



## TRIATHLON DE ROYAN

# LA GRANDE FINALE



PAR FRANÇOIS BONNAFFOUX  
PHOTOS EMMA DELORME



*La Côte de Beauté est, pour la 14e fois de son histoire, mise à l'honneur avec le format longue distance qui est la marque de fabrique du Triathlon de Royan. Habitué de voir des pointures du triple effort français et international inscrire leur nom au palmarès de l'épreuve, Royan a été logiquement choisie pour accueillir la finale du Circuit National Longue Distance (CNLD), impulsée par l'association Triaaathlon et son président, David Lacombe. Un circuit français qui récompense les triathlètes français sur 4 épreuves avec des prize money de course et pour le classement général.*

Après Lacanau, Obernai et Montauban, c'est donc à Royan que s'est joué le dénouement de cette grande première. Avec une start list composée de 30 athlètes élites hommes et 7 femmes. Et puisque Côte de Beauté rime avec nouveauté, l'association Triaaathlon, qui co-organise l'événement aux côtés des équipes de Stéphane Garcia, un format M a été lancé pour attirer un nouveau public et répondre à une demande croissante des triathlètes de revenir sur le courte distance ! Ce sont donc près de 1 100 triathlètes qui s'affrontent sur un circuit assez sélectif et pas aussi plat que certains aimeraient à le penser ! L'histoire royannaise continue de s'écrire autour de cette belle rencontre des athlètes élites qui côtoient les amateurs sur le long et sur le court désormais ! C'est une belle journée qui s'offre aux engagés, aux 450 bénévoles et au public qui sera présent en nombre !

### **Format M : à jamais les premiers !**

C'est donc la première fois que 2 départs vont être lancés sur la plage de la Grande-Conche à Royan la même journée. Rendez-vous à 8h30 pour accueillir les 600 triathlètes olympiens qui s'élancent en premier sur un parcours encore épargné par la pluie. Julien Buffe (Issy Triathlon) entame les hostilités en creusant un premier écart de plus d'une minute avec ses poursuivants Édouard Coulaud (TCCM36) et Nel Provost du Triathl'aix. Derrière, le peloton s'étire et il faudra se presser à rejoindre T1 pour monter sur une selle sèche. Une fine pluie fait son apparition dans le parc à vélo, laissant les derniers concurrents enfourcher leur monture sur une chaussée détrempée. Loin devant, le trio de tête croise les armes pour se départager le podium et à ce jeu, c'est Nel Provost qui coiffe ses rivaux du jour en réalisant le meilleur temps vélo en 1H08 (pour 45 km). Fort d'une avance confortable, il ne sera pas rejoint et s'empare de la victoire du premier distance olympique du Triathlon de Royan. Même si les efforts à pied de Gaylor Poupard (2ème temps course à pied) n'ont pas pu lui permettre d'inquiéter le grand



vainqueur du jour, cela lui a assuré une solide place de dauphin juste devant Julien Buffe qui complètera le podium masculin !

Du côté des femmes, c'est la jeune sociétaire Taïs Provost qui sort en tête de l'eau avec le 7ème temps au général. Rien d'étonnant quand on connaît son pedigree ! Habitée du très haut niveau lors de ses participations aux grands prix de la Lindahls Pro + Triathlon Series (Première division), la junior maîtrise parfaitement son sujet même s'il s'agit de son premier M ! La même physionomie de course semble se dessiner pour les femmes, avec un petit groupe de 3 nageuses qui s'emploie tant bien que mal sur T1 et le début du vélo pour réduire l'écart avec la rochelaise. Dans ce groupe, on retrouve Laly Avrard (Enfants Neptune de Tours), Eva Friand (SAM Triathlon Lesparre) et Clarisse Heslot. Moins habituée des courses sans drafting, Taïs semble moins prendre le large que pendant le début de course. Louise Baron (SlimSahdy

Training) en profitera pour remonter au classement et poser le vélo dans d'excellentes conditions, la laissant envisager un podium. La coéquipière de club de Taïs, Naïma El Haddaoui s'emploiera sur la même stratégie et elle sera gagnante puisqu'elle ira même grappiller les dernières places qui la séparent de la 2e place. Louise se fera certes reprendre dans les derniers

kilomètres mais réussira à maintenir l'écart avec la 4e pour protéger sa place sur le podium ! La grande et première gagnante du Triathlon M de Royan sera donc Taïs Provost, qui n'est autre que la petite sœur de Nel, vainqueur chez les hommes ! C'est un magnifique dénouement que nous ont offert les Provost en dominant de la tête et des épaules leurs courses respectives !





## Triathlon de Royan : un grand parmi les très grands !

Royan a toujours été une terre de triathlètes en accueillant de grands noms du triple effort. Cette année, ils sont venus en nombre pour se disputer la victoire au scratch du triathlon L de Royan et surtout au classement général du CNLD. Si 30 triathlètes élites sont présents sur la start list, il y aura seulement 13 d'entre eux qui seront éligibles aux récompenses prévues par le règlement du CNLD : « Pour être dans le classement final et prétendre à la grille de prix, il est rappelé que le triathlète doit faire au moins 3 courses sur 4, avec suppression du moins bon score. » C'est pour l'instant William Mennesson qui domine ce classement après 3 étapes et il ne sera malheureusement pas là sur Royan pour défendre sa place.

Ce sera donc serré entre Thibault Colard, Paulin Philippe et Casimir Moine qui sont les mieux placés pour inquiéter le sociétaire de Monaco Triathlon ! Et puisque les choses sont bien faites à Royan, tout ce beau monde se retrouvera la veille de course pour une conférence de presse ! Les 37 athlètes élites (comprenant les 7 élites féminines) étaient présents pour partager leurs saisons respectives et commencer à se projeter sur la course du week-end. Un beau et dernier moment de convivialité entre les futurs concurrents avant de passer aux choses sérieuses lors de la grande finale !



## Format L : attention aux courants d'air !

Après les discours, place aux actes ! Les 500 triathlètes sont pendus aux lèvres de l'arbitre qui donnera le top départ à 10h tapante ! La mer semble plus agitée que lors du premier départ. Les bouées se font plus discrètes dans une houle qui brouille les repères des nageurs. La direction de course a vu juste en raccourcissant la natation de 300 mètres, car de forts courants ont aussi fait leur apparition en fond de parcours. Les amateurs des conditions difficiles vont pouvoir s'exprimer et creuser les écarts dès les premiers hectomètres de course !

Double vainqueur sur les étapes du CNLD, Casimir Moine (Triathl'aix) est

venu avec le couteau entre les dents et envoie un message fort à ses concurrents en sortant premier de l'eau. À tout juste 10 secondes, ce sont les frères Bringer (Mattéo et Estéban) qui dirigent le peloton des poursuivants sur cette longue T1 de 800 mètres ! Pendant ce temps, la pluie ne s'est pas calmée et il faudra redoubler d'attention pour éviter la chute sur l'asphalte (et dans le classement). La partie de manivelles tourne à l'avantage de Casimir, pas inquiété à l'avant de la course. Il y aura plus de mouvements dans le top 10. Estéban Bringer cède notamment quelques places quand Julien Hagen remonte en établissant le meilleur temps vélo. Le Liévinois, Paulin Philippe, reste en embuscade à la 4e place et posera le vélo avec Julien et Estéban.

À partir de ce moment, nous vivrons une course à pied d'anthologie puisque l'avance de Casimir ne peut lui suffire à crier victoire trop tôt tant ses 3 poursuivants vont venir former un groupe pour courir ensemble. Au passage des 10 km, l'écart se réduit entre la tête et le groupe de chasse et c'est sur le 2e tour qu'Estéban et Julien lanceront les véritables hostilités. Il faudra prendre des risques pour aller chercher la gagne et c'est ce qui les a motivés à accélérer le rythme. Paulin n'arrivera pas à imprimer le rythme de ses concurrents et il sera malheureusement trop loin pour faire le sprint final. Sprint qui n'aura d'ailleurs pas lieu contrairement à la physionomie de la course qui se dégageait ! Effectivement, Casimir est resté solide à l'avant de la course en maintenant ses concurrents directs à 22 secondes de lui ! C'est au tour d'Estéban de franchir la ligne, qui a réussi à se détacher de Julien sur une seconde et fatale attaque ! Le podium se referme juste devant Paulin qui est tout aussi chaleureusement accueilli par le public qui encercle la ligne d'arrivée.



## CASIMIR MOINE : VAINQUEUR DU TRIATHLON L ET DU CNLD

« Je voulais aller chercher une 3e victoire, comme ça je savais que j'allais être sûr de gagner le CNLD. Je savais qu'il n'y avait pas William (Menesson) donc j'avais des chances de bien figurer. Donc j'ai essayé de penser à ma course que j'ai menée de A à Z et c'est vraiment une course référence. Pour parler du CNLD, c'est une véritable chance pour les jeunes qui arrivent sur le longue distance, il y a de belles primes à aller chercher et ils peuvent s'en servir comme tremplin pour passer un cap donc je trouve que c'est intéressant de le faire ! En tout cas, Royan est un triathlon renommé et ceux qui y gagnent font très souvent de bons résultats à très haut niveau donc je suis content de l'avoir gagné. Cap maintenant sur 2025 pour essayer de faire des courses internationales et se rapprocher du T100. Aujourd'hui, je suis 131e mondial donc je veux monter dans le classement ! Là, ma saison était axée sur le CNLD et la D1 avec le Triath'l'aix et ce n'était pas évident tout le temps car les efforts ne sont pas les mêmes du tout ! L'année prochaine, ce sera entièrement du longue distance. Je ferai moins de courses et j'irai chercher les Pro series (Circuit IRONMAN) et les courses Challenge. Avec ma natation je peux aller chercher une belle dynamique de course et tenter des choses. Pour 2025, on a pas mal de boulot avec mon coach mais ça va être sympa ! »



Pour ce qui est des femmes, la bataille sera certes moins dense car seules 7 élites sont engagées, mais elle sera toute aussi intéressante à suivre ! Comme très souvent, les écarts entre les hommes et les femmes sont plus réduits sur la partie natation. On apprécie voir jouer des coudes avec la tête de course masculine 3 concurrentes en les personnes de Juliette Lucet, Rosie Weston et Morgan Branchoux (Brive Triathlon). Elles réussissent à se hisser dans les 21 premières places au général et maintiennent une avance confortable avec le reste des élites ! Entre ces 2 packs, on retrouve aussi 3 triathlètes amateurs dont

Marine Leleu qui sort une magnifique natation ! Reléguée juste derrière elle, à plus d'une minute, ce seront Marion Colard et Marion Legrand, récente championne du monde de duathlon, qui poseront le pied ensemble sur le sable royannais. Ces 2 dernières vont combler leur retard en livrant une prestation de très haut vol sur le vélo. On attend beaucoup de la sociétaire des Tritons Meldois qui a l'habitude de jouer aux avant-postes sur le vélo et surtout sur la course à pied. Et comme souvent, elle ne décevra pas en remontant tranquillement les places une à une, et toujours placée à quelques encablures de Marion Colard.

Les 2 Marion semblent s'observer avant de basculer sur la dernière épreuve de la journée et c'est un véritable duel qui se dessine puisque l'écart est très important avec Rosie Weston qui perd de longues et précieuses minutes sur cette partie de manivelles. Les 2 Marion posent leur vélo ensemble et il reste désormais un peu plus de 20 kilomètres pour départager les 2 championnes du jour qui sont encore en lice pour jouer la victoire ! Autant Marion Colard a tenu bon jusqu'ici, autant Marion Legrand semblait trop forte pour être inquiétée. Elle finira par s'incliner sur une course à pied sans réelle opposition avec un

chrono final de 4h34, à 11 minutes de Marion Colard qui aura résisté au retour tonitruant de l'anglaise Rosie Weston qui butte sur la 3e place à 1'37 de la dauphine du jour.



## MARION LEGRAND : VAINQUEUR DU TRIATHLON L

*« Début de course compliqué avec une mer agitée, mais je ne me suis pas affolée pour autant. Je ne sors pas trop loin de Marion Collard et ça me permettait d'avoir une fille en ligne de mire et surtout de me situer dans la course. Sur le premier tour vélo, j'ai fait l'effort de rentrer sur la tête. Pareil, je ne suis pas adepte des routes mouillées et je ne voulais vraiment prendre aucun risque, car j'ai la finale de duathlon la semaine prochaine ! À l'issue du premier tour, je reviens sur la tête et après elle revient sur moi donc on s'est fait un petit mano à mano. Finalement, j'ai basé ma course sur la sienne. Connaissant ses qualités de cycliste et connaissant mes qualités de coureuse, je l'ai vraiment joué comme un grand prix en me disant qu'il faut que je reste avec elle pour poser le vélo ensemble. Après, sur la course à pied, je me suis dit qu'il fallait y*



*aller, même si c'était dur, j'avais un peu mal aux jambes et surtout mal au dos. Tout le monde me disait que j'avais l'air facile, mais ce n'était pas le cas, j'avais vraiment mal au dos et j'ai lutté ! Au final, je suis très contente d'avoir gagné ici après avoir fait plusieurs podiums sur les éditions précédentes. Concernant le CNLD, c'est une petite déception*

*que ça n'ait pas eu lieu cette année pour les femmes. Il manquait quelques inscriptions pour que ce soit vraiment parlant. Je pense que les garçons ont montré l'exemple. Il y a eu une belle émulation pour cette organisation donc ça peut montrer aux filles qu'il y a de belles choses à faire et je le referai avec plaisir ! »*

## La famille Royan

N'oublions pas les triathlètes amateurs qui font vivre aussi le triathlon de Royan et qui représentent même son ADN. Une course aussi relevée que familiale où tout le monde a sa place. Ces amateurs ont d'ailleurs été mis à l'honneur avec un classement de catégorie d'âge ! Il n'y avait donc pas que la course élite sur ce samedi 21 septembre, mais aussi une course pour les fidèles du format longue L. Nous en avons profité pour recueillir le témoignage de Bruno Lavidalle (Triathlon Club Saujaunnais) qui est un habitué de l'épreuve puisqu'il a concouru sur toutes les éditions... ou



presque : « Je me suis licencié en 1999. À la base, Stéphane et Etienne (les organisateurs originels), c'étaient mes copains. Aujourd'hui, chacun s'entraîne un peu dans son coin, mais à l'époque, c'était hyper familial donc pour moi je me dois un peu de venir les soutenir en participant à Royan chaque année. Je n'ai pas fait les 14 éditions car j'ai eu un problème de santé en 2016. C'est toujours un plaisir

de venir parce qu'on retrouve tous les triathlètes du coin, on connaît les gens de l'organisation et on court sur nos parcours d'entraînement ! Cette année, j'ai fait mon plus mauvais temps. Je me suis entraîné en express (sur 3 semaines) car j'avais coupé pendant plus d'un an après avoir fait Hawaï en 2022. C'était très dur aujourd'hui, mais l'essentiel était ailleurs ! »

## LE MOT DU PRÉSIDENT DE L'ASSOCIATION TRIAATHLON, DAVID LACOMBE

« La 1ère édition du Circuit National Longue Distance (CNLD) s'est achevée avec succès lors de la finale à Royan, et nous ne pouvions espérer un meilleur départ pour cette aventure. Nous avons réussi à rassembler près d'une vingtaine de triathlètes professionnels, débutants ou plus confirmés pour concourir sur 4 épreuves majeures : Lacanau, Obernai, Montauban et Royan. Ce circuit a permis de renforcer les liens entre les triathlètes, leurs partenaires et leur communauté tout en leur offrant un magnifique terrain de jeu pour se valoriser au niveau national.

Notre prize money de 15 000 € (que les 8 meilleurs se sont répartis) représente un premier pas important vers une meilleure reconnaissance des triathlètes professionnels en France, dans un contexte où il leur est encore difficile de vivre de leur métier.

En 2025, notre ambition est de consolider ce que nous avons accompli et d'aller encore plus loin avec, nous l'espérons un engouement des féminines (trop peu nombreuses cette année pour leur ouvrir le Circuit).

Nous souhaitons attirer d'autres épreuves pour étoffer le calendrier, augmenter le prize money en espérant compter sur davantage de sponsors et intégrer peut-être même les amateurs dans le classement (ce qui nous été beaucoup demandé).

Tout ceci afin de développer une véritable culture du triathlon longue distance en France. Nous sommes fiers d'avoir posé une première pierre à cet édifice ! »



## — LES RÉSULTATS —

### □ **Triathlon M**

1ère : Tais Provost  
(La Rochelle Triathlon) – 2:46:18

2ème : Naima El Haddaoui  
(La Rochelle Triathlon) – 2:48:41

3ème : Louise Baron  
(SlimShady Training) – 2:49:07

1er : Nel Provost  
(Triathl'aix) – 2:16:26

2ème : Gaylor Poupard – 2:21:36

3ème : Julien Buffe  
(Issy Triathlon – 2:22:25

### □ **Triathlon L :**

1ère : Marion Legrand  
(Les Tritons Meldois) 4:34:39

2ème : Marion Colard 4:45:05

3ème : Rosie Weston 4:46:42

1er : Casimir Moine  
(Triathl'aix) 3:59:09

2ème : Esteban Bringer  
(Triathl'aix) 3:59:31

3ème : Julien Hagen  
(Bazas Triathlon) 4:00:00

### □ **Circuit National Longue Distance : Classement général**

1er : Casimir Moine  
– 300 points (6 500 €)

2ème : William Menesson  
– 287,4 points (3 000 €)

3ème : Thibault Colard  
– 264,9 points (2 000 €)

4ème : Paulin Philippe  
– 259,2 points (1 250 €)

5ème : Brice Gayant  
– 233,8 points (900 €)

6ème : Maxence Mey  
– 225,3 points (600 €)

7ème : Jean Duchampt  
– 212,4 points (450 €)

8ème : Julien Ferandeau  
– 188,9 points (300 €)



□ Tous les résultats : <https://www.breizhchrono.com/detail-de-la-course/triathlonderoyancotedebeaute-distancem-2024-17865>

□ Lien vers le règlement CNLD : <https://www.triaathlon.org/wp-content/uploads/2024/01/reglement-general-du-CNLD-2024-1.pdf>