



La p'tite pause LCT ...

du mois de Mai 2025

Avec TriBreizhou et Jeanne Bizet



Salut Jeanne ! Salut TriBreizhou.

Dis moi Jeanne, on se croise souvent en ce moment ! Tu m'as mis la misère vendredi dernier sur les sprints en duo au créneau natation, on était aligné sur la même course hier à Taden. Merci de m'avoir accompagné sur la fin de course 😊. C'est juste que je n'ai pas réussi à aller plus vite que toi 😞. Et ce soir changement de contexte, tu fais une p'tite pause LCT ! Tous les projecteurs sont braqués sur toi, c'est juste pour te mettre la pression 😊.

On change donc de catégorie ce mois-ci, tu es une toute jeune triathlète minime, c'est bien ça ? Oui c'est bien ça (Elle est un peu intimidée). Quel âge as-tu ? Bientôt 15 ans. Donc tu es en 3^{ème} si je calcul bien et c'est le brevet qui approche. Ben dit donc, tu ne devrais pas être en train de réviser ! J'ai encore le temps ! (Rire de Jeanne). Mouais . . .

Tu vas devoir jongler entre le sport et les révisions pendant les prochaines semaines . . . Avec le brevet blanc, j'ai vu comment m'organiser donc je ferai pareil pour l'examen final, après tout ce n'est pas un examen super difficile. Tu as la confiance, "je gère" (pour parler djeune). Tu es du genre studieuse ou alors tout au dernier moment ? Ça dépend des fois, quand j'ai le temps j'essaie de m'organiser au maximum à l'avance. Ne sois pas influencée dans tes réponses parce ta maman est là. Et si je repose la même question en imaginant qu'elle ne soit pas là ? La plupart du temps je m'y prends au dernier moment. Ah ba tu vois, j'arrive à te faire dire la vérité 😊.

Lycée l'année prochaine, section triathlon ? Oui je continue le tri et j'essaie aussi de recruter d'autres personnes. C'est Rodolphe qui va être content et en plus tu résignes l'année prochaine !

Qu'est-ce qui te plaît dans le triathlon ? La diversité, le fait que ce soit varié même s'il y a une discipline que je préfère : la CAP, parce que j'ai commencé par ce sport et que je n'ai pas besoin de beaucoup de matériel pour aller courir. Tu te débrouilles plutôt bien aussi en natation.

Tu vis sport ou alors tu as d'autres loisirs ? Je pense souvent triathlon et dans mon temps libre, c'est souvent tri. On me dit dans l'oreillette (la maman) que tu n'es pas toujours motivée lors les inscriptions en compétition. Oui j'ai un peu peur de la pression et du stress . . . Mais une fois que je suis dans la course, je prends énormément de plaisir. Alors que sur les entraînements il n'y a pas d'enjeu.

Tu suis les performances de triathlètes de haut niveau ? Hors LCT 😊 !

Un peu de temps en temps, je connais les grands noms comme Cassandre Beaugrand, Léonie Périault, Léo Bergère . . . Tu sembles en effet à la page.

Et au LCT, qui t'impressionne le plus ? Léo, surtout en course à pied. **Je pensais que c'était moi, tant pis !!** Ben si aussi. **Ouais c'est vraiment pour me faire plaisir, merci quand même 😊.**

Et le ou la plus drôle ? Chacun à son humour à lui et c'est toujours bien. **Il y a des râleurs(ses) en jeune ?** Pendant les entraînements, il arrive que Anaïs râle parfois pas mal 😊, sur les séances difficiles surtout en course à pied (Elle va m'en vouloir même si je lui ai déjà dit 😊). **Attention quand même à ce que tu dis, je risque potentiellement de l'interviewer un jour, elle pourrait prendre sa vengeance !!** **En parlant d'entraînement, ils ne sont pas exigeants ?** Non ça va, je trouve que les coachs sont quand même à l'écoute, des douleurs ou des blessures de chacun et qu'ils adaptent les entraînements au mieux. Notamment Gurvan qui nous entraîne depuis cette année et qui s'investit énormément pour le club, tout comme les autres coachs. **C'est vrai qu'il est très polyvalent, on l'a constaté lors du stage à Saint Malo, il était sur tous les fronts avec des journées à rallonge 😊, il a dû te sembler fatigué le lundi matin à la piscine !!**

Une autre question qui me vient à l'esprit, est-ce que les jeunes garçons du LCT sont aussi intelligents que musclés ? Je ne les connais pas tous très bien mais oui ils sont tous très gentils. **Tu as plutôt bien esquivé ma question mais oui je pense qu'ils ont en effet de multiples qualités 😊.**

Petite parenthèse famille, ta grande sœur Inès est plutôt un exemple pour toi ou alors une concurrente ? Quelle relation as-tu avec elle ?

C'est plus un exemple pour moi, je la suis sur les entraînements. Je trouve ça bien de pouvoir partager ça ensemble. Elle a plus d'expérience que moi. Je lui pose toujours plein de questions avant chaque compète, parce j'ai toujours peur d'oublier quelque chose . . . **Je trouve ça adorable cette complicité et ce sourire que tu as quand tu parles d'elle ! Cela dit je lui demanderai quand même ce qu'elle en pense ! L'année prochaine vous ferez du format S toutes les deux, tu penses pouvoir lui tenir tête ?** Je pense qu'elle sera déjà loin devant en natation !! *« N'oublie pas qu'elle a deux ans de plus que toi et qu'il est "normal" qu'elle soit plus "rapide" »* (intervient la bienveillante maman), *« il faut trouver l'équilibre entre l'aspect compétition et plaisir ».*

Tu as pratiqué d'autres sports ? Natation quand j'étais toute petite, du hand, danse, presque tout comme Inès !! **Haha, Inès ton modèle !**

Et avec Christophe (ton papa), lui aussi est triathlète, spécialisé en XS, c'est bien ça ? (Rire) Les distances sont quand même un peu plus longues... il fait des Ironman. **Ah oui, un sacré gaillard ton papa ! Tu le suis sur ses courses ?** Oui souvent pour l'encourager et en plus à la montagne. **Tu sembles apprécier les sommets ?!** J'adore la montagne pour le vélo plus qu'ici d'ailleurs. Pour les paysages et aussi pour toutes les autres activités que l'on peut pratiquer là-bas 😊.

D'autres loisirs ? Balades, musique, j'ai aussi fait du violon mais c'était il y a pas mal de temps.

Côté musique justement, quelles sont tes références ? Gims, Soprano, Louane ? Mouais . . . **Je suis has been c'est ça ?** Un peu, mais ça va quand même, c'est pas trop les musiques que j'écoute . . .

Si je te parle Oasis, Red Hot, Led Zeppelin . . . Ah oui, un peu car mon père écoute beaucoup ça. **Ouf, je m'en sors pas trop mal au final !**

Et bien entendu la traditionnelle question, ton club préféré ? *Liffré Cormier Triathlon* bien sûr !

Notre p'tite pause LCT touche à sa fin, merci Jeanne pour cet échange intergénérationnel ! C'est chouette de partager des entraînements et des courses avec la nouvelle génération dont tu fais partie, je suis toujours bluffé par votre motivation intemporelle. Un énorme bravo Jeanne pour ce que tu fais. Sincèrement, je pense que tu es toi aussi un modèle pour beaucoup de jeunes, sans vouloir te mettre la pression cette fois-ci 😊.

Une phrase de conclusion ?

Merci beaucoup pour cet échange, ça m'a permis de m'exprimer sur le club et le sport en général et d'apprendre à te connaître !!

