

# Le JDC du


# Duathlon Avignon-Le Pontet

**Duathlon Avignon Le Pontet**  
**13/03/2011**  
Complexe sportif de fargues-Le Pontet  
Entrée Libre

Duathlon Avenir à 9h30: De mini-poussin (2004-2005) à Benjamin (1998-1999)  
Duathlon Super-Sprint à 12h30 (mini et +)  
Duathlon Sprint à 16h00 (cadet et +)

**Championnat régional**

Qualificatif pour la Coupe de France Jeunes (mini, cadet & junior)



Préparé et organisé par Sudtrien pour le Sud-Est à Espoir  
<http://www.sudtrien.com>

Duathlon Avignon-Le Pontet  
13200 Le Pontet - Tél. 0478821327

DECATHLON  
SUDAUTO  
TOUTAUTO  
CYCLES 84  
ESPRIT COURSE  
AVIGNON



## LE MOT DU PRESIDENT

Bonjour à tous

Les membres du comité d'organisation et moi même tenons à remercier l'ensemble des bénévoles sans qui ce premier duathlon organisé au Pontet n'aurait pu avoir lieu. Nous vous associons à cette magnifique réussite et souhaitons que vous puissiez passer le message à vos amis et parents qui étaient présents à nos côtés malgré une météo plus que défavorable.

Nous comptons sur votre présence à notre repas de mi-saison pour vous remercier encore.

Salutations sportives.



**Jean-François COMBET**

## REMERCIEMENTS

Merci à tous les participants de ce 1<sup>er</sup> Duathlon Avignon-Le Pontet

Merci à tous les bénévoles qui ont répondu présent à cette belle épreuve !

Merci aussi à tous nos partenaires qui nous soutiennent tout au long de la saison :

- Groupe Agrica
- Le groupe NGE
- Sudauto-Toutauto
- Cycle 84
- Esprit Courses
- Mairie d'Avignon
- Mairie du Pontet et à M. CURTA qui nous a apporté une aide précieuse dès le début de ce projet

Merci également aux partenaires qui nous ont accompagnés tout au long de cette journée :

- Décathlon Le Pontet
- AREVA
- Mc Do Le Pontet Agricola
- Les produits NUXE
- Carrefour Avignon
- Mairie de Vedène – M. Fred Reggiani
- Le Conseil Général du Vaucluse
- Les secours AFPS 84



## DUATHLON AVENIR

3 Courses ont réunis un peu plus d'une cinquantaine d'enfants licenciés et non licenciés de 6 à 13 ans

Du jaune et bleu sur le podium dans chaque catégorie !! BRAVO à tous !!

### Les résultats des jeunes de l'école de triathlon

Noms-Prénoms	Categ.	Cl.	Temps
<b>Mini poussins</b>			
AYME Justine	MPOF	2	00:10:07
<b>Poussins</b>			
PLANCHER Lou	POF	1	00:10:50
LAUER Mark	POM	3	00:07:44
BLANC Joris	POM	6	00:09:50
<b>Pupilles</b>			
ROUX Guillaume	PUM	1	00:12:38
AYME Laurie	PUF	4	00:15:54
MENDY Nicolas	PUM	6	00:13:39
BREMON GONNET Hugo	PUM	9	00:14:22
<b>Benjamins</b>			
BELLOC Clara	BEF	2	00:19:03
AOMAR Marie	BEF	4	00:19:54
RUY Hugo	BEM	8	00:19:34
CASALIS Paul	BEM	10	00:19:40
CHARPENTIER Robin	BEM	13	00:22:23
BLANC Romain	BEM	14	00:23:44



## LE SUPER SPRINT

58 participants ont pris le départ du Super Sprint  
La majorité était des minimes très motivés, malgré le temps, car le Super Sprint était qualificatif pour les Championnats de France de Duathlon à Châteauroux le 24/04/2011 et permettait d'obtenir le titre de Champion de Ligue

### Les sélectionnés du club :

**Mathilde Charpentier et Théo Arnaud**



### Les résultats du super-sprint

Cl. Rank	Noms-Prénoms	Categ.	Pl/Categ.	Temps
9	ARNAUD Théo	MIM	9	00:52:21
24	MARTIN DESOIDE Enzo	MIM	20	00:56:37
33	CHARPENTIER Mathilde	MIF	9	01:01:30
53	BERMONT GONNET Marion	MIF	18	01:18:53

## LE SPRINT

Sous l'arche de départ, 197 athlètes ont pris le départ du Sprint. Tous avaient en tête leur objectif :

- Les sélections Championnats de France de Duathlon pour les cadets-juniors
- Terminer cette 1<sup>ère</sup> étape D3 en bonne place pour les équipes du Championnat D3
  - Le titre de Champion de Ligue pour les jeunes



### 2 Titres de Champion de Ligue en Junior

Clarisse et Pierre

### 3 Sélectionnés aux Championnats de France

Clarisse, Nicolas et Pierre

### 4 podiums

Clarisse et Nicolas en cadets

Pierre en junior

Perrette en vétéranes

### Les résultats du sprint

Cl.	Noms-Prénoms	Categ.	Pl/Categ.	Temps
9	<b>NICOLAS Carret</b>	<b>CAD</b>	<b>2</b>	01:09:52
12	CHAMBON David	S4M	3	01:10:38
15	FAYOLLE Julien	S1M	3	01:11:10
19	<b>LIAUSU Pierre</b>	<b>JUM</b>	<b>2</b>	01:11:45
34	BERTHE Pierrick	S1M	5	01:14:24
49	MARTIN Laurent	S3M	6	01:16:03
51	DESFARGES Yannick	S3M	7	01:16:14
72	BELLOC Bastien	CAM	17	01:17:58
118	LEFEVRE Christophe	V1M	17	01:24:03
141	<b>HISPA Perette</b>	<b>V3F</b>	<b>1</b>	<b>01:28:10</b>
152	<b>DAVID Clarisse</b>	<b>CAF</b>	<b>1</b>	<b>01:32:05</b>

## LE RECIT DE PIERRE

### Duathlon du Pontet 13/03/2011 :



Dimanche dernier comme beaucoup d'entre nous j'ai pu participer à la première édition de notre duathlon (à la différence que j'ai eu la chance de faire la course, grâce au nombre impressionnant de bénévoles présents sur cette journée). Dimanche matin au réveil la lumière paraît bonne à travers mes volets, « chouette on va avoir le soleil !! », que nenni !! De la pluie de la pluie et encore de la pluie !!

10h on part de la maison, on arrive au stade la journée est déjà bien lancée puisque les courses « avenir » touchent à leur fin. Je me dégotte un petit poste pour aider au retrait des dossards (autrement dit au chaud et au sec), j'aide pendant un petit moment puis me voilà parti pour la préparation et l'échauffement. Ces derniers se feront en compagnie des copains du club, qu'il est bon de revoir étant donné que je m'entraîne seul à La Ciotat. C'est bientôt l'heure du départ, je me dépêche de rentrer le vélo au parc, et de filer au briefing. Le briefing terminé je vois que les arbitres forment une ligne devant le départ empêchant les éventuels roublards de venir se mettre directement sur la 1<sup>o</sup> ligne, je fais rapidement le tour de l'arche et obtiens ma place aux avant-postes.

Je n'ai pas vraiment le temps de regretter ce placement, puisque le départ est rapidement donné et comme les saisons passées ben ça part fort devant, plutôt très fort même. Je cours à mon rythme, Ju me passe, David et JC aussi, je les laisse partir. A l'amorce du 2<sup>o</sup> tour de la course à pieds, sous les encouragements du public massé près du stade, je fais l'effort pour venir me placer derrière David et JC, et là c'est royal. David prend les choses en main et donne un rythme impeccablement régulier, (autant vous dire qu'étant encore jeune la régularité n'est pas mon point fort !), on reprend concurrent par concurrent pour rentrer au parc tous les 3. Ma transition se passe bien, je sors devant eux du parc de quelques mètres. A vélo ça aura été un long et doux calvaire, le premier à me doubler est David, (JC ne me rattrapera pas, il a malheureusement crevé). Ensuite je me fais reprendre par des paquets de mecs qui jouent la D3 et se permettent donc le risque de drafter, j'enrage, je les garde à quelques mètres de moi tout en respectant la distance réglementaire. Je rentre au parc avec les faux gros rouleurs et les dépose à la transition 2. Sur la deuxième course à pieds que j'avais vraiment envie de réussir, je pars fort pour me donner confiance sur la suite de la saison dans cette partie de course, au bout de 500m je commence à souffrir, je maintiens le rythme et me fais reprendre par différents jeunes que je battrai au sprint pour avoir une place sur le podium en junior.

Malgré le temps incertains et la route mouillée je me suis vraiment régalaé sur cette course, et c'est grâce à vous, à tous les bénévoles et organisateurs. Je remercie chaleureusement tous les bénévoles présents hier (autant pour le temps qu'ils ont donné que pour les encouragements nombreux), je remercie particulièrement Arnaud, Anne, Nicolas et les autres organisateurs (car je sais l'engagement qu'ils ont eu pour organiser cette course).

## LES COULISSES



La construction du parc à vélo et



le démontage



Quelques bénévoles sur les 140 présents



Les secouristes



La buvette



Le ravitaillement d'arrivée



Les inscriptions



Briefing du directeur de course

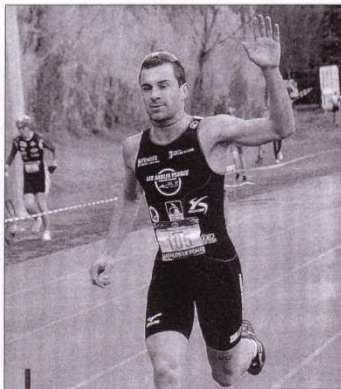
D'autres photos bientôt en ligne sur le site du club

# Brosse haut la main

**DUATHLON** Le Vendéen s'adjuge le premier duathlon d'Avignon-Le Pontet

**A**vec plus de 300 participants sur les installations de Fargues, au Pontet, malgré un ciel menaçant, le club du président Jean-François Combet a réussi sa première et prend date au calendrier. Une matinée sous la pluie pour les jeunes courageux et pour conclure 200 participants au départ du sprint, l'épreuve reine et un superbe vainqueur, Jimmy Brosse, des Sables d'Olonne. "C'est ma première course de l'année, explique-t-il. Je voulais savoir où j'en étais avant les championnats de France militaire, je suis rassuré."

**Avec David Valat**  
Une victoire bien construite par le duathlète. "J'ai fait la course en tête, raconte-t-il, avec David Valat en particulier sur la première partie à pied. J'étais méfiant, car je savais que derrière le Stéphane Racodon était redoutable en vélo. Tout a bien fonctionné."  
Les concurrents ont dû redoubler de prudence sur un parcours rendu glissant par la pluie, "mais c'est surtout le petit vent qui nous a gênés".  
Le L'Islois Valat, grâce à deux bons parcours en course à pied, s'offrait une belle place sur le podium et le cadet d'Avignon-Le Pontet Nicolas Carret.



Au terme d'une course bien construite, le Vendéen Jimmy Brosse franchit détaché la ligne d'arrivée à Fargues. /PHOTO P.P.

bien placé après le premier accablé devant céder non sans réaliser sa 9<sup>e</sup> place au scratch.  
Enfin, le Toulonnais Anthony Nizard inscrivait son nom au

premier palmarès de cette première édition qui en annonce bien d'autres, l'ensemble du club s'étant montré à la hauteur des enjeux.

Pierre PELLET

**LES RÉSULTATS**

**Sprint.**  
**1. Brosse Jimmy (Les Sables Vendée Triathlon) 1h05'51"**, 2. Racodon Nicolas (Saint-Etienne Triathlon) 1h06'20", 3. Valat David (Tri Club Isle sur la Sorgue) 1h08'07", 4. Von Berg Rodolphe (Tristars Cannes) 1h08'34", 5. Darcq Vincent (Aubagne Triathlon) 1h08'52", 6. Gentet Pierre (Triathlon) 1h09'02", 7. Vigneau Benjamin (La Clotat Triathlon) 1h09'05", 8. Roux Didier (Tri Pays Grassiol) 1h09'07", 9. Carret Nicolas (Avignon Le Pontet Triathlon) 1h09'52", 10. Bargetto Maxime (La Clotat Triathlon) 1h10'24", 11. IRO, Grault Anne-laure (Mistral Triath'club Orange) 1h55'15".

**Super sprint.**  
**1. Nizard Anthony (Toulon Triathlon Mutuelle Verte) 46'40"**, 2. Djellali Killan (Triathlon) 47'59", 3. Bernard Julien (Sardines Triathlon) 49'31", 4. Verret-Nougrigat Sacha (Triathlon) 49'53", 5. Mouchart Thibault (Team Mermillod) 50'16", 6. Amalou Nael (Vitrolles Triathlon) 50'32", 7. Andrieu Victor (Mistral Triath'club Orange) 50'47", 8. Duhamel Nicolas (Olympic Nice Natation) 51'49", 9. Arnaud Theo M (Avignon Le Pontet Triathlon) 52'21", 10. Paris Aymeric (Sardines Triathlon) 52'47", (...) 53. Bermond-Gonnet Marion (Avignon Le Pontet Triathlon) 1h18'53".

**Avenir pousins - mini pousins.**  
**1. Werle Patrick (Mistral Triath'club Orange) 7'04"**, 2. Robert Kenny (Cavillon Triathlon Club) 7'43", 3. Lauer Mark (Avignon Le Pontet Triathlon) 7'43", 4. Pruvost Titouan (Mistral Triath'club Orange) 8'42".

# SPORTS PROVENCE

## DUATHLON Une première au Pontet

■ Ce dimanche, aux abords du stade d'athlétisme, le triathlon club d'Avignon-Le Pontet organisait la première édition du duathlon du Pontet servant de support au championnat régional. Les meilleurs spécialistes du double effort (course à pied et vélo) étaient présents sur les deux épreuves sprint et super

sprint.  
Le matin était réservé aux jeunes duathlètes des catégories mini pousins à benjamins. Malgré la pluie qui était au rendez-vous, ils étaient près de deux cents duathlètes sur l'épreuve reine de la journée : le duathlon sprint (notre photo). C'est le sociétaire de

triathlon club des Sables d'Olonne, Jimmy Brosse qui s'est imposé alors que sur le super Sprint disputé en ouverture, c'est le Varois du Triathlon de Toulon Anthony Nizard qui remporte l'épreuve avec plus de une minute d'avance sur l'Aixois Djellali.



## LE PONTET

### Plus de 300 duathlètes sur la ligne de départ

**D**imanche 13 mars, le Club d'Avignon-Le Pontet triathlon a organisé son 1er Duathlon sur le complexe sportif de Fargues. Malgré un temps exécrable, le club du président Jean-François Combet pouvait être satisfait de cette organisation qui a rassemblé plus de 300 duathlètes.

**Pour tous les âges**  
La journée a commencé avec les jeunes ou deux épreuves, le duathlon "avenir" réservé aux jeunes catégories des 6 ans. Et le duathlon "super sprint" à partir de la catégorie minimimes (qualificatif Jeunes France ligue Provence Alpes), près de 100 jeunes ont pris le départ malgré la pluie.

L'après-midi, sur l'épreuve phare de la journée, 200 duathlètes avaient répondu à l'appel d'Avignon-Le Pontet triathlon, le duathlon sprint (5 km/22 km/2,5 km) servant de support régional qualificatif Jeunes France Ligue Provence Alpes (cadet & junior) et de manche D3 de Ligue Provence Alpes (seniors).

**Résultats du club :**  
pousins : 3e Lauer Mark, 9e Ayme Justine, pupilles : 1e Ronx Guillaume, 4e Ayme Laurie, 6e Mendy Nicolas, benjamins : 2e Belloc Clara, 4e Aonac Marie, 6e Ruy Hugo, 10e Casais Paul, 13e Charpentier Robin, 14e Blanc Romain.

Nicolas Carret a réussi le meilleur perf du club en finissant 9<sup>e</sup>.

