

## CELTMAN 2022



Après une arrivée le mercredi soir en Ecosse et une longue route à travers les Highlands, petite nat dans Loch Carron pour s'acclimater, ça pique. Même les phoques avaient l'air surpris (ou peut-être inquiets) de voir traîner des Orques dans leurs eaux...

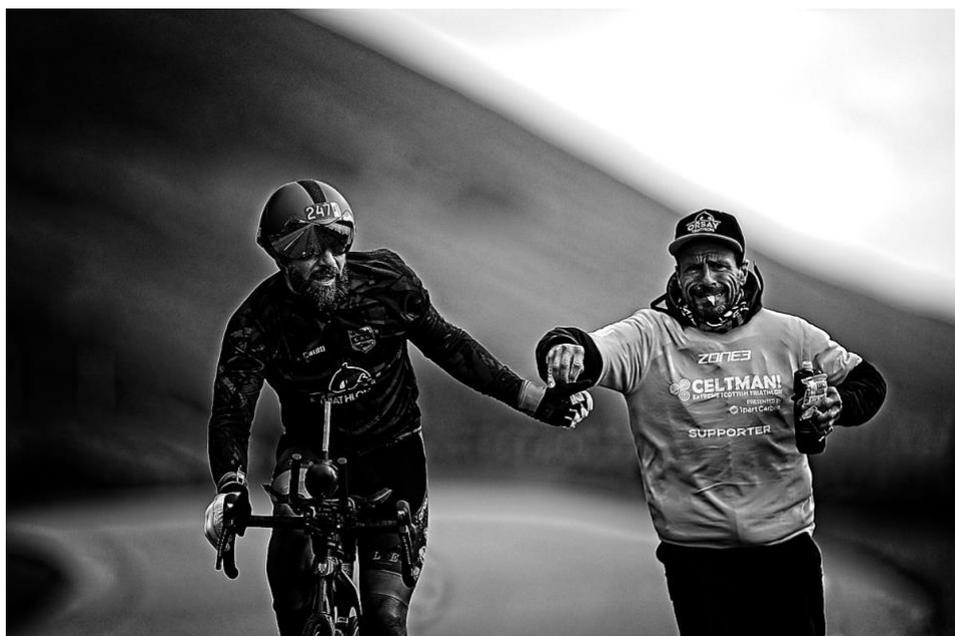
Jeudi et vendredi, briefing officiel, reco du parcours, on partage la stratégie de course, points de rendez-vous, nutrition... Tout est calé. Sur le papier, tout va bien. Il manque le facteur météo qui s'annonce compliqué.

Réveil à 01h15 le samedi matin, on se dirige vers la T1 et je quitte mon équipe support (Séb, Anaïs et Robbie) pour embarquer dans le bus qui nous emmènera de l'autre côté du Loch Shildaig pour le départ.

Photo des partants du Celtman 2022 sous le triskel en feu et départ de la nat à 05.00, l'eau est entre 10 et 12°, ça pique mais je me suis baigné les 2 jours précédents donc pas de surprise, je pose bien ma nage (au point de faire quelques éducatifs de rattrapé et de roulis pour me concentrer sur ma technique dans les premières centaines de mètres), me concentre sur mes points de repère (4 sur l'ensemble du parcours) et ma trajectoire qui sera plutôt régulière et sans trop d'écart. Je tente de drafter à quelques reprises mais préfère suivre ma propre trajectoire. En milieu de lac, quelques vagues, je sens le courant et fais quelques réajustements de parcours. S'il n'y avait que quelques méduses au début, nous nous retrouvons au milieu d'une multitude au point d'avoir l'impression de glisser sur un matelas de gelatine (pas très agréable...). Je relève la tête et passe 5 à 10min en nage water-polo pour éviter de me faire piquer. Je vois finalement l'arrivée, la sortie n'est pas facile, beaucoup de cailloux mais Séb m'attend et m'aide à ne pas tomber. Je termine la nat en 1h06 (contre 1h15 initialement prévue), et surtout sans avoir l'impression d'avoir usé trop d'énergie. Je passe en T1 serein.

Séb me passe de l'eau chaude sur les mains et pieds, m'aide à m'équiper et après 09'15 de transition, attaque le vélo avec une belle côte au départ (pas de surprise, le parcours avait été reconnu et les vitesses adaptées à la dépose).

Les premiers 100km se passent bien, je suis la stratégie mise en place et développe dès que je peux. Pluie et vent sont au rendez-vous mais c'est l'Ecosse, on s'y attendait. L'équipe de support est aux points de rendez-vous, je ne m'arrête que quelques secondes vers le 110ème. Le vent devient de plus en plus présent et sur les 50 derniers km il est constant et de face. Je perds une bonne heure sur cette partie, heureusement j'avais pris de l'avance. Cette dernière partie attaque physiquement et moralement, mais je garde mon objectif en tête. Je boucle les 202km en 7h26. Je suis toujours dans les clous pour passer la T2a en 11h, mais il ne faut pas se rater sur les premiers 17km de CAP. Changement complet de tenue en T2 et pars sur ma course 8'10" plus tard.



Mauvaise évaluation du parcours sur carte de ma part, les premier 7km sont très techniques et il me faut près d'1h pour les couvrir. Il me reste autant de temps pour parcourir les 10 suivants. Je me remets en tête les conseils reçus pour garder le moral, et comme prévu dans la stratégie tente le tout pour le tout sur ces 10 derniers km. Toujours du vent, de la pluie, du froid. Je sens le t-shirt bleu s'éloigner...

J'arrive en T2a, ne suis pas sûr du temps. Je demande au contrôleur si je suis dans les clous et il me répond que mon temps est compté à partir de la sortie de la T2a. Je retrouve Séb qui va devoir m'accompagner pour la suite. Rapide contrôle du kit obligatoire par l'organisation et je repars vers le contrôleur. Il m'annonce que la High-Course est redirigée vers la Low-Course à cause des températures négatives en altitude et de vents à 100/130km/h. Je passe le contrôle. 10h58. Mon t-shirt bleu est de l'autre côté de la CAP. Il n'y a plus qu'à arriver.

Séb et moi nous élançons sur la Low-Course qui est elle aussi très technique, toujours du vent, toujours de la pluie, des chutes, beaucoup de marche. Séb me soutien physiquement et moralement. Les binômes athlète/support se soutiennent mutuellement, super ambiance. Le terrain montagneux laisse place à la forêt, puis les quelques km de route ou j'alterne marche et course (surtout pour garder un peu de jus pour la ligne d'arrivée).



Pas d'arche d'arrivée à cause du vent mais la ligne est bien là mon équipe support au complet, le contrôleur valide ma course en 14h14'53". Séb et moi recevons notre bière CELTMAN, je suis finisher bleu, contrat rempli. Je ne réalise pas tout de suite car vidé. Je ne réaliserai que le lendemain lorsque j'enfile le fameux t-shirt après la cérémonie.

Nous apprenons que c'était officiellement les pires conditions en 10 éditions de la course; si sur le moment on aurait pu s'en passer, on se dit finalement qu'on a plus de mérite. Pas mal pour mon premier triathlon full distance (deuxième après le Chtriman 113 de 2021) et 1,5 an de tri. L'entraînement à payé.

Il paraît qu'après 5 CELTMAN on a droit à un t-shirt rouge... 😊

