

## CARCASSONNE

## Triathlon

## Pas de vacances pour le TCC

Le Triathlon-club carcassonnais va participer à diverses compétitions durant la période estivale.

Le 7 août, c'est pratiquement à domicile que nous retrouverons les triathlètes du TCC car une grosse délégation est attendue pour le 1<sup>er</sup> triathlon de la Montagne Noire à Fontiers-Cabardès. C'est en Suède, à Göteborg, que se rendront trois des nageurs du TCC, également sociétaires du Cercle des nageurs carcassonnais, pour les championnats du monde masters de natation qui auront lieu du 28 juillet au 7 août. Le 15 Août, place aux amateurs du très longue distance puisque quatre TCCistes accompagnés de supporters très motivés se rendront à Embrun pour participer au triathlon réputé être le plus difficile au monde avec ses 188 km de vélo surmontés du mythique col de l'Izoard. Le traditionnel triathlon des cabanes de Fleury du 21 août viendra ponctuer cette série estivale.

## 2011, les 25 ans du TCC

Parallèlement à ce calendrier sportif bien rempli et comme le triathlon ne se résume pas à la simple participation à des courses mais aussi à l'organisation d'épreuves, le TCC réfléchit déjà à la saison 2011. En effet, pour marquer les 25 ans du club, le comité d'organisation souhaite intégrer et mettre en valeur la Cité dans les deux épreuves en remaniant les parcours course à pied et vélo du duathlon et du triathlon, habituellement organisées au lac de la Cavayère, tout en gardant l'esprit convivial et des tarifs attractifs qui font la réussite de ces rendez-vous et permettent la démocratisation du triple effort.

## Les entraînements de juillet

Les entraînements natation du

mois de juillet ont lieu le midi de 12 h à 14 h, du lundi au vendredi, à la piscine de Grazaillès. Une ligne d'eau est réservée aux enfants de l'école de triathlon et à la classe tri du collège de Varsovie. C'est au départ de la plaine qu'ont lieu les séances de course à pied le mardi à 18 h 30 et de vélo le dimanche à 9 h. Une séance supplémentaire de course à pied (orientée trail) se tient chaque jeudi à partir de 18 h 30 au lac de la Cavayère, elle sera suivie d'un entraînement natation en eaux libres dans le lac dès que la baignade y sera à nouveau ouverte. Quoiqu'il en soit un pique-nique aussi agréable que convivial vient clore ces séances du jeudi.

Tous les renseignements sur le Triathlon-club carcassonnais sont sur le site [www.tccarcassonne.com](http://www.tccarcassonne.com) ou par téléphone auprès de Marjolaine au 06 75 29 10 96.



Le 4 juillet dernier, les triathlètes du TCC participaient au triathlon de Vinça. Photos D. R.

