



mot de passe



Trans'Massif 2004 - Equipe Léo Vélo (de gauche à droite) :

- **Thierry Barbarin,**
- **Christophe Coudert,**
- **Nicolas Alexandre,**
- **Serge Taussat.**

Vous trouverez sur cette page toutes les informations concernant notre course

-  L'équipe
-  Les photos
-  La course
-  L'actu
-  Nos partenaires
-  Site de l'organisation
-  Notre course en 2003 (Trans'Auvergne)
-  Une équipe du "Vernet Sport et Nature" engagée aussi en 2004

Pour nous contacter ou pour vous inscrire à la liste de diffusion vous pouvez nous envoyer un message à cette adresse aventure@clermont-triathlon.com

La course

Date	du 10 au 17 Avril 2004
Nom	Trans'Massif 2004
Lieu	Le Massif Central
Equipe	Les équipes sont constituées de 4 équipiers dont 3 toujours en course et un en assistance.



page optimisée pour une résolution 1024*768



Nos Partenaires

Cliquer sur les logos pour découvrir leurs activités



Location de VTC et de vélos électriques
Location de vélo
à Clermont-Ferrand



Top performance
Magasin de sport
ZI de Cournon (63)

Epreuve	raid multisports : - vtt, - course à pied, - kayak, - franchissements
	L'ensemble du parcours s'effectue en orientation
Distance	700 km

Les actus

Trans'Massif 2004 - un mois après - le dernier résumé (info du 02/06/2004 21:48:37)

Voilà plus d'un mois que nous avons terminé Trans'Massif et pourtant chaque fois qu'on en parle, qu'on regarde des photos, qu'on reprend les tenues, l'impression d'avoir participé à une grande épreuve est toujours aussi forte.

Et même si celle-ci vous marque physiquement : plus de 500 Km parcouru, 15 000m de dénivelé positif, 50h d'effort, ce qu'il reste, après avoir pansé les quelques blessures, est plus du domaine de l'émotion et de l'affectif à savoir la fierté d'avoir participé à une belle expérience humaine. C'est peut être aussi à cela qu'on reconnaît une grande aventure.

Maintenant s'il fallait dégager deux impressions de cette aventure une concernerait le plan sportif et l'autre le plan humain.

Sur le plan sportif, il restera sans doute cette sensation de ne pas avoir pu défendre nos chances du mieux possible. L'entorse de Nicolas et les problèmes gastriques de Christophe nous ont conduit à marcher plutôt qu'à courir nous empêchant de glaner quelques kilomètres supplémentaires, du fait aussi d'une plus grande fatigue accumulée (Serge et Thierry étant constamment en course). Malgré cela, nous avons bouclé la quasi totalité du parcours imposé par l'organisation mis à part un tronçon de 6 km.

Sur le plan humain, en revanche il n'y a que des motifs de satisfaction. Soudés par ces multiples galères, nous avons traversé les embûches avec un véritable esprit d'équipe entretenu et relayé par Pascal et Georges qui au-delà de leur rôle d'assistants ont su trouver les mots justes afin de préserver notre motivation intacte.

Faire le bilan c'était pour nous une façon de vous remercier de votre aide et de vos encouragements sans lesquels nous n'aurions pas eu la chance de vivre ces instants privilégiés. Faire le bilan c'est aussi se projeter sur Trans'Massif 2005 avec de nouveau l'envie de partager en équipe cette grande aventure.

ingérop

L'ingénierie partenaire
indépendante



ZI GOURNON
Tél : 04 73 77 74 17

DV Sport
Matériel de sport et de loisir
ZI de Cournon (63)



La gestion du document

OTRA

Ingénierie



la fin ... (info du 18/04/2004 10:03:24)

Avant d'écrire quelques choses de plus complet sur notre semaine voici un premier aperçu de la fin de notre raid.

Celui-ci s'est terminé hier dans des conditions 'humides'.

Pour ce dernier jour de course près de 40 équipes en course:

Transmassif : 17 équipes

Transauverne (les 3 derniers jours) : 12 équipes

défi (le dernier jour) : une dizaine d'équipes

La course à pied entamé dès 7h30 le matin s'est déroulée en randonnée, Christophe étant toujours dans l'impossibilité de courir.

C'est avec près de 1 heure de retard que nous pointons au premier pac.

Je suis ensuite rentré en course et nous sommes partis (avec Thierry et Serge) pour un vtt aquatique...

Sans erreur d'orientation et vraiment à bloc nous rattrapons notre retard et pointons 3ème au PAC2!!!!

Le dernier vtt étant plus large nous finissons la matinée tranquille jusqu'à Longues.

L'après-midi nous démarrons de St Amant Tallende pour monter tout droit au plateau de la Serre en vtt (enfin plutôt à pied) .

Le parcours n'est qu'une flaque d'eau...

Sur le tronçon suivant, tout le monde jardine à la fameuse balise B10. Mal placée ??? difficile de le savoir sur ce terrain où plus rien ne correspond sur cette f#\$"####! carte ign qui date de 15 ans.

Je choisis de suivre un groupe....Erreur de débutant en orientation, ne suivre que son intuition. je m'aperçois très vite que nous sommes beaucoup trop bas alors on remonte en direct dans les broussailles avec le vélo sur le dos.

On trouve enfin la B10 après de nombreuses minutes perdues. Nous sommes sur le plateau de la Serre et il faut être au Puy de la vache (en passant par le lac de la Cassière) en moins de 28 minutes sinon c'est encore la régulation.

Je comprends très vite que cela va être très chaud. Alors je motive mes coéquipiers et nous roulons vite, très vite, très très vite... les cuisses brûlent et Serge à qui nous avons demandé beaucoup et à bloc.

Juste avant l'arrivée au pointage, nous écoutons par le biais du pointeur les dernières secondes qui s'écoulent 10, 9, 8 1; Serge arrive avec quelques mètres de retard sur nous à une seconde de la régulation. Serge et moi nous nous écroulons à bout de souffle et les cuisses en feu. Thierry est décidément trop fort !!!

Nous apprenons que très peu d'équipes ont réussi à passer ici dans les temps. Les équipes avec nous à la B10 arivent une à une hors délai.

La fin du parcours en vtt pour aller à Laschamps sera plus tranquille. je passe ensuite le relais à Christophe pour la dernière partie pédestre pour monter au sommet du Puy de Dôme.

La soirée s'effectuera comme le reste de la semaine dans la bonne humeur et en compagnie de nos femmes, enfants et assistants. Cela nous permet de profiter encore de quelques moments avec toutes les équipes avec qui nous avons partagé cette semaine dans un esprit et une ambiance vraiment incroyables.

Toutes les équipes méritent le respect. Elles abordent ce raid (sans prime) dans le plus pur esprit du sport.

Je pense ici plus particulièrement aux équipes du Vernet, Buire R3i, Breizh 15 et Agrigel.

La victoire est remportée sans grande surprise par la 7ème équipe mondiale (la Clusaz). Nous terminons 13 ou 14ème.

Nous avons pu, sur les derniers jours, mesurer précisément le niveau de ce raid. A titre d'exemple seules 3 équipes de Trans'Auvergne ont réussi à 'rentrer' dans les 20 premiers au scratch confondu sur leur premier jour de course !!

A bientôt et merci encore à tous pour vos messages qui nous ont beaucoup aidé dans les moments difficiles et aussi dans les autres.

Merci à Léovélo, Ingérop, Desk, Top Performance, Oтра, Dv Sport, Mozaïc qui nous ont permis de vivre ces grands moments.

Nicolas.

Résumé du 16/04 (info du 17/04/2004 07:57:30)

Enfin !! pour certains, ouf !! pour d'autres, la Transmassif 2004 touche à sa fin.

L'avant dernière étape ressemble un peu à la précédente :

- Christophe est toujours dérangé du ventre et réduit à courir (plutôt marcher)
- Nicolas a sa cheville qui n'a pas désenflée et il en profite pour faire de gros vélos
- Serge et Thierry assument tant bien que mal la totalité des épreuves
- Et l'équipe Léovélo fait preuve de beaucoup de courage et d'abnégation pour arriver au bout de toutes ces épreuves

Pour ce qui est de la course nous avons néanmoins fait mieux qu'hier et terminé la journée en étant allé chercher 3 balises bonus ce qui nous met aujourd'hui à la 13ème place et nous permet de reprendre une place au général..

En fait après avoir connu le pire l'embelli n'est pas loin et si la course avait fait une semaine de plus les 1er aurait eu du souci à se faire.....

Voilà pour les infos sportives mais nous savons (de par les milliers de messages que nous recevons) que vous êtes principalement intéressés par notre recherche de masseuses.

Ce qui s'est en fait passé c'est qu'un car de masseuses suédoises s'est présenté mercredi soir à Laussonne pour nous prodiguer les soins d'usage. Malheureusement pour nous de notre part, elles n'ont pas eu la patience de notre assistant et sont reparties après s'être occupées de nos adversaires tous rentrés largement avant nous.

Conclusion de cette affaire

Enfin pour les milliers de personnes qui voudraient nous applaudir lors de cette dernière étape vous pourrez nous voir passer à StAmant Tallende vers 12H(départ de l'étape de l'après midi), ou alors vers Lachamp aux alentours de 14h , et pour les plus courageux au sommet du Puy de Dôme vers 14h30. Autre possibilité vous pouvez nous accompagner pour une rando roller à partir de 16h30(du gymnase Verlaguet à la place de la victoire)

Voilà il est minuit et la journée voire la semaine est quasiment terminée .Depuis 8 jours et ce malgré quelques entorses (le mot n'est peut être pas bien choisi) nous avons essayé, de la manière la plus simple possible, de vous retranscrire ce que nous vivons au quotidien . Bien sûr pour cela nous avons choisi un ton plutôt léger et humoristique mais celui ci ne doit pas faire oublier que nous avons tous connu des moments difficiles où se mélangeaient déception et découragement .La force de notre équipe aura été justement de ne jamais céder dans ces moments de doute et quelque soit les motivations de chacun à faire ce raid chacun a réussi à garder intact l'esprit dans lequel nous étions parti .

Bonne nuit et à demain .

PS : Pour les encouragements si il pouvait y avoir un petit orchestre ce pourrait faire pro .
Sinon si vous croisez le car de suédoises qui remonte on dîne après la rando roller au gymnase Verlaguet alors n'hésitez pas à leur faire passer le message.

news du 15 et 16 (info du 16/04/2004 12:58:53)

nous sommes le 16/04, il est 9h23. Thierry, christophe et Serge sont partis pour le deuxième PAC (16 km en course à pied).

Je ne peux pas courir mais pour le vtt ça passe. Ce matin je me suis fait le strap moi-même et j'ai l'impression bizarre qu'il est moins bien que celui d'hier :-).

Le problème est que Christophe est toujours malade (fièvre, mal au ventre) et ne peut pas courir non plus (mais il est quand même obligé). Nous allons donc finir difficilement et dans la douleur.

Tout d'abord un petit retour sur la journée d'hier :

comme prévu cela a été une galère; nous n'avons pas pu éviter la régulation (7km de perdu) et nous avons reculé de 5 places au général.

Nous sommes maintenant 15ème (sur 17).

La partie vtt du matin demandait trop de portage et malgré l'aide de Thierry pour porter, tirer, pousser je n'ai pas pu marcher assez vite pour que nous soyons à l'heure au PAC 2. Sans la

crevaison cela serait peut être passé

De plus la première course à pied du matin s'était effectuée en marchant car christophe ne peut pas courir. Cela ne nous a pas mis en avance.

L'après-midi s'est mieux passée puisqu'avec Christophe nous posons le kayak (après 8 km en 27 minutes sur la Loire) au contact des premiers.

Nous assurons ensuite le reste de la journée sans balise bonus pour avoir une chance de finir dans les temps.

Le compte-rendu ne peut malheureusement pas être très positif et nous sommes un peu déçu de ne pas pouvoir jouer avec les équipes de notre niveau (entre la 5 et 10ème place je pense).

Serge et Thierry sont obligés de tout faire; Serge serre les dents et thierry est toujours en pleine forme (il a tout fait depuis le début sauf le kayak); il est vraiment costaud Thierry...

Sa recette ??? il suffit de venir voir le soir au ravito :

- jambon cru,
- saucisson,
- fromage.
- vin rouge.

Vous mélangez tout ça et vous fabriquez un champion de France de triathlon....Essayez, vous verrez mais je ne garantis pas le résultat.

Ce soir nous arrivons à St Dier d'Auvergne vers 17 heures

Départ demain matin à 8 heures. Nous aurons le programme des festivités de demain ce soir vers 20 heures.

L'arrivée au sommet du Puy-de-Dôme sera demain vers 14 heures je pense.

Pascal est toujours aussi efficace à l'assistance; comment faire sans lui ?

Son habitude du raid en tant que compétiteur lui permet d'être des plus performant dans la tâche qui lui est assignée.

Nous lui en demandons beaucoup; il n'a pas 5 minutes à lui du matin 6 heures au soir 23h30. il a quand même réussi à prendre sa première douche hier soir (après 3 jours avec nous!!!!).

Nous avons bien reçu tous vos messages d'encouragements; merci à tous (adresse aventure@clermont-triathlon.com)

Nicolas.

Résumé du 14/04 (info du 15/04/2004 19:25:47)

une fois n'est pas coutume ce n'est pas Thierry ou christophe qui vont écrire le résumé mais nicolas.

Pas de résumé hier car la course s'est terminée à 23 heures (par une course d'orientation de nuit).

Depuis avant hier (le 13 !!!) la course est une réelle galère pour nous.
Plus question de masseuse, nous aurions plutôt besoin d'une ambulance :-((:
j'ai une entorse à la cheville droite et je ne peux pas poser le pied (ma cheville a doublé de volume).
Mes 3 équipiers sont donc obligés d'effectuer l'ensemble du parcours à 3.

Hier, je n'ai participé qu'au kayak et cela n'a pas été une partie de plaisir :
13 kilomètres de classe 3
70% des équipes à l'eau
et quelques bateaux cassés

Nous nous sommes renversés une fois dans une portion assez chaude mais bien sécurisée. Cela n'a pas empêché Serge de se faire une grosse frayeur ne pouvant s'extirper rapidement du kayak (plaqué sur un rocher par le courant).

Christophe est lui aussi malade et ne peut plus courir...

Conclusion :
la co de nuit hier soir s'est effectuée sans orienteur (moi à l'origine) et en marchant (christophe ne pouvant plus courir en cause d'une douleur au diaphragme).

Nous essayons de garder le moral en sachant très bien qu'aujourd'hui sera encore une journée galère.

Christophe est parti ce matin pour une partie course à pied ne sachant même pas s'il pourra faire 8km en 1h08 !!!! normalement il faut 30 minutes.

Le niveau étant particulièrement relevé (dixit les organisateurs et en comparaison des autres années), notre classement est catastrophique et cela ne va qu'empirer.

Le bon point : l'équipe reste soudée et l'ambiance nickel.

Ce matin je viens de demander à Pascal de me sortir le VTT.
je ne sais pas encore comment je vais clipser et déclipser les pédales auto mais une fois sur le vélo cela devrait aller (si je trouve le médecin dans les 15 minutes qui viennent pour me faire une strap très serré).

Merci à tous pour vos encouragements....

News du 13/04/04 (info du 13/04/2004 23:11:17)

Quatrième étape : le largage en raquettes

De plus en plus fatigués et le repas du soir ayant lieu de plus en plus tard, notre résumé va de nouveau être écourté. En ce qui concerne les fils rouges, une blonde à forte poitrine c'est effectivement présentée. Ni sa taille (à peu près 1,90m), ni sa corpulence (environ le quintal), ni son prénom (Maurice) nous ont permis de l'engager. On a eu un doute sur la véritable identité de cette personne alors Serge, le sage, nous a dit de nous abstenir. Conséquence on cherche toujours nos masseuses...

Pour ce qui est du dit largage on n'a pas eu l'occasion de mettre les raquettes . A croire que l'organisation a lu notre premier épisode et qu'elle a voulu laisser une chance aux autres équipe . Pour aujourd'hui on ne s'était pas méfié mais on était un 13 et on a joué de malchance à moins qu'on nous ai jeté un mauvais sort . On pense tous que ce sont les masseuses non retenues qui ont fait du vaudou.....

Alors que s'est il passé de si terrible aujourd'hui ?

Dans l'ordre chronologique la deuxième course à pied de la journée a été fatale à notre capitaine Nicolas qui après avoir orienté comme un chef s'est engagé tel un cabri dans une descente pierreuse . Au contraire du dit animal sa cheville n'a pas supporté cette cadence infernale . Résultat une entorse, un déjeuner aux anti inflammatoires et une après midi dans le camion(qui lui a hérité de l'odeur du cabri).

L'après midi les balises ne se trouvaient que sur le parcours VTT.Après une orientation sans erreurs de Serge et Christophe ,qui avaient à cœur de venger la cheville de Nico l'impensable se produisit . A 2 km de la validation des balises optionnelles (toutes poinçonnées) et au contact des meilleurs nous sommes passés devant la dernière balise obligatoire sans la prendre et un kilo plus loin nous nous en apercevons .Devant impérativement la prendre nous préférons (deuxième erreur) remonter à pied et perdre de précieuses minutes qui nous coûte la fameuse validation des optionnelles . La suite c'est un long silence pour rentrer à nos assistance conscient d'avoir fait une méga boulette et peut être inquiet de devoir le dire à notre capitaine accablé par son entorse.

Quelques minutes plus tard et un tour de vélo rail

avec l'équipe du Vernet nous nous retrouvons les 3 compères pour une dernière course à pied sans impératif de temps qui en plus nous permet de nous dédouaner de notre erreur et de la reporter sur le dos(plus solide que la cheville) de Nico .

En ce qui concerne le classement nous reculons d'une place au général et sommes huitième.

Hier nous vous avons dit que nous allions attaquer, ce que d'ailleurs nous avons fait .Même tactique pour demain sauf que Nico est cantonné uniquement au rôle de kayakiste .

P.S : Bon courage à Serge qui devra nous supporter un peu plus.....

résumé du 12/04 (info du 12/04/2004 23:23:02)

Ce soir nous n'allons pas conter toutes les anecdotes, non pas qu'il n'y en ai pas mais compte tenu de la dure journée passée nous devons penser à nous reposer. Néanmoins vous allez connaître quelques informations capitales :

Nous reculons d'une place au général pour occuper à présent la 7ème (cf ci-dessous le déroulement de l'étape)

Georges nous a quitté pour peaufiner sa préparation à Gérardmer (merci une fois de plus à lui de nous avoir accompagné ces trois jours)

Pascal est venu le remplacer (avec toute sa maîtrise de l'assistance)

Aujourd'hui celles qui voulaient nous masser n'avaient pas les attributs définis le 1er jour (donc pas de masseuse)

Christophe me donne tous les jours l'occasion de me venger et de le pourrir à mon tour.

En ce qui concerne le déroulement de l'étape même si nous espérons écœurer nos adversaires en kayak nous voulions commencer prudemment sauf que l'étape démarrait par du VTT avec une partie route . Chasser le naturel et il revient au galop , Christophe et Thierry se sont rapidement portés aux avant postes accompagné de Serge. Une fois la partie route achevée ce qui devait arriver arriva nos trois compères ont jardiné quelques minutes, passant au moins 10 fois par dessus des clôtures (Serge gardant un flegme tout britannique contrairement à Thierry) . Pas tellement d'incidence vu que aucune autre équipe bonifia la balise optionnelle . La deuxième partie de la matinée fut consacrée à de la course à pied avec une dizaine de kilomètres à plus de 1500m . Le début d'après midi fut la réplique exacte du matin sauf que Serge a été remplacé par Nico mais que Christophe et Thierry avaient encore envie d'en découdre à vélo . 40 kilomètres plus tard et quelques chutes nous pouvions donner notre carton aux commissaires avec une joie certaine vu que nous avons risqué de ne jamais leur remettre vu que Christophe l'avait tout simplement perdu . Merci à l'équipe du Vernet qui a ramassé notre carton et nous l'a redonné et a permis ainsi à Christophe de s'éviter quelques noms d'oiseaux)

La journée s'achevait par du kayak sur la retenue de Villefort où Serge et Nico validait la seule balise optionnelle de la journée.

Demain le leitmotiv c'est l'attaque à moins que nos jambes en décident autrement.....

news étape 1 - le 11/04 (info du 11/04/2004 22:26:06)

Deuxième étape ou la mine en VTT (dans le pneu de Christophe)

Aujourd'hui l'étape démarrait par une dizaine de kilomètres de course à pied sans un mètre de plat .

Après avoir été longtemps aux côtés des meilleurs et récupéré la totalité des balises optionnelles, la partie descente (dommage pour Thierry mais c'était raide) est venu annihiler tous nos efforts.

Pour 15 secondes de retard, nous n'avons pas pu valider ces foutues balises. La suite n'a pas été plus réjouissante. Ce qui devait être notre étape VTT référence, pour nous permettre de réaliser notre rêve, s'est transformé en une étape de portage de VTT (terrain trop accidenté). Après une

folle ascension pour revenir devant, le mauvais sort s'est de nouveau abattu sur nous. Au moment où l'on aurait pu rouler, Christophe a été victime d'une crevaison. Alors que l'on s'affairait pour réparer au plus vite, nous nous sommes aperçus que sur les 4 chambres à air de rechange, aucune n'avait la bonne valve !! A qui la faute ?

- A l'assistant ? Pas possible c'est le président de notre club de triathlon, Georges (un mec sérieux)
- Au fournisseur ? Pas possible, c'est un sponsor.
- Aux masseuses ? Pas possible, on n'a pas pu en recruter aujourd'hui car celles qui se sont présentées n'étaient pas blondes (à 1ère vue)
- Un complot des adversaires ? Pas possible il y a une bonne ambiance.

Finalement, Christophe a fini le parcours en courant, relayé un moment par Serge. Se sentait-il coupable ?

Malgré tout, cela s'est bien fini pour nous car nous arrivons, à 45 secondes près, dans les délais.

Ce que peu d'équipe on réussi à faire dans la matinée.

Après ces émotions, l'après midi a été plus radieuse puisque nous ramenons 3 balises optionnelles en VTT, et cette fois dans les temps !! Pas rassasiés, Christophe et Nicolas se sont élancés pour 8 kilomètres de kayak (dans quelques temps les images sur le site) dont 100 mètres sur le toit.

Résultat de la journée :

- Pas de mine en VTT
- Une crevaison
- Un esquimautage fortuit (tonneau)
- Une 6ème place à la journée
- Une 6ème place au général
- Des courbatures...
- Et toujours pas de masseuse

Si l'on suit notre tableau de marche, demain on les écoëure en kayak (faudrait pas qu'on refasse un esquimautage fortuit). En plus France 2 fait un reportage demain au journal de 20h.

Peut être que la célébrité nous guette ?

résumé du 10/04 (info du 11/04/2004 18:07:06)

Et voilà c'est reparti : comme vous êtes sans doute au courant parce que vous avez été nombreux à suivre notre préparation au travers du Léovélo Mag (merci Pascal) nous avons démarré notre aventure humaine et sportive.

Par rapport à l'année dernière nous avons opéré quelques changements :

- La préparation (on ne pouvait pas faire moins).
- La logistique en course (deux assistants, Georges et Pascal qui vont se relayer et nous supporter)
- Le résumé quotidien rédigé par ceux qui n'ont pas le droit de toucher aux cartes, devinez les heureux élus...
- Le ravitaillement d'après course (effectué par ceux qui n'ont toujours pas le droit de toucher aux cartes) : bière, smirnov, pretzel et curly

Par contre ils nous manquent toujours les masseuses...si d'ailleurs vous êtes blonde à forte poitrine le parcours est disponible sur land-n-raid.org ;)))

Avant de vous résumer la journée d'aujourd'hui, on voulait vous faire part de notre rêve du déroulement idéal du raid :

- Samedi on gagne le prologue,
- dimanche on leur met une mine en VTT
- lundi on les écœure en kayak
- mardi on les largue en raquettes
- mercredi on les explose en rappel
- jeudi on les lamine en roller
- vendredi on les ridiculise en course à pied
- samedi on rentre tranquille, ils sont H-S et on les achève au banquet

Prière de ne pas divulguer notre tactique de course, on voudrait créer la surprise !!!

A propos de surprise, pas encore arrivé à Saint-Jean-du-Gard Thierry nous en fait une. Et pas une petite, en effet il nous torpille notre rêve du mercredi. Il a tout simplement oublié le matériel d'escalade, pas mal, non ? Plutôt que de le reconforter, Georges et Christophe (qui vous le verrez plus tard n'est pas en reste) l'ont pourri.

Venons en au déroulement de la course. Après un léger briefing nous rappelant les consignes de course, on a lâché les chevaux (les ânes pour certains) !!

Au programme prologue de 18 km de course à pied (avec toutes les balises) dans un temps maximum de 2 heures. Cette fois c'est Nicolas, Thierry et Christophe qui s'y collent. Ce qui ne devait être qu'une simple formalité (sur le tour de piste des Cézeaux) s'est avéré beaucoup plus délicat à gérer (surtout l'orientation : on ne s'est jamais perdu aux Cézeaux), et nous a ramené à la dure réalité du raid nature.

Au final, même si nous avons poinçonné toutes les balises, nous n'avons pas pu valider les optionnelles pour 2 minutes de retard. On doit être classé vers la 10ème place (à confirmer). Fini le rêve, on a pas gagné le prologue. Mais demain on aura les crocs !!!

Ca tombe bien, les organisateurs nous annoncent une grosse journée.

Suite au prochain épisode...

PS de Thierry : il ne m'a pas fallu attendre bien longtemps pour, à mon tour, pourrir un de mes équipiers et en plus ça tombe bien, pas n'importe lequel, celui qui m'a le plus démonté la tête, Christophe. En effet, ce n'est pas un oubli mais trois, certes pas très important (roues de rechange, bouchon de Camelback et sur-pantalon) mais plus nombreux. On est quitte pour aujourd'hui mais la semaine n'est pas finie...

Le Mag de Léovélo - n°3 - 07/04/04 (par Pascal Dubuis) (info du 07/04/2004 21:30:11)

J-4 du départ

Dernière semaine de préparation avant la grande traversée.

Comme il était indiqué dans le Mag précédent, le fait marquant de la semaine était le passage télévisuel de l'équipe sur Clermont Première.

Nos quatre raideurs ainsi qu'Eva De Freitas de Léovélo étaient présents sur le plateau.

A en juger par les différents commentaires du sponsor, Nicolas a réalisé une très bonne prestation : « Nicolas a été excellent !! ».

N'exagérons rien, lors de la première question, il s'est retrouvé sans réponse, l'air béat, le teint blême, les mains qui tremblent, ...

Non, belle prestation !!!

Une édition collector de l'émission devrait paraître d'ici deux semaines avec un certain nombre de bonus :

- Les conseils de Thierry pour réussir sa sortie VTT,
- L'orientation en deux leçons par Christophe (à fond et à fond),
- Comment tomber dans les pommes au ravito par Nico
- Et en exclusivité, « Je bois la tasse en dehors de l'eau » par Serge

Nous reviendrons un peu plus tard sur ce dernier bonus...

Les dernières sorties vélo et course à pied ont eu lieu, avec ce soulagement de fin de préparation et d'attente de la compétition.

Ce week-end était pour chacun des raideurs synonyme de compétition mais avec des objectifs bien différents. Thierry se trouvait au grand prix de duathlon avec le club quant aux trois autres, accompagnés d'un assistant, ils allaient faire la course d'orientation au Vernet. Un but commun : ne pas se blesser...

Quand il s'agit de compétition, Thierry répond présent et démontre que physiquement, il est prêt. 15 minutes 09 au premier 5 km, ne cherchez pas ça fait 20 km/h. Enchaînement avec le vélo puis deuxième 5 km en 16 minutes. Bon ok, il a un peu faibli dans le deuxième 5 km, mais cela reste tout à fait acceptable !!! Au final il réalise une très belle 32ème place. A ce niveau c'est très très dense et le niveau est impressionnant.

Les autres sont donc partis faire les derniers réglages en orientation et principalement Nico désigné comme l'orienteur de l'équipe. Il devait mettre à bien les conseils de son bouquin de 300 pages sur l'orientation.

Objectif, bien orienter, ne pas se mettre dans le rouge.

Presque 30 balises à trouver dans un temps de 2 heures avec une échelle au 1/18000 !!!

Les trois raideurs partirent avec une bonne allure pour récupérer la carte et prirent une direction similaire vers leur première balise. Quelques cent mètres plus loin suivait Pascal : « heureusement qu'ils ne voulaient pas se mettre dans le rouge !!! ».

Après cette première balise, chacun pris son itinéraire. Seul Serge et Pascal restaient ensemble en direction de la balise 5. Ils passèrent à deux mètres d'elle en se disant que cela devait être celle d'un autre parcours. Après cinq bonnes minutes, à jardiner, ils revinrent dessus pour la poinçonner : « on n'est pas rentré dans la carte !!! ». Voici une expression, que Serge et Pascal utilisèrent beaucoup lors de cette course aux balises 10, 7, 12, ...

Ils croisèrent Nicolas à la recherche de la 17 puis quelques minutes plus tard Christophe qui courrait comme un chevreuil.

Les deux heures passèrent très vite et c'est avec moins de cinq minutes de retard que finirent Nico, Sergio et Pascal. Là, il fallut attendre de longues minutes le retour de Christophe... En fait, il mit 2 h 37 pour ne laisser que trois balises sur le terrain.

L'équipe fut rassurée quant au résultat de leur orienteur qui s'adjuge la troisième place. Christophe, qui malgré un total de 155 points de pénalité, se place 18ème . Quand aux deux promeneurs du dimanche, ils se placent 23 et 24ème , en remplissant le contrat ne pas se mettre dans le rouge et ne pas se blesser...

L'équipe semble être fin prête pour cette aventure :

- Un orienteur qui ne se perd pas...
- Christophe, fort physiquement et mentalement. Il ne répond plus aux attaques de Thierry par des « Barabarin fait pas ch.. » mais pense à la cohésion de l'équipe !!
- Thierry très fort physiquement. Mais il ne doit pas oublier qu'il ne doit pas toucher au matériel...
- Sergio, toujours aussi serein et prêt à calmer les ardeurs de Thierry et Christophe lors des premiers jours de course

Avant de terminer ce Mag d'une façon un peu plus solennelle, quelques lignes sur un de nos raideurs, Sergio. Dans les Mags précédents, on a très peu parlé de lui, certes il ne crève pas quatre fois de suite, certes il ne se fait pas prendre 3 minutes par son fils en vélo (heureusement, son fils n'a même pas dix ans !!). Serge, à la fois calme et méticuleux. Jamais vous ne verrez une trousse de pharmacie aussi belle que celle de l'équipe Léovélo, normal c'est Serge qu'il l'a faite... Un problème de vélo, même des cas désespérés comme celui de Thierry, appelez Serge...

Mais cette homme a une particularité. Il arrive à boire la tasse, la tête en dehors de l'eau. C'est un phénomène très rare que peu de personnes arrivent à réaliser. Pour cela, placer Serge à l'avant d'un canoë biplace. Placer Nico à l'arrière pour diriger le canoë et lancer les dans une descente de rivière. Pas besoin d'une rivière déchaînée, l'allier fait très bien l'affaire. Trouver un passage avec quelques vagues où Nico va s'empresser de vouloir aller, et Serge tout faire pour le faire passer à côté...

Attendez le passage des premières vagues et normalement à la sortie des vaguelettes, Serge devrait avoir bu la tasse !!!

Finissons maintenant par l'épreuve : Transmassif. Il est difficile de parler d'une telle course même si les chiffres peuvent être évoquant : 700 km, 8 jours de raid, de multiples épreuves (VTT, course à pied, descente en rappel, canoë, roller, ...).

A ce titre, je tiens à rassurer Magali, la soeur de Nico : non il ne fera pas de roller !!!

Une telle épreuve demande bien sur un très haut niveau physique et un mental d'acier pour tenir tout au long de la semaine. Transmassif est avant une course où la tactique y joue un rôle prépondérant.

Chaque soir se rajoute un peu plus de fatigue, de petits bobos, et pourtant il faut préparer les cartes et le matériel pour le lendemain. C'est une semaine intense qui attend nos quatre raideurs, intense physiquement mais aussi intense émotionnellement. Et c'est au cours de ces quelques instants de bonheur qu'ils se forgeront des souvenirs inoubliables. Alors, Messieurs les raideurs de Léovélo :

Prenez du PLAISIR !!!

Un Mag ne peut se terminer sans une petite histoire de Thierry et son VTT. Les propos qui suivent ont été recueillis par une certaine C.....

Lorsque Thierry crève et utilise une rustine, il la colle à côté du trou !!! Pourquoi ??? A ce jour pas de réponse. Bien entendu, ça n'empêche pas le pneu de fuir, mais ça fait rire ses coéquipiers...

Le mag de Léovélo n°2 (par Pascal Dubuis) (info du 31/03/2004 19:26:33)

Les semaines passent mais ne se ressemblent pas...

Ce qui devait être un deuxième Mag plutôt light, à deux semaines du départ, sera finalement assez riche.

Après les déboires physiques de chacun la semaine dernière, tout semblait aller au mieux. Nicolas

réalisa son test d'effort mardi matin, avec comme seul souci un nerf vagal un peu trop développé. En d'autres termes, monsieur Nico ne supporte pas de s'arrêter trop brusquement lors d'un effort violent.

Reprise sérieuse de l'entraînement pour tout le monde...

Le Mag aurait pu se terminer ici, mais s'était sans compter sur certains équipiers. Les semaines passent mais ne se ressemblent pas...

Nous arrivons donc au sujet principal de la semaine : Thierry fait du VTT.

La semaine dernière, il s'était valeureusement affiché par un superbe résultat à Vichy (Mag 1), mais cette semaine...

Comment expliquer quatre crevaisons ?
Comment expliquer deux crevaisons en 100 mètres ?
Comment expliquer un guidon qui ne pivote pas ?

Plusieurs suggestions de réponses :

- Il s'agit d'un vélo Carrefour, ben non !!
- Le dimanche 28 mars, il est interdit de faire du VTT, ben non !!
- c'était la pleine lune, ben non ils ont roulé de jour !!
- ...
- Thierry a un mauvais influx, ben peut-être, ça doit être ça !!

Ceci implique plusieurs choses :

Prévoir plusieurs VTT de rechange
Serge doit toujours être avec Thierry en course pour la mécanique
Thierry ne s'approche pas à moins de 2 mètres du camion et du matos
Révision des contrats des assistants

Suite à cette affaire, les assistants réclament une révision de leur contrat car il était spécifié qu'ils doivent faire l'entretien des vélos, mais à aucun moment il n'est spécifié qu'ils doivent :

- Intervenir sur le parcours pour changer le VTT de Thierry, en plus c'est interdit
- Démonter et remonter le vélo de Thierry à chaque changement de discipline
- Faire du vaudouisme tous les soirs sur le vélo de Thierry

En espérant que tout ceci ne lui arrivera pas en course...

Passons maintenant aux congratulations. Ce week-end, c'est au tour de Christophe de s'illustrer sur le duathlon de Guéret

Il réalise une très belle 13ème place (sur 75). Cependant plusieurs petits bémols à cette performance :
Comment peut on se faire prendre 15 secondes sur une transition ???
Comment Christophe a perdu près de 3 minutes en vélo sur son fiston, qui lui ne faisait qu'un entraînement ? (freins bloqués, lui aussi!!!)

Conclusions :
Christophe avait raison la semaine dernière de dire qu'il n'était pas encore prêt en vélo !!
Il serait bon pour la cohésion de l'équipe d'éviter les « Barabarin, je t'emmm.. »

Enfin, encore quelques petits réglages à faire avant le départ...

Concernant la partie sponsoring, notre belle équipe était hier soir(mardi 30 mars) sur le plateau de télé de Clermont 1ère. C'est Nico qui a été désigné pour s'exprimer au nom de l'équipe (pas de risque d'avoir un : « Barabarin, je t'emmm.. »)

Le debriefing de l'émission se réalisant chez Thierry autour d'une de ses nombreuses bouteilles de Saint Pourçain.

Le résultat de cette émission fera partie du prochain numéro.

Pour finir ce numéro, une petite pensée aux femmes de nos raideurs, qui voient rentrer leur mari de plus en plus tard des sorties de VTT (la faute à qui ??) et de plus en plus sale. Courage mesdames, dans trois semaines cela sera terminé. Le seul souci c'est que vous devriez récupérer des loques.

Pascal Dubuis.

Le Mag de Léovélo - n°1 (par Pascal Dubuis) (info du 22/03/2004 17:48:52)

L'équipe Léovélo est maintenant à trois semaines du départ pour Transmassif. Afin de garder quelques traces de ces derniers instants avant ce raid voici le Mag de Léovélo.

Les choses vont donc commencer à se précipiter, mais il y a des certitudes , il y a un camion, un canoë, des baudriers, des rollers, du gâteau sport (pour Christophe), deux assistants et quatre gars près à en découdre avec l'équipe de La Clusaz ;-))...

Passé les problèmes d'assistance et notamment la location du camion, cette semaine a été consacré à résoudre quelques petits soucis physiques de nos quatre raideurs. Entre Christophe qui a mal au dos quand il force, Nico qui a des petites baisses de tension pas encore expliquées,

Serge et Thierry n'ont pas trouvé d'autre idée que d'aller faire eux aussi un petit tour chez l'osthéo. Après cette semaine de repos, Nico a repris, doucement, l'entraînement par 1h30 de course à pied samedi et 4h de VTT dimanche avec Serge : une fois de plus tu n'écoutes pas ton docteur « Vous en faites trop M. Alexandre !!! ».

Quand à Christophe et Serge, ils continuaient normalement leur préparation. Comme tous les samedis matin vélo de route, il faut avouer que Christophe est encore un peu juste en vélo, enfin c'est lui qui le dit !!!

Le samedi après midi, pour nos deux compères, c'est canoë dans l'Allier. Alors les gars, vous y êtes enfin arrivé, vous avez dessalé !!! Non content de barboter tous les samedis après midi, ils ont enfin trouver le moyen de se mettre à la baille...

A remarquer que pour le moment on parle très peu de Thierry : pas de VTT (pas assez technique pour lui), pas de canoë (l'eau est encore un peu froide), mais que fait-il ?

Le lièvre de l'équipe avait une bonne raison, il se reposait pour les 10 km de Vichy ce dimanche avec pour objectif 32 min 30 s (18,5 km/h, c'est ma vitesse sur 200 m !!).

Malgré un vent important et un départ assez lent des premiers 2 min 53 au premier kilo (c'est Georges qui le dit), Thierry a fait une magnifique course, se relayant avec Patrick Bringer, il finit en 32 min 09, le fou... Tes détracteurs vont avoir du mal face à un tel résultat !!

N'oublions pas ces deux chers assistants, qui était eux aussi à Vichy ce dimanche pour le semi afin de rassurer leur équipe quand à leurs capacités physique et morale. Tenir une semaine de raid à sortir les VTT, ranger le canoë, sortir les VTT, ranger les VTT, ... il faut être prêt physiquement. Et une semaine de raid avec les quatre loustics, il faut être fort mentalement...

Ne pouvant reproduire le résultat de Monsieur Thierry, ils se sont contentés de faire une belle course d'équipe avec pour objectif 1h28 et donc pulvériser le temps de Pascal sur semi. Georges mena le train avec derrière Pascal collé à ses baskets : Je n'aie jamais eue autant de « Allez Pascal !! » de ma vie. Le bougre, il ne m'a pas laissé 10 secondes de répit sur tout le parcours. Mais le résultat est là, 1h27min49, merci Georges. Les assistants sont prêts !!!

Pendant que certains profiteront de cette semaine pour un peu de récup, Nico fera un petit test d'effort mardi matin afin de se rassurer. Seul Christophe devra continuer à s'entraîner, il est vraiment trop juste en vélo et à pied...

Les prochains objectifs de l'équipe sont la course d'orientation au Vernet le 4 avril afin de peaufiner les derniers réglages. Petit mot de l'organisateur de la course : il n'y a pas de balise, cette année, vers des ponts...

Thierry ne sera pas de la fête, encore une bonne excuse, il fera un grand prix de duathlon.

Le parcours... (info du 26/02/2004 13:59:01)

Le départ de Transmassif, édition 2004, sera donné le samedi 10 avril à St Jean du Gard, en plein coeur des Cévennes !

L'itinéraire complet est disponible sur le site de l'organisateur ([cliquez ici](#)) .