

SPORT HUY-WAREMME

Mardi 5 août 2014

TRIATHLON

Yves Simonet a dompté l'Alpe d'Huez

Le Hutois Yves Simonet a terminé 18^e et premier Belge du triathlon de l'Alpe d'Huez. Devançant plusieurs pros, il a réalisé une superbe prestation.

● **Laura VANDORMAEL**

Le triathlète Yves Simonet a réalisé une grosse performance mercredi dernier. Engagé sur le célèbre triathlon longue distance de l'Alpe d'Huez, le Hutois a donné le meilleur de lui-même et a fini l'épreuve à une superbe dix-huitième place sur neuf cents participants. Yves Simonet savoura d'autant plus ce Top 20 qu'il est aussi le premier concurrent belge avec un excellent chrono de 6 h 34. Voilà une performance dont il devrait se souvenir longtemps. Le triathlon de l'Alpe d'Huez, dans sa version longue distance, c'est 2,2 kilomètres de nautation dans les eaux du lac Verney où la température avoisinait les treize degrés la semaine passée, 115 kilomètres à parcourir en vélo dont les cols de l'Alpe du Grand Serre



Yves Simonet est allé au bout de son effort au triathlon de l'Alpe d'Huez. Et il a fini dix-huitième. Chapeau!

(1 375 m), le Col d'Ornon (1 371 m) et l'ascension des célèbres vingt-et-un virages de la montée vers l'Alpe d'Huez, pour enfin terminer avec vingt-deux kilomètres de course à pied à travers les sentiers de la montagne. Ce challenge constituait un objectif majeur dans la saison du Hutois. Il l'avait d'ailleurs bien préparé en se rendant sur place une semaine avant la course afin de s'entraîner et de reconnaître les parcours. « Je suis parti avec Emmanuel Rodrigue qui s'occupait du coaching. Nous avions quelques appréhensions car les distances étaient plus longues que celles posées dans les triathlons en Belgique. De plus, il faisait seulement cinq degrés et nous redoutions d'avoir de la pluie pendant la course. Au final, c'est un superbe défi que je suis très heureux d'avoir relevé », confie-t-il.

« J'ai dû stopper à cause des crampes »

Pourtant, si la forme était au rendez-vous, Yves Simonet a eu quelques craintes et a rencontré quelques difficultés pendant l'épreuve. « L'eau du lac était à treize degrés et j'avais peur d'avoir froid et de le payer par la suite. Mais, arrivé sur le vélo je me suis

habillé chaudement et je me suis bien alimenté. Ça a été bénéfique. J'ai également dû m'arrêter dans le dernier tour, dans la partie course à pied, car j'avais des crampes. Cependant, je suis super content de ma place, de ma course et d'être arrivé dans cet état-là. Je termine premier Belge devant des professionnels de la discipline venus des quatre coins du monde. C'est exceptionnel de voir que je suis capable de rivaliser avec ces gars-là. C'est très stimulant ! » raconte-t-il.

Le mental est en effet très important et l'athlète du Puissance Huy Triathlon a la rage de vaincre. « Lors de toutes les courses auxquelles je participe, je me donne à fond et, ici, je n'avais pas envie de décevoir et de la jouer en touriste. Et je pense ne pas l'avoir été ! » Et il ne compte pas s'arrêter là puisqu'il s'alignera sur quatre triathlons dans les prochaines semaines dont celui de la Gilleppe ce week-end, histoire de bien terminer la saison. « Début septembre, je lâcherai du lest en nautation et j'entamerai ma préparation pour le marathon d'Amsterdam. Si, en plus, je parviens à terminer sur le podium ou même à gagner le Challenge condrusien (jogging), cela aura été une magnifique saison. » C'est tout le