviale et il y règne un bel esprit d'équipe, bien que le triathlon soit un sport individuel. Je fais partie de ceux qui ont créé le Vitrolles Triathlon en 1989 et je siège toujours dans le bureau où je suis président d'honneur et où je suis chargé en particulier de l'organisation du triathlon de Vitrolles. Mon expérience passée et mon vécu sont au service de l'organisation interne du club."

LE BLOC-NOTES

VITROLLES
Rédaction, Rond Point de La Pierre-Plantée, 04 42 46 84 00.
Médecins (24/24h), 04 42 89 00 00.

Médecin de garde.
Dr Gaborit 04 42 75 29 22
Vétérinaires 24h toute urgence à domicile : 24h/24 au 04 42 82 13 13

Permanence médicale Vitrolles.
Consultation, suture, plâtres.
De 9h à 22h, 7/7 jours, 32, avenue Denis-Padovani, 04 42 46 93 34.
Sapeurs-pompiers, 04 42 34 42 60/18.
Clinique, 04 42 78 45 00.
Commissariat 04 42 10 88 20.
Clinique, 04 42 46 26 26.
Taxis, 04 42 79 55 55 - 89 31 63.

MARIGNANE
Rédaction, 04 42 31 73 80
Appels médicaux, 15.
Pharmacie, Du samedi 20h au dimanche 8h, composer le 32 37.
Médecins, 04 42 89 00 00.

BERRE-L'ÉTANG
Correspondant, Robert Truffot 06 61 79 41 62.
Médecin de garde, 15.
Pharmacie de garde, Pharmacie du Balaet

20 Bd Romain Rolland
Berre, 04 42 78 60 10
Pompiers, 04 42 10 20 47.

ROGNAC
Correspondante, Patricia Vriate 06 62 68 02 26.
Médecin de garde, 15.
Pharmacie de garde, Pharmacie du Balaet 20 Bd Romain Rolland 04 42 78 60 10
Pompiers, 04 42 87 52 20.

SAINT-VICTOIRE
Correspondants, Philippe Nou 06 75 86 03 92, Pompiers, 04 42 31 18 18.

SAINT-CHAMAS
Correspondantes, Gisèle Tricot 04 90 50 70 90, Martine Chazal 06 64 43 89 99.
Médecin de garde, Dr Callamand 04 90 50 89 81
Avis de décès, Roc'Eclair 04 90 58 12 95 et 06 16 79 10 18.

LES PENNES-MIRABEAU
Correspondants, Philippe Boehomme 06 77 75 50 39, Bernadette Nonancourt 06 60 36 91 90.
Samu, 04 91 49 91 91.

du 25 juin au 28 août 2011

LE BUS DE LA PLAGE

2 Allers - 3 retours par jour
7 jours sur 7

De Berre l'Étang, Rognac, Vitrolles, St Victoire, Maignane, Gignac-la-Nerthe à CARRY PLAGE DU ROUET

Infos et réservations : 04 42 89 00 00

La boue de l'Étang

CONSEIL GÉNÉRAL

EN BREF

● **Attention chef d'œuvre !** C'est en ces termes que le cinéma Les Lumières rappelle la présence sur ses écrans du film trident *Une séparation*. L'histoire de deux couples qui se détruisent sous l'oeil effaré de leurs filles dans le Téhéran du XXI^e siècle. A ne rater sous aucun prétexte d'autant plus que le film restera au programme jusqu'au 9 août !

● **Le sous-préfet annoncé.** Marie-Claude Michel, adjointe à l'environnement, a annoncé hier l'adhésion de la Ville de Vitrolles à l'association Ville-aéroport Marseille-Provence. A cette occasion, elle a fait savoir que le sous-préfet Roger Reuter, viendrait à Vitrolles faire le point sur le dossier des nuisances aéroportuaires et sur la formation du groupe de travail ad hoc au cours du mois d'octobre.

● **Non aux processions.** La Ville renouvelle cette année son opposition aux chenilles processionnaires du pin. La lutte contre ces lépidoptères se fera comme les années précédentes par hélicoptère.

● **Fermé vendredi.** Si vous comptiez vous rendre demain à la mairie, c'est rapé. Les services municipaux, comme dans la quasi-totalité des villes de France, seront fermés demain, la journée du 15 juillet étant "journée du maire".

CINÉMA

MARIGNANE ALC cinéma Saint-Exupéry

● 15/05 de Jean YVES 06 92 68 10 61.
Harry Potter et les reliques de la mort - Partie 2 15h15, 18h40, 21h.
Kung Fu Panda 2 15h30, L'élève Ducobu 21h15, Transformers 3 la face cachée de la lune 3D 18h15.

VITROLLES Les Lumières ● Académie de Caux 04 42 77 90 77.

Blitz 15h15, Harry Potter et les reliques de la mort - Partie 2 18h15, 18h30, L'élève Ducobu 18h15, Nicotratos le pélican 16h15, Pourquoi tu pleures ? 16h15.