

<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article1550>

Collège Soutine

Les Frances de duathlon-run and bike en direct par les élèves

- L'association sportive - Résultats sportifs - Résultats 2016-2017 -



Date de mise en ligne : mardi 28 mars 2017

Copyright © Le site du collège Soutine - Tous droits réservés

Compte rendu des élèves du championnat de France duathlon run and bike 2017

By Laura Salhi 3è1

Mardi 21 avril

Pas encore parti en direction d'Avranches que Mr Jolicoeur nous a sorti 3 blagues en l'espace de 2 min
A 12h30 nous sommes arrivés sur le site de la compétition pour manger avec vue sur le Mont St Michel.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00239964-37dda.jpg>]

Tous les 4, nous avons essayé de chasser le mouton sur les prés salés.
Les professeurs en ont profité pour se cacher un peu plus loin avec le minibus.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00239d9d-80db1.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0024332d-18131.jpg>]

Nous avons même réussi à porter le Mont Saint Michel... C'est l'humour de M Jolicoeur qui nous contamine.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00240f0a-48458.jpg>]

Nous sommes allés au gymnase pour récupérer des informations sur la compétition et nous nous sommes amusés avec les animations proposées comme le volley et le home Ball.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0024aefa-7a901.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00244fcd-c7773.jpg>]

Nous nous sommes ensuite dirigés en courant sur le parcours afin de faire la reconnaissance. D'ailleurs le parcours était assez simple, du plat sur l'herbe et une petite bosse pleine de fossés très glissants.

Nous avons découvert par la suite notre lieu d'hébergement qui était un gîte vraiment pas mal. On en a profité pour prendre une douche Puis nous sommes allés manger au Lycée Littré.

Les Frances de duathlon-run and bike en direct par les élèves

A la fin du repas les professeurs ont assistés au briefing d'avant course pendant que tous les 4 avons joué au ping pong .

Nous sommes enfin retournés au gîte pour dormir afin d'être en pleine forme.

Mercredi 22 avril.

Levé 7h15 pour un départ à 8h00 du gîte, direction petit déj. Pas encore bien réveillés, nous avons récupéré nos vélos au gymnase pour aller sur les lieux de la compétition.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00252eba-7a15c.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0025f22c-ec0e2.jpg>]

Il faisait très chaud d'ailleurs !

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0025dba5-16231.jpg>]

Nous y sommes allés en run and bike pour faire un petit échauffement.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00262cf4-34982.jpg>]

Ca y est c'est l'heure du duathlon , 10h30 entrée dans la chambre d'appel pour préparer le départ 1h après.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00275460-2920c.jpg>]

Simon nous a assuré le départ et le premier tour avec un peu de mal à vélo mais s'est bien rattrapé à pieds avec ses grandes pattes.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00277b92-d8ece.jpg>]

Laura a enchaîné le 2ème relai en montant la bosse sans aucune difficulté.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L267xH400/mini-DSC002799b3-cc354.jpg>]

Les Frances de duathlon-run and bike en direct par les élèves

Au 3ème relai Romane nous a montré qu'elle n'arrivait pas à tenir debout. En allant prendre son vélo dans le box, elle a glissé et a fait une belle chute dans la boue.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00273b7d-36fbd.jpg>]

Et le final était pour Lucas qui a tout donné pour terminer 10e sur 23 équipes.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0028a059-c6892.jpg>]

Nous nous sommes douchés et changés au gîte après avoir lavé les vélos. Nous sommes allés manger avant de partir visiter le Mont St Michel.

Nous avons pris une navette pour ensuite se balader dans les ruelles du Mont.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L267xH400/mini-DSC0028fcd0-4947a.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH91/mini-DSC00288cb8-1a9d1.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00299898-86276.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0030dd2e-355ea.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00302423-01fcc.jpg>] Des vrais peaux de vache !

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00302ac6-e80a6.jpg>] Les acteurs du futur film avec Robert Redford : "Des hommes qui murmuraient à l'oreille d'un taureau !"

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00290575-06ad4.jpg>]

C'était super mouette !

On a fait le chemin inverse à pieds pour retourner au minibus dans l'espoir de trouver une crêperie sur la route mais

sans succès.

Nous sommes finalement retournés à Avranches dans un bar pour boire un Orangina.

Ensuite, retour au Lycée pour nous restaurer avec un petit concert juste avant.

Etant fatigué, nous sommes rentrés au logement et avant de se coucher nous avons jouer aux cartes. Nous avons eu la confirmation que Laura n'était pas très douée. D'ailleurs Romane et Laura ont perdu la partie de Kems avec 2 gages à la clé avant de finir au lit.

Jeudi 23 avril

C'est la fin, lever 6h45 un peu plus tôt pour aller en chambre d'appel à 10h00

Nous avons répété le même échauffement que la veille en terminant par des gammes afin d'être au top pour le run and bike.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00317d1a-ed4c2.jpg>]

Le départ de Lucas n'a pas été très efficace (c'est toujours son point faible à améliorer) mais les garçons se sont bien rattrapés lors de la 1ère boucle.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC003147d0-416dc.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0031f401-427b3.jpg>]

Au tour des filles à présent avec Laura à pieds qui a filé jusqu'au bout avec Romane en vélo.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00321297-9112f.jpg>]

Les filles ont enchainé 3 boucles et les garçons 4 avec la boucle d'arrivée, final très serré avec plusieurs équipes au coude à coude.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0032ea3f-830e9.jpg>]

Nous avons terminer à la 7eme place avec une gamelle de Laura et une de Simon

On a fini en beauté avec une photo un peu spéciale et sommes retournés au gymnase, les filles en vélo et les garçons en footing.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L267xH400/mini-DSC003354b8-99b5f.jpg>]

Une fois les vélo lavés, nous nous sommes douchés avec une pression d'eau insuffisante mais suffisamment pour arriver propre pour manger notre sandwich et rentrer sur Chartres.

Lors de cette expérience nous nous sommes tous découverts et avons bien ri, cela restera une expérience inoubliable.

Nous avons découvert que Lucas était passionné de tractopelle, que Romane ne tenait pas debout, que Simon employait un vocabulaire très distingué, que Laura était nulle aux cartes, que Mme Jan faisait du bruit avec ses chaussons zèbre et que M Jolicoeur avait beaucoup d'humour .

By Simon Barrot

Mercredi 22 avril

Nous sommes arrivés sur le site de la course en run and bike pendant que les lycéens préparaient leur départ. Quinze minutes avant le passage en chambre d'appel, nous nous sommes échauffés .

Après le passage en chambre d'appel, nous sommes allés dans notre box pour nous changer et nous préparer.

Nous avons organisé notre relai pour le duathlon de la façon suivante :

Simon, Laura Romane Lucas

Simon fit un bon relai malgré quelques difficultés en vélo.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC002765e0-00ec8.jpg>]

Les filles firent un relais de bonne qualité dans tous les domaines.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0027b001-e7908.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L267xH400/mini-DSC00278e84-440c0.jpg>]

Lucas fut en bonne forme mais la côte à vélo a été difficile.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC002807f4-c59b0.jpg>]

D'une manière générale, l'épreuve s'est bien passée. Nous avons terminé 10ème sur 23 établissements.

Jeudi 23 avril

Nous sommes arrivés de la même manière que la veille. Nous avons vu le départ des lycéens et sommes partis à l'échauffement 15 min avant le passage en chambre d'appel.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC002807f4-c59b0.jpg>]

7/mini-DSC003190af-75c49.jpg]

Nous nous sommes ensuite préparés pour l'épreuve de run and bike.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00311760-d66c0.jpg>]

Les départs étaient décalés pour les 5 premières équipes de 10 sec en 10 sec

Les équipes classées à partir de la 6eme place sont toutes parties ensemble 50 sec après les 1ers.

Lucas était le coureur pour la boucle de départ. Ensuite Simon partait avec lui pour la première boucle de run and bike

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00329397-8266c.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC0032036f-e09bd.jpg>]

Au total, les garçons effectuaient 4 tours et les filles 3.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00320df3-bda7f.jpg>]

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00327a47-7ce94.jpg>]

La course s'est bien passée malgré le fait qu'on se soit fait doubler sur la dernière ligne droite, à cause d'une mauvaise tactique.

[<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-soutine-saint-prest/local/cache-vignettes/L400xH267/mini-DSC00321326-c3599.jpg>]

Au final ces championnats restent très positifs car nous finissons 7e sur 23 mieux que l'an dernier où le collège s'est classé antépénultième.

Merci à nos élèves pour ce moment de partage.