

## LA PERFORMANCE

## Cognet, septième du Tour d'Albanie

» CYCLISME. Pour sa 2<sup>e</sup> épreuve sous les couleurs de la nouvelle formation continentale « Project Nice Côte d'Azur », Stéphane Cognet disputait de samedi à mercredi le Tour d'Albanie, une course professionnelle pour le classement UCI Europe. A l'issue de cinq étapes plutôt roulantes (il a terminé 5<sup>e</sup> de l'unique étape montagnaise), le militaire du 13<sup>e</sup> BCA de Chambéry s'est classé 7<sup>e</sup> au général et premier français. Une sacrée performance.

## LA DATE

## Dimanche 3 juin à Saint-Alban d'Hurtières

» COURSE À PIED. L'Arbarine, organisée par le comité des fêtes de la commune mauriennaise, va fêter sa dixième édition dimanche 3 juin (ici le podium 2017 féminin du 30 km, photo Le DL). Les deux parcours proposés, au départ du lac de Saint-Alban d'Hurtières, comptent pour le challenge trail en pays de Maurienne. Au choix 20 km/1500mD + ou 30 km/2000mD + Renseignements au 06 84 38 77 97. <http://arbarine.org/>



## L'HOMME

## Manu Dyen remonte sur les podiums en tant que coach

» VOILE OLYMPIQUE. L'Aixoise Manu Dyen (39 ans), ancien compétiteur en 49er (deux participations aux JO avec Stéphane Christidis), est désormais coach. Il a d'ailleurs compilé son deuxième podium en deux courses. Après Mathieu Frei et Noé Delpech lors de la première étape de Coupe du monde en avril, il a permis aux jeunes Lucas Rual et Emile Amoros de triompher à Medemblick lors de l'étape néerlandaise de Coupe du monde de 49er : c'est leur premier podium et leur premier succès à ce niveau !

## SPORTS | SAVOIE

## TRIATHLON

2<sup>e</sup> DIVISION NATIONALE | Chambéry Triathlon

## Une première historique

Pour la première fois de son histoire, Chambéry Triathlon évoluera en deuxième division nationale (D2) du circuit de triathlon, aux côtés de 15 autres clubs. Cette équipe devrait faire parler d'elle.

Le circuit D2 est constitué de 4 étapes, Besançon le 17 juin, Châteauroux le 1<sup>er</sup> juillet, Saint-Pierre d'Albigny (voir par ailleurs), et Saint-Pierre-de-la-Mer le 16 septembre.

L'étape savoyarde sera organisée par Chambéry Triathlon, l'occasion de courir à domicile pour l'équipe chambérienne, devant un public acquis à leur cause. La distance est systématiquement un triathlon S (soit Sprint avec 750 m de natation, 20 km de cyclisme et 5 km de course à pied).

## Thomas Leboucher, le capitaine

Sur chacune des étapes, un club peut inscrire de trois à sept triathlètes et le résultat des trois meilleurs de chaque club donne ensuite le classement de la course. Chambéry Triathlon s'appuie sur un effectif de onze triathlètes performants, tous résidant en Sa-



Chambéry Triathlon évoluera en deuxième Division Nationale, avec onze coureurs Élite.

voie, Haute Savoie ou dans l'Ain. Ils se relaieront sur les quatre étapes. Thomas Leboucher, capitaine et entraîneur du club, a pour mission de motiver et manager ses troupes.

Agé de 37 ans, son expérience en Première Division Natio-

nale de triathlon comme sur Ironman sera d'une aide précieuse.

## Un mélange d'expérience et de jeunesse

Au sein du contingent chambérien, nous retrouverons des athlètes habitués aux joutes

des circuits D1 et D2 comme Julien Couderc (voir ci-dessous), Bastien Copetti, Théo Lachat. Mais ce sera aussi une découverte pour un groupe de plus jeunes athlètes de 20-21 ans, comme Lucas Damalix, Timothée Anthier et Téo Kajtgyé.

Damien With et Johan Rodriguez, qui ont participé à la finale d'accession 2017, apporteront leurs qualités de nageurs et rouleurs à l'équipe. Enfin, deux habitués du circuit Xterra et cross triathlon (natation - VTT - trail) viendront également batailler dans ces courses sur bitume avec d'abord le champion d'Europe 2017 Théo Dupras (catégorie 20-24 ans) et le champion du monde 2017 Pierrick Page (catégorie 30-34 ans).

À ce groupe de titulaires, viendront s'ajouter des jeunes de 16 à 19 ans, formés au club au sein de l'école de triathlon et ce sera pour eux une excellente occasion de s'aguerrir au contact du haut niveau, jeunes prometteurs incarnant la relève du club. Si l'ambition affichée est bien sûr de bien figurer, on espère que le maintien sera une formalité. Mais plus secrètement, on caresse l'espoir d'une montée en D1 dès la fin de la saison ce n'est pas impossible », se réjouit déjà Thomas Leboucher.

Alexandre GARIN

Le club chambérien avait disputé le circuit de D1 en duathlon lors des saisons 2001 et 2002.

## À Saint-Pierre d'Albigny, les Chambériens à domicile

Le triathlon de Saint-Pierre d'Albigny organisé par l'équipe du Spot, émanation de Chambéry Triathlon prend ses galons d'année en année. Pour cette nouvelle édition (1<sup>er</sup> et 2 septembre), le club savoyard a mis les petits plats dans les grands. Ses athlètes évolueront à domicile !

Un succès croissant qui se mesure par le nombre d'athlètes présents le premier week-end de septembre au bord du lac de Carouge mais aussi par la qualité des triathlètes dont l'issue du combat est toujours très incertaine.

Car en effet c'est un format court (S) qui départage les nombreux engagés sur l'épreuve reine, un format dit sprint soit 750 m de natation, 20 km de vélo et pas des plus facile avec la bosse du château de Miolans à parcourir deux fois et enfin une boucle de 5 km de course à pied dans les vignobles de Saint-Pierre.

En 2018, l'épreuve savoyarde sera de plus une étape du circuit de D2 et accueillera ainsi l'élite de la discipline avec les 16 clubs français évoluant en deuxième Division Nationale provenant de tout l'Hexagone dont le club de la cité ducale qui jouera à domicile. Pour mémoire, l'an dernier, Bastien Copetti avait remporté la course sous les couleurs du CRV Lyon. Cette année, il sera aux côtés de ses équipiers chambériens sous ses nouvelles couleurs pour défendre haut et fort le club de la cité ducale. « Le premier week-end de septembre sera donc particulièrement chargé cette année avec les épreuves Elite le samedi puis le dimanche avec l'organisation de nos traditionnelles épreuves jeunes, aquathlons et triathlons XS et Open » poursuit Gilles Damalix, père de l'évènement. La date est retenue !

A.G.

## ENTRETIEN | Julien Couderc

## "Le projet m'a séduit"

Ex-triathlète de haut niveau, aujourd'hui kinésithérapeute de l'équipe de France de biathlon, le Haut-Savoyard Julien Couderc est l'un des fers de lance de cette jeune équipe de D2 de Chambéry Triathlon. Rencontre !

## → Comment êtes-vous au triathlon ?

"J'ai commencé le triathlon en 1996 en suivant les traces de mon père qui pratiquait le triple effort. J'ai d'abord nagé en sport-études au collège jusqu'en Première tout en faisant du triathlon l'été. Puis j'ai intégré le Pôle espoirs triathlon à Clermont-Ferrand et à 19 ans le Pôle France de Montpellier. J'ai fait partie des équipes de France Juniors et Espoirs entre 2004 et 2007. Ensuite, avec mes études de kiné, j'ai du prendre du recul avec le sport de haut niveau. Néanmoins, j'ai continué à courir en D1 puis en D2 pendant 10 ans. En parallèle, j'ai disputé trois Ironman (9<sup>e</sup> à Embrun 2010 et 7<sup>e</sup> Vichy) et quelques jolis trails comme la Transvulcania ou la CCC. »

## → Comment s'est déroulée votre saison 2017 ?

« Elle a débuté au printemps avec une victoire à Rumilly. Puis j'ai "disparu" durant l'été pour des soucis personnels avant de conclure en beauté sur la fin avec une deuxième place sur la finale de D3 et l'accession



Séduit par le projet chambérien, qui a l'expérience du triathlon de haut niveau compte bien emmener l'équipe D2 de Chambéry triathlon vers les sommets.

en D2 avec le club. »

## → Quels sont vos plus beaux souvenirs sportifs ?

« Mon titre de champion de France Minimes en 2001, les Championnats d'Europe Juniors 2004 et ma 9<sup>e</sup> place à Embrun en 2010. Avec le club de Chambéry, je dirais ma victoire à Rumilly, ma 2<sup>e</sup> place à Bourg-en-Bresse derrière Cyril Viennot et ma

2<sup>e</sup> place à la finale de D3. »

## → Pourquoi avoir signé à Chambéry Triathlon ?

« Je ne m'amusais plus en trail et je voulais repasser sur des formats de course plus courts. Le projet global du club de monter une équipe élite et emmener les jeunes formés au sein du club m'a séduit. »

## → Quels seront vos objectifs 2018 ?

« Prioritairement, les trois premières manches de D2 pour le club car je serai absent sur la dernière, en stage avec l'équipe de France de biathlon. Si la forme est bonne et que je dispose d'un peu plus de temps pour faire du vélo cet été, j'aimerais être performant sur le M d'Embrun et celui de la Madeleine. »

## → Comment avez-vous débuté cette nouvelle saison ?

« Très mal. Je suis parti trois semaines en mars (pour le travail) et je n'ai débuté le vélo que fin mars. Très en retard dans ma préparation, j'ai connu deux belles galères sur les triathlons de Saint-Donat et de Valence. J'ai donc décidé de ne plus faire de course pendant un mois afin de me préparer au mieux pour la D2. Je ferai uniquement le triathlon de Thonon-les-Bains une semaine avant la première étape. »

Recueilli par Alexandre GARIN

COUDERT EN BREF : Né le 20 octobre 1986 à Riom. Vit à Mont-Saxonnex. 181cm pour 75 kg. Kiné. Deux enfants. Club: Chambéry triathlon ; Team Talon d'Achille. Palmarès: Champion de France minime triathlon, 4<sup>e</sup> championnat de France junior 2004, 14<sup>e</sup> championnat d'Europe junior, 10 années en D1 et D2. 9<sup>e</sup> Embrunman 2010, 7<sup>e</sup> Ironman de Vichy 2011, 9<sup>e</sup> Transvulcania 2015.

## FOCUS | L'école de triathlon chambérienne

## En évolution constante



Labellisée deux étoiles, l'école de triathlon chambérienne compte plus de 60 jeunes.

L'école de triathlon permettra dans un futur proche de pérenniser la bonne marche du club mais aussi de conserver une équipe performante tant sur les courses que dans l'organisation générale.

L'école de triathlon menée par Thomas Leboucher et Vincent Gomez s'est aujourd'hui structurée, développée et compte pas moins de 60 adhérents de 8 à 18 ans. « La progression du nombre de jeunes dans les petites catégories grâce à l'intégration de jeunes de 8 à 10 ans (poussins et pupilles) a permis de stabiliser l'effectif global et de créer plus de mixité dans les différentes catégories d'âge proposées », explique Fabrice Pernot l'une de ses chevilles ouvrières.

Avec un effectif important, une présence régulière sur les compétitions de la Ligue Auvergne Rhône-Alpes et une structure d'entraînement

adaptée à tous, l'école est aujourd'hui labellisée deux étoiles par la Fédération Française de Triathlon, un gage de réussite et de sérieux pour les dirigeants chambériens.

## "Améliorer l'encadrement des séances" (Fabrice Pernot)

Hormis des entraînements quasi-quotidiens proposés aux différentes catégories (de poussin à junior), les jeunes ont participé au stage du Comité de Savoie organisé annuellement à Megève à la Toussaint, au stage club famille dans le Var durant les vacances d'avril et ont déjà représenté le club lors des premières compétitions.

Ainsi 12 filles et 16 garçons étaient à la demi-finale sud-est de triathlon à Grignon avec de belles progressions affichées au regard de l'édition 2017. Puis 5 filles et 6 garçons se sont rendus au sélectif D.3 Ligue à Valence. On peut déjà noter des résultats très encourageants avec la Cadette Pau-

line Damalix, 70<sup>e</sup> aux France Jeunes de duathlon et qualifiée pour le France Jeunes de triathlon qui aura lieu à Vesoul le 3 juin, tout comme le Cadet Léo Quercioli. Et les dirigeants ne comptent pas en rester là. « Il faut poursuivre le développement et améliorer l'encadrement des séances » explique Fabrice Pernot. « Nous souhaitons améliorer la qualité, poursuivre notre chemin vers la progression sportive tout en conservant cette bonne ambiance, s'inscrire durablement dans le projet du club pour pouvoir jouer dans les premières sphères de l'élite avec nos propres ressources. »

A.G.

Ce dimanche, ils seront une trentaine à Bourg-en-Bresse pour le regroupement annuel jeunes et ils devraient revenir de la Bresse avec de nombreux podiums. Pour plus d'informations : <http://chamberytriathlon.net/rubrique/ecole-triathlon/>