

Puidoux

Cédric Pache, l'homme fusée...!

Non! Non! il ne s'agit pas des aventures de Tintin ou d'un départ de Cap Canaveral avec Objectif lune...

Cédric Pache vit sur les hauts de Puidoux avec son épouse Laetitia et deux magnifiques bambins. Cet homme tranquille ne se prend pas la tête, mais par contre, il a des fourmis dans les jambes.

Sportif depuis son plus jeune âge, il commence avec la gymnastique, un peu d'athlétisme et le football au FC Puidoux-Chexbres.

Et à 27 ans, en 2010, avec deux copains, il décide de se lancer dans le triathlon. Un peu comme ça, par défi, pour voir s'ils sont capables de faire face à l'enchaîne-

ment de 1,5 km de natation en eau libre, suivi de 40 km en vélo et couronné par 10 km de course à pied. Soit au total 51,5 km d'effort constant...!

Pour le vélo et la course à pied, ça va... Mais pour la natation, ce n'est pas leur tasse de thé!

Néanmoins, les trois compères progressent, ils deviennent membres du Triathlon Club Vevey Riviera, ou plus simplement Triviera, et participent à plusieurs compétitions en Suisse pour débiter. Au fil des ans ils s'améliorent. Cédric fait la connaissance de Mike Aigroz, triathlète confirmé, avec qui il s'entraîne et qui lui donne tous les bons tuyaux pour éviter les erreurs de jeunesse.

Chaque compétition est l'objet d'une belle sortie avec les copains et les copines et après la course, c'est la détente et un bon week-end de rigolade et d'amitié.

Et puis, Cédric se prend au jeu et se met à rêver d'épreuves plus corsées. Alors, pourquoi pas l'Ironman de Nice!

L'Ironman, c'est un triathlon puissance 4, puisque le total à parcourir est de 226 km...! avec en amuse-bouche 3,8 km de natation, ensuite 180 km de vélo et un marathon pour finir avec la course à pied sur la distance olympique de 42,195 km...! En résumé, Lausanne à Zurich en 9h 21 min. 02 sec. Une paille!

Eh bien, Cédric a terminé



cet Ironman de Nice à la 6e place dans sa catégorie des 30-34 ans et 27e sur un total d'environ 2800 concurrents!

Ça, c'était le 5 juin 2016. A l'horizon se profilait, le 30 octobre, le marathon de Lausanne qu'il avait déjà couru trois fois.

Les vacances passées, les fourmis dans les jambes se remettent au boulot et poussent notre triathlète vers sa quatrième participation.

Alors là, c'est bingo! Il finit 4e toutes catégories confondues en 2 h 36 min. 39 sec. Et surtout premier des Suisses engagés et également deuxième de sa catégorie d'âge! Magnifique, superbe! Mine de rien ça fait une moyenne de 16,23 km/h.

Il en faut des sachets de compte aux pommes pour carburer sur de si longues distances. Car c'est avec les mêmes compotes aux pommes que prennent ses enfants qu'il a trouvé le bon

aliment qui lui permet de tenir sans choper la fringale ou des soucis gastriques. Il fallait y penser!

Son autre carburant est d'ordre émotionnel, car glané sur le bord de la route par les encouragements de sa famille et de ses amis et aussi par un des derniers participants, âgé de plus de 70 ans, qu'il a croisé après deux heures de course et qui l'a félicité et stimulé alors qu'il n'avait pas encore fait le tiers de son propre parcours! Toute la beauté du sport dans ce moment fugace...

Et maintenant se pointe la pause d'hiver. La famille, le ski, les pentes de Villars.

Quoi que! Depuis les Ormonts jusqu'à Montreux, on pourrait faire une belle course à pied. Non?

Faudra voir ce que les fourmis décident en 2017!

