



TEAM HAUTE-SAVOIE NORDIC NEWS

www.teamhsn.fr

Un titre et deux podiums aux Championnats de France

Ce week-end avait lieu du côté de Briançon les championnats de France de ski roue.

Tous les fondeurs et fondeuses du Team hormis Gérard (blessé au talon) et Marine (blessée à l'épaule), accompagnés de Valentin ont mis le dossard à la quête des premiers titres de l'année.

Trois courses étaient au programme: un prologue aux allures de grimpée dans les rues escarpées de Briançon jusqu'à la citadelle le samedi matin et un sprint de 180 m pour les plus vifs l'après-midi.

Le dimanche, les départs s'effectuaient sous la forme d'une "gundersen" avec les écarts de temps du prologue. Le parcours était là aussi des plus difficiles puisque nous partions du sommet du col du Lautaret pour se rendre à plus de 2 500m d'altitude, au tunnel du Galibier.

Les coureurs du Team ont plutôt bien entamé ces championnats de France, en jouant placés au prologue: Ivan prend la 5ème place à 9 sec de Robin Duvillard . Martin (7ème), Baptiste (9ème) et Mathias (11ème) réalisent également une belle performance en vue de la poursuite puisqu'ils sont tous à moins de 20 sec de la gagne! Viennent ensuite Bastien 15ème, Emilien 19ème, Damien 26ème, Valentin 27ème, Bertrand 28ème.

Chez les filles, Aurélie prend la 4ème place à 23 sec d'Anouk Faivre Picon, Iris termine 15ème.

L'après-midi, nos sprinters Baptiste, Martin et Bastien étaient dans les starting blocks dans un format de course à leur avantage. Les coureurs de "distances" n'ayant pas de grandes chances de performer, la quasi-totalité d'entre eux a préféré se préserver pour le lendemain, seuls les spécialistes s'affrontaient en duel pour le titre de champion de France de sprint. Bastien s'incline pour un rien en quart de finale.



Et avec l'aide des clubs de: La Clusaz, Chamonix, Le Pays Rochois, Les Gets, Villard/Boège, Le Grand Bornand, Les Dragons d'Annecy, Megève.



TEAM HAUTE-SAVOIE NORDIC NEWS

www.teamhsn.fr

Baptiste à lui, joué de malchance en cassant un bâton lors des premières poussées alors qu'il était l'un des favoris.

Martin a quant à lui évité les pièges des premiers tours et s'impose en finale face à Cyril Gaillard.

C'est son premier titre de champion de France chez les seniors.

Après cette première journée encourageante, nous partions avec "les crocs" pour l'ascension du Galibier.

Les dames étaient les premières à s'élancer, quelques kilomètres au-dessus du col du Lautaret.

Aurélie réalise le meilleur temps de la montée et remonte à la deuxième place, un nouveau podium pour le Team! Iris termine 16ème.

Une demi- heure plus tard, les hommes s'élançaient à la poursuite de Jean Marc Gaillard (Robin Duvillard absent).

Seul Ivan réussira à rentrer sur l'homme de tête, mais il va payer ses efforts lors des derniers hectomètres et s'incline au sprint pour la gagne. Il réalise lui aussi le meilleur temps du jour. Mathias vient accrocher le top 5, Martin est 9ème, Baptiste 13^{ème}, Emilien 20^{ème}, Bertrand 23^{ème}, Damien 26^{ème}, Valentin 30^{ème}. Bastien un peu malade ne s'est pas aligné au départ.

Le bilan est donc plutôt positif avec un titre, deux 2èmes places et 3 top 5.

De magnifiques photos sont à voir sur le site <http://www.dauphinordique.com/>



TEAM HAUTE-SAVOIE NORDIC NEWS

www.teamhsn.fr

STAGE BIATHLON

Nous (Rémi, Antonin et Enora) avons effectué notre dernier stage d'été À Prémanon au Centre National de Ski Nordique avec l'équipe de France de biathlon au grand complet : A-B et junior !

Un stage de 9 jours axé principalement sur le volume et le musculaire. Nous avons principalement travaillé en ski à roulettes sur la nouvelle piste des Tuffes ! Une piste flambant neuve de près de 2,5 km avec un pas de tir digne des meilleures infrastructures d'Allemagne ou de Norvège !

Nous avons profité aussi de la présence de l'équipe A pour effectuer des séances d'entraînement communes notamment sur les longues sorties en aérobie ou sur les séances de tir. Cela nous a permis de voir le chemin qu'il nous restait à parcourir pour atteindre le plus haut niveau !

Le stage s'est conclu sur un chrono 12 km/4 tirs en ski à roulettes le vendredi matin.

Chrono remporté par Martin Fourcade suivi de Jean-Guillaume Béatrix et Rémi. Antonin termine plus loin suite à un mauvais tir. Chez les dames, Marie-Laure Brunet s'impose avec près d'une minute d'avance sur Marie Dorin. Enora, avec trop de pénalités, n'a pas pu rivaliser face aux filles de coupe du Monde. Mais ce n'est que partie remise !

Très bon bilan de stage, malgré les fortes chaleurs, sur le plan physique (plus de 30 h d'entraînement) ainsi qu'au niveau du tir avec la découverte de ce nouveau stand qui a permis de réaliser de très bonnes séances.

Prochain rendez-vous : le 12 septembre pour un stage de 10 jours en Haute-Maurienne Vanoise à Bessans. Stage qui se conclura par les championnats de France de sprint et poursuite aux Plans d'Hotonnes dans l'Ain.





Photo : dauphinordique



Et avec l'aide des clubs de: La Clusaz, Chamonix, Le Pays Rochois, Les Gets, Villard/Boège, Le Grand Bornand, Les Dragons d'Annecy, Megève.



François Guillard (Coach)

Martin Bouchet - Bertrand Hamoumraoui - Damien Tarantola - Mathias Wibault - Arnaud Guyon - Enora Latuillière –

Marine Dewaele (C.S Chamonix) , Emilien Buisson - Ivan Perillat Boiteux - Valentin Gaillard - Iris Pessey (Grand Bornand),
Bastien Buttin (Les Gets) , Rémi Borgeot (Megève), Gérard Agnellet (La Clusaz), Aurélie Dabudyk (Pays Rochois),
Baptiste Gros (Dragons d'Annecy) , Antonin Guigonnat (Villard/Boege)
