



www.varmatin.com

# var-matin

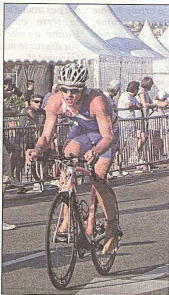
## TRIATHLON

### Zoom sur Jérémy Guérin au départ dimanche des « France » à Calvi

Après avoir participé et bien figuré sur les triathlons régionaux l'an dernier, Jérémy Guérin, sociétaire du Draguignan triathlon depuis de longues années, a décidé cette saison de se lancer sur le triathlon longue distance. Il sera ainsi au départ du championnat de France longue distance ce dimanche à Calvi en Corse. Au programme, 3 km de natation, 80 km de cyclisme et 20 km de course à pied. Inscrit en catégorie Elite, en compagnie des meilleurs triathlètes nationaux, il a pour objectif de boucler ce triathlon en un peu moins de 4 h 30 ce qui devrait le positionner dans le « Top 20 ».

#### Un parcours avantageux

Il tirera avantage de ce format de course, car étant bon nageur, il va pouvoir « surfer » dans les vagues des meilleurs pour sortir de la Méditerranée aux avant-postes. Ensuite, place aux 80 km de cyclisme, vallonnés, avec trois cols à franchir et un dénivelé positif de près de 2 000 m. Bien préparé à ce parcours exigeant, il a multiplié les ascensions du col du Bel Homme et de la côte d'Ampus qui lui offraient des pourcentages similaires à ceux qu'il va dimanche rencontrer. L'objectif est de pouvoir sui-



**Jérémy Guérin fin prêt pour réaliser dimanche une grosse performance à Calvi.** (Photo J. L.)

vre le rythme des grosses cylindrées afin de poser le vélo parmi les premiers à l'entame de la dernière épreuve : 20 km de course à pied, par-

cours en aller-retour de long du magnifique littoral corse. Il est cette saison, associé à Sylvain Prenel, l'entraîneur du groupe longue distance du club, qui organise son programme d'entraînement pour l'amener à son meilleur niveau sur cet objectif. Jérémy a beaucoup travaillé la course à pied qui reste son point faible, mais il prend confiance en ses possibilités et efface certaines barrières.

Sa belle seconde place au triathlon de Saint-Tropez atteste de sa bonne forme du moment. Il ne reste plus qu'à peaufiner quelques détails.

#### En quête d'un visa pour les «Monde»

Plus tard dans la saison, le 8 août prochain, il participera au championnat d'Europe Ironman 70.3 à Wiesbaden en Allemagne, afin de tenter de décrocher une qualification pour le Championnat du monde Ironman 70.3 de Las Vegas le 11 Septembre.

Affaire à suivre... pour un triathlète complètement investi dans la vie du club de Draguignan triathlon : entraîneur en natation pour le groupe des adultes et entraîneur de l'école de triathlon dans les 3 disciplines (benjamins et minimes).

J. L.