

# Altriman des Angles : l'exploit de Sophie Garcia

La Carcassonnaise, licenciée depuis peu au TCC, est l'une des deux seules femmes à avoir bouclé ce triathlon dantesque.

C'est un exploit que vient de réaliser la Carcassonnaise Sophie Garcia en bouclant, le week-end dernier aux Angles, l'Altriman, cet Ironman qu'on dit plus difficile que Nice, Salou, et même Emburun. Licenciée au Triathlon-club carcassonnais (avec son compagnon Dominique Montié) depuis moins d'un an, l'ex-cham-

## Le club en force

Le Triathlon-club carcassonnais était largement représenté au festival de triathlon des Angles, le week-end dernier. Sur le triathlon sprint, Louis Ferrié et Frédéric Barbé se classent 51<sup>e</sup> et 53<sup>e</sup>. Sur le triathlon courte distance, Fred Gau finit 6<sup>e</sup> malgré une grosse chute, Patrick Harroué 76<sup>e</sup>, Hervé Taurin 79<sup>e</sup> et Christophe Dardier 88<sup>e</sup>. Enfin, dans le half-Altriman, Jean-Charles Cuxac termine 148<sup>e</sup>, tandis que Patrick Scmth est contraint à l'abandon.

pionne de BMX, venue au triathlon il y a cinq ans à peine, réalise (en 19h et 17 mn) une performance qui fera date dans son palmarès. Sur 104 partants (et 64 arrivants) elle est l'une des deux seules femmes.

« J'étais partie pour terminer l'épreuve, mais en voyant le nombre d'abandons sur le parcours, je me suis vraiment posé des questions », raconte-t-elle, de retour à Carcassonne. Avec ses 5 000 mètres de dénivelé positif, ses sept cols et ses côtes jusqu'à 17%, l'Altriman a vu, une fois de plus, de nombreux coureurs jeter l'éponge avant la ligne d'arrivée, dont Dominique Montié, pour la première fois dans sa carrière de triathlète.

## Un double Ironman en septembre

Sophie Garcia, elle, revient émerveillée de cet Altriman : « Le départ de l'épreuve de natation dans le lac de Matemale, à 5h30 du matin, entourés de pédalos qui nous éclairaient avec des fumigènes ; les paysages magnifiques tout au long du parcours ». Un souvenir impressionné



► Sophie Garcia savoure sa performance.

Photo Claude Boyer

aussi, de par la difficulté du relief, qui a pesé lourd sur les organisateurs. « A un moment, j'ai dû mettre mes jambes dans la fontaine d'un village pour soulager mes crampes ! ».

Qui est-ce qui a permis à Sophie de tenir ? Sa bonne gestion de la course, tant du point de vue physique que mental. « Manger des Tuc m'a aussi beaucoup aidée ! », cite Sophie, parmi ses petits secrets d'alimentation « Dominique et moi re-

F.A.

# Le bonheur du TCC est dans le Gers

Les triathlètes carcassonnais se sont régalez à l'Isle-Jourdain.

Dimanche 1<sup>er</sup> juillet, à 10h du matin, les routes étaient humides et la température fraîche quand les 260 participants du triathlon de l'Isle-Jourdain se sont élancés. Heureusement, l'eau était à 25 °C.

Ce triathlon sur distance sprint se déroulait sans combinaison, conformément à la réglementation, ce qui fut plutôt un avantage pour les triathlètes du TCC. Sacha Doumenq, Thomas Guilhounet, Jean-Olivier Marsal et Jérôme Paris sortaient groupés aux avants postes de la course. Le 5<sup>e</sup> de l'équipe, Jérôme Mouret, était un peu plus

loin pour sa reprise en compétition.

Devant, la lutte faisait rage et Sébastien Borderas s'imposait finalement devant Aurélien Lescure et Jérémy Bonhoure, tous les trois membres du Sud Tri Performance, club évoluant en D2, ce qui montre le contexte très relevé dans lequel s'est déroulée cette course.

Derrière, les Carcassonnais réalisaient un beau tir groupé : Thomas termine 11<sup>e</sup>, Sacha 19<sup>e</sup> (et 1<sup>er</sup> junior !), Jérôme Paris 25<sup>e</sup> et Jean-Olivier 32<sup>e</sup>. Jérôme Mouret prend, quant à lui, la 83<sup>e</sup> place.

## Amandine Fitte s'impose

Les jeunes pousses ont ensuite fait le spectacle. Comme à son habitude, Amandine Fitte remporte le triathlon avec Hugo Mouret prend une belle place d'honneur chez les garçons.

Au final, ce « petit » triathlon en pays gersois fut une belle réussite.

Jouissant d'une organisation sans faille, d'un esprit authentique et familial, c'est un véritable bol d'air frais au milieu des grosses organisations qui s'imposent ces derniers temps à grand renfort de sponsors, mais au détri-

# Belle prestation pour l'équipe féminine

Lors des 1/2 finales D3 à Manosque, l'équipe féminine du TCC termine à la 15<sup>e</sup> place au généra-



► La course à pied a été leur point fort.

Photo

C'est sur le magnifique plan d'eau du Lac des Vannades, que les organisateurs du Triathlon Club de Manosque accueillent le 30 juin dernier, la demi-finale Sud Triathlon comptant pour le challenge D3. Des membres du TCC étaient représentés sur les courses « Découverte » avec notre jeune étoile montante Diégo Ato et sur le sprint avec l'équipe fille D3.

Sous une chaleur étouffante, le triathlon « Découverte » est lancé à 14 h. Diégo Ato, minimise 2<sup>e</sup> année cette saison, prend un excellent départ en natation et sort de l'eau, après 400 m, en 18<sup>e</sup> position sur 150 participants. Après avoir réalisé un bon

vélo grâce à une bonne tente au sein d'un groupe cycliste, Diégo, bon coureur à pied, avale les 3 km en temps record ; il termine 6<sup>e</sup> place au général et 3<sup>e</sup> mine garçon.

Côté féminine, l'équipe du TCC composée de Leticia Leguand, Edith Moura Mara Hinatée et Sandrine Amadéo rencontre quelques difficultés. Leur point faible la natation, les pénalise beaucoup. Avec du retard la sortie de l'eau, nos 4 triathlètes ont essayé de récupérer le plus de places possible sur le circuit vélo 20 km avec drafting. A pour point fort la course à pied, les filles ont pu rattraper pas mal de places. Elles terminent 15<sup>e</sup> au général.



► Amandine Fitte s'est imposée dans sa catégorie.

DR