

KT HERBDO

LA GAZETTE DU CLUB NUMERO SPECIAL TRI DU POULDU OFF



Pouldu plage



Le PY supersonique

Édito

BRUNO

Demain la saison commence !

C'est à peine croyable non !?

On aura attendu mi-septembre pour voir autant de KT enfilez une combar.

Il y aura les costauds, qui attaquent dans le dur direct, il y aura les indécis « je nage, non je cours, non je cours, non je nage... »

Bref, des swims runners : Sév' et Manu à Suscino, au cœur de la presqu'île de Rhuys.

Un M avec quand même 11 bornes de nat et 3,5 de cap!

S'ils survivent, ils seront de retour à temps pour préparer un pot aux derniers de la classe : les débutants !

Ceux là seront au Pouldu pour ne pas dire qu'il n'y a pas eu de tri au Pouldu cette année !

Sûr que lundi la Gazette aura des tas de choses à raconter !

NUIT AGITEE A ROYAN !

BRUNO

Ils ont retiré leurs dossards, faits leurs petits sacs en vérifiant 100 fois s'ils ont bien mis la bonne pommade dans le bon.

Ils ont mangé leur ultime plat de pâtes, ils ont fait celui qu'ils croyaient être leur dernier caca mou !

Ils ont resserré encore un écrou sur leur monture de carbone. Ils ont trop serré, c'est celui-là qui cassera demain !

Voilà, c'est au pied du mur qu'on voit ... le mieux le mur.

Demain, ça commence tard, top départ à midi, c'est pire, ils vont piétiner, faire la queue pour rentrer dans le parc, « mes pneus sont-ils assez gonflés ? »

Les jambes vont gonfler elles, trop !

Et puis encore cette envie de caca -mou- celui de la peur.

À quelle heure fallait-il manger ?

« Trop tôt je risque l'hypo, trop tard, la galette en natation ! »

Nous aurons donc une pensée demain matin pour nos héros d'un jour.

Oh pas des super-héros. Leurs super pouvoirs se limitent à nager, rouler en équilibre et courir, le tout le moins mal possible ...

Mais on va les soutenir moralement parce qu'ils ont un mérite : cette année leur galop d'essai ne sera pas un S au fin fond du Morbihan, mais un L avec le gratin quasi mondial !

Alors respect et courage (un peu de chance aussi) pour Franck « le bornard », PY « draft me if you can », Dal' « pas au mieux mais on fera c'qu'on peut » et Ced « la ligne verte » !

On leur souhaite de finir au mieux et de ne pas rentrer déçus !

TRI OFF DU POULDU

Petit check pré course

BRUNO

RDV à 14H30 chez Loïck Jégou au 5 allée des chardonnerets au Pouldu Clohars. Le temps de ranger les vlos dans son jardin « *pare à vlo* », nous nagerons vers 15H.

La nat se fera au départ de Bellangenet playa, un aller et retour pour une distance d'environ 1000m.

Pas d'inquiétude, chacun fait demi-tour quand il veut, comme son nom l'indique, c'est Open!

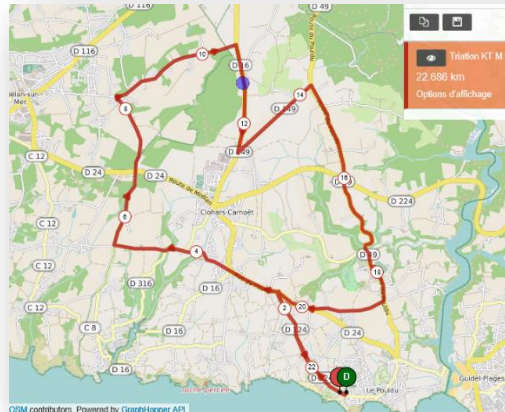
Vélo un tour du M (qui en comprend 2 normalement), je crois que Fifi n'a pas trop envie de compter les lentilles, mais on n'abandonnera personne!

On s'enquille la càp en un tour aussi, c'est trail mais des pompes normales et des jambes classiques suffiront... On tentera de faire des transitions dignes de ce nom, que l'expérience serve au moins à ça.

Tout le monde est convié évidemment, les spectateurs aussi, les photographes...

On mettra un point d'honneur à respecter le code de la route, on n'a pas de signaleurs!

On respectera aussi les distances COVID-compatibles...au moins jusqu'à l'arrivée chez Sév' qui nous offre le pot pour fêter cette saison de tri!



Vlo un tour



Càp un tour

PENSE-BÊTE

Check-list

BRUNO

Pas besoin de penser à son dossard et à sa ceinture, y'en n'aura pas. Par contre, tenter de ne pas oublier :

- Une trifonction.
- Une combi néoprène (maillot autorisé pour les non frileux).
- Une paire de lunette nat.
- Un bonnet de bain (facultatif).
- De la pommade pour pas se cramer le cou avec la combar.
- Un vlo (c'est con mais ça s'est déjà vu!).
- Gonflé et huilé....
- Des chaussures de vlo (pas de chaussettes!).
- Un casque.
- Lunettes (facultatif).
- Une gourde.
- Des chaussures de running (toujours pas de chaussettes).
- Une barre de truc sucré (pas 2).
- Une tenue civile pour aller boire un coup!

C'est simple, même Dan' devrait avoir bon (sauf l'huile sur la chaîne ça va de soi!).