

LE RÊVE AMÉRICAIN DE THIERRY OCHE

Publié le mardi 28 mai 2013 à 03H00

Après avoir terminé premier de sa catégorie au Half Ironman, le 11 mai dernier à Busselton, Thierry Oche va se rendre aux États-Unis pour tenter de reproduire cette performance. La course, à Las Vegas, n'est autre que la finale des championnats du monde.



Thierry Oche (à droite) ira disputer la finale des championnats du monde d'Half Ironman à Las Vegas, en septembre prochain.

Photo DR

Comme chaque année, la ville du péché accueillera le 8 septembre prochain les championnats du monde de l'Ironman 70.3. Pouvoir ne serait-ce que prétendre à courir dans cette compétition relève d'un entraînement physique et mental quotidien. En effet, l'half Ironman c'est 1,9 kilomètre de natation, 21 kilomètres de course à pied et 90 kilomètres de cyclisme. Cette compétition est loin de faire peur à l'ancien militaire de profession, Thierry Oche. Ce vétéran vient de remporter dans sa catégorie des 50-54 ans le triathlon de Busselton, en Australie, et a terminé 102e au classement général sur un peu moins de 1 800 participants. L'athlète de l'AS Tri Mont-Dore finira sa course en 4 heures, 31 minutes et 19 secondes, cinq secondes devant le deuxième de sa catégorie. Un exploit qui n'en est finalement pas un tant il s'entraîne ardemment. Environ quinze heures de sport hebdomadaire soit deux à trois heures d'entraînement quotidien toujours alliées à deux disciplines. Ainsi il essaie de trouver le bon équilibre entre les trois sports et combler au mieux ses lacunes.

Trois mois de préparation intense

A le voir engranger des titres et s'entraîner autant, on pourrait penser que Thierry Oche a toujours pratiqué le triathlon. Pourtant c'est seulement l'année dernière que l'ancien militaire s'est lancé dans cette discipline. Sa première compétition fut le Triathlon du Mont-Dore où il finit deuxième. Cette bonne performance l'a incité à poursuivre ses efforts. Ce compétiteur de l'extrême veut toujours améliorer ses statistiques. « Mon chrono de natation (31'51) à ma dernière course (ndlr : celle de Busselton) n'était pas top. J'étais handicapé à la clavicule à cause d'une fracture tout juste remise en place. Je ne devrais plus avoir aucune séquelle à Las

Vegas. » Pour se préparer à la compétition, Thierry dispose de trois mois. Endurance, natation et vitesse de course sont au programme. Des compétitions territoriales sont aussi prévues, comme le triathlon du Mont-Dore, le semi-marathon de Païta ou encore le marathon de Nouméa (bien qu'il émette certaines réserves sur ce dernier). Sur la grille de départ à Las Vegas, Thierry Oche sera aux côtés de 60 000 athlètes, dont des professionnels. Malgré un entraînement de haute voltige, il est conscient qu'il ne pourra pas lutter contre ces derniers qui occuperont les premières positions. La concurrence sera féroce mais ce compétiteur de l'extrême ne lâchera rien. Une chose est sûre, le 8 septembre, le sociétaire de l'AS Tri Mont-Dore ne sera pas à Las Vegas pour faire du tourisme mais bien pour essayer de créer l'exploit en s'imposant dans sa catégorie.

A.B.