



ACCUEIL FOOTBALL BASKET RUGBY HANDBALL HOCKEY AUTRES SPORTS INTERVIEWS CALENDRIER

LES DIRECTS

Daniel Besse : » Le scénario me laisse un sentiment mitigé »

ECRIT PAR NICOLAS GOISQUE LE 1 JUILLET 2016 À 08:59

Le suisse Daniel Besse (Rushteam Ecublens) a remporté dimanche dernier le triathlon longue distance de Dijon (1900 m de natation, 88 km de vélo et 21 km de course à pied. Il revient pour DIJON-SPORTnews sur sa course dans la capitale des ducs. Voici son récit

Daniel Besse : « *Mon club, le Rushteam Ecublens, prévoit traditionnellement un triathlon longue distance en juin comme sortie club en France. Il y a deux ans, cela avait été mes débuts sur du long avec Troyes, où ma course à pied avait souffert du manque de distance dans les jambes. L'année passée la préparation était optimale et s'était soldée sur une victoire à Belfort....*

Objectif : la victoire

....Cette année le choix s'est porté sur Dijon. j'ai fait de grands progrès sur la partie course à pied dernièrement, avec un gros accent sur le début de cette saison mais aussi moins de kilométrage à vélo, et un mois de juin relativement chargé puisque Dijon suit l'half de Rapperswil et l'olympique de Zug dans mon programme. Ces deux dernières courses ont toutefois prouvé que la forme est bien présente. Ainsi, la stratégie pour Dijon restait la même: partir très fort en natation pour faire une différence, puis voir pour gérer avec comme objectif clair la victoire....



Daniel a obtenu ce qu'il venait chercher à Dijon : La victoire © Rushteam Ecublens



Après un parcours vélo semé de pépins Daniel aborde la course à pieds en 4ème position © Rushteam Ecublens

Un Vélo compliqué

....En natation, mes sensations ne sont pas au top, mais je me cale dans les pieds d'un relais et me retrouve ainsi malgré tout dans un bon rythme (NDLR Daniel sort premier de l'eau en 23 minutes 29). Une fois sur le vélo, la situation se complique alors pour moi. J'ai l'impression que tout tremble sur mon vélo avec l'asphalte pas toujours de bonne qualité, que mes jambes ne répondent pas idéalement (fatiguées?). Ensuite, je remarque avoir perdu un gel et dois finalement changer mon plateau en tirant à la main sur le dérailleur à cause d'un soucis de manette de vitesse. Mentalement continuer est très difficile et

je mets la faute sur chaque détail qui me passe par la tête. La course pour la tête est sans doute finie également... mais j'ai toujours appris en course de ne pas abandonner et de regarder devant pas derrière. (NDLR daniel réalise le 9 ème temps en vélo en 2 h 27 minutes 15 et perd sur cette discipline près de 8 minutes sur Xavier Montferrat (Dijon Singletrack) et plus de 5 sur Frédéric Scaffner (St Raphaël).

Le tout pour le tout en course à pied

....Content de poser le vélo donc, mais maintenant place à une nouvelle stratégie, le tout pour le tout. ça passe ou ça casse comme on dit. Départ sur les chapeaux de roue pour ces vingt kilomètres restant; le rythme est bien plus élevé que prévu mais avec une petite chance ça tient. Au premier demi-tour, les premiers n'ont pas autant d'avance que ce à quoi je m'attendais. Je tâche donc de garder mon rythme pour revenir gentiment, car l'augmenter encore pour les rejoindre plus vite me ferait marcher au deuxième tour à coup sûr. Mon tempo me sied bien et sans presque regarder la montre, je suis capable de le garder constant kilomètre après kilomètre pour au final reprendre la deuxième place vers le huitième kilomètre et la première après le treizième.....



Daniel est parti sur la course à pied pour tenter le tout pour le tout © Petronella Stohlova



Daniel est content du résultat, plus mitigé sur le scénario © Kaizad Irani

Très Content

.....Petite hésitation alors quant à savoir s'il me faut ralentir un peu pour reprendre des couleurs ou plutôt continuer. Sur ma lancée, je préfère faire le trou directement même s'il me faudra effectivement ralentir aux alentours du seizième où les forces viennent à manquer. Coca, eau, satisfaction d'avoir réussi à remonter la pente après mon piètre vélo, et encouragements des spectateurs m'amèneront jusqu'à l'arrivée pour se qui se trouvera être de loin mon meilleur vingt kilomètres sur triathlon. Très content du résultat évidemment même si l'exécution laisse un sentiment mitigé et très contrasté entre vélo et course à pied. Merci à l'organisation pour ce magnifique triathlon et au groupe du Rushteam pour ce week-end en belle compagnie« .



VOTRE IMPRIMEUR À DIJON

www.bien-encre.fr / 03 80 38 22 24

flyers - dépliants - cartes de visite - signalétique - adhésifs - supports rigide - ...

A LA UNE! AUTRES SPORTS TRIATHLON

Tweet