

Triathlon, vélo, course à pied, natation... De mémoire, et avec quelques vérifications... Tout (ou presque) doit y être... De mes débuts vélo en 2000 puis triathlon en 2003, jusqu'à fin 2008.

## - TRIATHLON

### Format Ironman (XXL) :

- *Embrun* : 2003, 2004, 2005
- *Nice* : 2005, 2008
- *Roth* (Allemagne) : 2006
- *Zurich* (Suisse) : 2007
- *Klagenfurt* (Autriche) : 2008

### Format XL (4-120-30) ou divers "longs" :

- *Nice* : 2003
- *Biscarrosse* : 2007
- *Alpe d'Huez* (2,2-115-21) : 2007, 2008
- *La Pyrénéa* : 2006 (course à pied 17 km depuis Pau, ascension vélo jusqu'à Gourette et ski de rando)

### Format L (3-80-20 ou approché) et demi-Ironman (70.3) :

- *Vendôme* : 2004, 2006, 2007, 2008
- *Val de Reuil* : 2004
- *La Chartre sur le Loir* : 2005
- *Marçon* : 2008
- *Lorient* : 2007 (chpt du monde longue distance)
- *Monaco* : 2006
- *Clearwater* (Floride USA) : 2006 (finale Ironman 70.3)

### Format M (1,5-40-10 ou approché) :

- *Nouâtre* : 2004, 2005, 2008 (relais natation en famille)
- *L'Île Bouchard* : 2007
- *St Laurent Nouans* : 2007, 2008
- *Alpe d'Huez* : 2008

**Format S (0,750-20-5 ou approché) :**

- *Nouâtre* : 2003, 2004, 2006
- *Tours* : 2005, 2006
- *Joué les Tours* : 2005, 2006, 2007, 2008
- *Veigné* : 2005
- *Parthenay* : 2005, 2006
- *St Cyr (86)* : 2005, 2006, 2007
- *Vinca (66)* : 2008
- *Alpe d'Huez* : 2007, 2008

**Biathlon (course à pied + vélo, appellation "86") :**

- *Montmorillon* : 2005
- *Naintré* : 2005
- *Chasseneuil du Poitou* : 2004
- *Avanton* : 2004
- **VÉLO**
- *Étape du Tour* : 2000 à 2006
- *Tour d'Indre et Loire cyclotouriste* : 2000
- *Paris-Brest-Paris* : 2001
- *Bordeaux-Paris* : 2002
- *Ardéchoise (216 km)* : 2000, 2001, 2004
- *Défi Pyrénéen* : 2000, 2001, 2002
- *Les Dolomites* : 2002
- *La Marmotte* : 2001
- *Balcons de Hte Tarentaise* : 2000
- *La Danguillaume* : 2000, 2001, 2002
- *La Michel Grain* : 2005
- *L'Écureuil* : 2004
- *La St Émilion* : 2002

- *La Châtelleraudaise* : 2006

- *Les 17 km CLM de Rochecorbon* : 2000, 2001, 2002

### - COURSES À PIED

- *20 km de Tours* : 2003, 2005, 2006

- *20 km de Paris* : 2008

- *Semi-Marathon de Ste Maure* : 2007

- *Ékiden de Tours* : 2006

- *Et innombrables 10 km, autres formats et corridas...*

### - NATATION

- *Interclubs Masters* : 2007

- *2 km eau libre Joué les Tours* : 2007

---

👍 Et, parmi tout ça... Un podium 🏆 !

Le seul, en triathlon à Parthenay en 2005 : 1er vétéran ! Je me demande encore comment... Je ne savais même pas. C'est en entendant le speaker appeler mon nom pour venir sur le podium que j'ai réalisé...

