Salomon Bandol Classic : quatriÃ¨me victoire pour Lisel Merello et nouveau record pour Romain Rybicki

AprÃ¨s course

PostÃ© par : DUBOST
PubliÃ©e le : 14/6/2015 20:00:00

Salomon Bandol ClassicÂ : quatriÃ¨me victoire pour Lisel Merello et nouveau record pour Romain Rybicki

Samedi 18 juin Ã partir de 19 heures, plus de 1100 coureurs ont participÃ© Ã la Salomon Bandol Classic. Lisel Merello et Romain Rybicki ont marquÃ© de leur empreinte cette 11Ã¨me Ã©dition. L'une en dÃ©crochant sa quatriÃ¨me victoire sur ce tracÃ© de 12,6 km et l'autre en amÃ©liorant de 1 mn 33 s le record sur la distance actuelle dÃ©tenu depuis 2010 par Nicolas Baudry.

Charlotte Morin a donnÃ© du fil Ã retordre Ã Lisel Merello sur les parties plates et rapides. Â«Â *Gagner Ã Bandol, c'est un grand moment, dÃ©clare Lisel, parce qu'on Ã©volue presque en famille. Je suis particuliÃ¨rement heureuse tout d'abord parce que j'ai pu me bagarrer avec des filles habituÃ©es Ã la route, cela me rassure sur ma forme, la vitesse revient aprÃ¨s plusieurs annÃ©es de passage Ã vide et de douleurs. DÃ©sormais, ma blessure est derriÃ¨re moi et je peux y voir un peu plus clair aprÃ¨s une longue pÃ©riode de doute, mÃªme si je n'ai pas encore retrouvÃ© le total usage de ma jambe gauche qui fait de la rÃ©sistance.* Â»

Lisel Merello participe Ã la Salomon Bandol Classic depuis 2006 Cette Ã©preuve a rythmÃ© ses progrÃ¨s en course Ã pied et ponctue une belle histoire d'amitiÃ© avec MichÃ¨le et Jean-JoÃ«l Canessa, des organisateurs dynamiques qui ont Ã cÂœur d'offrir aux concurrents un vrai moment sportif et festif. Â«Â *Cette course nature est polyvalente et exigeante. Elle demande du rythme et de bons appuis sur les parties en sentiers et de savoir grimper et descendre correctement. Elle rÃ©unit trailers, routiers, pistards, spÃ©cialistes du cross et permet aux compÃ©titeurs comme aux amateurs de se cÃ´toyer. C'est ce cÃ´tÃ© fÃ©dÃ©rateur et populaire qui sÃ©duit aussi. A l'heure oÃ¹ la tendance est au toujours plus long, j'ai envie de dire qu'on peut s'Ã©clater et vivre de bons moments sur une course nature !*Â Â»

A Bandol Lisel Merello outre dÃ©sormais ses 4 victoires est montÃ©e sur toutes les marches du podium. En 2013 alors qu'elle Ã©tait blessÃ©e elle a vÃ©cu la course en tant que serre-file. Â«Â *Une autre faÃ§on tout aussi enrichissante, J'ai ainsi eu l'occasion de rester au contact avec le milieu et de faire des rencontres trÃ¨s intÃ©ressantes. C'est important de voir aussi les coulisses d'une organisation. Cela permet de rÃ©aliser les efforts que demande une telle machine dont chaque bÃ©nÃ©vole constitue un prÃ©cieux rouage.*Â Â»

Romain Rybicki, 14 mn 15 s sur-4.70 5000 m et 30 mn 20 s sur 10000 m, installÃ© dans le Var depuis un an, a eu envie

de participer Ã la Salomon Bandol Classic. DÃ¨s les premiÃ¨res foulÃ©es il s'est glissÃ© dans le petit groupe de tÃªte composÃ© d'une dizaine d'Ã©lÃ©ments, devenus 5 Ã partir du 3Ã¨me km. Vers le 5Ã¨me km seuls Nicolas Navarro et StÃ©phane Ricard, futurs 2Ã¨me et 3Ã¨me, rÃ©ussissaient Ã suivre le rythme trÃ¨s rapide de Romain Rybicki avant d'Ãªtre Ã leur tour dÃ©finitivement distancÃ©s. Â«Â *Romain Ã©tait imprenable et impressionnant*, constate StÃ©phane Ricard. *Avec Nicolas on s'est longtemps tirÃ© la bourre pour la deuxiÃ¨me place avant que je coince un peu dans le final.*Â»

Romain Rybicki habituÃ© Ã des sols durs et lisses a Ã©tÃ© nÃ©anmoins trÃ¨s Ã l'aise sur les secteurs avec des cailloux ou sur le sable de la plage.*Â Â«Â Je pense que ma condition physique a fait les Ã©carts. Sur la piste c'est la performance et le chrono qui priment. J'ai apprÃ©ciÃ© l'esprit convivial de cette course nature, la beautÃ© et variÃ©tÃ© de son parcours et le plaisir qu'il apporte. J'ai envie lorsque mon programme le permettra, de renouveler ce type d'expÃ©rience.Â Â»*

Romain Rybicki a souhaitÃ© partager sa victoire avec sa famille mais aussi avec les organisateurs et tous les bÃ©nÃ©voles prÃ©sents.