

Triathlon - Ironman

MALAISIE - IRONMAN DE LANGKAWI WTC Franck Vuillat se qualifie pour les championnats du monde Ironman à Hawaï en 2018 Une éclatante victoire sur l'Ironman de Langkawi

Franck Vuillat vainqueur de sa catégorie, décroche un slot pour les championnats du monde à Hawaï en 2018 à l'Ironman de Langkawi ce 11 novembre, il termine en 10h44'51", 1^{er} de sa catégorie, 94^e sur 1006. Une course sur laquelle s'alignaient 1200 amateurs et 50 professionnels.

Située dans un archipel d'îles tropicales la course a emmené les athlètes dans un véritable voyage culturel malaisien sur un terrain tropical, accidenté et éprouvant à travers les kampungs (villages) traditionnels, les mangroves et le magnifique paysage de la forêt tropicale.

Une course qui commençait sous de bons auspices, parti de la pittoresque plage de sable blanc de Pantai Kok, il sortait de l'eau, 1^{er} de sa catégorie (55-59 ans) en 1h07 après avoir parcouru 3,8 km dans l'océan, avant de s'élancer pour 180 km de vélo qu'il bouclera en 5h41. Là, toujours bien placé, il termine 2^e de sa catégorie, restait les 42 km de course à pied. Au 18^e km il était en tête de sa catégorie. Ceux qui le suivaient via facebook grâce à sa fille, Julia, ou sur le site de l'organisation, voyaient se profiler Hawaï pour Franck mais comme il l'a souvent dit «Rien n'est jamais certain». Se connaissant parfaitement, il va gérer sa course et tiendra la distance jusqu'au bout, franchissant la ligne en 10h44'51" et ce, malgré les 35^e et un taux d'humidité de 95%. Franck Vuillat nous confiera «Ma course a été précédée par des sentiments de grand stress avant de partir car ma saison a été hachée par une grosse maladie en plein milieu puis j'ai éprouvé un sentiment de grand soulagement pour ce résultat final un peu inespéré vu le niveau Mondial actuel sur ces WTC».

Une performance qui vient saluer des mois de préparation. Cette saison se termine de très belle manière, et pourtant rien n'était défini cet été, Franck Vuillat connaissait de sérieux problèmes de santé, il a repris le niveau, se testant sur le half Ironman de Vichy le 27 août, avec accord médical, terminant en 5h04'25" à la 4^e place de sa catégorie. De nouveau sur avis médical, il pouvait terminer sa saison et continuer à se préparer pour Langkawi. Ces Ironman sont des épreuves d'endurance qui demandent régularité, persévérance, opiniâtreté et force mentale. C'est du très haut niveau sportif avec pas moins de



28 à 30h d'entraînement par semaine, tout en liant son activité professionnelle. Peut-on encore parler d'amateurisme quand on réalise le rythme que Franck s'impose ?

L'Ironman est avant tout une aventure humaine qui marque l'esprit après avoir façonné le corps durant des semaines de préparation. Préparation intensive, variée aussi, entraînement dans le Sud, mais aussi avec d'autres triathlètes sélectionnés, sur d'autres régions, d'autres montagnes, tout est réfléchi. Arrivé au terme, 15 jours avant arrive la période d'affûtage pour diminuer le niveau de fatigue tout en conservant sa condition physique. Franck Vuillat ne laisse rien au hasard, même son hygiène de vie, son régime alimentaire sont réfléchis.

Depuis 28 ans, sa vie s'articule autour de sa passion pour le triathlon. C'était son 50^e Ironman. Pour qui le découvre ou le connaît, son parcours est stupéfiant et impose un total



respect de voir une telle abnégation, pour le triathlon, il le vit avec l'esprit Aloha, une véritable osmose. On imagine les sacrifices personnels, un choix de vie que ses trois filles ont partagé en s'imprégnant de ses expériences (Voir article sur Julia, édition n° 147). Il bénéficie aussi de compréhension auprès de sa direction, pour aménager son temps de travail, il est technicien Process Matériaux au Pôle Européen de Plasturgie à Bellignat.

Championnat du monde à Hawaï en octobre 2018

Obtenir ce slot pour Hawaï représentait le but suprême pour Franck Vuillat, comme pour de nombreux triathlètes. Il pourra repartir ainsi pour la 9^e fois à Hawaï à la «conquête du Graal». Il a déjà été qualifié 14 fois, mais financièrement il n'a pu y participer que 8 fois, réalisant de belles courses, rivalisant avec les professionnels. Le triathlon est né sur l'île d'Hawaï, on comprend d'autant mieux la fierté, l'honneur pour ces triathlètes d'être qualifiés. Hawaï c'est aussi un état d'esprit, on ne peut rester insensible à leur histoire, leur culture. L'esprit Aloha, par définition, «la respiration de la vie», est une façon de traiter les autres avec respect. Pour les anciens, c'était un moyen d'atteindre la perfection et la pleine réalisation de son corps et de son âme. On dit souvent qu'il y a deux types d'hawaïens, ceux qui ont du sang hawaïen et ceux qui sont hawaïens de cœur. Franck Vuillat est un vrai hawaïen de cœur, il vit Hawaï, il parle Hawaïen, il en rêve. Le rêve devient réalité, 2018 il sera au championnat du monde d'Ironman à Hawaï.

Sophie Dalloz-Ramaux

Photo Julia Vuillat

Quand le rêve devient réalité ... il n'y a pas de mots !

Romain Guillaume vainqueur sur l'Ironman de Langkawi

C'est par ces mots que Romain Guillaume, triathlète professionnel, a qualifié sa victoire sur l'Ironman de Langkawi en Malaisie. Il termine 1^{er} en catégorie des pro sur 19, vainqueur sur 1006 participants. Pour couronner le tout, il a décroché le record de l'épreuve en 8h 32'54"

mais aussi nouveau record en vélo, 4h29'18". Il a été très fort du début à la fin. Beaucoup d'entraînement et ce samedi 11 novembre, cela a payé. Une victoire qui lui ouvre les portes du championnat du monde Ironman à Hawaï.

En natation 48'06 (3,8km), vélo 4h29'18" (180 km) et 3h10'58" course à pied (42km) Une victoire salutaire pour le Jurasien, après une saison com-



Franck Vuillat et Romain Guillaume.

pliée, le voilà reparti et de quelle manière ! Actuellement il est licencié au BMC Etixx Team il va aborder sa nouvelle saison plus sereinement, avec déjà

l'horizon 2018, sa qualification pour Hawaï, qui lui sera confirmée en août prochain, une fois le circuit Européen terminé.

Sophie Dalloz-Ramaux

Cyclo-Club Sanclaudien

Assemblée générale du Cyclo-Club Saint-Claude



Dimanche matin 12 novembre avait lieu à la salle Bavoux-Lançon l'assemblée générale du Cyclo-Club sanclaudien avec la présence autour du président, Christian Lachambre et du bureau, Harry Lavanne, délégué aux sports de la ville de Saint-Claude et Michel Dufour, adjoint aux transports. Le président Lachambre souhaitait la bienvenue à tous, puis donnait l'ordre du jour.

Stabilité de l'effectif
Dans son discours, le président évoquait l'effectif du club stable par contre une diminution de licenciés, 86 en 2015, 80 en 2017.

La moyenne d'âge chez les licenciés de plus de 68 ans et pour l'ensemble du club et de 71 ans.

Vu ce constat, le recrutement de plus jeune apparaît de plus en plus difficile pour les dirigeants du Cyclo-Club. Le dernier rapport de la fédération indique une perte de 220 licenciés. «On nous conseille d'ouvrir une école de cyclo-tourisme, d'accueillir des familles, prendre en charge des enfants, mais pouvons-nous encore le faire ? Le meilleur atout pour recruter, ce sont nous-même» constatait le président.

Sécurité, à ce sujet, Christian Lachambre sensibilisait les membres du club de rester

toujours vigilant sur la sécurité et respecter toujours le code de la route.

Implication du club : le Cyclo-Club sanclaudien a participé cette année à différentes manifestations, semaine sécurité routière aux côtés de la municipalité. Le club a participé à la sécurité pour le passage du Tour du Jura, du départ de la Forestière sur Saint-Claude ainsi qu'à Moirans pour la Gentleman Alexis Vuillermoz, organisation de la Bourse aux Vélos. «Je considère que c'est notre devoir de participer et d'être solidaire des associations et des municipalités».

Rapport d'activités

La saison commençait le 9 mars à la Pesse où 61 membres avaient répondu présent pour une sortie de ski et raquettes. La saison vélo commençait à Uffel le 30 mars. Le moment fort, les 8 et 9 avril la Bourse aux Vélos. Sur la saison différentes sorties étaient organisées.

Pour 2018 : la saison commence avec la participation à la gestion de la patinoire le 3 janvier, puis reprise des différentes sorties habituelles. La semaine de printemps se déroulera à Combas dans le Périgord noir début juin.

Rapport financier, renouvellement du bureau
La trésorière Joëlle Ducreux présentait les comptes du

club, des nouveaux commissaires au compte étaient désignés, Mmes Françoise Filippi et Danièle Malfroy.

Renouvellement du 1/3 sortant, Claude Robert, Mauricette Collet, Jocelyne et Désiré Noraz, Jacky Maleiro, Florence Varaine, et Christian Lachambre. Démissionnaires, Joëlle Ducreux, Liliane Lachambre et Monique Levasseur.

Christian Lachambre donnait un message aux membres du Cyclo-club «Je voudrais que l'on mesure bien et que l'on reconnaisse véritablement la somme de travail et saluer les sortants et démissionnaires pour le travail effectué et les services rendus».

Commission voyage

Depuis de nombreuses années, Guy Burdet proposait et organisait des voyages en bus en France ou à l'étranger. Depuis 2 ans les inscriptions sont limitées, il était demandé si des personnes restaient intéressées, face au peu de réponses positives, la commission voyage est annulée.

Interventions des élus

Harry Lavanne et Michel Dufour félicitaient le président, le bureau et les membres du Cyclo-Club pour le bon déroulement de l'A.G., la bonne tenue des comptes, l'ambiance au sein du club «Profitez encore longtemps de pratiquer le vélo» conclura Michel Dufour, lui-même ancien cycliste.

Dominique Piazzolla



Le nouveau bureau de gauche à droite, Jocelyne Morand, Florence Varaine, Guy Burdet, Pierre Frachisse, Bruno Pettetin, Robert Legrand, Jocelyne Jacquemin, Josiane Depardieu et au 1^{er} rang à gauche Michel Levasseur avec l'ancien président Christian Lachambre. Réunion le mercredi 22 novembre pour élire le nouveau président.



Raoul Joret, président d'honneur, a été le 1^{er} président en 1973 à l'époque du Camping-Club de France, puis en 1976 le Cyclo-Club Saint-Claude.



Yann Payen, Franck Vuillat, Romain Guillaume et Stéphane Bernard