

LE TRIATHLON EN DISTANCE L

Triathlon de Lacanau**Dimanche 5 mai**

Distance L : Natation 1,9 km – Vélo 87 km
 CAP 21 km - Classement / 678
 (Natation + Transition 1 - Vélo CAP +
 Transition 2 - Temps total)

292° - Emmanuel Lapoutge

36'40" - 2h16'32" - 2h10'16"
 Total - 5h03'27"

381° - Florence Castagnet

44'20" - 2h35'58" - 1h55'16"
 Total - 5h15'33"

418° - Cédric Tohier

37'20" - 2h18'07" - 2h26'12"
 Total - 5h21'37"

536° - Nicolas Santos

41'10" - 2h33'00" - 2h27'42"
 Total - 5h41'51"

633° - Nicolas Malzard

46'01" - 2h44'50" - 2h37'40"
 Total - 6h08'31"

639° - Cécile Nussli

51'44" - 2h48'55" - 2h31'56"
 Total - 6h12'34"

C'est à Lacanau, en Gironde, que nos triathlètes se sont déplacés pour ce triathlon. Natation en lac puis un parcours vélo à travers les pins et dunes avec pour finir la course à pied le long du plan d'eau.

Clin d'œil pour Florence qui termine 3^e dans sa catégorie en senior 4 et 13^e au classement général féminin.

Une belle 8^e place en vétéran 4 pour Emmanuel.



Emmanuel Lapoutge

Nicolas Santos

Triathlon de Cannes (ci-contre)**Dimanche 29 avril**

Distance L : Natation 2 km – Vélo 107 km
 CAP 16 km - Classement / 983

71° - Maxime Pochon

33'10" - 3h32'34" - 1h10'13"
 Total - 6h22'53"

Pour un des tous premiers triathlons de la saison, Maxime est rentré dans le vif du sujet !

Après un départ natation devant le Palm Beach, première boucle de 1000 m avec « une sortie à l'australienne » puis il réalisa une seconde boucle.

Enchaînement avec la partie vélo, 107 km avec un dénivelé positif de 1700 m. Parcours varié avec à partir du km 10, la montée sur 10 km du col de Tanneron surplombant la baie de Cannes puis la descente par le Lac de St Cassien et une succession de montées / descentes en direction de Saint-Cézaire. Une seconde remontée à Tanneron depuis Saint Cassien viendra faire la différence.

La descente arrive enfin, en direction de Pégomas, une portion roulante en direction de Mandelieu et retour par le bord de mer. Second enchaînement pour les 16 km de Course à pied répartis en 4 tours entre le mythique boulevard de la Croisette et le port de Cannes viendront boucler cette très belle performance au classement général.