



LA LETTRE

Vélo Club Banlieue Sud
Chilly-Mazarin

Semaine 48

Draveil Port aux Cerises (91)
2^{EME} ROMAIN NOGUEIRA
VICE CHAMPION D'ESSONNE

CYCLOSPORT

ROBERT

Samedi 23 novembre Cyclocross FSQT à Draveil (91) Championnat d'Essonne

Le CR de Romain Nogueira...

« Départemental cyclo-cross à Draveil. C'est le même tracé que début novembre avec un passage technique en moins. 😊 Je partirai en 1^{ère} ligne, ce qui va me permettre de faire un bon départ. Je rentre dans le sous-bois en 2^{ème} position. Dans les 2 talus Ronan (favori de la course) me double, j'essaye de rester avec lui.



Malheureusement dans les escaliers à l'entame du 2^{ème} tour il me dépose, et à la relance je prends un petit coup au moral. Pas grave, je garde le rythme et j'essaye de rattraper au maximum les espoirs partis 20'' avant nous. Les jambes sont là et techniquement aussi, mais au bout de 20' de course, j'ai trop d'herbes dans les 5 vitesses du



bas, donc impossible de les utiliser. Le pire c'est que dans la technique, je suis obligé de pédaler, car si j'arrête la chaîne descend et à la relance ça coince... Pas le choix de faire le reste de la course



comme ça. Au bout de 40' je m'arrête pour resserrer l'axe de devant avec l'aide d'un spectateur. Je préfère perdre 10'' que perdre la roue dans le circuit, en sachant que j'ai fait le trou sur le 3^{ème} sénior.

Je termine 4^{ème} au scratch derrière Ronan 1^{er} et 2 espoirs mais surtout vice-champion de l'Essonne en Sénior. 🏆
Vraiment content de ma course. 😊

Je visais la 2^{ème} place car il faut être réaliste pour la 1^{ère} place, Ronan c'est un peu Pogacar sur route avec les PRO.
Quand il est au départ les équipes vont surtout se battre pour la 2^{ème} ou 3^{ème} place ! 😊



Prochaine épreuve ça sera Villejust dimanche prochain. »

Bravo, belle course ! Outre les capacités physiques, des résultats bien mérités compte-tenu de la rigueur dans les entraînements. Un vélo de rechange pour changer à tous les tours, quand la bouillasse et autres herbes s'entassent dans les rouages du matos, ce serait top et c'est José le Papa, j'en suis sûr, qui serait content de faire le nettoyage !



Merci à Laurent qui était lui à l'ordinateur !

Dimanche, c'est à Villejust, départ à 14h45, départ rue du Bois Courtin (à droite au sommet de la côte) dans le parc du château, l'occasion d'aller encourager... et de passer « un dimanche à la campagne ! »

