

Publié le: 05 Décembre 2007

Par: Beaubois Roland

Lien: <http://patrick-vernay.xtriathlon.com/>



Vive les vacances !

Photo par IronmanLive

Patrick Vernay est devenu à Busselton le week-end dernier le français le plus titré sur Ironman, mais aussi le plus rapide. Il nous a réservé en exclusivité ses impressions de course ainsi que... ses perspectives d'avenir !

Aircalin

Réservation vols au départ de Nouméa vers la Polynésie Française

Ne vous faites pas avoir

Réclamez vos taxes en Australie Vous y avez droit alors foncez!

« Good job Patrick, well done Patrick », tels furent les mots que j'ai les plus entendus ce week-end à l'occasion de l'Ironman de Busselton en Australie.

Que dire des émotions ressenties en passant la ligne d'arrivée en première position huit mois jour pour jour après mon premier sacre australien à Port Macquarie !

La saison s'achève donc comme elle avait commencé avec, entre ces deux grands moments de ma carrière, un deuxième top 10 à Hawaï il y a un peu moins de deux mois. Cette victoire est d'autant plus appréciable qu'elle était plutôt inattendue au regard des adversaires qui figuraient sur la start list. Un Tissink très en jambes qui avait fait l'impasse sur Hawaï pour venir gagner en Australie, un Jason Shortis remonté à bloc pour une troisième victoire chez lui, un Mitch Anderson plus affûté que jamais, l'allemand Uwe Widman, le canadien Dragstra, l'anglais Bayliss et une brochette d'autres australiens comme Mac Kenzie ou encore Pete Jacobs.

A l'issue de Hawaï je me suis octroyé une semaine de repos relatif où je n'ai effectué que 5 heures de sport. La deuxième semaine je suis monté à 22 heures avec une sortie de deux heures à pied pile 2 semaines après mon marathon en 2h48. En Sem 3 ce furent 32 heures qui vinrent s'ajouter à ma reprise post Hawaïenne. C'est à ce moment que j'ai commencé à ressentir une douleur au tendon d'achille droit qui m'a dès lors empêché de programmer des sorties à pied de plus de 1h. En S4 j'ai de nouveau enregistré une semaine à 32 heures avec 640 km de vélo. Les trois dernières semaines ont été difficiles et j'avoue que j'ai profondément douté, ne pouvant réaliser plus de trois footings de une heure hebdomadaire.

Cette douleur au tendon ne s'est estompée qu'à huit jours de Busselton après un rendez-vous providentiel chez mon ostéopathe. En posant le pied en Australie on ne peut pas dire que j'étais sûr de pouvoir terminer l'épreuve. En fait mon seul atout résidait dans la somme de travail déjà réalisée pour préparer Hawaï.

D'autre part, selon ma femme, les trois dernières semaines durant lesquelles j'ai été obligé de me reposer en raison de cette blessure, pouvaient ne m'être que profitables. Ce fut le cas dans la mesure où je suis

arrivé sur la ligne de départ plutôt reposé et sans stress particulier si ce n'est la peur de ne pouvoir terminer sur blessure. Finalement tout s'est passé à la perfection.

Malgré une température trop clémente pour moi, je me suis jeté à l'eau pour les 3800 mètres, assez confiant puisque lors de l'échauffement j'avais tout de suite senti que j'avais de bons bras. Néanmoins pas assez pour rester avec l'excellent Pete Jacobs, mais juste pour gérer ma course au sein du groupe de favoris avec lequel je me suis finalement élancé pour les 180 km de vélo.

Là encore j'ai tout de suite vu, à la différence de Hawaï, que j'avais de bonnes jambes et ce, dès le départ. Heureusement d'ailleurs tellement le rythme s'est révélé ultra rapide à partir du 50ème quand Tissink a pris les choses en main. J'ai dû me faire très mal pour rester dans ce groupe de gros rouleurs et je n'ai lâché prise qu'au 120ème jugeant qu'il me fallait mieux rester sur mes bases plutôt que d'hypothéquer mes chances à pied en étant en surrégime à vélo.

Anderson est passé comme une fusée au 135ème et il ne me restait qu'à tenter de limiter les dégâts sur les 45 derniers kilomètres. J'ai donc posé le vélo en 4ème position à plus de 4' de Anderson, 2'40'' de Tissink et 1'30 de Widman. Malheureusement pour eux j'ai tout de suite vu que j'avais encore de bonnes ressources et surtout que je ne souffrais en aucune façon du tendon. La suite de la course fût véritablement énorme même si je n'ai cru à la victoire qu'au 35ème km, Tissink restant constamment en embuscade à 150 m derrière moi du 25ème au 32ème km, espérant que je ne puisse maintenir le rythme jusqu'à la fin de l'épreuve.

Finalement j'ai pu apprécier les 3 derniers km et me remémorer à souhaits tous ces instants passés à souffrir durant cette année. J'ai aussi pensé aux derniers sacrifices que j'avais dû faire, en l'occurrence laisser à nouveau seuls ma femme et mon fils à la maison manquant le deuxième anniversaire de ce dernier la veille de la course. Battre le record de l'épreuve ou celui de Van Lierde ne m'a jamais traversé l'esprit et ce dès le départ, en raison du petit vent qui a soufflé durant toute la course.

Cette deuxième victoire en 8 mois, la quatrième sur Ironman, me permet de nourrir des ambitions plus que sérieuses pour l'an prochain et les 8h06 réalisées ce dimanche ne peuvent que me conforter dans l'idée qu'un jour je peux espérer figurer dans les 5 meilleurs mondiaux.

Merci donc à tous les sponsors qui m'ont fait confiance, merci à ceux qui se sont manifestés ou qui pourraient encore le faire pour 2008. Je suis en effet ouvert plus que jamais à des propositions et je vous promets de ne pas vous décevoir.

Merci également à Beauvais Triathlon, et à Michel et Agnès en particulier, sans qui je ne serais jamais parvenu à ce niveau, à tous ceux qui m'ont envoyé des messages d'encouragement et de félicitations et surtout à toute ma famille qui s'est toujours mise en 4 pour que je réussisse.

Enfin merci à toi Roland et souhaitons qu' Xtriathlon ait encore de beaux jours devant lui et continue, fidèle à lui-même, à nous transmettre les nouvelles les plus croustillantes et les plus attendues du triathlon mondial.

A bientôt, Patrick.

> fin de l'article

français hawaii patrick vernay busselton australie
meilleur ironman