



CD, notamment quand le plateau est relevé. Mais le drafting et les déplacements souvent lointains me freinent. L'année dernière j'ai gagné deux « Sprints » : à Valence devant Blasco, et à Romans devant Fleureton, c'est dire que j'y ai ma place. J'avais même pensé faire les « France » 2006 à Rennes, mais d'une part c'est loin de mes bases, et d'autre part la date est proche de Nice, aussi j'hésite...

Le CD permet de cultiver la vitesse, c'est pourquoi je tiens à garder le contact. Tout comme les meilleurs marathoniens sont performants sur 10 km, on devrait pouvoir cumuler nous aussi. En 2006 je ferai quelques Sprints et DO en préparation en début de saison. Mais il est certain que les deux formats, le court et le long, sont de plus en plus différents, et personnellement je ne suis pas du tout motivé par les

courses type Grands Prix avec drafting, bien que ce soit la formule qui ait la faveur des autorités fédérales.

Et le Xterra, qui arrive enfin en France en 2006 ?

Je m'y intéresse, mais je crains la chute ! Le concept m'interpelle, j'avais participé au Xterra Allemagne en 2002, et j'essaierai de nouveau un jour. Il n'est pas impossible que je prenne le départ à Saint-Raphaël... La finale à Maui m'attire beaucoup aussi. En fait, je fais énormément de VTT l'hiver, aussi je me sens prêt.

Pour terminer, quels conseils donnerais-tu à un triathlète désireux de tenter l'aventure Ironman ?

En premier lieu, ne pas oublier que le plus important c'est le plaisir ! Ensuite, s'il vise le format Ironman, je lui recommanderais de planifier son projet sur deux ans. La première année, s'essayer au LD sur des « moyennes distances » type Half-Ironman ou sur des LD type ITU, tout en se focalisant sur l'objectif Ironman. La deuxième année, une fois prêt physiquement et fort de l'expérience acquise l'année précédente, se lancer sur un « full » Ironman. Ainsi il risquera moins d'être déçu par sa performance, ou carrément d'aller au « clash », et bien au contraire il appréciera pleinement l'aventure... ■

la question qui fâche...



Dès qu'on parle Ironman en France, on évoque l'incompatibilité entre une carrière sur le circuit Ironman et les exigences des calendriers fédéraux (France / ETU / ITU) : quelle est ta position ?

En fait, pour moi, ce ne sont pas les contraintes fédérales qui me brident, mais celles propres à mon club. Les élus nous jugent par rapport au statut du Haut Niveau, il est donc impératif pour nos dirigeants qu'on soit sur la liste : ils n'ont pas le choix, et nous non plus. Or pour moi il est primordial de satisfaire mon club : c'est mon principal employeur, et peut-être ma meilleure filière de reconversion. Aussi je veille à conserver mon statut, et c'est vrai, c'est un sacré casse-tête par rapport au circuit Ironman et à Hawaii !

Ironman Hawaii 2005 - Repérage sur la Queen K.

