

Récit du ToursNMan L le 20 juin 2021

Beaucoup de premières ce week-end. Mon premier triathlon, le L à Tours, depuis 2019 ; la première fois que je vois mon fils et sa femme en vrai depuis de nombreux mois (ils habitent à Tours) ; et la première fois que je mange au restaurant depuis longtemps.

Globalement, mon L a été le parfait reflet de mon entraînement - pas de natation (4 fois depuis octobre dernier), beaucoup de vélo, et un peu de course à pied (15-25 km / semaine). J'ai eu la chance de croiser Phi Phuc qui a également fait le L (nous avons fait le Tri-relais d'Orsay deux fois en équipe avec Daniel Berveiller). C'était super d'avoir quelqu'un du club avec qui discuter en attendant le début de la natation. La natation, sans combinaison, était un "rolling start", ce qui est génial car cela évite le stress d'un départ groupé. J'ai nagé en mode touriste et ça s'est bien passé, même si j'ai découvert que j'ai perdu la capacité de nager droit en eau libre. Je pense que j'ai peut-être nagé 2,5 km au lieu de 1,9 :-). Le vélo était un régal : température parfaite, pas trop de vent, plat, beaucoup de jolis villages, et très bien organisé. Malheureusement, pas de châteaux cette année puisque les organisateurs ont dû raccourcir le parcours et faire deux tours (de 44 km ?). La CAP était une autre histoire. La météo prévoyait 23 C, des nuages et un peu de pluie, ce qui était génial car je déteste courir quand il fait chaud. En réalité, il faisait 26 C, humide et soleil de plomb. Les 5 premiers kilomètres se sont très bien passés, mais tout s'est dégradé à partir de là. J'ai souffert pendant les 10 derniers kilomètres. Un grand merci aux organisateurs. Il est clair qu'il était très difficile d'organiser un triathlon dans des conditions difficiles. Il y a eu quelques soucis, notamment beaucoup d'informations contradictoires, mais dans l'ensemble ils ont fait un excellent travail sous des contraintes très difficiles.

Résumé rapide : natation - :47 ;-) vélo - 2:30 (à 34,1 kph) :-D ; CAP 2:16 :-((- pour un total de 5:46:55.

Dans l'ensemble, un week-end qui a fait beaucoup, beaucoup de bien. La vraie vie revient !

