

MÉRIGNAC

Au Mexique, il va se surpasser

COMPÉTITION Le Mérignacais se lance à l'assaut du prochain deca-ironman dès l'automne prochain. Il n'en est pas à son premier essai

Francis Toujouse est un sportif qui aime se lancer de nombreux défis. Aujourd'hui, l'homme multiplie les séances d'entraînement pour participer à ce qui sera son seul objectif cette année : l'édition 2014 du triathlon deca-ironman. Cette compétition internationale aura lieu au Mexique au mois d'octobre.

En 2012, l'objectif de Francis Toujouse était d'abord de participer au Challenge mondial d'ultra-triathlon au Mexique. Un budget insuffisant l'avait finalement contraint à déclarer forfait. Il s'était alors fixé un nouveau défi : le deca-ironman du 29 septembre au 10 octobre 2013 en Italie.

Un succès historique

Une belle réussite pour ce sportif. Face à 17 participants mondiaux, dont quatre Français, le Mérignacais finit 4^e de la course, en 151 h 29 min, et seul Français ayant franchi la ligne d'arrivée.

Il est le 5^e Français de l'histoire de l'ultra-triathlon (une discipline née en 1985), finisher sur ce type de course. Il a dû parcourir consécutivement dix ironman soit 3 800 m



Francis Toujouse sur son vélo. PHOTO FRANCIS TOUJOUSE

de natation, 180 km de vélo et 42 km de course à pied par jour, dans le froid, le vent et la pluie.

«Ce fut une grande aventure, dure mentalement et physiquement, mais tout s'est bien terminé, confie Francis Toujouse. Je m'étais bien préparé et cela m'a permis de tenir les dix jours. Le plus difficile à gérer fut le manque de sommeil, avec environ 15 heures de course par jour, les

nuits étaient courtes.» Pendant son séjour en Italie, Francis était accompagné d'Aurélien Fromm, son kinésithérapeute et assistant. Une aide précieuse pour le sportif lors de ces compétitions intenses.

Michèle Ganet

Renseignements sur le blog du deca-ironman de 2013 : francistoujouse.blogspot-voyage.fr