



FOOTBALL. Comme Mürs-Erigné, 7 des 11 clubs du « 49 » engagés en Coupe de l'Atlantique ont validé leur billet pour le 7^e tour.

PAGES 8 à 10



ATHLETISME. Damien Echasserieau a remporté pour la troisième fois de rang la Boucle de la Tourlandry.

PAGE 10

Cours, Lucie, cours

TRIATHLON. Adepte des triathlons extrêmes et des ultra-trails, Lucie Croissant court bien plus qu'elle ne marche. L'Avrillaise s'est convertie au sport total. À seulement 24 ans. Et à 100 à l'heure. Mais qu'est-ce qui la fait courir ?

Freddy REIGNER

freddy.reigner@courrier-ouest.com

Enfin, elle s'est posée. Autour d'une table de café. On l'a attrapée au vol. Car mettre la main sur Lucie Croissant, ce n'est pas simple, jamais simple. D'ailleurs, même assise devant un Perrier, elle a les yeux qui rouillent, qui pétillent et les mots, débités à la chaîne, galopent à toute allure. Même assise oui, elle est ce petit bout de femme pleine de peps, regard mutin. Une capsule de caféine pure. Lucie Croissant donc, 24 ans, un concentré d'énergie. Elle n'est pas commune, sûr. Elle dit que ce qu'elle fait, « **c'est un peu comme une drogue** », car dans l'effort violent, « **y a des trucs qui se passent dans le cerveau** » et qu'elle adore ça. Comprenez bien : l'Avrillaise est une fondue de sport, version extrême. De l'ultra-trail au triathlon démesuré, style Iron man. Même en pire. Tenez, l'été dernier, elle a fait le Norseman, le Graal de tout triathlète un peu « dingue ».

« En me jetant à l'eau, j'ai eu peur »

Le Norseman, c'est en Norvège, dans les fjords, paysage lunaire. Et côté course, une abomination pour les non puristes : 4 km de nage dans une eau à 13°C, 180 km à vélo (pour un dénivelé positif de 4000 m !) et un marathon pour finir. On dit que c'est le triathlon le plus dur au monde, et c'est vrai. Lucie Croissant y était donc. Elle en avait fait des trucs avant, comme la CCC, un trail de 100 km autour du Mont-Blanc. Mais là, en Norvège... « **Au moment de me jeter à l'eau, j'ai eu peur**, avoue dans un sourire la jeune Avrillaise. **C'est quelque chose d'irraisonné. J'ai beaucoup psychoté et puis vous savez, sous l'eau, il y a des baleines, des algues, ces moules aussi qui font des bulles et moi, je n'aime pas ça du tout ! Bon, je me suis dit que personne n'y était mort, donc...** »

Dans ces moments-là, où il faut lâcher prise, elle dit qu'il ne faut pas trop penser. Et la douleur ? La vraie, celle qui vous vrille le ventre et vous



Ancienne licenciée au CSJB d'Angers, Lucie Croissant est une férue des triathlons et des ultra-trails. D'ailleurs, après le célèbre Norseman, en Norvège, l'Avrillaise de 24 ans s'est donné un nouvel objectif : l'Inferno en Suisse. Photo D.R.

cisaille les jambes, on en fait quoi ? « **On est dans un état où on apprend énormément sur soi**, répond-elle, désarmante. **On repousse les limites, nos limites. On pense pas mal, vous savez. À la technique, à la course, et à tous ceux surtout avec qui on s'entraîne et on vit. Et puis, on se dit aussi qu'on a trop de chance de faire ça dans de supers paysages, en montagne. Moi, si c'est pour courir sur du plat, pfff...** » Elle s'en amuse. Même si parfois, elle l'avoue, le corps peut se mettre en mode « très court terme », cerveau obnubilé par « **cette descente qui va bientôt venir** ». Histoire de mettre du baume sur tout ce qui grince. « **On peut connaître des bas et se dire qu'est-ce que je fous là**, avoue-t-elle. **Mais ça ne dure jamais**

longtemps. Vous savez, dix minutes après avoir franchi la ligne, on se dit à chaque fois : quand est-ce que je le referai ? » Le sport total, il coule dans ses veines. Ça fait même partie d'elle, « **depuis que je suis née** ». Une quête du toujours plus. Elle est infatigable, Lucie. D'ailleurs, c'est difficile de la suivre. Un jour à Issy-les-Moulineaux, un autre à Grenoble, puis Lille, puis Aix-en-Provence et parfois, Angers.

Faire et défaire les cartons, elle sait faire. La bougeotte, encore et toujours. Mais une constante : le monde du sport, même dans sa vie professionnelle. Que ce soit chez ASO, B'Twin ou Adidas. Il n'y a pas de hasard. Cette vie, elle l'avoue bien volontiers, elle est « **en flux tendu** ». Se poser ? Voilà la question un peu

hors cadre, déplacée. « **Hmm, j'aimerais bien**, dit-elle, le regard joueur. **Mais rapidement, alors ! En ce moment, j'apprends quand même l'espagnol.** » Lucie Croissant irradie, contamine même, pas peu fière d'avoir entraîné ses parents dans le marathon et sa cousine de 52 ans dans le 10 km. Elle aime bien ça, car tous ses triathlons extrêmes et autres ultra-trails, c'est « **aussi**

un peu égoïste », car elle est la « **seule à en profiter** ». Enfin, façon de parler... Au fait, le prochain défi, c'est quoi ? Une course en Suisse : 3 km de natation, 100 km de vélo de route, 30 km de VTT et 25 km de trail. Et ça s'appelle comment ? « **L'Inferno** ». Ça ne s'invente pas.

A SAVOIR

La famille Croissant est bien connue dans le monde de l'athlétisme. Il y a Lucie donc - qui a néanmoins commencé sa carrière de sportive par la natation et les bébés nageurs - mais aussi Julie, sa sœur jumelle. Les deux jeunes filles ont été licenciées au club du CSJB d'Angers et ont même « claqué » quelques belles performances en cross dans la catégorie relais (5^e des championnats de France en 2004) et sur la piste (médaille de bronze aux championnats de France sur le 4x1000 m en 2006). À noter que Julie a été la plus jeune femme (22 ans) à participer à l'Iron Man de Nice 2010.

TENNIS DE TABLE. Demain, La Romagne accueille Issy et la Vaillante, Saint-Maur.