

RUSHTEAM: Les triathlètes « oranges » d'Ecublens



Le Rushteam 2009, sections adulte et kids mélangées.

C'est le 3 octobre 1997 que le RUSHTEAM a vu le jour lors de sa première assemblée constitutive. Le club est né d'un groupe d'amis pratiquant l'athlétisme ou le vélo. Nous offrons principalement des entraînements en natation, vélo de route et course à pied en vue des compétitions de duathlon et de triathlon.

Le club est ouvert à toute personne désirant pratiquer une activité sportive dans une ambiance cool et sympa. Le principe du RUSHTEAM veut que chaque membre puisse exercer son sport selon ses envies et ses ambitions. Des entraînements en communs sont organisés 5 jours par semaine afin de permettre à chaque membre de progresser à son rythme.

Une dizaine d'hommes participent régulièrement au circuit national de triathlon sur la distance olympique. Ils sont renforcés par une équipe féminine performante et très soudée d'une dizaine de triathlètes. Depuis quelques années, un groupe plus restreint s'élance sur la distance Ironman

(3,8 km de natation, 180 km de vélo et un marathon final), soit un effort soutenu de 10 à 12 heures. En 2009, 4 membres, dont une femme, ont terminé l'Ironman de Klagenfurt en Autriche.

Nous bénéficions du soutien de la ville d'Ecublens qui nous met généreusement à disposition la piscine du Pontet deux soirs par semaine et la salle de gym d'Epenex pour la préparation physique hivernale. Chaque année, une délégation se rend une semaine en Espagne pour engranger des kilomètres à vélo avant le début de saison. Un camp plus familial est également organisé à Porrentruy où nous bénéficions de l'accueil chaleureux de la «ferme du bonheur». Cette année, la saison prendra fin en apothéose par le superbe triathlon de Lausanne qui fera office de championnat suisse. Nous attendons une très forte représentation de nos membres.

Les Rushkids: notre mouvement jeunesse:

En 2003, le Rushteam a développé un mouvement jeunesse, les RUSHKIDS, composés de garçons et filles de 10 à 18 ans. Des

moniteurs Jeunesse et Sport assurent aux RUSHKIDS une excellente formation en triathlon et un encadrement lors des compétitions régionales et nationales. Certains jeunes rejoignent souvent leurs aînés pour les entraînements, les sorties à vélo, les camps sportifs et les compétitions.

Le groupe RUSHKIDS compte environ 25 jeunes nés entre 1991 et 2000. Ils s'entraînent en natation au Pontet le lundi et mercredi soir. Le mardi soir est réservé pour la course à pied et le vélo se pratique le dimanche. Ces dernières années, les RUSHKIDS ont glané de nombreux lauriers lors des compétitions majeures, et notamment les championnats suisses (CS).

Depuis l'an passé, Valentin Fridelance a rejoint le cadre de la relève nationale. Il a ainsi pu défendre les couleurs suisses aux championnats d'Europe par équipe. Cette saison, Jean-Claude Besse a obtenu le titre national de duathlon au terme d'une superbe course dans la région de Schaffhouse. Avec son frère Daniel, ils ont pris la relève de Valentin et représenté la Suisse aux championnats d'Europe par équipe en Italie. De plus, 8 jeunes font maintenant partie de la sélection romande de triathlon.

Le dévouement et l'engagement de nombreux parents rendent l'ambiance très familiale. Grâce à eux nous pouvons organiser un camp d'entraînement à la vallée de Joux, participer aux 10 compétitions nationales majeures regroupées sous le label «Youth-league» et aux compétitions régionales de la «RégioCup», et assurer une préparation optimale tout au long de la saison.

Nous entretenons d'excellents contacts avec les clubs suisses alémaniques. Ainsi, certains jeunes ont pu bénéficier d'échanges linguistiques durant les vacances scolaires, mettant ainsi à profit leurs intérêts sportifs communs pour apprendre une langue nationale.

Le triathlon par l'action:



1^{re} discipline: natation



2^e sport: le vélo

Final en course à pied



Pour plus de détails voir la page web: www.rushteam.ch