

## COMPTE RENDU DU CHAMPIONNAT MIDI PYRENEES DU 20 DECEMBRE 2015

*Je ne reviendrai pas sur la convivialité d'un tel rassemblement et le plaisir partagé d'accompagner et soutenir nos 9 représentants sur cette épreuve.*

*Je dirai simplement aux 32 présents/es, vous êtes FORMIDABLES !!!!!*

*Vous donnez l'image du club que nous tenons à mettre en avant, à savoir, assiduité et talent pour les coureurs, solidarité, amitié et convivialité pour les supporters. Merci encore à vous.*

*Concernant la course, elle fut des plus incertaines et disputées quelles que soient les catégories d'âge.*

*Chez les SENIORS, GUILLAUME appliquant les consignes à la lettre nous gratifia d'un départ « Sartorien », c'est-à-dire en tête et « à la planche », ce qui dut surprendre les favoris. L'espace d'un tour, et les 3 meilleurs du jour s'étaient déjà isolés.*

*Il y avait là NARDO le champion sortant, ECHEVARRIA d'Empalot qui avait brillé la semaine précédente à CAZERES, et GUILLAUME l'invité surprise.*

*Malheureusement il fut bientôt victime de sa fougue ou de son inexpérience. Tout d'abord une glissade sur un dévers en descente provoqua un début de décollage de son boyau avant que je lui remette rapidement en place, mais le mal était fait et ses adversaires avaient pris le large.*

*Il repartit comme un enragé en 7<sup>ème</sup> position et avec un retard supérieur à 40".*

*Mais il devait être dans un grand jour, car au fil des tours il remonta son handicap et vers la mi-course, il revint sur NARDO qui avait perdu le contact avec la tête. Il se trouvait donc à la lutte pour la seconde place voire pour le titre, puisqu'ils pointaient alors à 20" d'ECHEVARRIA.*

*Malheureusement, encore une fois deux chutes (certes sans gravité) lui firent perdre du temps et le contact avec NARDO. Quoi qu'il en soit, il ne lâchait rien et se battit jusqu'au bout pour terminer à la 3<sup>ème</sup> place à quelques secondes de NARDO et à 25" du titre.*

*Alors, d'un côté on pourrait être déçu de sa place, car « à la pédale », il valait mieux, mais d'un autre côté il s'est prouvé que pour un débutant, il avait de l'avenir dans la discipline.*

*Derrière lui, IRWIN et BENJAMIN se sont bien battus et malgré leur irrégularité dans la pratique trouvaient les ressources et certainement la motivation vu les supporters répartis sur tout le circuit pour se dépouiller comme jamais et terminer à la 5<sup>ème</sup> et la 7<sup>ème</sup> place. Beau tir groupé dans cette catégorie.*

*En VETERAN, nous avons 3 représentants avec JERÔME, THIERRY MANENS et PASCAL PALACIAN.*

*PASCAL, qui vient à l'occasion de ce championnat de décrocher le surnom officiel de CHAT NOIR pour la saison à venir à la place de l'autre PASCAL. En effet après la crevaison de CAZERES, cette fois c'est un changement de vitesse aléatoire bloquant définitivement sa chaîne contre la base qui le contraint à l'abandon. Il va falloir pour la saison prochaine se pencher sur le bon fonctionnement du matériel et le travail technique propre au cyclo-cross !*

*THIERRY quant à lui fut victime d'une crevaison et il perdit beaucoup de temps pour rejoindre le poste de dépannage et lors du changement de roue. Il tournait habituellement autour de 7' au tour et là il boucla son tour en 8'22". Les jeux étaient faits. Malgré tout il continua vaillamment sa course pour terminer à la 17<sup>ème</sup> place.*

*JERÔME enfin, tendu comme un arc au départ mais également en forme comme jamais prit le départ de ce championnat le couteau entre les dents. Là encore la consigne était de faire un départ*

*« canon », ce qui on le sait reste sa qualité majeure, de façon à asphyxier ses adversaires dès le départ, et en particulier DELOUVEE qui a souvent du mal à démarrer. Ce fut fait, et bien fait même. Seulement, cette fois-ci, motivé par l'enjeu, DELOUVEE tint le choc et résista deux tours durant, imposant une grosse pression à JERÔME dont l'avantage toutefois résidait dans le fait qu'il était le seul à franchir à vélo la difficulté principale du circuit.*

*Résultat, une débauche d'efforts de la part de DELOUVEE pour revenir et ensuite garder le contact avec JERÔME. Mais là où il fit sa plus grosse erreur, ce fut quand il essaya de passer JERÔME au niveau de la ligne d'arrivée au 4<sup>ème</sup> tour de façon à imposer son rythme sur la montée suivante et ainsi se mettre plus « à sa main ». malheureusement pour lui, JERÔME ne l'entendait pas de cette oreille. Il*

*résista et aborda la montée en tête et porta une nouvelle accélération. C'en était terminé alors pour DELOUVEE. Il perdit le contact et en peu de temps se retrouva à plus de 15'', puis 25'', ce qui permit alors à JERÔME d'entrer dans son rôle préféré, celui de faire la course en tête et de jouer avec son adversaire. Dans cette situation et surtout quand il est en forme, JERÔME est alors imbattable. A partir de là, il n'y eu plus vraiment de course, JERÔME maintenait la pression et augmentait son avantage qui atteignit 55'' à l'amorce du dernier tour. Les jeux étaient faits, JERÔME brisait le « signe indien » et atteignait enfin son but, remporter le titre qu'il lui manquait.*

*A l'arrivée, l'émotion était palpable, car ça faisait 3 ans qu'il passait à côté, sachant que ce titre se dispute à une période peu favorable pour lui sur le plan professionnel occasionnant pas mal de fatigue et nous obligeant à mettre l'entraînement qualitatif « en veilleuse ». or cette année, il est arrivé frais, n'ayant pratiquement pas couru sur route et avec pas mal de Foncier, ce qui nous a permis de réaliser des charges plus importantes à l'entraînement. Quoi qu'il en soit, ce titre, il est allé le chercher avec ses tripes, il n'y a qu'à voir sa courbe FC que vous pourrez consulter en PJ. Vous pourrez constater si vous allez voir en bas de page les pourcentages d'intensité. Il a passé 40', soit 80 % de la course au-dessus de 90 %. C'est tout simplement ENORME et c'est la première fois qu'il parvient à un tel niveau d'intensité.*

*Restait nos plus anciens les « super vétérans » avec THIERRY BARCELO, BRUNO, et ALEX, eux aussi omniprésents depuis le début de la saison, tous les trois pratiquement débutants dans la spécialité et qui avaient fait de ce championnat le point d'orgue de leur saison.*

*Pour ALEX, les choses se déroulaient plutôt bien, très régulier comme à son habitude et toujours à la limite, sachant se « faire mal », ce qui fait sa qualité principale. Mais là lors du 5<sup>ème</sup> tour, peut être un manque de lucidité, à l'amorce d'un talus sévère, ce fut la chute. Pas à grande vitesse, mais la chute surprise, la plus traîtresse, celle qu'on ne peut pas anticiper. Il frappa lourdement le sol avec l'épaule mais repartit immédiatement ( Il apprendra plus tard que cette chute lui a quand même occasionné une luxation accromio-claviculaire).*

*Malgré ce handicap, il terminera à la 9<sup>ème</sup> place, chapeau !!*

*BRUNO, lui a parfaitement géré sa course, lui aussi a bien intégré la gestion de l'effort spécifique du cyclocross et a réussi à rester constant dans l'effort, ne lâchant jamais rien. Longtemps à la bagarre pour la 5<sup>ème</sup> place avec BERRIOU du T.O.A.C, derrière les « intouchables » qui occupaient les 4 premières places. Il termine finalement 6<sup>ème</sup>, ce qui pour une première expérience est plutôt encourageant.*

*Enfin, THIERRY est allé chercher ce pour quoi il était venu, c'est-à-dire un podium. Au départ, j'avais fait l'inventaire des forces en présence dans cette catégorie, et quand on voit les candidats au podium, il y a du beau monde.*

*DULAC, tenant du titre, et plusieurs « top5 » au scratch cette saison, LAGRANGE, plusieurs fois champion de France de la discipline en Senior et en Vétéran, et ANDRIEU, plusieurs fois champion régional FFC dans les années 90 !*

*Eh bien THIERRY a réussi à s'immiscer dans ce quatuor pour aller chercher une magnifique 3<sup>ème</sup> place, et avec la manière, puisqu'au final, à la bagarre avec JONIN lui aussi un spécialiste de la discipline, il finit par le lâcher « à la pédale » lors de l'amorce du dernier tour. Rien que pour cela un grand bravo ! Lui aussi a été chercher au tréfonds de lui-même cette énergie qui fait la différence au final. Vous verrez ses courbes en PJ.*

*Pour conclure, nos représentants ont été à la hauteur des résultats attendus, mission accomplie pour tous. Quant à nos titrés ou récompensés par des podiums, il n'y a pas de surprises, puisqu'ils sont tous les trois sélectionnés pour participer au championnat de France le 24 Janvier.*

*Il y a longtemps que le CPRS n'avait pas eu 3 représentants sur un championnat National. Quelle surprise nous réservent-ils ?*

**JEAN-PAUL**