

TRIATHLON CHAMPIONNAT DU MONDE LONGUE  
DISTANCE Australie, jusqu'à dimanche  
Le triathlon au top de sa forme

Publié le vendredi 23 octobre 2009 à 06h00  
Le triathlon associe trois disciplines: la natation...

Alors que le championnat du monde longue distance se déroule jusqu'à dimanche à Perth, en Australie, coup d'oeil sur une discipline au top de sa forme.

VALÉRIE AUBERT-RAMBAUX >  
valerie.rambaux@nordeclair.fr



Demain, la Fédération française de triathlon (FF Tri) fête ses vingt ans d'existence et les vingt-cinq ans de l'arrivée du triathlon en France. Ce double anniversaire promet d'être joyeux, car la discipline se porte bien. Le Nord - Pas-de-Calais n'est pas en reste, comme l'explique Christophe Breyne, charge de communication du club Wasquehal Triathlon : « Ces dix dernières années, la Fédération a vu le nombre de ses licenciés augmenter. Dans la région, le nombre de clubs est en forte hausse. Encore récemment, un club vient d'être créé à Halluin. La FF Tri finance la création de nouvelles structures. » Autre projet soutenu par la Fédération : l'aménagement d'une base à Fourmies, il y a deux ans. Un site en libre accès, doté d'un lac et de parcours fléchés pour le vélo et la course à pied, et qui a accueilli le championnat de France des ligues le 22 août.

Pourquoi cet engouement pour un sport pourtant très exigeant ? « Le triathlon est de plus en plus médiatisé. C'est un sport fun et l'association des trois disciplines - natation, vélo, course à pied - plaît beaucoup. C'est aussi un sport accessible à tout âge. » Généralement, les nouveaux triathlètes sont d'anciens nageurs, cyclistes ou coureurs à pied. « Il existe une bonne mixité entre les adeptes de courtes et longues distances, signale encore Christophe Breyne. En fait, tout dépend du temps que chacun peut consacrer à l'entraînement. » Le bike and run est l'un des gros pourvoyeurs de triathlètes. Le championnat de France de la discipline se déroule d'ailleurs ce dimanche, au Touquet.

« La Fédération travaille pas mal sur le bike and run, qui est une discipline assez récente », précise Christophe Breyne. Preuve de l'attrait pour le tri, le rajeunissement de ses pratiquants : « Actuellement, il y a beaucoup plus de vétérans (plus de 40 ans) que de seniors, mais la proportion s'inverse. » L'Iron Man, le rêve ultime Pratiquants amateurs ou professionnels, beaucoup n'ont qu'une idée en tête : « Faire et finir un Iron man. » C'est « la » distance reine du tri, celle des costauds : 3,8 km de natation, 180 km à vélo et un marathon (42,195 km) pour conclure... Trois Wasquehaliens - Patrick Morgan, Guillaume Sallard et Laurent Pouget - s'y sont essayés le 28 juin dernier à Nice : « Tous les trois l'ont terminé ! » Une performance d'autant plus remarquable pour Sallard et Pouget, qui achevaient leur première saison de triathlon et disputaient leur premier longue distance...

Pour être un bon triathlète, c'est finalement dans la tête que ça se passe : « Il faut avoir un bon mental, affirme Christophe Breyne. À partir de là, on va au bout. »