1987 premier Club Breton



L'équipe vannetaise avec M. Chouzeaux. P. Legars. leader ; P.-F. Le Toquin. J. Malcoste et B. Croguennec. capitaine.

1988


CHAMPION
AMERICAINE
LE MELLEC
MAVIC
CYCLES LE MELLEC
CYCLES LE MELLEC

1989



1989

Troisième club français !

***VANNES.** — Seulement quatre années d'existence et déjà Triathlé-Vannes figure parmi le trio des clubs huppés du triathlon français. En effet, la section vannetaise arrive en troisième position derrière les deux intouchables : Poissy et Le Racing-Club de France de Paris.*



1990

Triathlon



DU RÊVE A LA RÉALITÉ

Le Vannetais Le Tocquin à Hawaii

Ça y est, le Vannetais Pierre-François Le Tocquin s'est envolé pour les îles Hawaii, l'île de Kona exactement, pour y disputer la fameuse épreuve « Ironman », qui constitue le championnat du monde des triathlons de catégorie C, c'est-à-dire comprenant 3.800 m de natation, 180 km à vélo et 42,195 de course à pied.

« Nous serons entre 1.300 et 1.500 au départ, dont tous les meilleurs mondiaux. C'est vraiment le top en triathlon », souligne Pierre-François Le Tocquin, qui est parti tout heureux et hyper-motivé : « Je ferai du mieux que je pourrai, je ne voudrais pas décevoir la ville de Vannes et mon employeur, Sicam-Pactarim, qui m'ont aidé à amortir mon budget et ainsi de partir beaucoup plus tranquille, l'esprit libre. Pour ces trois semaines, le budget se monte à 15.000 F au moins ».

Pierre-François Le Tocquin a obtenu sa qualification le 15 juillet, à Roth, en Allemagne (44e sur 1.350 participants).

A noter qu'ils sont seulement sept Français à être sélectionnés pour Hawaii et le Vannetais est le seul Breton, ainsi que le premier à pouvoir vivre cette belle aventure, « le rêve de tout triathlon », précise-t-il.

« Le plus dur, c'est la qualification. J'ai hyper bien récupéré après Roth. J'ai très peu concouru depuis, effectuant seulement trois triathlons A, par contre je me suis bien entraîné. J'ai eu un peu peur la veille du championnat de Bretagne de Perros-Guirec, où je n'ai d'ailleurs pas pu me rendre; je me suis blessé bêtement au mollet avec ma moto, mais ça s'est bien arrangé. Le problème à Hawaii, ce seront des conditions très dures, du fait de la chaleur et du taux d'humidité ».

C'est le samedi 6 octobre que Pierre-François Le Tocquin effectuera le grand « plongeon » et quel que soit son classement, gageons qu'il reviendra émerveillé, tant cette épreuve, dont il rêve depuis plusieurs mois, est fabuleuse.

Nelly MOUSSET

1990

Six nations au Triathlon de Vannes

Le gratin au menu



Michel Chouzenoux (en combinaison de natation), Patrick Le Gars (à vélo) et Jacques Malcoste.

1 km 500 de natation, 40 km à vélo et 10 km à pied : ce sera le « menu » des 450 concurrents qui participeront demain au 4e triathlon international du pays de Vannes, le grand événement sportif de ce week-end en Morbihan. Six nations seront représentées, avec des Belges, des Australiens, des Danois, des Anglais, des Allemands et bien évidemment, des Français. Les sociétaires de Triathlé-Vannes, club qui fait désormais partie du « gratin » national, se sont minutieusement préparés pour briller devant leur public.

Le départ sera donné à l'île de Conleau à 14 h 45. L'arrivée sera jugée au Pont-Vert ou les premiers concurrents devraient se présenter vers 17 h.

Lire en page 20

Triatlé-Vannes : une endurance à toute épreuve



Les triathlètes vannetais ne sont jamais à bout de souffle.

Les triathlètes vannetais ont décidément du souffle. Entre deux entraînements, une quinzaine d'entre eux, le club en compte 40, se sont offert un petit week-end de triathlète. Étalé sur deux journées, le programme était chargé. Au total, les triathlètes auront parcouru 23 km en course à pied, 100 km en vélo et 8 km à la nage. Simple préparation pour ces polyvalents mais aussi un bon moyen de se connaître pour recréer un esprit de groupe.

Le club a connu, en effet, quelques bouleversements avec le départ de huit triathlètes de haut niveau. Il a donc fallu repartir à la base avec heureusement un groupe de jeunes prometteurs. L'objectif était de conserver sa place dans les trois meilleurs clubs bretons.

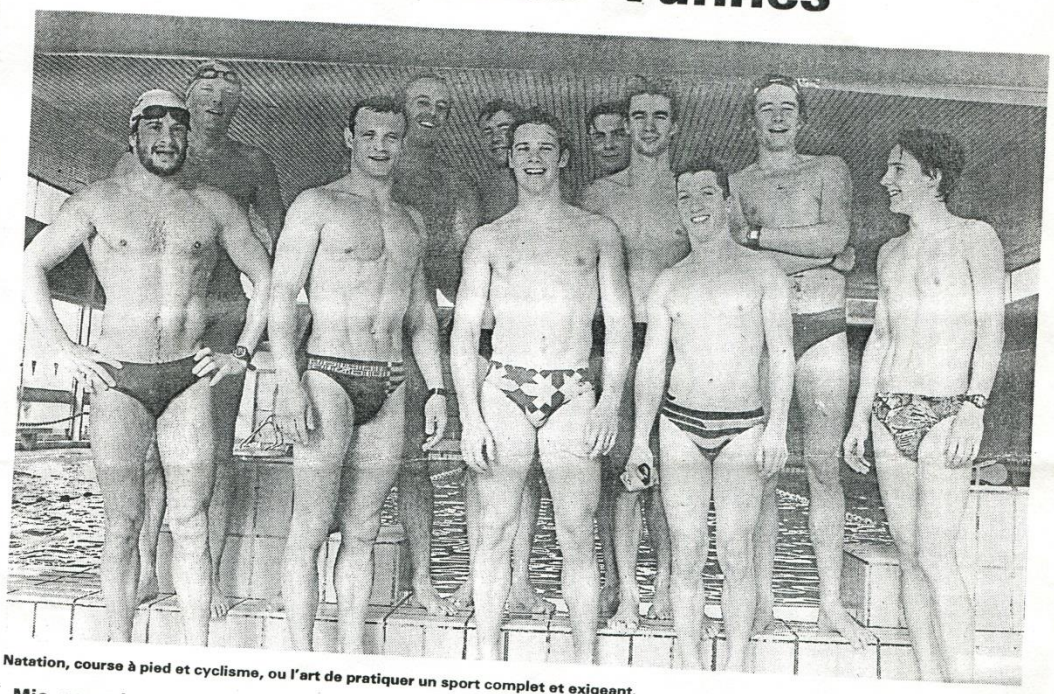
Un club vannetais

Avec la perte des meilleurs éléments, le club a retrouvé en quelque sorte son identité. Le club, par son renom, avait attiré les plus grands spécialistes bretons de la discipline. Aujourd'hui, le club se trouve composé exclusivement de Vannetais. Et les jeunes sont là pour prendre la relève, ce qui devrait amener le club au premier plan d'ici deux ans. C'est en tout cas ce que présage Yann Bernard, l'un des triathlètes, qui a à son actif le palmarès le plus enviable avec une 13e place au Triathlon de Nice (sur 1.200 concurrents) et le deuxième Français de l'épreuve.

En attendant le second souffle du club, les triathlètes poursuivent leur entraînement pour boucler leur programme de compétition : 1.500 m à la nage, 40 km en vélo et 10 km à pied.

Nager, courir, pédaler

La devise des « hommes de fer » du Triathlé-Vannes



Natation, course à pied et cyclisme, ou l'art de pratiquer un sport complet et exigeant.

Mis sous le feu des projecteurs par la prestigieuse compétition d'Hawaï, le triathlon a essaimé à travers le monde en suscitant quelques vocations parmi les Bretons.

Nager, courir, pédaler : voilà les trois maître-mots du triathlète de base. Ils sont une quarantaine à avoir sauté le pas, et pris leur licence auprès du Triathlé-Vannes, qui fut longtemps parmi les trois meilleurs clubs français par ses performances. « Pour atteindre un niveau régional, il faut au moins s'entraîner de 10 à 15 h par semaine », explique Stéphane Fravalo, responsable de la partie natation. Depuis le début de la saison, le départ des triathlètes les plus performants a un peu modifié la physionomie du club. Priorité est donnée aujourd'hui à une politique de groupe où chacun s'exprime selon ses moyens. L'atmosphère est celle d'un groupe de copains se retrouvant dans la bonne humeur pour améliorer leurs performances et se mesurer les uns par rapport aux autres. « La plus grosse difficulté, c'est de pouvoir se libérer pour se réunir au même endroit et au même moment », regrette Frank Langlo qui a rejoint le club l'année dernière. Chaque semaine, le programme consiste en quatre séances de natation, deux entraînements à vélo et une pratique régulière, mais individualisée de la course à pied.

Ouverture au grand public

« C'est vrai que le triathlon véhicule une image de sports de dingues », reconnaît Frank Langlo. « Mais les compétitions n'ont rien d'inaccessible », s'empresse d'ajouter Stéphane Ollivier, véliplanchiste converti aux joies de cette nouvelle discipline ». Les compétitions se divisent en trois catégories : les « sprints » ou « petites » (750 m à la nage, 20 km en vélo, 5 km à pied), les olympiques (1.500 m, 40 km, 10 km) et les « longues » (3,5 km, 120 km, 30 à 42 km) réservées à une élite. Les triathlons les plus prestigieux, Nice et Hawaï, appartiennent à cette dernière catégorie.

Depuis peu, la fédération a lancé une politique d'ouverture vers le grand public. Les « Promos » devenus « licences loisirs » sont des épreuves qui permettent à tous (même non-licenciés) de participer à un « sprint » afin de s'auto-évaluer. Un moyen de se faire connaître et de démythifier la discipline. La durée d'un « sprint » varie par exemple entre 1 h 30 et 2 h. Rien d'inaccessible a priori.

Le prochain grand rendez-vous du triathlon sera son entrée officielle dans le giron des sports olympiques. En effet, la discipline sera partie prenante des prochains JO d'Atlanta.

Triathlé Vannes, ZI du Prat, 56000 Vannes. Natation : lundi, mardi, jeudi, vendredi, de 13 h à 14 h. Cyclisme : samedi, dimanche à 9 h.

Le duathlon ouvert à tous

Pour ceux que la natation rebute, à noter qu'il existe le duathlon, voisin proche du triathlon. Deux disciplines sont conservées : la course à pied et le cyclisme. Les compétitions sont ouvertes aux licenciés et non-licenciés, quelle que soit la catégorie. De quoi commencer plus « en douceur » !

« Sprint » : 2,5 km (course à pied), 15 km (vélo), 2,5 km (course à pied).

« Court » : 5, 30, 5; « long » : 10, 60.

1994

Tennis de table

Les pongistes vannetais savent se mettre à l'eau



Lionel Kervella, Franck Langlo et Stéphane Fravalo : maintenant le triathlon

LORIENT (Y.M.). - Quelle ne fut pas notre surprise de voir à Saint-Nicolas-des-Eaux 3 pongistes vannetais, Franck Langlo (ASPTT Vannes), Stéphane Fravalo (AJ Kercado) et Lionel Kervella (AJ Kercado) s'aligner au départ de ce très relevé triathlon sprint qui réunissait l'élite régionale. Tous trois allaient d'ailleurs tirer leur épingle du jeu en terminant dans les 25 premiers. Le premier d'entre eux, le maître nageur (à Baud) Stéphane Fravalo prenant la 8e place.

Tennis de table et triathlon, une même réussite

Stéphane, Lionel et Franck sont des pongistes de renom, les deux premiers sous les couleurs de l'AJ Kercado ont remporté en 1991 la très prisée coupe du comité, ils sont les deux meilleurs joueurs de ce club de Vannes, classés tous les deux 35 (Lionel a été 30). Ils ont vécu malgré eux la saison en dents de scie de l'AJK.

Lionel Kervella va malheureusement arrêter le tennis de table car il part pour raisons professionnelles aux USA. Quant à Stéphane Fravalo, il mute pour le voisin, l'ASPTT, où il retrouvera un niveau qui fut le sien, la Régionale 2 et surtout son « pote », Frank Langlo.

Frank, ancien champion du Morbihan cadet, fut l'une des valeurs sûres de l'équipe de Régionale 1 de l'ASPTT. Classé 35, il joue maintenant en R2. **« Depuis que je fais du triathlon, j'ai du mal à donner la pleine mesure en tennis de table, ces deux sports n'ont aucun rapport, je peux même dire que le triathlon nuit au tennis de table, car je fais beaucoup de piscine, les muscles ont tendance à gonfler ainsi je perds ma vitesse de bras, c'est également le cas pour Lionel et Stéphane. En début de championnat, par exemple, on a toutes les peines du monde à battre des 45. »**

Emulation

Si Christophe Le Luherne fut le premier pongiste a se reconvertir en triathlète, de fil en aiguille d'autres ont suivi, ce fut le cas de Jean-Marc Mané, puis Stéphane Fravalo qui communiqua sa passion à Frank et à Lionel. **« J'ai commencé par les semi-marathons en particulier Auray-Vannes, puis avec Stéphane on s'est mis au vélo et comme il connaissait des gars qui faisaient du triathlon, on a signé au Tri Vannes. »** A l'image de Franck Langlo, les trois mousquetaires allaient rapidement brûler les étapes. **« Lionel a gagné une promotion à Rosporden puis ce fut le cas pour Stéphane et moi-même. On a donc décidé de passer à l'étage supérieur, cela nous réussit puisque Stéphane fait partie des 10 meilleurs Bretons. »**

Lionel, Stpéhane et Franck, fiers d'être avec Jean-Marc Roué les fers de lance du Tri Vannes. La tête et les jambes : Lionel est étudiant en informatique à Rennes, il prépare une thèse ; Franck est informaticien.

Ce dernier s'entraîne à la piscine de Kercado environ 4 à 5 heures chaque semaine, les mardi et vendredi, à raison de 2 à 3 km, effectue 150 à 200 kilomètres à vélo, et la course pédestre sur la piste de Kercado. Un véritable parcours du combattant ! Ces trois mousquetaires n'ont pas fini de « s'escrimer »...

Triathlé vannetais : politique d'élite et politique de masse



L'équipe du Triathlé de Vannes au triathlon international de Rennes.

Même si, depuis deux ans, il ne fait plus partie de « l'élite », le club de triathlon de Vannes a gardé son image de marque.

Créé en 1984 et présidé par Christian Le Gall, le club a su vite se démarquer puisqu'au bout de deux années, il se plaçait au « top » des clubs bretons et décrochait les seconde, troisième et quatrième places sur les 350 clubs nationaux.

« Nous avons organisé à Vannes un triathlon qui faisait partie des six plus beaux challenges français », déclare M. Le Gall.

Pour des raisons techniques et financières, le club qui, alors, engageait quelques professionnels, décida, en 1992, de ne plus opérer au plus haut niveau. « Nous sommes orientés plutôt vers une politique de masse, avec un esprit de camaraderie », souligne M. Le Gall.

Le club compte aujourd'hui 55 triathlètes. Dernièrement, un triathlon a été organisé à Tréfléan. Philippe Trousset et Stéphane Fravalo y ont obtenu de bonnes places.

« Lors des compétitions, nous avons régulièrement des athlètes qui se situent dans les 15 meilleurs », explique M. Le Gall.

De plus en plus de jeunes

1,5 km à la nage, 40 km à vélo et 10 km à pied, ça donne à réfléchir. Pourtant, les adeptes du triathlon sont de plus en plus nombreux, en particulier les jeunes qui viennent à partir de 17-18 ans. Ils sont encadrés par M. Tison, professeur d'éducation physique au lycée Lesage et Philippe Trousset. Des stages sont organisés pour tous les niveaux.

Contacts : 97.26.70.90.

Vannes 23.09.1999

Le triathlon est qualificatif au championnat du monde

Six Vannetais à Nice dimanche

Epreuve reine parmi les compétitions du même genre, le triathlon de Nice est qualificatif au championnat du monde de la spécialité. L'équipe de France y sera présente, les meilleurs mondiaux également. Six Vannetais, licenciés à Triathlé Vannes, y participeront.



Le triathlon de Nice a été préparé le plus sérieusement du monde par 6 des membres de Triathlé-Vannes.

Cent cinquante-trois kilomètres à la randonnée de Plouay, une participation collective au semi-marathon Auray-Vannes et des triathlons sur courtes distances ont constitué, pour six athlètes vannetais, la préparation de base au triathlon de Nice du 26 septembre prochain. Entre les triathlons préparatoires sur courtes distances qui se déroulent sur 1,5 km de natation, 40 à vélo et 10 en course à pieds et les triathlons sur longues distances, comme celui de Nice, il y a une grosse différence, puisque celui-ci se déroulera sur 4 km de natation, 130 à vélo et 30 à pieds.

Six Vannetais s'entraînent depuis juillet, à raison de 60 à 70 heures de travail par mois, enchaînant surtout courses à vélo et courses à pieds, dans le but de participer honorablement à cette épreuve. Anne Porodo, Franck Langlo, Laurent Desreumaux, Jean Vérola, Jean-Paul Rousseau et Eric Le Viavant espèrent bien se distinguer dans cette compétition déjà disputée par Jean-Paul Rousseau en 1996 et en 1998 dans les temps tout à fait respectable de 8 h 38 et 8 h 43. Bonne moyenne, mais il faudra faire mieux pour obtenir une qualification au championnat du monde, puisqu'on sait que les temps s'échelonnent entre 7 h 30 et 9 h.

1999

Six vannetais au triathlon de Nice

4 km à la nage, 130 km à vélo et 30 km de course à pied, le triathlon de Nice est l'un des plus durs qui soit dans l'hexagone. Le 26 septembre, Anne Porodo, Franck Langlo, Laurent Desreumaux, Jean Vérola, Eric Le Viavant et Jean-Paul Rousseau, tous sociétaires du Triathlé Vannes, seront au départ.



● *Le 3 juillet, 200 triathlètes étaient venus pour le retour du triathlon à Vannes. Celui qui se déroulera dimanche à Nice s'annonce bien plus difficile.*

A l'exception de Jean-Paul Rousseau, qui y a déjà participé à deux reprises, ce sera pour tous les autres une première. Anne Porodo, la cadette et la seule femme du groupe, n'a commencé le triathlon qu'il y a deux ans. Mais son titre de championne du Morbihan en courte distance cette année, parle pour elle. Franck Langlo et Laurent Desremaux, s'ils n'ont pas encore goûté aux joies du thiathlon longue distance, ont déjà eu l'occasion de se tester sur des épreuves très difficiles. L'un participa au Corsica Raid en 1997, une épreuve par équipe d'une semaine, l'autre fut à deux reprises de l'épreuve des Templiers, une course à pied longue de 65 km.

Quant aux deux derniers, Jean Vérola et Eric Le Viavant, ils ont de longues années de triathlon derrière eux. Et pour cause, le premier est co-fondateur du club Vannetais, que le second a rejoint un an plus tard en 1986. Tous se sont spécialement entraînés pour l'occasion : « Nous avons participé au Auray-Vannes en guise d'affûtage et à la randonnée de Plouay (153 km) il y a trois semaines », raconte Franck Langlo.

Finir en moins de huit heures

Quelles sont leurs ambitions ? « Finir » lâche sans esbrouffe Laurent Desreumaux. Lui se prépare spécifiquement pour l'épreuve depuis trois mois, malgré les difficultés liées à son activité professionnelle. « Si jamais je sentais que cela devient trop dur j'arrête » dit-il.

Comme si le Triathlon de Nice n'était pas assez difficile comme cela, ses organisateurs ont choisi cette année de corser encore un peu plus l'affaire. « Ils ont rajouté une quinzaine de kilomètres de vélo, en y incluant la montée du col de Vence » constate Franck Langlo. Les mauvaises langues disent que c'est pour faire le jeu du favori, Yves Cordier, bon spécialiste du vélo, qui fut dépassé à de multiples reprises à quelques hectomètres de l'arrivée par le passé. Mais ce n'est pas l'affaire de nos six compétiteurs, qui n'ont d'autre objectif que de se battre contre eux-mêmes.

Franck Langlo est le plus ambitieux de tous. Il espère en finir avec l'épreuve en moins de huit heures. « On ne part pas dans l'inconnu, même si nous ne nous sommes jamais alignés sur ce type d'épreuve. Le tout c'est de savoir gérer son effort » dit-il. Verdict dans une semaine.

Le Triathlé Vannes au championnat de France longue distance



Aujourd'hui, six athlètes du Triathlé Vannes prennent le départ pour Toulouse, ville qui accueillera dimanche le championnat de France longue distance.

Dimanche prochain se dispute à Toulouse, le championnat de France longue distance de triathlon, une épreuve à laquelle prennent part six licenciés du club Triathlé Vannes. Anne Porodo, Arnaud Bouan, David Robic, Ronan Brangoulo, Jean-Paul Rousseau et Franck Langlo partent ce jeudi pour la ville rose, en espérant bien réaliser de belles performances.

Une locomotive féminine

« Nous misons beaucoup sur Anne Porodo, notre locomotive qui a réalisé une belle saison. En plus d'avoir remporté plusieurs épreuves courte distance, elle a également terminé à la 2e place le championnat de Bretagne de cette catégorie. Et finir dans les dix premières à Toulouse est tout à fait jouable pour elle », espère Franck Langlo qui, tout comme les autres athlètes de la délégation vannetaise, a préparé efficacement ce championnat. Entraînements quotidiens, notamment sous la houlette du nageur Yann Bonneau, participation à diverses épreuves régionales, comme le semi-marathon Vannes-Auray, tel était le programme des réjouissances.

Après une saison riche en courses, les membres du club présidé par Arnaud Buan vont s'octroyer un temps de récupération, avant de reprendre les entraînements. Alors qu'ils se retrouvent, en semaine, à la piscine et sur la piste d'athlétisme de Kercado pour la natation et la course à pied, le vélo est pratiqué le samedi et le dimanche.

A Nice ou au Canaries

Et dès le printemps, les Vannetais participeront aux triathlons, marathons et autres cyclosportives de la région. « Nous espérons encore prendre le départ d'une épreuve longue distance, comme le triathlon de Nice, celui de Zurich ou peut-être aux Canaries. » Et au chapitre organisation, les adhérents de Triathlé Vannes proposeront à nouveau un triathlon, début juillet 2001.

Pour tous renseignements, tel : 02.97.63.75.30.

2000

Championnat de France de triathlon le dimanche 1er octobre

Trois athlètes sélectionnés

Le championnat de France de triathlon aura lieu dimanche prochain à Toulouse. Vingt et un Bretons y participeront et parmi eux trois Vannetais retenus par le conseiller technique régional.



Les membres de Triathlé Vannes qui participeront au championnat de France de triathlon du 1er octobre.

Triathlé Vannes participe depuis longtemps aux compétitions de triathlon. L'an dernier, les représentants du club avaient eu un excellent comportement au triathlon de Nice, puis, cette année, à celui du Limousin, sur moyenne distance, où Anne Porodo avait terminé 5e sur 30 et Franck Langlo 15e sur 150 participants. Dimanche prochain, il en ira autrement puisqu'il s'agira d'une longue distance. En effet, ici, il s'agira de parcourir 2,5 km à la nage, 80 km à vélo et 20 km en courant, ce qui n'est pas une sinécure.

Au vu des performances passées, le conseiller technique régional a retenu vint et un Bretons, dont trois Vannetais pour défendre les couleurs de la région. A côté d'Anne et Franck, Ronan Brangoulo a également été sélectionné, ce qui n'empechera pas Jean-Paul Rousseau, Arnaud Buan et David Robic, autres compétiteurs de Triathlé Vannes, de les accompagner et de courir en « open ». On attendra avec intérêt les résultats face à une opposition nationale qui ne peut être que de haut niveau.

2000

Triathlé Vannes participait au championnat de triathlon longue distance

Anne Porodo décroche le titre national

Le week-end du 1er octobre se déroulait, à Toulouse, le championnat de France de triathlon longue distance. Six Vannetais étaient au départ. La palme revint à une femme, Anne Porodo, qui termine première féminine et décroche le titre de championne de France.



Triathlé Vannes avait plusieurs participants au championnat de France. Anne Porodo y a décroché le titre.

Ils s'étaient tous bien préparés. Nous les avions rencontrés à la piscine de Kercado où ils s'entraînaient, quelques jours avant la compétition. La confiance régnait dans le groupe constitué d'Anne Porodo, Franck Langlo, Ronan Brangoulo, Arnaud Buan, David Robic et Jean-Paul Rousseau. Les triathlètes vannetais avaient d'ailleurs fait de ce championnat de France leur objectif depuis déjà plusieurs mois, mettant sur pied un entraînement de groupe, mais adapté à chacun. C'est ainsi que trente adhérents se sont retrouvés régulièrement au complexe de Kercado pour suivre les séances par niveaux de difficultés. À ce stade, c'est 10 à 20 heures d'entraînement hebdomadaires qui sont nécessaires pour pouvoir rivaliser.

Les épreuves à disputer à Toulouse consistaient en un parcours de 2,5 km de natation, une course de 80 km à vélo et une autre de 20 km à pied. Elles eurent lieu dans des conditions météorologiques mitigées (nuageux au départ, de la pluie au milieu du parcours et une éclaircie pour terminer) et permirent à Anne, Franck, Ronan et Jean-Paul de retrouver une épreuve longue distance et à Arnaud et David de découvrir ce type de course. L'entraînement devait porter ses fruits puisque Franck Langlo terminait 18e, et se classait 3e dans sa catégorie (seniors 3) tandis qu'Anne Porodo, dans un grand jour, terminait première féminine et décrochait le titre national.

Moins heureux en ce qui concerne le classement, Ronan et Jean-Paul étaient tout de même satisfaits d'avoir participé, de même qu'Arnaud et David qui couraient hors championnat. Cette expérience va être bénéfique pour le club et les individus, de nouveaux objectifs sont en ligne de mire (Iron Man de Zurich en août et longue distance de Nice en septembre). Ils ont un an pour peaufiner leur condition.

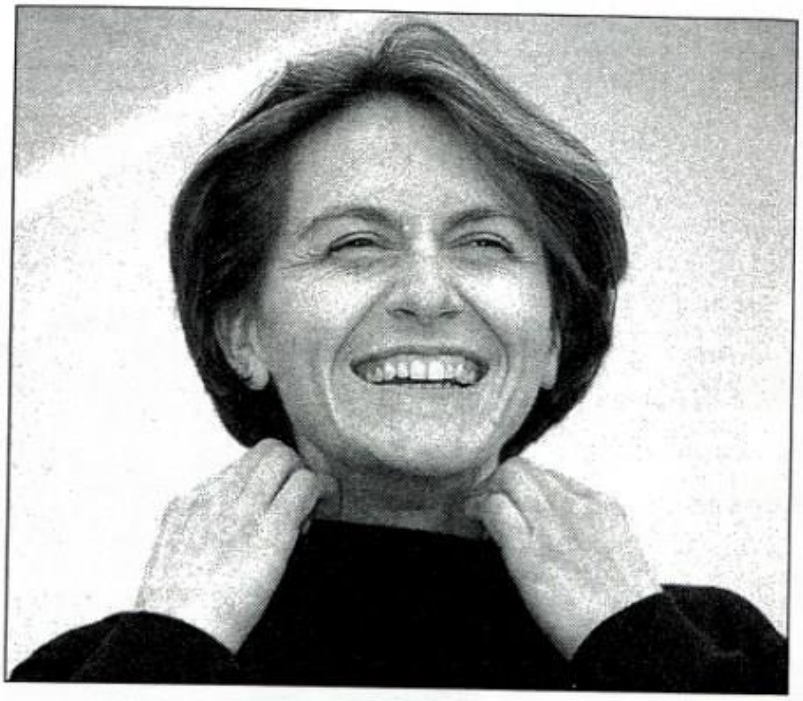
2000

Ouest-France
Mercredi 1er novembre 2000

Championne de France de triathlon longue distance

Anne Porodo au sommet de son art

Anne Porodo est devenue championne de France de triathlon seniors [redacted] à Toulouse fin septembre. Belle performance pour une sportive qui a commencé à courir en 1994.



Anne Porodo, une championne qui s'ignorait encore il y a quelques années.

Quand Anne Porodo participe à son premier triathlon en 1994, c'est à Larmor et il ne s'agissait que d'un essai. La preuve, de 1994 à 1997, elle ne participe à aucune autre compétition. Il faudra attendre 1997 et son retour à Vannes pour la voir se replonger, sans prendre de licence, dans l'ambiance des entraînements sur routes avec Frank Langlo et le groupe de Triathlé Vannes. Elle profite de l'expérience du groupe pour progresser rapidement pendant les années 98, 99 et 2000, participant en sa compagnie à sept triathlons, toujours avec l'intention d'aller le plus loin possible. **« Je suis encore obligée de me forcer, mais avec la longue distance je peux mieux gérer mes efforts. »**

A raison de 12 heures de moyenne d'entraînement par semaine, Anne tente de consacrer un peu plus de temps au vélo, peut-être là où le besoin s'en fait sentir ! Les premières compétitions, elle les fera en Bretagne, à Lorient, Priziac, Quiberon avant d'attaquer le premier « longue distance », à Nice avec 4 km de natation, 120 km à vélo et 30 km à pied. **« J'ai beaucoup aimé ce parcours,** confie-t-elle. **Je m'y suis un peu découverte, montant le col à franchir au train. Ça m'a donné l'envie d'en faire un autre. »** De là à prendre la décision de faire les championnats de France, il n'y avait qu'un pas qui fut vite franchi, pas pour faire un résultat, mais tout simplement pour voir ! Sélectionnée par la ligue de Bretagne, au vu de ses résultats précédents, Anne se fond dans la masse des quelque 800 coureurs, gère ses efforts au mieux et termine première des seniors vétérans, hommes et femmes, en 4 h 59 mn 58 s, décrochant le titre inattendu de championne de France de triathlon. Pas mal pour un coup d'essai !

Importante marge de progression

Notre championne pense qu'elle a encore une bonne marge de progression. Franck Langlo est là pour la motiver et l'accompagner en course, ce qui n'est pas un mince avantage. A deux, il est plus facile d'avoir de la motivation, ne serait-ce que pour surmonter les contraintes inhérentes à la pratique de ce sport (horaires et créneaux disponibles en piscine, par exemple). Elle pense refaire le triathlon de Lorient et est toujours très intéressée par celui de Nice dont le parcours lui avait convenu. Anne va donc continuer dans cette voie pendant quelque temps, et si un de ces jours elle est retenue en Elite pour disputer le prochain championnat de France, pourquoi pas ?