



# LE Trifuté

CONTACT CLUB : THIERRY MONNEAU 02 40 34 45 94 [TRIVELOCE44@GMAIL.COM](mailto:TRIVELOCE44@GMAIL.COM)

CONTACT JOURNAL : GAETAN VERMILLARD 06 87 22 85 30 [MARSOIRE@FREE.FR](mailto:MARSOIRE@FREE.FR)

Site Internet du TRI VELOCE SAINT SEBASTIEN : <http://triveलोce.free.fr>

## EDITO

### Les préparatifs du TRIATHLON de St Julien le 8 mai

La pratique du triathlon mène à tout.

Le samedi 21 avril nous avons enfilé nos bleus pour fabriquer les supports vélos nécessaires à notre triathlon du 8 mai.

Après avoir limé, meulé, poinçonné, percé, soudé, casse-crouté, nous sommes arrivés au résultat attendu.

Thierry.



*Nos commerçants partenaires :*

Maître Prunille – BSA OPEL - NILA - COFELY– La Caisse d'Épargne - La route du golf - Jefimmo, Amélior Habitat, ETTEC, Storo Pack, Ydéal, Atelier du cycle, Euromoule, Idea emballage - Emeriaud Menuiserie – CHAILLOU Développement – Espace plogée- Inkpression- Antargaz- Centre Commercial La Fontaine : (Mme Caquineau ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil)



**SEB, le seul maitre à bord !  
Duathlon St Jean de Monts**



**FRED, trop facile le  
marathon...**



**Un samedi soir sur la commune des Sables d'Olonne,  
l'entraînement continue....  
Thème de la sortie vélo: On reste groupés !!**



*Nos commerçants partenaires :*

**Maître Prunille – BSA OPEL - NILA - COFELY– La Caisse d'Épargne - La route du golf - Jefimmo, Amélior Habitat, ETTEC, Storo Pack, Ydéal, Atelier du cycle, Euromoule, Idea emballage - Emeriaud Menuiserie – CHAILLOU Développement – Espace plogée- Inkpression- Antargaz- Centre Commercial La Fontaine : (Mme Caquineau ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil)**



## Christian, notre entraîneur vélo, nous fera régulièrement des essais

J'ai essayé pour vous le :



**BH** G5

Vélo BH G5 équipé :

- Transmission SRAM Force
- Roue Mavic : Avant : KSYRIUM SLR  
Arrière : R-SYS SLR
- Pneu : Mavic
- Freins : SRAM RED

PRISE EN MAIN : Vélo très agréable à l'œil, belle couleur, noir et bleu avec juste ce qu'il faut de blanc. Vélo léger, bien profilé (tige de selle, fourche) et cadre assez effilé. On ne passe pas inaperçu avec une telle machine. Poids du vélo testé avec porte bidon et pédales 7 kg100 .

ESSAIS : Vélo dynamique, rigide mais pas trop. Bonne tenue de trajectoire. Vélo très confortable. Excellent dans les relances, le vélo ne bouge de l'arrière. Vélo facile à emmener sur le plat et faux plat, un peu plus compliqué dans les bosses. Nous sommes sur du haut de gamme, beau, léger, rigide, réactif, précis dans les trajectoires et surtout très confortable pour un vélo de compétition. Si vous êtes un coureur, un cycloportif ou triathlète aguerri et passionné par le beau, ce vélo est pour vous.

Petit regret sur le vélo essayé: les développements étaient un peu justes (50/39 et 12/27) ce qui ne m'a pas permis d'exploiter le vélo à plus grande vitesse et le bruit des patins de freins sur les roues carbone, plutôt désagréable.

L'AVIS DU PRO : 810 grs d'énergie pure. Une combinaison parfaite entre le poids, le confort et la rigidité. Le G5 est la star de la gamme Global Concept avec laquelle BH a révolutionné l'industrie du vélo en incorporant la tige de selle dans le cadre.

Ce qui est intéressant sur ce vélo, c'est qu'il convient à un très large public, il est relativement tolérant pour un vélo haut gamme. Comme l'a dit Christian : « Si vous êtes un coureur, un cycloportif ou triathlète aguerri et passionné par le beau, ce vélo est pour vous. »

Merci à Pascal pour  
le prêt du vélo



Christian SUAUDEAU

*Nos commerçants partenaires :*

Maître Prunille – BSA OPEL - NILA - COFELY– La Caisse d'Épargne - La route du golf - Jefimmo, Amélior Habitat, ETTEC, Storo Pack, Ydéal, Atelier du cycle, Euromoule, Idea emballage - Emeriaud Menuiserie – CHAILLOU Développement – Espace plogée- Inkpression- Antargaz- Centre Commercial La Fontaine : (Mme Caquineau ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil)



- 1) Nom Prénom : PETITEAU Jean-Pierre
- 2) Date de naissance : 15 / 08 / 1954
- 3) Profession : Technicien
- 4) Age de début en triathlon : 50 ans
- 5) Sport(s) d'origine : Football, Judo, Athlétisme
- 6) Tes débuts en triathlon : Le découverte de GESTE en 2003.
- 7) Comment as-tu découvert le triathlon : Je m'étais inscrit au premier Triathlon du département à ST NAZAIRE en 1984 (une grosse bronchite m'a empêché de prendre le départ). Ma vraie découverte du TRIATHLON a été lorsque DOM a monté le club en 2004.
- 8) Licencié depuis combien d'années au Trivéloce : 8 ans (depuis l'origine)
- 9) Ton entraînement préféré : Course à Pied (c'était !)
- 10) Ton entraînement détesté : Natation (mais avec ces années passées à m'entraîner, je ne peux plus dire que je déteste !)
- 11) Ta distance de prédilection : je suis obligé de rendre à l'évidence le CD (le Sprint ça va trop vite et la mécanique ne suit plus pour les distances plus longues !)
- 12) Ton meilleur souvenir en triathlon : D'être sorti de l'eau lors de mon premier CD (je vous donne pas mon temps, mais des supporters et membres du club qui étaient à la sortie de l'eau me disaient en plaisantant, on te croyait noyé !)
- 13) Ton plus mauvais souvenir en triathlon : Chute de vélo sur un Duathlon (Aïe, aïe !!!)
- 14) Ton point fort : La Course à pied (enfin, c'était !)
- 15) Ton point faible : La natation (mais, je persiste!)
- 16) Tes objectifs pour la saison 2011/2012 : Le CD de PORT BRILLET (mes championnats du monde !)
- 17) Autres sports pratiqués : Foot-ball, Judo, Athlétisme
- 18) Une qualité : Tenace
- 19) Un défaut : Têtu
- 20) Une passion : Voyage, lecture
- 21) Ton plat préféré : Hachis Parmentier maison (avec une purée maison !!!) accompagné d'une salade.
- 22) Ton émission TV préférée : Echappées Belles / Fourchette et sac à dos
- 23) Ton livre préféré : Les Piliers de la Terre
- 24) Ton film préféré : Monty Python Sacré Graal
- 25) Un personnage célèbre avec qui tu aimerais discuter : Nelson MANDELA
- 26) Le pays que tu aimerais visiter : La MONGOLIE
- 27) Ta devise : Ni Dieu, Ni Maître.



- 1) Nom Prénom : VERMILLARD Thibault
- 2) Date de naissance : 09/11/1998
- 3) Profession : collégien
- 4) Age de début en triathlon : 10 ans
- 5) Sport(s) d'origine : Natation
- 6) Tes débuts en triathlon : Le duathlon des Iles de Loire de St Sébastien
- 7) Comment as-tu découvert le triathlon : Je suis venu au triathlon car mon père en faisait.
- 8) Licencié depuis combien d'années au Trivéloce : 3 ans
- 9) Ton entraînement préféré : Course à Pied même si c'est dur le samedi matin
- 10) Ton entraînement détesté : vélo par tempête
- 11) Ta distance de prédilection : pour l'instant uniquement des avenir, mais je me mets au découverte.
- 12) Ton meilleur souvenir en triathlon : Quand je suis arrivé devant une personne de mon groupe, je ne dirais pas le prénom.
- 13) Ton plus mauvais souvenir en triathlon : Chute au triathlon de St Gilles (Aïe, aïe !!!)
- 14) Ton point fort : Vélo, mais aussi discuter avec mes copains pendant les entraînements...
- 15) Ton point faible : La natation en mer et aussi discuter avec mes copains pendant les entraînements...
- 16) Tes objectifs pour la saison 2011/2012 : St Julien de concelles le 8 mai= mon premier découverte Poiré sur vie pour battre Mael
- 17) Autres sports pratiqués : Voile
- 18) Une qualité : Curieux
- 19) Un défaut : Impulsif
- 20) Une passion : La musique : le saxophone
- 21) Ton plat préféré : Steak frites
- 22) Ton émission TV préférée : Cabaret
- 23) Ton livre préféré : Les BD
- 24) Ton film préféré : Les films avec Louis de Funès
- 25) Un personnage célèbre avec qui tu aimerais discuter : Louis de Funès
- 26) Le pays que tu aimerais visiter : L'Espagne
- 27) Ta devise : /

Nos commerçants partenaires :

**Maître Prunille – BSA OPEL - NILA - COFELY– La Caisse d'Epargne - La route du golf - Jefimmo, Amélior Habitat, ETTEC, Storo Pack, Ydéal, Atelier du cycle, Euromoule, Idea emballage - Emeriaud Menuiserie – CHAILLOU Développement – Espace plogée- Inkpression- Antargaz- Centre Commercial La Fontaine : (Mme Caquineau ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil)**