

# Fabrice Pion - Nice Ironman 2008

Tout d'abord, celui-ci, je n'avais (encore au printemps) pas prévu du tout de le faire 🤔, sachant que, trois semaines après, soit le 13 juillet, j'étais engagé sur l'Ironman de Klagenfurt en Autriche et ce, depuis un an. Toutes les (environ 2000) places se vendaient en quelques minutes 🤖, toujours le cas d'ailleurs !

En fait, justement en vue de Klagenfurt et de ma préparation, j'avais prévu d'aller à Nice, d'une part pour profiter du beau temps quasi assuré là-bas et, d'autre part, parce que j'avais deux amies qui elles, s'engageaient pour leur premier Ironman cette année-là là-bas. Dominique, avec qui j'étais allé à Clearwater en Floride en 2006 et Laurence, une amie de Bordeaux qui, ayant déjà touché au « long » (On était ensemble sur le « 4 – 120 – 30 » de Biscarrosse en 2007), voulait aussi passer le "cap" au-dessus. Je m'étais donc dit : je vais les supporter, les encourager là-bas et moi, j'en profiterai pour bien me préparer tranquillement toute la semaine, terrain de jeu idéal 😊 !

Et puis, en fait, courant avril de mémoire, je me dis : puisque tu vas là-bas, peu importe Klagenfurt, profite et, autant t'engager aussi sur la course vu que tu es sur place, en le faisant « cool », en essayant de pas forcer, juste en allure « soft »... Une chance à cette « époque », Nice se remplissait moins vite que de nos jours et il restait donc des places de disponibles... Dont acte !

Laurence devant venir de Bordeaux en avion que le samedi matin (congés obligeants 😞), on s'organise : je passe lui prendre son vélo à Brive quand je pars dans la semaine, et j'irai la récupérer à l'aéroport à Nice. Pour Dominique, elle, pas de problème de logistique, du moins, elle peut les gérer « seule », elle habite Cannes 😊.

Je pars de Sorigny le mardi après-midi, après une réunion de boulot « importante » le matin. On s'est donné RDV avec Laurence en fin de soirée à une sortie d'autoroute au sud de Brive (elle vient de Bordeaux). Je charge son vélo avec le mien et cette fois, c'est (vraiment) parti!!!!!! Je m'arrête dormir en cours de route dans mon « camion », mon fidèle Vito, du côté du lac de Salagou après Lodève.

En fait, à chaque fois que je "descends" vers Nice ou Monaco, je rattrape d'abord Châteauroux puis, l'A20 jusqu'à Brive, ensuite, je coupe direction Est, via Figeac, Rodez pour rejoindre l'A75 et son célèbre viaduc de Millau. J'adore tous ces paysages de la Corrèze, du Lot, de l'Aveyron, ect. 😊 . Je traverse ensuite depuis Montpellier d'Ouest en Est en passant par Arles et La Camargue, Salon de Provence, Aix... Ensuite, je reste volontairement sur la mythique N7 en passant par l'Estérel et je ne prends l'autoroute qu'au niveau de Fréjus-Cannes car là, ça devient « inroulable » 🤖... ! En fait, tout simplement, j'adore profiter de la route, des paysages, prendre mon temps. Et, comme dit le dicton (Catholique) : « *le chemin fait partie de la messe* »



C'est donc ainsi que j'arrive tranquillement le mercredi après-midi à « mon » camping habituel, « Magali » à St Laurent du Var. (voir mes autres récits, Nice et Monaco et même Embrun 2003).

Dès le jeudi, je vais me faire une partie du parcours vélo. En fait, comme celui-ci passe juste devant le camping, je pars de là et y reviens. D'abord, ça m'économise 😊 environ 30 km et ensuite, le reste, c'est la portion la moins intéressante du parcours... Je me tape donc quand même tout le dénivelé et quelque 150 bornes 🤖. C'est sans doute un peu (voire beaucoup) trop à trois jours seulement de la course, même en le faisant « cool » mais, comme la course en elle-même, mon seul but est d'y participer, peu importe...

D'ailleurs, le soir, c'est restau 🍷 à Antibes, avec Dominique 😊, histoire de se retrouver et d'échanger sur nos courses et entraînements depuis Monaco et Clearwater...

La météo est bonne, annoncée bien chaude pour le dimanche... Bref, on est à Nice fin juin 🇫🇷... Le samedi matin, comme convenu, je récupère Laurence à l'aéroport et la conduit, avec son vélo à son hôtel, à environ mi-chemin entre l'aéroport justement et le site du triathlon.

Au camping à St Laurent, m'ont rejoint des amis (de Laurence également) du club de vélo du CHU de Bordeaux. Juste envie de voir ce qu'est ce fameux Ironman de Nice et de nous supporter aussi, Laurence et

moi. Je leur propose donc de venir en plus à la cérémonie de clôture du lundi soir, histoire de leur montrer le niveau d'organisation, la vitrine, d'un tel évènement.

Cette année, la pasta party et cette cérémonie de clôture, se tiennent dans le chouette Palais des expositions 🤔 de la ville de Nice. On est loin de la « catastrophique » organisation de la première édition de 2005 😡 (voir mon récit de Nice 2003-2005). Là, tout est nickel, très bien organisé à tout point de vue 🤗, conforme à l'image que la société Ironman se doit (et veut) de véhiculer !

Le samedi après-midi, c'est le traditionnel dépôt des vélos dans le parc. Il fait déjà très très chaud... Ça promet pour demain 😓... Waouuuuuuh !

Dimanche, c'est le jour « J ». On se retrouve avec Laurence et Dominique avant le départ. Pour moi, pas de problème de stress, je commence à être rôdé à ce style "d'exercice", pour elles deux, c'est un peu plus tendu 🤔... Normal, nous ne sommes que des humains, avec nos émotions à gérer... Pas toujours simple... Chacun de nous se positionne dans les sas de départ, en fonction de nos propres capacités en natation. La musique et les DJ s'en donnent à cœur joie 🤗, les décibels crachent plein pot et...



*Tuuuuuuuuuuuuuuuuuut, la corne retentit, c'est parti!!!!!!!!!!!!!! !*

Laurence sort 13' avant moi de la grande bleue, Dominique 6'. Logique, elles n'ont pas de mal à mieux nager que moi 🤔... Je prends « tout » mon temps, profite de la chance d'être là, sans objectifs, et pars sur le vélo en moulinant tranquillement. Je prends aussi mon temps pour un « arrêt technique » avant d'attaquer le col de l'Ecre. Je ne rattraperai Laurence qu'après le demi-tour au col de Vence. On discute quelques instant, elle va bien, elle gère, je la laisse, je pars devant, juste ne pas couper mon allure, mon rythme... Dominique, elle, je rentrerai au parc avant elle et, sans l'avoir vue (et pourtant obligatoirement doublée) ! Bizarre 🤔... Pourtant, je me doutais qu'elle serait devant et j'y faisais attention... Peut-être s'est t-elle arrêtée pour un besoin personnel aussi et que je suis passé à ce moment là, je ne lui poserai même pas la question d'ailleurs... Bref 🤗 !

Je pars cool sur le marathon et, dès le premier « aller » vers l'aéroport, je croise Laurence qui arrive à vélo, je la guettais, me doutant qu'elle ne serait pas loin derrière... Je la hèle au loin, elle me reconnaît et me fais signe, visiblement, elle est toujours ok, « bien »...

Elle va d'ailleurs me rattraper dès le deuxième tour et là, j'ai franchement un coup de chaud, de moins bien 🤔. Faut dire que, comme prévu, il fait une chaleur torride en ce milieu d'après-midi. Au niveau du bitume sur la fameuse Promenade des Anglais, sans doute autour de 35-38° 🌞... (Il était annoncé 33 à l'ombre)... Elle, Laurence, elle gère bien sa foulée, parfait... Je la reprendrai néanmoins au tour suivant en restant derrière, à distance, juste, si ça continue bien comme ça, qu'on puisse passer la ligne « ensemble » .



*Quand une photo vaut tous les discours...*



Quand je dis « ensemble », c'est plus exactement derrière elle. Pas question de lui enlever la joie 🙌, le plaisir d'avoir sa photo seule sur la ligne d'arrivée avec le speaker qui lui crie (comme à tous) You're an Ironman 😄 ! Et tout se déroule comme prévu : tous les deux finishers l'un derrière l'autre en 14h01'. Super, on se prend dans les bras, là, c'est le moment où tu lâches toute la pression que tu as accumulée pendant des jours, des semaines et des mois pour en arriver là. Que du bonheur 🤗 !

Dominique, elle, terminera presque une heure plus tard. Rincée mais tellement heureuse elle-aussi 😊. Bien sûr, je l'attends, sur le site, juste après la ligne...

Retour au camping et déjà, j'ai les yeux tournés vers Klagenfurt dans pile trois semaines. Je me fais un massage perso, bien comme il faut, afin de commencer au mieux ma récup. Au retour à la maison, j'ai aussi (déjà) programmé un RDV chez le kiné, pour un vrai massage, de professionnel. Eh oui, même si je ne suis pas un pro, loin de là 😊, je prévois, j'anticipe au mieux.

Le lendemain matin, lundi, je retrouve Laurence sur la prom'. Je dois la reconduire à l'aéroport, direction Bordeaux car, boulot oblige, elle doit rentrer pour bosser le lendemain 😞, ne peut même pas rester à la cérémonie de clôture 🤔... Dommage... On sirote tranquillement 🍷🍷 à une terrasse, s'échange nos ressentis de la veille. Elle aussi, bien préparée, n'a visiblement pas (trop) souffert. Son vélo, ce sont les amis de Bordeaux qui lui ramèneront. Je le reprends donc en pension pour rentrer au camping.

Pour moi, c'est dès le lendemain, mardi matin, que je reprends la route du retour. Eh oui, moi aussi, le boulot m'attend dès le mercredi 😊... Mais bon, juste gérer les urgences, tout comme à la maison où, eh oui, il faut bien que j'entretienne, tondeuse, jardin, etc. sachant que, dès le 6 juillet, tout juste une dizaine de jours plus tard, je sais que ce sera à nouveau vacances 😊 direction Klagenfurt puis, à nouveau retour au boulot pour une grosse semaine puis, ensuite filer faire les trois (Sprint, LD et CD) 😊 triathlons de l'Alpe d'Huez. Waoooooh, quelle cadence 🤖 !

Faut dire aussi, que, pour (mieux) me comprendre : je vis seul, dans un grand pavillon à la campagne, 1 500 m<sup>2</sup> de terrain, un grand potager qui m'alimente en légumes toute l'année 🥗 (deux congélateurs). Au-delà de mon boulot, je suis aussi très investi syndicalement, au four et au moulin, juge au tribunal des Prud'Hommes et, tout ça, ça me prend énormément de temps, beaucoup d'investissements personnels. Beaucoup de dossiers à gérer, à suivre, à monter... Etc. Bref, pas vraiment de frontières entre ma vie dite privée et tout le reste. D'ailleurs, quand je pars, j'emène toujours les dossiers les plus « chauds » avec moi, je reste en prise comme on dit « 7/24 »... Mais bon, j'aime ça, c'est mon fonctionnement. Debout tous les jours vers 5h30 et zou, la journée est partie... Pas de temps mort, une grosse « organisation » et ça roule tout seul !

Ah si, j'oubliais : le samedi suivant, le 28, je suis attendu à Nouâtre pour faire le relai natation en équipe avec mon Papa au vélo et ma petite sœur en course à pied. Chouette équipe familiale qui, compte tenu aussi de l'âge moyen des participants, nous vaudra un bel article dans la Nouvelle République, le quotidien local 😊 !

## Les Pion, 177 ans, et le même allant



La famille Pion, au triathlon de Nouâtre samedi.

La famille Pion cumule les années et l'entrain sportif du triple effort partagé. Leur trip : le triathlon relais avec Fabrice, le fils (natation), Maurice, le père (vélo) et Évelyse, la fille (course à pied).

Portée par les encouragements d'Huguette, la maman, et Charly, le gendre, (deux supporters in-

conditionnels !), c'est en 1 h 22 que la « 177 ans » (l'âge de l'équipe, sachant que le doyen, Maurice, fête ses 75 ans cette année), a bouclé l'épreuve et franchi ensemble la ligne d'arrivée. Une belle performance même si plus de 20 minutes les séparaient des premiers.

NR, 02 juillet 08

Alors, elle n'est pas belle, la vie 🤖 ? 😊... Selon le bon vieux slogan 🤖 !