

IRONMAN HAWAÏ

aujourd'hui

Un rêve éveillé

Il y a deux. Deux noyés dans une marée de deux mille participants. Ce matin, dès 6 heures (heure locale) Xavier Philippe (Échirrolles triathlon) et Stéphane Bernard (Mille pattes de Grenoble) seront au départ du mythique triathlon Ironman d'Hawaï (support des championnats du monde). Au menu : 3,8 km de natation, 180 km de cyclisme puis un marathon (42,195 km) en course à pied. « C'est la Meoq du triathlon. Cette épreuve fait rêver des milliers de triathlètes dans le monde », glissait impatient Xavier Philippe, quelques jours avant le grand départ. Une tasse de café dans le creux de la main, il sortait d'une sorbie surroute. Cet ingénieur de 36 ans a décroché sa qualification lors du dernier triathlon de Francfort en 9h14. « La natation, c'est vraiment mon point faible. Je n'ai pas la glisse. Cela s'acquiert facilement quand on est jeune », confie-t-il. « Justement, quand j'étais jeune, j'étais nul en sport. J'ai essayé le foot, mais ce n'était pas ça. En sixième, au collège, je me faisais battre par les filles sur soixante mètres », rigole-t-il. Puis un déclic s'est produit et s'est essayé à la petite reine. D'abord en pointillé, puis les premiers résultats en poursuite sont vite arrivés sous les couleurs du C2S. Ce n'est finalement qu'en 2003 qu'il dispute son premier triathlon. Puis il a multiplié, les expériences au point d'espérer boucler l'affaire aujourd'hui en moins de dix heures histoire de récompenser les heures d'entraînement tôt le matin à la frontale ou le soir après le bureau.

25-28 heures d'entraînement par semaine

Stéphane Bernard, originaire de Champagnier, disputera son sixième ironman. Cet ancien coureur à pied est venu au triple effort en 2003 après une double hernie discale. « Je suis allé dans un club et puis j'ai appris à na-



Xavier Philippe espère boucler le triathlon en moins de dix heures. >>>

L'INFO EN +

POUR LES SUIVRE

Le départ sera donné à 6 heures (heure locale). Il sera possible de suivre Xavier Philippe (dossard n°1537) et Stéphane Bernard (dossard n°1472) en live dès cet après-midi 16 h 30 sur le site internet de l'épreuve : <http://www.ironman.com>

ger », glisse-t-il avec simplicité. Il a tellement bien appris que lors du triathlon de Nice qualificatif pour Hawaï, il a bouclé, les 3,8 km de natation en 1h08. Il lui a fallu seulement 3 h 03 pour courir le marathon après 5h11 passés sur le vélo.

Au prix de 25 à 28 heures d'entraînement par semaine Stéphane Bernard sait qu'il ne pourra sans doute pas jouer le haut du classement : « Le niveau à Hawaï est très élevé. Il faut flirter avec le professionnalisme pour viser le haut du panier. Je veux juste me faire plaisir et essayer de passer sous la barre des dix heures », glissait-il une poignée de jours avant de rejoindre l'autre bout du monde. Avec un premier défi : digérer les douze heures de décalage horaire et s'acclimater aux 35 °C humides de l'île du Pacifique. Un autre monde...