

LES ERREURS À ÉVITER EN DIÉTÉTIQUE

TRIATHLETE

# TRIATHLETE

### COURSES

RAZZIA DES BLEUETS À EDMONTON  
 LA VIE DE CHÂTEAU À CHANTILLY  
 JEULAND RENAIT À VICHY  
 SUDRIE, PUISSANCE 4 À GÉRARDMER  
 BILLARD IMPÉRIAL EN ARDÈCHE  
 FEST-NOZ À QUIBERON

LES EXCLUSIVITÉS DE

L'EUROBIKE



### TESTS

WATTBIKE PRO  
 NEW BALANCE 800 v4

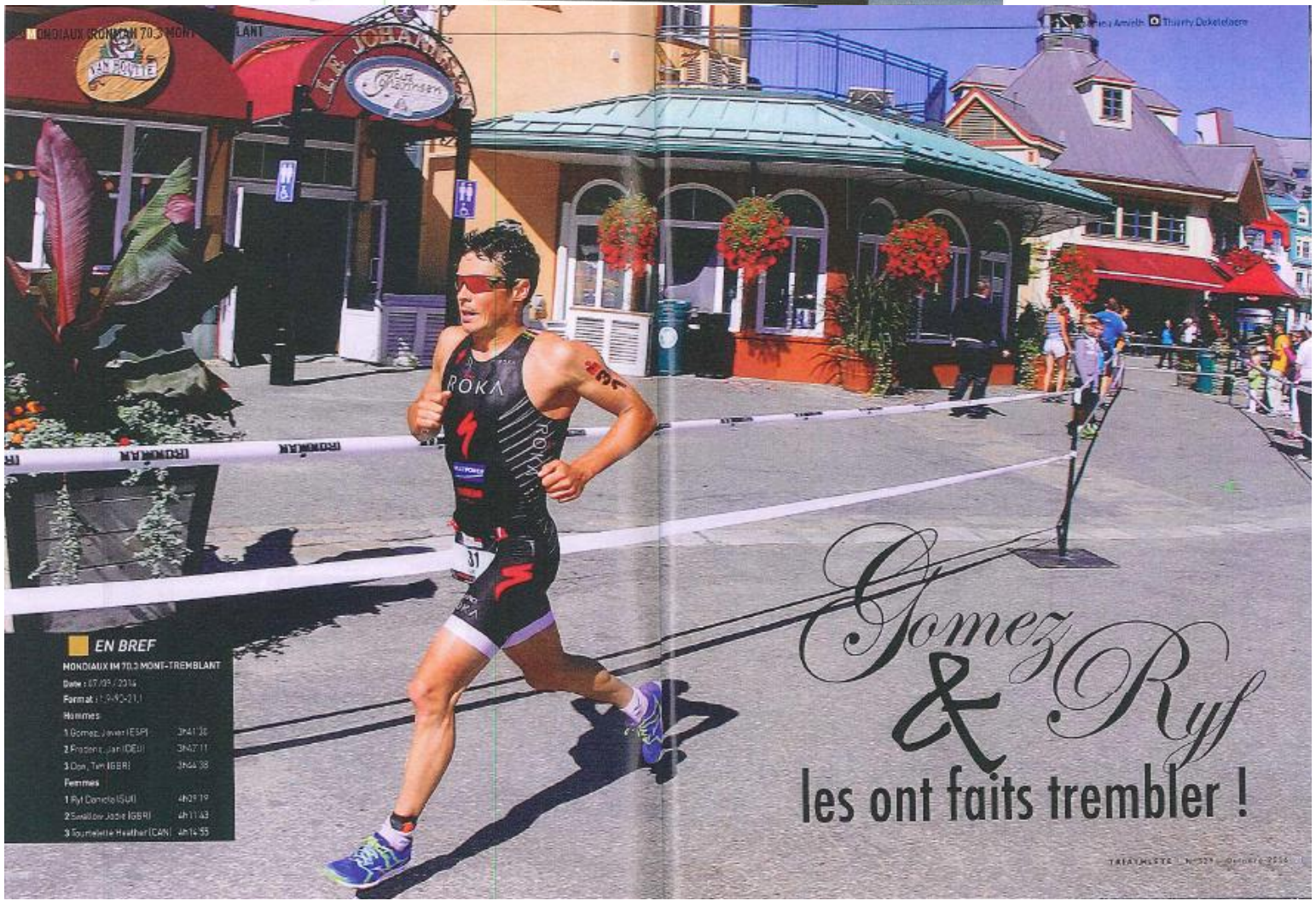


**CONSEILS**  
 S'ENTRAÎNER DE MANIÈRE LUDIQUE

# GOMEZ

## LE CANNIBALE

ISSN: 1123-24  
 L 12324-128 - F: 6,95 € - RD



**EN BREF**

**MONDIAUX IM 70.0 MONT-TREMBLANT**  
 Date : 07.09.2014  
 Format : 1.5-2-21.1

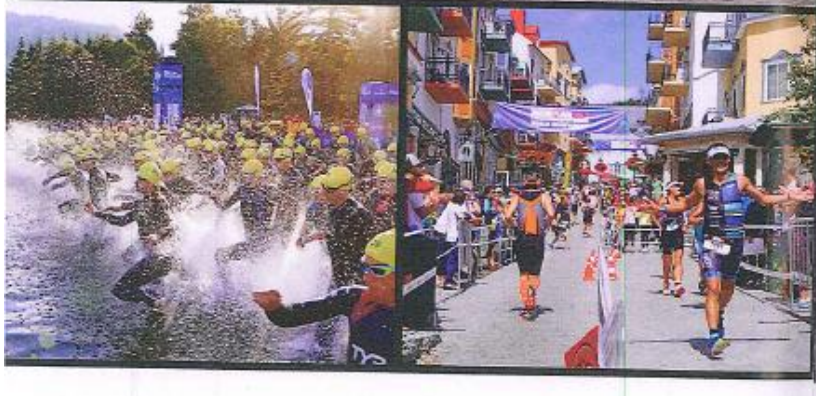
**Hommes**

- 1 Gomez, Javier (ESP) 3:41:30
- 2 Probst, Jan (GER) 3:42:11
- 3 Don, Tom (GBR) 3:44:38

**Femmes**

- 1 Ryf, Daniela (SUI) 4:02:19
- 2 Smolow, Juste (GBR) 4:11:43
- 3 Soumeireu, Heather (CAN) 4:14:55

*Gomez & Ryf*  
 les ont faits trembler !



Javier Gomez est véritablement le cannibale du triathlon. Inextinguible, l'Espagnol a décroché le titre mondial le 7 septembre, lors de la finale 70.3 de Mont-Tremblant, une semaine seulement après s'être imposé lors de la finale ITU à Edmonton. Même réussite pour Daniela Ryf qui s'était, quant à elle, imposée lors de l'Euro 70.3 de Wiesbaden. Triathlète tire les enseignements de la course canadienne et analyse les résultats des Français.

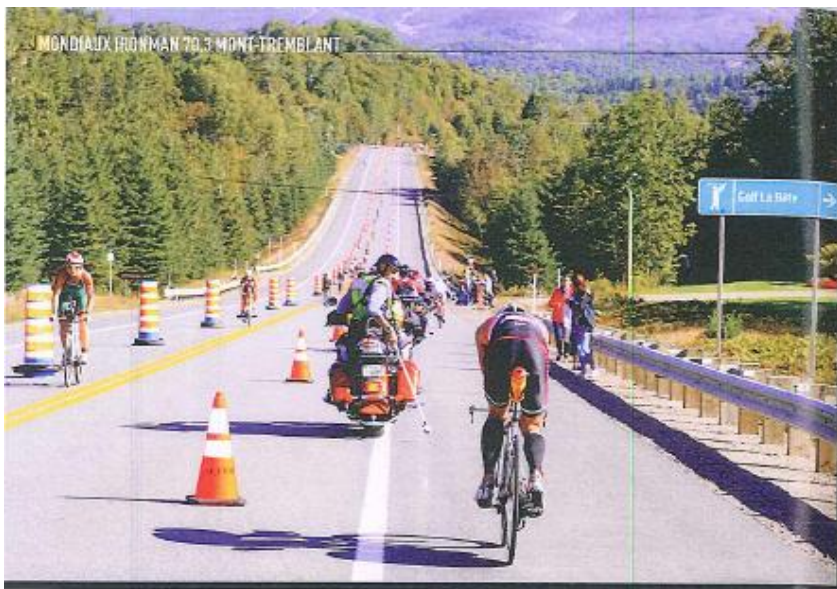


#### Gomez et Frodeno au top

Gomez et Frodeno sont les deux noms qui ont marqué les esprits cette année sur le Long, l'Espagnol, bien sûr, parce qu'il a réussi son pari d'être performant sur format 70.3. A Mont-Tremblant, Gomez a fait la différence sur la course à pied. Avec un semi-marathon couru en 1h07, il n'est pas déraisonnable de penser que Gomez parviendra à courir en moins de 2h40 sur Ironman, ce qui lui permettrait d'être en mesure de battre le record marathon détenu depuis 1989 par Mark Allen à Kona. Quant à Jan Frodeno, sa 2e place ne fait que confirmer son excellente saison avec 3 victoires sur le circuit 70.3. Tim Don, victorieux 2 fois cette année sur 70.3 (Montigny et Bristol), revient à son plus haut niveau grâce à une belle 3e place. Au Britannique de confirmer son niveau sur format Ironman. Une chose est sûre : il va avoir du sang neuf et de belles bagarres sur Ironman l'an prochain.

#### Kientle dans le dur, la révélation Sanders

Sebastian Kientle, champion en titre, est passé à côté de ses mondiaux. Trois minutes de retard après la natation, une performance à vélo moins forte qu'à l'accoutumée et un chrono moyen à pied. Au final, cela se traduit par une 18e place au



scratch. Peut-être a-t-il préféré axer toute sa préparation sur Hawaii ? Cela expliquerait sa contre-performance.

La révélation du jour est à mettre au crédit de Lisa Sanders. La Canadienne originaire de l'Ontario a terminé 4e de l'épreuve, à moins de 5' de Javier Gomez. Autre fait marquant, il a réalisé le meilleur chrono vélo (2h04'16). Très belle performance quand on sait que le Canada n'a participé à son tout premier triathlon en mai 2010 !

#### Ryf sur une autre planète

Mais comment fait-elle ? Daniela Ryf a écrasé la concurrence ces derniers mois. 2 victoires sur Ironman, un titre de championne d'Europe à Wiesbaden, la Suisse ne voulait apparemment pas en rester là. C'est à vélo que Ryf a fait la différence, en portant le chrono le plus rapide (2h16'). À pied, elle a résisté aux retours de la Britannique Swallow et de la Canadienne Wurtela, respectivement 2e et 3e. Prochain objectif : Hawaii !

#### Des groupes d'âges au top

Plus de 90 Français avaient fait le déplacement au Canada pour se mesurer aux meilleurs de la discipline. Première concurrente féminine, Morgane Riou (photo) est sacrée vice-championne du Monde 25-29 en 4h36'58. Le premier groupe d'âge tricolore chez les gars est Romain Pozzo Di Borgo (4h03'35). 7e chez les 25-29). À noter la belle performance de Christophe Jouffret, champion du Monde 50-54, en 4h32'39. Les résultats complets sont consultables sur [www.triathle.fr](http://www.triathle.fr) !

#### Pas très fair-play !

Nos 2 pros Français engagés, Jérémy Jurkiewicz, 26e et premier Français en 3h54' et Victor Delib'oux, 33e en 4h07, ont confirmé ce fait de course regrettable : beaucoup d'athlètes ont défilé sur la partie cycliste. Comme le raconte Victor sur son blog 'Entre coléris et déceptions', la règle des 12 m a été très peu souvent respectée. Extrait : « L.1 Kientle ramène ce palet monde sur le groupe d'une quinzaine d'unités sorti de l'eau une minute devant nous et se met devant. Le grand n'importe qui commence alors. Toute la monde se met dans sa roue à une distance entre 2 et 3 m. Je vois cela de loin et à chaque demi-tour, je suis écoeuré [...] C'était mon premier championnat du monde Ironman 70.3 et je crois que c'était le dernier. Je suis dégoûté de cette dynamique de course et des arbitres qui étaient avec les groupes et qui n'ont pas mis un carton ». Même son de cloche chez les amateurs. « Jérémy Morel, 6e chez les 18-24 en 4h10'38, et excellent cycliste (2e meilleur temps vélo de son groupe d'âge) confirme, « Sur le parcours vélo, j'ai dépassé de nombreux athlètes qui ne sont pas gênés pour se caler dans ma roue. Dans les bosses, ils perdent le contact mais de retour sur le plat, c'était de nouveau le même mélange avec de nouveaux athlètes « dépassés » qui s'abritaient... ». De source non confirmée, il semblerait qu'un nombre insuffisant de motos ait été planifié pour le transport des arbitres. Difficile dans ces conditions de parler d'équité sportive... vraiment dommage !

