

L'EMBRUNMAN, UN MYTHE !

Embrunman - Embrun (05)

Longue distance

Jeudi 15 août 2019

Natation 3,8 km - Vélo 188 km - Course à pied 42 km - classement / 1097

155° - Gaëtan Chevallereau - 12h53'03"

1h17'16" - 7h41'40" - 3h41'39"

202° - Florence Castagnet - 13h11'03"

1h15'24" - 8h01'37" - 3h43'14"

555° - Emmanuel Lapoutge - 14h46'50"

1h12'11" - 7h57'34" - 5h26'17"

573° - Sébastien Debret - 14h51'50"

1h10'01" - 7h48'20" - 5h38'48"

36 ans que l'Embrunman s'écrit chaque année. Encore une fois l'envie du défi était là pour Emmanuel, Sébastien, Gaëtan et Florence (*photo ci-contre*).

Participer à l'Embrunman, c'est se frotter à un mythe du Triathlon dans un cadre d'exception.

Départ à 5h50 pour les femmes, 6h00 pour les hommes sur le plan d'eau de Serre-Ponçon pour affronter les 3 800 m de natation, les 188 km de vélo avec 3 800 m de dénivélé positif dont le célèbre col de l'isoard et pour finir le marathon avec les 400 m de dénivélé positif.

Une course plus que réussie pour nos 4 triathlètes venant couronner des mois de préparation.

Gros chrono de Gaëtan passant sous la barre des 13 heures et Florence la seule femme de la bande des 4 prenant une 12^e place au classement général féminin !

Triathlon M d'Embrun

Courte distance

Jeudi 15 août 2019

Natation 1,5 km - Vélo 44 km - Course à pied 10 km - classement / 270

48° - Antonio Dasilva - 2h47'16"

26'05" - 1h32'08" - 45'11"00

127° - Frédéric Gaulupeau - 3h06'08"

26'15" - 1h42'48" - 52'00"00



155° - Patrick Lesage - 3h12'10"

32'15" - 1h41'14" - 50'26"00

172 - Christophe Leguay - 3h14'50"

29'38" - 1h46'25" - 52'35"00

249 - Delphine Mayaud - 3h46'21"

32'07" - 1h59'16" - 1h08'22"

261 - Pascal Nadon - 3h55'55"

40'04" - 1h52'36" - 1h15'16"

Le même jour que l'Embrunman avait lieu le format courte distance avec une seule boucle du plan d'eau, puis empruntant la première partie du format vélo Iron Man avec la montée des Puys et 10 km à pied le long du plan d'eau et de la Durance.

Grosse course d'Antonio qui se classe 2^e dans la catégorie Vétéran 3.

Bravo à tous pour ces deux courses et ce beau moment de sport et de partage avec la famille et les supporters.

Relais des associations

2 équipes de Vélizy Triathlon pour ce relais plaisir lors de la fête des associations le dimanche 8 septembre dernier avec une 3^e marche sur le podium.