

Rétro
spective

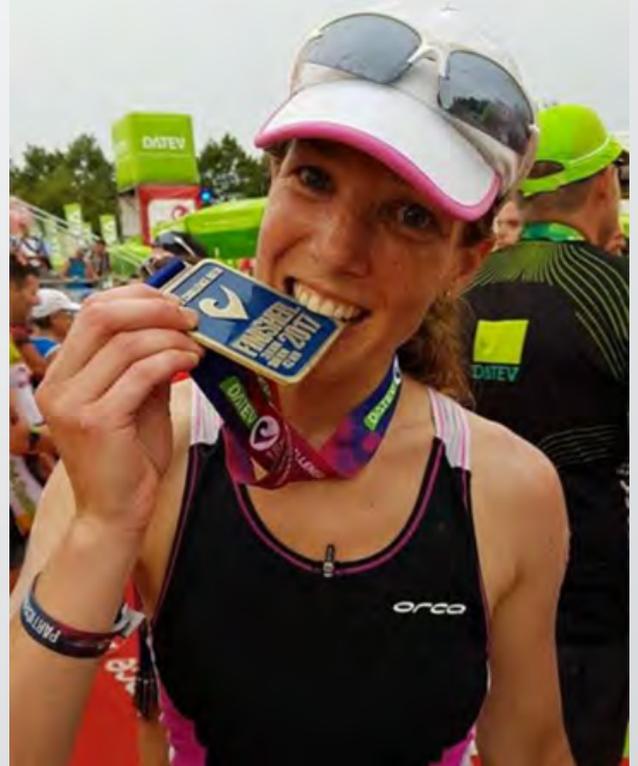
Caroline Lüthi concrétise un rêve un peu fou !

Félicitation, tu es finisher de l'ironman de Roth ! Pour tes débuts en triathlon, ça ne rigole pas. Comment as-tu vécu cette épreuve ?

Caroline: *J'ai vécu cette journée intensément et avec un plaisir énorme. Elle représentait pour moi la réalisation d'un rêve un peu fou que j'avais eu il y a 3 ans, lorsque j'avais assisté et vibré pour la première fois à ce grand événement. J'avais alors décidé qu'un jour j'y participerais moi aussi en tant qu'athlète. Rien ne me prédisposait au triathlon, je n'en avais même jamais fait, mais c'est pas grave, j'y croyais ! Soutenue par un mari fantastique, je me suis entraînée et préparée sérieusement pour ce gros challenge, avec pour objectif d'arriver au bout. Le jour J, je me sentais prête et heureuse d'être là, au milieu de 3500 autres triathlètes. Et puis c'est le départ, et tu ne penses plus qu'à avancer, portée par l'ambiance incroyable de la course. Grâce à des départs en blocs, la natation s'est passée sans trop de gêne. En vélo, je me sentais bien et je me suis forcée à ne pas augmenter la cadence, en me disant que j'aurais encore besoin de force plus tard. La transition pour la course à pied s'est faite sans soucis. Ça a commencé à devenir dur à la deuxième moitié du marathon, lorsque les jambes font mal, que c'est déjà long et que ça l'est encore...*

Quelles ont été tes sensations dans les dernières minutes de courses et au passage de l'arrivée ?

Caroline: *Les derniers kilomètres m'ont paru interminables. J'étais fatiguée, j'avais mal aux jambes et j'avais vraiment envie d'arriver ! Par chance, j'ai pu courir tout le long. Je savais que si je m'arrêtais, ce serait hyper dur de repartir.*



Juste avant l'arrivée, je me disais c'est génial, j'y suis, je voulais profiter à fond de ce moment tant attendu, mais en réalité dans ma tête je n'attendais que le moment où j'aurais franchi la finishline pour pouvoir m'arrêter. J'ai eu la chance d'être accompagnée de ma famille pour passer la ligne d'arrivée, ce qui a rendu le moment encore plus magique. Il m'a ensuite fallu un bon moment pour réaliser et redescendre sur terre.

Et si c'était à refaire ? Tu y retournes ou alors as-tu d'autres défis ?

Caroline: *C'était une magnifique expérience que je suis hyper contente d'avoir vécue. De là à le refaire, je ne suis pas sûre. Ça demande énormément de temps et de concessions, et j'aime faire trop de choses différentes dans la vie ! Je vais commencer par récupérer, puis je réfléchirai à de futurs nouveaux défis.*

Alex Dimitriou, champion de France de Raid !

Félicitations, tu es devenu champion de France de raid aventure par équipes ! Est-ce que tu convoitais ce titre

depuis longtemps, comme un vieux rêve, ou est-ce plutôt une opportunité récente qui c'est présentée à toi avec l'équipe française team2raid ?

Alex: Alors en fait, on avait déjà gagné en homme il y a 2 ans avec l'équipe Team2Raid, mais à cette époque là, ce n'était pas encore officiellement un Championnat de France. De plus, on avait gagné en homme, mais on s'était fait battre au Scratch par 2 équipes mixtes...

L'an dernier, j'avais participé au sein de l'équipe mixte Team2raid, mais on était tombé sur plus fort que nous, et on avait fini 2ème mixtes, et encore 3ème scratch.

Cette année, après avoir courru le JRA avec Benoit, je leur ai dit que j'étais motivé pour courir avec eux cette année encore s'ils avaient besoin de monde. J'ai eu la chance d'être "upgradé" dans l'équipe hommes, avec 2 grosses machines (Vincent Faillard et Jean-Baptiste Bourrin), ce qui m'a bien mis la pression car ils avaient gagné l'an dernier, eux ! Je me suis donc sérieusement entraîné dans le mois qu'il me restait, car je sais que ce n'est pas marrant d'être le maillon faible d'une équipe, et je savais aussi qu'il y avait quelques grosses équipes en face de nous qui n'allaient pas nous faire de cadeau.

La course s'est finalement déroulée presque comme sur des roulettes (même si j'aurais bien voulu en avoir sous mes baskets ou sous mon kayak des fois... ;-)), et j'ai finalement pu enfin remporter les Championnats de France, en homme et au Scratch, je peux arrêter ma carrière de sportif, l'objectif est rempli!



Peux-tu nous dire en quoi un raid du championnat de France est différent de notre JRA ?

Alex: Cela reste du Raid Multisports, donc dans le fond ce n'est pas radicalement différent, mais il y a quelques différences:

-la durée (le championnat de France se déroulait sur 2 jours, avec une grosse 1ère journée de quasi 9h pour nous, et une 2ème d'environ 6h: il faut donc gérer la distance, le matériel, les bobos, le (tout petit) dodo...

-On était par équipe de 3, et chacun a un doigt fixé à son poignet, du coup il faut que tout le monde aille pointer à chaque poste. Rigolez rigolez, mais ça change pas mal de ne pas pouvoir "arrondir" les trajectoires et se ravitailler pendant que son pote va pointer... ;-)-Sans vouloir rabaisser le niveau du JRA, la densité des équipes aux Championnats de France était très haute: plusieurs équipes ont déjà gagné des coupes du Monde de Raid, beaucoup d'athlètes ont un sacré niveau en course à pieds et en orientation (heureusement, les miens aussi...), du coup on savait qu'on avait pas le droit à beaucoup d'erreurs et qu'il allait falloir être bons! :-)-Ah, et dernier truc, il n'y avait pas de radeau ni de rollers aux Championnats de France, moi j'aurai trouvé ça cool, mais je crois que ça a plutôt arrangé mes équipiers!

As-tu des projets sur d'autres raids avec le Team2raid pour les saisons à venir ?

Alex: Je ne fais pas vraiment parti du Team2Raid, je suis un peu une "roue de secours", et ça me va très bien comme ça.

J'ai la chance d'être capable d'être relativement performant sans être spécifiquement préparé pour un événement, donc on planifie souvent les courses un peu au dernier moment, en fonction des disponibilités et envies et blessures de chacun. C'est un honneur de courir avec eux, mais à choisir je préfère quand même courir avec mon idole Luc!

Neuch Aventure roule à La Transmo !

La Transmaurienne Vanoise, 4 jours (+ le prologue) de pur VTT au cœur d'un des plus beaux domaines cyclables : La Haute Maurienne Vanoise en Savoie.

Depuis sa création, l'épreuve n'a cessé de faire grandir sa notoriété, pour devenir aujourd'hui une épreuve de référence dans le monde du VTT.

L'édition 2017 aura attirée 18 nationalités différentes. A ce titre, les Suisses n'étaient pas en reste car l'or revient pour la deuxième année consécutive à Marc STUTZMANN (Thömus Racing Team) en 10h41 de course.

Olivier ZURBRUGG (BIXS Pro Team), suisse également complète le podium avec le bronze.

Chez les filles, la première suisse termine à une belle 6ème place. Il s'agit de Laure BAUDOIS en 16h22.

Ne comptez pas sur l'équipe Neuch Aventure pour figurer au classement car nos coureurs (Jean-Daniel Quidort, Fabio Barone et Julien Bouille) y ont pris part en mode rando sportive, selfie et ravito Cochonou. **Du plaisir à l'état pur !!!**

À l'aube de ses 30 ans d'existence, la Transmaurienne Vanoise s'est donnée un nouvel élan depuis 2 ans maintenant en migrant en Haute Maurienne Vanoise et en rendant ses parcours plus « ludiques » tout en conservant une très belle technicité. La Transmaurienne Vanoise se définit clairement comme une épreuve de caractère, néanmoins accessible à tous grâce aux différentes formules proposées (rando famille, rando sportive D+ 6000, courses classées S2 UCI - D+ 6000 ou 9000). L'épreuve se différencie également avec ses parcours, traversant des paysages grandioses et magnifiques comme le Mont Cenis, le Fort de l'Esseillon, le hameau de l'Ecot, etc.



515 LE CHIFFRE DU MOIS

C'est le kilométrage à parcourir sur l'ultra triathlon "ULTRA TRI" qui réunit chaque année une soixantaine d'équipes en Espagne. Vous commencez par nager 10 bornes, puis en selle pour 421 autres bornes et comme vous êtes bien fêlé, vous enfilez vos baskets pour les 84 derniers kilomètres de la course à pieds. Tout cela en 3 étapes de 12 heures maxi. Mais le plus dure dans cette épreuve sera sans aucun doute de trouver l'autre fêlé pour vous y accompagner !



L'ENDROIT À DÉCOUVRIR

La montée de la Tremola en vélo de route.

La route en lacets mondialement célèbre sur le versant gauche du Val Tremola vit le jour avec la construction de la route du Passo del S. Gottardo. Sur son tronçon le plus spectaculaire, elle vient à bout de 300 mètres de dénivelé sur quatre kilomètres en 24 virages, qui sont même chacun dotés d'un nom. La route du col entre Göschenen et Airolo fut réalisée entre 1827 et 1832.

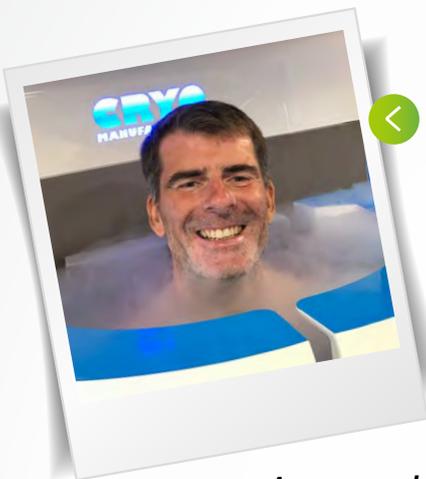


Petit détail, ..
la route est en pavés !

Merci à Jérôme pour les photos.



← **Au rayon fruits et légumes ..**
Admirez Jérôme, l'homme à la banane une fois le col de la Tremola derrière lui.



← **Au rayon surgelés ce mois-ci ..**
J'ean-Da s'offre une Cryo après l'étape du vendredi de la Transmo.



→ **Au rayon charcuterie ce mois-ci ..**
.. Encouragements de Jean-Da, Fabio et Jul aux coureurs suisses dans les virages du col du Télégraphe (Savoie). Et vive le Cochonou !



Gérald Monin



Vit à :

Neuchâtel

Surnom :

Pas de connu ;o)

Profession :

Ingénieur en électronique

Lieu d'origine :

Glovelier (JU)

Date de naissance :

30 mai 1977

Je voudrais dire aux lecteurs de Neuch Aventure ..

FAIRE DU SPORT,
C'EST COOL,
MAIS BIEN ACCOMPAGNÉ,
C'EST ENCORE MIEUX !

■ *J'aime..*

Pratiquer différentes activités sportives en famille et les camps de NeuchAventure

■ *J'aimerais..*

Participer au JRA avec Amélie ou Benoît, dans quelques années.

■ *J'aime pas..*

Les choux de Bruxelles et faire du sport tout seul.

■ *J'aurais aimé..*

découvrir les raids plus tôt.

■ *J'oserais jamais..*

Sauter à l'élastique

■ *J'aimerais dire..*

Un grand merci à tous les organisateurs des camps de NeuchAventure, c'est toujours formidable !

■ *J'aime boire..*

Un bon verre de vin avec des amis.

■ *J'aime manger ..*

Une fondue (fromage ou chinoise).



TON ARRIVÉE AU CLUB

Par Aline et indirectement Fanny, sûrement lors d'une sortie VTT.



1^{ER} RAID

Raid du Lapin aux Gollières, en 2010 je crois ...



1^{ÈRE} GRANDE COURSE

Une étape des 4 Foulées, à 19 ans.



PALMARES

3 victoires au raid du Lapin avec chaque fois des équipiers au top.

L'anecdote que tu n'oses pas raconter ..

SAUF À NOUS

Je n'aime pas trop la compétition, parce que je mets beaucoup trop de pression avant le départ !



AOÛT, LE MOIS DES GRANDS COURREURS

> JEAN-DANIEL QUIDORT, LE 6 AOÛT
ET .. USAIN BOLT, LE 21 AOÛT

Merci à
NOS SPONSORS ET PARTENAIRES



du plaisir à l'état pur!

