

VITTEL TRIATH'LETTRE

n°1 Juillet 2022

Edit'Eau

*Interview
du coach*

Vie du Club

*Retour en
images*

Cross Triathlon

*Le mot de la
fin (de saison)*

*L'école de Tri***



VITTEL
TRIATHLON



EDIT'EAU

Nous y sommes !

Vous vous êtes certainement déjà retrouvés dans cette situation: on s'inscrit à un triathlon, ultra confiant, on se dit qu'on aura le temps de s'entraîner, de se préparer... Et vient le jour J, lever de bonne heure, on enfile la combi et on se dit « mais pourquoi j'ai fait ça ?!... ». Et le départ en mass start arrive, le sifflet retentit et on se jette à l'eau, pris dans la grande lessiveuse, on sait qu'on va se prendre des coups, mais très vite on prend ses repères, on passe bouée après bouée, la première transition arrive, on reçoit les premiers encouragements... Et à la fin, en passant la ligne d'arrivée, on est tellement heureux du chemin accompli.

Alors on s'est jetés à l'eau, on reprend le club, et les probables turbulences des débuts ne seront qu'un souvenir, on y arrivera à la poser cette nage !

Nous sommes en tout cas très heureux de vous présenter cette newsletter, première édition d'une série au format M, qui pourra parfois être du S ou XS, en allant nous l'espérons au L voire XL ! Tout dépendra de vos exploits sportifs et du nombre de photos sur les podiums que vous irez chercher à la sueur de vos entraînements !

Bonne lecture, et bonne fin de saison à toutes et tous,

Marie, Jérôme, et l'équipe du comité de Vittel Triathlon



VIE DU CLUB

Renouvellement à la tête de VITTEL Triathlon !

Une Assemblée Générale Extraordinaire du club a été convoquée le 17 Juin, au CPO, au cours de laquelle le bureau a exprimé son souhait de passer le relais après 6 années passées à développer et soutenir notre club. Ce fut l'occasion de les remercier chaleureusement pour leur engagement et leur dévouement.



Après ces années à la direction du club, c'est le moment de passer le relais.

La vie associative demande beaucoup d'énergie et est usante malgré tout le plaisir que cela peut procurer. Nous avons dressé un bilan des actions les plus fortes menées ces 6 dernières années...

Le plus gros changement a été le passage à un club professionnalisé avec l'arrivée d'un salarié dans le club, Romain Boulanger et Loïs Fischer. Ce qui demande une vraie gestion d'entreprise et de personnel. Nous avons géré aussi 2 stagiaires école Lénaïc sur des dossiers de communication et Martin sur l'emménagement du container qui doit se faire sur le site des Lacs de Contrex pour y stocker du matériel. La formation d'une dizaine de bénévoles sans lesquels de nombreux entraînements ne pourraient pas avoir lieu...

Des bénévoles formés et bien formés...

BNSSA : Norbert Maupetit, Baptiste Dauchez, Matthieu Godfroy, Jeremy Breuil, Jean-Marc Mezureux, Jérôme Guichard, Loïs Fischer

BF1 : Anne-Sophie Picaud, Emmanuel Polese, Sandryne Bonneau, Baptiste Dauchez, Maxence Neveux, Jérôme Guichard, Aloys Chofflon,

*BF5 : Céline Chofflon,
et le BF2 pour Jean Marc*

Tout ça nous a permis de conserver nos 2 Etoiles pour notre Ecole de Triathlon

Nous sommes passés en 6 ans de 115 à 148 licenciés soit une augmentation de 28%

Le coût licence adulte compétition : 150 à 200€ , sans augmentation pendant 6 ans comme promis

Nous avons mis en place Licences amis, la réduction du prix de la licence pour le 3^e licenciés d'une même famille.

Une gestion d'un budget club de 100 K€ annuel avec la gestion comptable de Raoul Del Vitto et de Daniel Chardonnet. Des comptes en banque avec une assise de 60 K€

Nous avons travaillé sur l'arrivée de nouveaux Partenaires Privés qui sont passés de 4 à 13

CA Vittel - Mc DO - L'Orée du Bois - SETL Maire - Clément et Maire - Négociat - Amiante Environnement - Leclerc Contrexéville - Kryz - Alternance - La Boutique du Cycle - MMA Vittel- Décathlon

Des partenaires institutionnels qui ne cessent de nous soutenir, les Villes de Vittel, Contrexéville, Mirecourt, la Région Grand Est, Le Département des Vosges, l'Agence Nationale du sport, le fédé de tri, La Ligue de tri, le CPO, La Saint Remy Vittel, (merci à Stéphane Cachet et Jean Marie Rayot) et l'Assoc des bénévoles de Vittel...

Du côté des entraînements nous sommes passés
 En natation de 3 à 6 séances à Vittel + 2 à Mirecourt (7+2h)
 En Vélo de 1 à 3 séances (6h)
 En CAP de 3 à 5 séances à Vittel + 1 à Mirecourt (6+1h)
 Une Séance de renforcement musculaire : 1 séance à Vittel + 1 à Mirecourt (1+1h)
 Soit un total de quelques 24 heures d'entraînements !!
 La participation et la mise en place du Sport santé avec Jean-Marc Mezureau, Loïs Fischer qui ont été formés sur ce sujet très sensible et important.
 N'oublions pas la Période Covid que nous avons traversé... Avec des activités en continu par visio : vélo home-trainer, PPG, Duathlon dans les jardins... Et les Masques aux couleurs de Vittel Tri pour nous protéger et protéger les autres avec le don de 50 masques en pleine crise à l'Hôpital de Vittel.
 Et puis toutes les actions menées...
 La Convention avec la SRV Athlétisme et la mise en place d'entraînements en commun.
 Le Partenariat avec Vit'elle en Rose et l'entraînement aux couleurs de cette association avec le versement d'un don.
 L'organisation de la Buvette tour de France avec diffusion sur écran de la course
 Les Barbecue du club offert avec le Triathlon « Entre Nous » aux Lacs de la Folie de Contrex.
 La galette des rois offerte avec notre Partenaire du Gaec des Co'pains.
 Les Repas de l'AG avec une soirée déguisée, un concert...
 L'organisation des 25 ans du club avec les Iron Man réalisés...
 Les Class Tri au CPO de Vittel
 Le Miel pour Soutenir Quentin Deguisne avec l'achat d'un canoë pour qu'il puisse faire un triathlon avec sa famille.
 Les courses du « jour d'après »... premier entraînement en cap de l'année...
 Les ventes des oranges tous les hivers gérés par Caro
 Les deux Containers pour stocker notre matériel
 L'ouverture d'une Section de Vittel Tri à Mirecourt et géré par Jean-Marc
 Le travail pour l'ouverture d'une Section sportive Scolaire au Collège Vittel toujours en cours.
 L'achat d'une multitude d'Équipement...
 Les Remorques vélos 1 rénover et 1 neuve aux couleurs du club et des partenaires
 Le nouveau Mini bus rallongé
 Le parc à vélos
 Des Home trainer
 Du matériel de renforcement musculaire pour vous faire souffrir
 Un Paddle, un canoë, des bouées de natation, des Planches, Pull buoy et Palmes pour la piscine
 Une Gopro
 Une imprimante portable.
 Et aussi du Matériel pour la buvette avec un percolateur, des appareils croque-monsieur...
 L'organisation de nouveaux Stages...
 Femmes : 1 week-end en fin d'année spécifique féminin loisirs/compétition, multi-activités.
 Ados-Adultes : 1 semaine en Février orienté vélo dans le Sud.
 Jeunes : 1 en début d'année et 1 en milieu d'année.
 Le soutien aux compétitions...
 D2 Duathlon : maintien en D2 avec intégration des jeunes U23 du club.
 D3 Duathlon/Triathlon Femmes & Hommes.
 Équipe Master Mixte qui a performé jusqu'à la plus haute marche des Podiums
 Les Jeunes emmenés à la Coupe de France des Clubs par Équipe
 Et nos belles manifestations avec le maintien des 3 organisations AIV/CTC/B&R et Cross Duathlon (annulé les 2 années de Covid).
 Idées cadeaux pour les concurrents originales et locales bière de Vittel, fromages des Vosges, légumes secs de Vittel, soda des Vosges...
 Côté communication nous avons travaillé sur nos pages facebook, le nouveau site internet, les affiches très réussies de nos manifestations, et la modernisation du logo Vittel tri et des couleurs du club qui rayonnent sur les vêtements que nous sommes fiers de porter.
 Et pour finir, une énorme pensée à GÔtier, ce sportif au grand cœur mangeur de croutes de fromage, que nous irons tous voir tous les ans sur sa colline au côté de l'arbre que Vittel Triathlon lui a planté.
 C'est en réalisant ce bilan que nous pouvons nous rendre compte à quel point du travail a été réalisé durant ces années.
 Nous sommes certains que les projets du club sont maîtrisés et en bonne voie.

Nous souhaitons donc à la future équipe de les poursuivre sereinement et d'en embarquer plein d'autres.

Bon triple effort à toutes et tous.

Aubert Bonneau, Emmanuel Polese et Matthieu Godfroy

Merci également à Baptiste et Frédéric B., qui quittent le comité après de longues années de bons et loyaux services !

Le nouveau Comité Directeur





Marie DARGENTOLLE

Présidente



Jérôme GUICHARD

Président



Jean-Marc MEZUREUX

Vice-Président



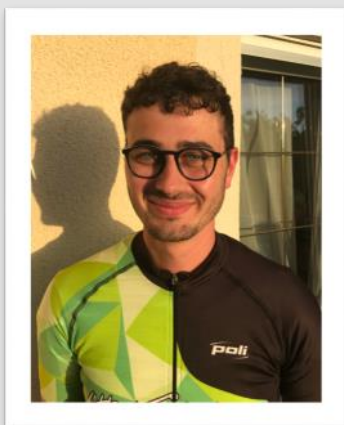
Frédéric DEL VITTO

Vice-Président



Marie FATET

Secrétaire



Pierrick CLEMENT

Trésorier



Daniel CHARDONNET

Trésorier adjoint



Marion DECHASEAUX



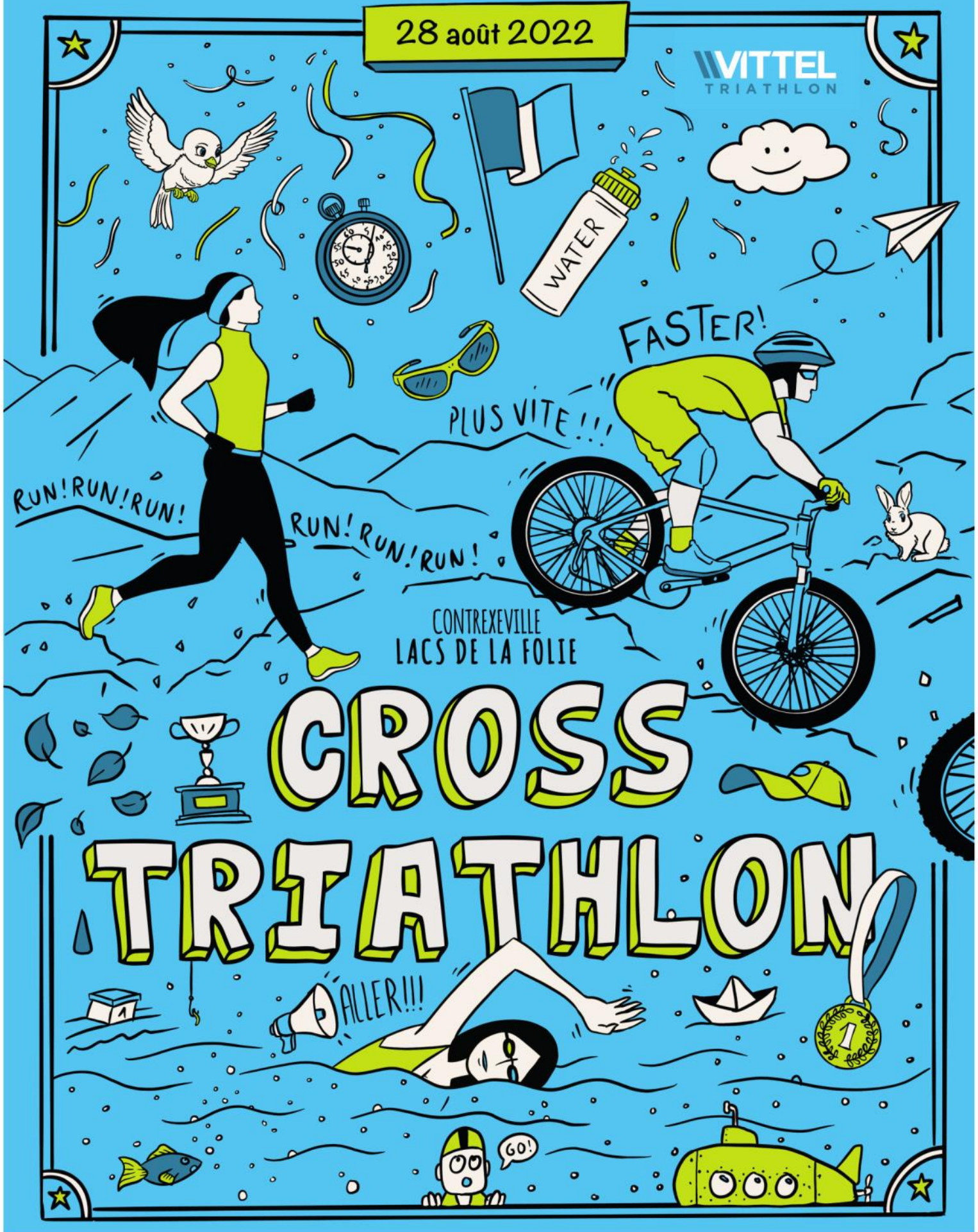
Renaud SUBLET



Anne-Sophie PICAUT

28 août 2022

VITTEL
TRIATHLON



négocial
AGENCE DE VITTEL

CA
ALSACE VOSGES
BANQUE ET ASSURANCES

McDonald's
CONTREXEVILLE

Nestlé Waters
VITTEL

FREDERIC PECHEUR
Agent Général
M M A
VITTEL

l'Orée du Bois
SAINT-HENRI & CLEMENT
CONSEILS - MAINTENANCE - SOLAIRE
EQUIPEMENTS RECREATIFS

Amiante
Environnement

E.Leclerc
CONTREXEVILLE
LA CITE DE L'EAU

LA BOUTIQUE
POUR CYCLES

FEDERATION
FRANCAISE DE
TRIATHLON

V
LA VIE EN
VOSGES
le Département

VitTel
la ville

Contrexeville
la Ville

GrandEst
ALSACE CHAMPAGNE ARDENNE LORRAINE

AGENCE NATIONALE
DU SPORT

LIQUE REGIONALE DE
TRIATHLON
GRAND-EST

CPO
Vittel

Krys
CONTREXEVILLE

Gruppe
Alternance
Ecole Supérieure de Gestion

Le **Cross Triathlon** revient pour son édition 2022
aux lacs de la Folie à Contrexéville.

4 parcours pour tous les âges et tous les niveaux !

			
6-9 ans	50 m	1500 m	500 m
10-13 ans	150 m	3350 m	1500 m
XS	250 m	6800 m	2300 m
XS Relais		(200 m D+)	(50 m D+)
M	750 m	22800 m	7000 m
M Relais		(600 m D+)	(150 m D+)



<https://inscriptions-teve.fr/cross-triathlon-contrexeville-2022/>

Nous on sera là, et vous ?

ECOLE DE TRI **

Le (super) bilan de l'année, par Céline Chofflon



Voilà une nouvelle année sportive qui se termine pour moi avec les plus jeunes de la section jeunes de « Vittel Triathlon »...La neuvième en tant que bénévole et la huitième en tant que BF5 (transformé maintenant en BF2).

Au terme d'une saison « quasi-normale » (sans pause covid), nous arrivons, à un résultat plutôt positif et encourageant dans plusieurs domaines. Pour moi, cette saison a été une année riche, heureuse et stimulante. Nos jeunes peuvent être fiers de leurs résultats après avoir démontré une détermination à progresser techniquement et à se dépasser au-delà des simples performances chronométrées. Ils ont été, pour la plupart, très assidus et ont adhéré au projet sportif réalisé par Lois. Bravo à toutes et à tous ! Le sport sera toujours une « école de la vie » avec un ensemble de valeurs partagées : le respect d'autrui, le respect des règles, la solidarité et le « fair-play ».

Cette année, nous avons eu la chance d'avoir de nouveaux appuis pour accompagner les plus jeunes : Virginie, Anne-Sophie, Aloys (...et Aurèle sur la fin d'année !) grâce à qui nous avons pu améliorer la prise en charge des jeunes athlètes. Nous avons aussi pu compter, comme toujours, sur l'aide de Sandryne, présente lorsque nous ne pouvons assurer l'encadrement. Merci à elle pour son aide aussi pour le stage au Luxembourg car sans elle les filles n'auraient pu y participer.

Notre groupe, cette année, compte 20 jeunes âgés de 8 à 14 ans avec des expériences très variables, mais grâce à un encadrement plus conséquent, nous avons pu différencier les niveaux en fonction des âges mais aussi des compétences.

Enfin, l'aide supplémentaire de Virginie et Anne-Sophie nous a permis d'optimiser, varier et d'améliorer les séances proposées avec de nouveaux créneaux mis en place.

Nous pouvons maintenant effectuer des sorties vélo de route pour les plus grands le mercredi, des séances de CAP le jeudi soir en plus de la piscine mais aussi sortir en VTT sur des terrains de plus en plus variés avec l'ensemble du groupe en toute sécurité en permettant à chacun de progresser à son rythme.

L'Ecole Française de Triathlon est une méthode pédagogique à destination des 6-13 ans qui prend en compte les spécificités des disciplines enchaînées et adapte leur enseignement à l'âge de l'enfant. Les progrès du jeune sont validés tout au long de son apprentissage par huit niveaux de certification allant du "Triathlète Blanc" au "Triathlète d'Or".



Les niveaux de certification (bracelets) :

- Blanc – Vert – Bleu : à partir de 6 ans
- Rouge – Noir : à partir de 8 ans
- Bronze – Argent : à partir de 10 ans
- Or : à partir de 12 ans

Bilan de l'année :

Blanc	Amel, Jules, Timothée, Lya, Emile
Bleu	Dorian
Rouge	Maxent, Eléna
Noir	Tom, Camille, Manon R., Manon V., Cyprien, Axel
Bronze	Martin, Raphaël, Matteo, Rose, Lila
Argent	Simon, Alexis, Kurtys, Sidonie, Emilien
Or	Constant, Ruben, Gaël, Perrine

Toutes nos félicitations à nos jeunes ultra motivés !





Comme cela a déjà été communiqué par Lois, la ligue régionale de Triathlon Grand-Est a mis en place un challenge régional jeunes pour « *stimuler les jeunes et récompenser les clubs qui se mobilisent sur les courses d'importance. Les sélectifs/championnats régionaux (1/2 finale triathlon, duathlon, aquathlon) et le Class Tri permettent de marquer des points sur le plan individuel.* »



Le Championnat Grand Est d'Aquathlon qui s'est tenu à Kruth le 18 Juin était la dernière étape pour les jeunes afin de marquer des points au classement individuel du Challenge Régional Jeunes.

Vittel Triathlon y était représenté avec 4 jeunes Vittellois et une grande mobilisation de licenciés Luxembourgeois du club.

Le classement des clubs n'est pas encore finalisé, il reste deux étapes. Pour le moment, VITTEL Triathlon se hisse à une très belle 8ème place sur 41 clubs classés ! Nous avons gagné (pour le moment) 2 places par rapport au classement 2020 (avant Covid)

	CLUBS	Total Club	BEF	BEG	MIF	MIG	CAF	CAG	JUF	JUG	Nb licenciés	Duathlon		Triathlon		Aquathlon	
												Part	%	Part	%	Part	%
1	METZ TRIATHLON	22357.5	1062	2489	892	3762	3748.5	5384	844.5	4175.5	54	31	57.4%	35	64.8%	28	51.9%
2	TRIMOVAL MOLSHEIM	20487	1935	3420.5	2598.5	4796.5	2370	2746.5	1545.5	1074.5	50	23	46.0%	31	62.0%	31	62.0%
3	STADE DE REIMS TRIATHLON	19096.5	594.5	803	1003.5	2162	3735.5	5545.5	1419.5	3833	47	30	63.8%	25	53.2%	24	51.1%
4	TROYES GYMNIQUE TRI 10	12280	91	3473	0	3236.5	645	3988	0	846.5	38	26	68.4%	17	44.7%	17	44.7%
5	TRI VOSGES DU NORD	10643	1199.5	1177	1670.5	3588	609	465.5	837	1096.5	25	16	64.0%	15	60.0%	18	72.0%
6	ASPTT MULHOUSE TRI	10573.5	4016	73	467	2167	396	764.5	885	1805	28	12	42.9%	19	67.9%	14	50.0%
7	ASPTT STRASBOURG TRI	8552.5	307	1484	1845	1126.5	0	2184	669	937	31	12	38.7%	13	41.9%	8	25.8%
8	VITTEL TRIATHLON	7200.5	400	1499	1322.5	1250	1091	1195	0	443	45	8	17.8%	16	35.6%	12	26.7%

<https://triathlongrandest.fr/.../challenge-regional-jeunes/>

Merci à tous les jeunes pour leur mobilisation et leur enthousiasme !!!



Loïs FISCHER

L'interview du coach

Bonjour Loïs, peux-tu te présenter brièvement pour les membres du club qui ne te connaissent pas encore très bien ?

Loïs Fischer, j'ai 24 ans (bientôt), je viens de Nancy. Je suis diplômé de la faculté des sciences du Sport en L3 STAPS Entraînement Sportif.

Depuis quand pratiques-tu le triathlon ? Comment as-tu découvert ce sport ?



Aïe ! ça commence à faire long

Je pratique le Triathlon depuis l'âge de 10 ans, la natation depuis l'âge de 6 ans en club.

J'ai connu le triathlon grâce à la natation, étant licencié à Neuves-Maisons, le club de Triathlon était au bassin en même temps que le club de natation.

Le club de natation à un moment s'est un peu essoufflé et étant pratiquant de foot en parallèle je courais et j'aimais ça.

Alors je me suis lancé, j'ai arrêté natation et foot pour essayer le Triathlon à Neuves-Maisons.

Quel est le résultat en compétition dont tu es le plus fier ?

Je n'ai pas forcément de résultats en tête mais mon titre de Champion Grand Est en Triathlon M en 2019 à Langres me donne encore le sourire. Sinon la fierté d'avoir été au Championnat de France de Triathlon dans mes années Jeunes, car ce sont des courses de fous avec une densité et un niveau remarquables. Mon entrée dans l'équipe de D2 duathlon de Vittel depuis 3 ans me donne de la fierté également.

Quelle est ta discipline préférée dans le triathlon ?

Ma discipline préférée : les Transitions



!!

Aujourd'hui tu encadres deux groupes de jeunes au club, les Trikids et les Tribests. Qu'est-ce qui te plaît particulièrement dans le développement et la formation des jeunes au triathlon ?

Ce sont deux groupes qui permettent dans un premier temps de découvrir le Triathlon, par des jeux, les premières compétitions, les mini-stages et d'autres formes ludiques dans une optique de découverte. Dans un second temps on donne aux jeunes la possibilité de se développer physiquement et mentalement de façon harmonieuse et globale (agilité, vitesse, endurance, technique, tolérance, respect, plaisir, fair-play) grâce à la pratique de ces 3 disciplines en étant dans un groupe d'entraînement d'entraide.

Ce qui me plaît, c'est de voir pratiquer des jeunes athlètes avec le sourire un sport qui paraît insurmontable pour d'autres mais qui les développe dans tous les domaines laissant parler leurs points forts, leurs individualités, les qualités sportives et humaines et ce dès la première pratique de l'activité. Les 3 disciplines que compose le Triathlon laissent une possibilité infinie aux jeunes pratiquants de s'exprimer comme ils le souhaitent. Il y a une forme de liberté de pratique qui me plaît fortement (compétition, loisir, défouloir, relationnel, dépassement de soi)

Peux-tu nous parler de ton projet d'ouverture d'une section sportive triathlon au collège de Vittel ?

Carrément !!

La section Sportive c'est un objectif auquel je tiens fortement. En tant que jeune pratiquant à 10 ans, j'aurais aimé pratiquer le triathlon en parallèle de l'école.

Le triathlon prend du temps pour se développer dans les 3 disciplines et il est difficile de trouver un équilibre convenable. L'école reste la chose la plus importante pour nos jeunes.

Le projet de section sportive pourrait permettre de cadrer les choses de manières régulières, dosées et équilibrées. La clé de la réussite est l'équilibre et la régularité et ce dans tous les domaines.

Elle permettrait de donner aux jeunes la possibilité de pratiquer leur passion au sein de leur collège en ayant un suivi scolaire, en donnant un temps consacré à la pratique pour affiner, développer, renforcer leur passion.

Ce projet pourrait également permettre d'ouvrir notre sport à l'éducation nationale, permettant de faire découvrir notre sport à d'autres jeunes, en pratiquant ce sport à l'UNSS avec des personnes à mobilité réduite, à des personnes n'ayant pas la chance de se payer une licence...

Ce projet permettrait à l'avenir de nos jeunes d'être organisés, réguliers et passionnés pour poursuivre leur pratique le plus longtemps possible même après le collège en accédant à des sections sportives lycée si l'envie leur en prend en ayant les bagages pour.



Et donc tu dois t'absenter du club pour la prochaine saison pour suivre une formation spécifique ?

Exactement, je pars en formation sur Nancy durant 9 mois pour avoir un Brevet Professionnel qui d'après les conventions de l'éducation nationale me permettrait d'encadrer et d'ouvrir la section sportive au collège de Vittel. Mon statut d'entraîneur fédéral, d'entraîneur professionnel ne suffit pas malheureusement.

Peux-tu nous en dire plus sur le déroulement de cette formation ?

Les dates sont du 19 septembre 2022 au 9 juin 2023, la théorie sera principalement basée sur le travail du maître-nageur. La législation, ses missions, ses responsabilités, ses différentes activités au sein d'une structure. Je serai donc en alternance à la piscine de Neuves-Maisons proche de ma structure de formation (CREPS Nancy) où je devrai travailler pour créer des projets pédagogiques ou autres, faire des heures de pratique de surveillances, d'aides, et d'apprentissage du métier durant les 9 mois de formation à 35 heures/semaine.

Effectivement, 9 mois c'est une saison Sportive entière mais j'aurai des jours de repos, des congés et je viendrai au club revoir les athlètes le plus souvent possible. Ceci dans le but de revoir les équipes d'encadrants, pour rectifier mes plans d'entraînements, pour venir discuter des objectifs, des sensations, de rassurer les athlètes, et garder le contact nécessaire à l'évolution du club.

Je continuerai également à pratiquer le triathlon de mon côté, je croiserai évidemment les triathlètes vittellois et j'irai à leur rencontre pour évaluer le travail accompli. Je ferai des compétitions et j'irai aux compétitions Jeunes pour constater leur évolution et permettre d'adapter pour la suite.

Réseaux sociaux, téléphone et compétitions vont permettre d'être au plus proche d'eux.

Je vous informerai aussi de l'évolution de ma formation pour que vous compreniez le cheminement et les objectifs de celle-ci.

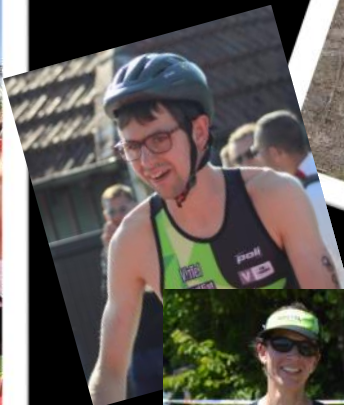
Quels sont tes autres hobbies en dehors du triathlon ?

La pêche, la musique, le BMX Freestyle. Mais en ce moment la pêche permet de me mettre au repos et de me détendre moralement et physiquement. Les autres hobbies sont plus occasionnels ces derniers temps. Le rapport à la nature me plaît beaucoup depuis quelque temps.

REWIND <<



Triathlon de Saulxures



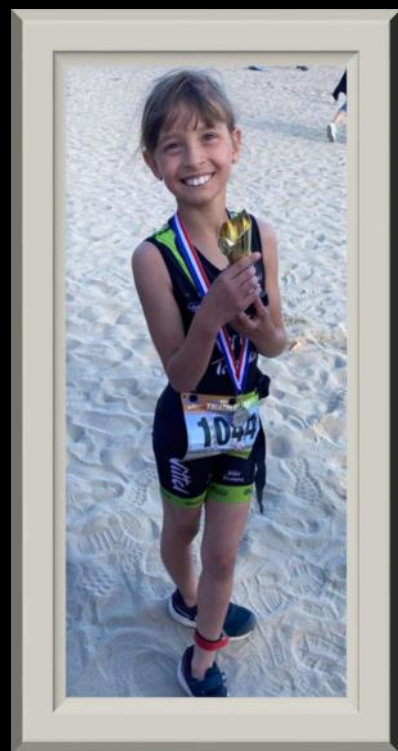
Triathlon d'Epinal-Bouzey



Triathlon de Belfort



Duathlon Chaumont



Ils/Elles se sont lancé(e)s dans leur 1er Triathlon !

Nadine



Amélie



Arnaud



Triathlon d'Epinal-Bouzey

Cathy



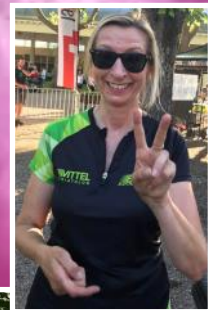
Vanessa



Triathlon de Belfort (en relais ou duo)



Tous mobilisés pour soutenir l'association Vit'elle en Rose lors de la course à pieds organisée dans le parc Thermal le 11 Juin avec les foulées Vittelloises



La D3 Triathlon au Lac de St Point, Pontarlier



36	82	CORBET Stephane	DIJON TRIATHLON	13'37,1 (37)	0'42,4	34'13,3 (31,+5)	0'26,1	19'39,7 (35,-4)	1h08'38,7	6° S3/17
37	62	SCHULTZ Florian	METROPOLE GRAND NANCY TRIATHLON	13'54,8 (39)	0'30,4	35'36,5 (38,+1)	0'24,6	20'15,4 (40)	1h10'41,9	7° S3/17
38	9	POLESE Jules	VITTEL TRIATHLON	12'50,4 (27)	0'37,3	36'14,9 (41,-9)	0'25,4	20'36,5 (43,-3)	1h10'44,7	14° S1/29

Wiclax - www.wiclax.com



Résultats - SELECTIO D HOMMES NORD EST - 26/06/2022 14:36:43 - Page 1/3

Pl.	Dos	Nom-prénom	Club	Natation	T1	Vélo	T2	Course à pied	Temps	Par cat.
39	26	HOUDEAU Alan	TRI VOSGES DU NORD	15'46,3 (49)	0'37,1	35'20,4 (37,+5)	0'20,7	18'45,4 (21,+1)	1h10'50,1	11° Ju/21
40	81	ROGUET Daniel	DIJON TRIATHLON	15'01,4 (45)	0'38,6	36'08,7 (40)	0'33,9	18'36,5 (18,+2)	1h10'59,2	7° Ca/28
41	30	BAYART Gael	TRI VOSGES DU NORD	12'51,7 (29)	0'37,4	36'15,9 (42,-9)	0'32,7	20'52,6 (45,-5)	1h11'10,4	8° Ca/28
42	120	TROUTIER Remi	METZ TRIATHLON	14'16,2 (41)	0'52,6	36'36,4 (43,-1)	0'40,0	19'49,7 (36,+1)	1h12'15,1	1° S2/12
43	33	VALDENNAIRE Mickael	TRIATHLON REMIREMONT OLYMPIQUE CLUB	14'52,7 (43)	1'23,2	35'45,5 (39)	0'33,9	20'47,1 (44,+1)	1h13'22,6	2° V1/6
44	147	CHOFFLON Aloys	VITTEL TRIATHLON	25'08,4 (54)	2'04,8				1h13'23,6	9° Ca/28
45	8	POLESE Emmanuel	VITTEL TRIATHLON	15'39,4 (47)	0'45,9	35'17,7 (35,+7)	0'36,4	21'15,9 (46,-4)	1h13'35,3	1° V3/4
46	6	POLESE Emilien	VITTEL TRIATHLON	11'52,3 (17)	0'36,7	38'58,1 (51,-22)	0'24,7	22'45,8 (51,-7)	1h14'37,8	15° S1/29
47	27	ENGER Franck	TRI VOSGES DU NORD	15'46,1 (48)	0'54,7	37'19,8 (48)	0'33,3	20'18,2 (41)	1h14'52,3	1° V2/5
48	32	VALDENNAIRE Jean Christophe	TRIATHLON REMIREMONT OLYMPIQUE CLUB	14'24,0 (42)	0'55,5	36'40,5 (44,-2)	0'35,4	23'38,3 (52,-3)	1h16'13,8	1° S4/8
49	31	LAMBERT Jeremy	TRIATHLON REMIREMONT OLYMPIQUE CLUB	15'04,1 (46)	1'57,3	36'42,7 (45,+4)	1'00,8	21'48,6 (47,-1)	1h16'33,7	2° S2/12
50	146	NEVEUX Maxence	VITTEL TRIATHLON	16'00,0 (50)	0'47,0	37'10,1 (47,+2)	0'20,8	22'28,5 (50,-4)	1h16'46,5	12° Ju/21
51	7	DAUCHEZ Baptiste	VITTEL TRIATHLON	14'58,1 (44)	1'13,3	38'20,9 (49,-5)	0'35,8	22'24,9 (49,-2)	1h17'33,2	2° S4/8
52	10	CHENNOUF Djamel	VITTEL TRIATHLON	18'52,3 (53)	1'26,1	37'00,9 (46,+2)	0'54,5	19'19,6 (29)	1h17'33,6	3° S4/8
53	29	RAICHEL Steve	TRI VOSGES DU NORD	17'29,9 (52)	0'49,3	39'23,6 (52)	0'24,1	20'04,2 (38,-2)	1h18'11,3	2° V2/5
54	61	CHRISMONT Stephane	METROPOLE GRAND NANCY TRIATHLON	16'46,2 (51)	0'59,2	38'49,5 (50,+1)	0'31,4	22'12,1 (48,-4)	1h19'18,5	3° V2/5



On en profite pour vous
présenter la nouvelle
remorque
à vélos !



...aux couleurs du club et de nos
partenaires !



« You are an IronMan !!! »



De nombreux triathlètes rêvent d'entendre leur nom prononcé par le speaker hurlant lors du passage sous l'arche d'arrivée de cette célèbre course.

C'est certainement une des nombreuses raisons qui ont poussés Sébastien Fatet, Benoît Chartier et Florian Relion à s'engager sur le magnifique parcours de l'IronMan de Nice ce Dimanche 26 Juin pour enchaîner 3.8 km de natation, 180 km de vélo et un marathon !

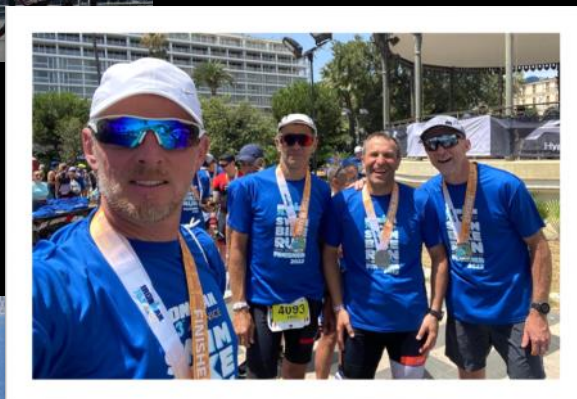
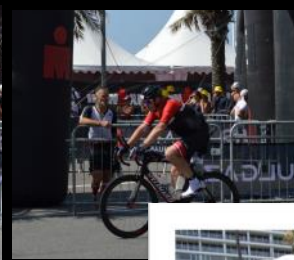
Ils étaient rejoints par Jérôme Guichard, Laurent Petit, Eric Clément et Stéphane Deguisne sur le parcours du 70.3 (le half IronMan).

FELICITATIONS !!!

**Sebastien Fatet**
Ironman®, M45-49 Dossard 1287
Temps de course: **12:05:21**

**Benoît Chartier**
Ironman®, M35-39 Dossard 1323
Temps de course: **13:01:38**

**Florian Relion**
Ironman®, M40-44 Dossard 1290
Temps de course: **14:57:31**
VITTEL TRIATHLON



**Eric Clement**
Ironman 70.3®, M50-54 Dossard 4093
Temps de course: **05:48:49**
VITTEL TRIATHLON

**Stephane Deguisne**
Ironman 70.3®, M45-49 Dossard 4115
Temps de course: **06:00:09**

**Jerome Guichard**
Ironman 70.3®, M45-49 Dossard 4112
Temps de course: **06:29:05**

**Laurent Petit**
Ironman 70.3®, M50-54 Dossard 4090
Temps de course: **06:41:52**

IRONMAN FRANCE NICE

Nice, France

JUNE 26, 2022



CHTRIMAN

2 et 3 JUILLET 2022

Après Nice, d'autres se sont lancés dans du long format :

- **Eric Fatet** sur le XXL Ch'Triman de Gravelines (distance full Ironman) le 3 Juillet : il a bouclé le tout en 12h41 ! Bravo !

« Malgré un lumbago diagnostiqué Jeudi je décide de prendre quand même le départ du Ch'triman de Gravelines. Une natation sans soucis à part un début de crampe. Dès le départ vélo j'ai un fort grincement sur le frein avant. Après plusieurs arrêts et démontages je n'ai trouvé qu'une solution : asperger l'étrier avec ma gourde toutes les 15 minutes. Fin de vélo très dure avec vent de face à 40 km/h pendant 30 km. Départ du marathon avec les jambes bien lourdes mais ça va bien jusqu'à mi-course. Les deux côtes à faire 4 fois m'ont fait du mal et les crampes commencent au 25ème km. Dernier 10 km en alternant marche/course et c'est terminé en 12h41 ! »



Renaud Sublet sur le half IronMan des Sables d'Olonne le 3 Juillet :

Premier longue distance, en 5h51 sur un parcours magnifique et inoubliable.



IRONMAN
70.3[®] LES SABLES D'OLONNE
VENDEE

On change de catégorie avec le top des cross triathlons, le fabuleux XTerra France de Xonrupt, dans notre belle région des Vosges !

(et qui est une belle préparation pour notre Cross Triathlon de Contrexéville !)

Cette année encore, des Vitellois au départ (et aussi à l'arrivée !) sur deux formats :

- Découverte : 500 m natation, 20 km VTT (600 m D+) et 5 km trail
Bravo à **Lola Tinchant** (2h39'37)
- France : 1500 m natation, et 2x les boucles du Découverte en VTT et trail
Bravo à **Simon Bonneau** (4h04'07) et **Renaud Bertrand** (5h24'51)



Le mot de la fin (de saison)

TRIATHLON DE GÉRARDMER

Il restera encore quelques compétitions en ce début d'été avant une petite trêve plage/cocktails bien méritée (Juliette Del Vitto sur Val de Gray format L le 24 Juillet, des compétitions de natation sur des distances longues et certainement d'autres...).

Et après les vacances, juste après notre événement annuel du cross triathlon, nous nous retrouverons en très grand nombre sur LA compétition internationalement réputée du Triathlon de Gérardmer.

N'hésitez pas à venir encourager les compétiteurs, les petits comme les grands, dans une ambiance absolument unique !

Nous aurons l'occasion d'y revenir dans la prochaine édition de la newsletter.

Le programme d'entraînements va donc s'alléger cet été (vous pourrez le retrouver sur le site du club et sur la page Facebook Vittel Entraînements).

Tout le monde va se ressourcer y compris entraîneurs et bénévoles !

Nous vous souhaitons de très bonnes vacances, reposez-vous bien, bonne préparation à toutes et tous pour les courses de la rentrée, et on se retrouve en Septembre à Gérardmer, à la fête du Sport à Vittel, sur les bords du bassin et sur les pistes !

Le comité Vittel Triathlon

SPORTOGRAF.COM

