

SPORTS

Retour à l'accueil de la page

Monde

Pascal Pich, l'Ironman puissance ultra

Omnisports jeudi 20 décembre 2012



228 km en nageant, 10 800 km en pédalant et 2 535 km en courant, voilà ce qui attend Pascal Pich.

Photo : TSO

Recommander 1 Tweet 0

**Défi. Soixante Ironman, dont cinq déca, en une année, c'est le défi de Pascal Pich. Le triathlète nîmois a débuté hier à Aigues-Mortes son tour du monde du triple effort puissance ultra.**

Nager, pédaler, courir... Ces trois pratiques sportives au singulier ne sont pas déjà simples, lorsque l'athlète qui les pratique ne recherche que la performance. Lorsque la quête se multiplie par trois, et qu'elle frôle l'excellence, le triathlon est l'un des sports individuels les plus engagés physiologiquement. Et à partir du moment où le « triple effort » devient « Ironman », l'acte physique ne peut se passer de la force mentale. Reste que cette démesure a une mesure : 3,8 km en natation, 180 km de cyclisme et 42,195 km en course à pied.

Une peinture de l'ultra-triathlon

Depuis 20 ans, Pascal Pich multiplie par 2, par 10, et même une fois par 13, les distances « Ironman ». Il fut champion du monde en 2000 (deca) et 2002 et 2004 (double) d'ultra-triathlon. Cette pratique, créée en 1985 aux États-Unis, a une Fédération internationale (IUTA) et comptait 213 licenciés, dont 26 femmes, en 2012.

Même s'il détient la deuxième meilleure performance mondiale en Deca-iron (8 jours 3 h 27), Pascal (48 ans) est sorti du circuit mondial. « J'ai fait le tour de la question, explique l'Homme de Fer. Ce sont toujours les mêmes épreuves qui reviennent, j'ai donc préféré devenir un homme de défi. » Son premier triathlon fut de faire le tour de France en 2011 : 26 jours (52 km de natation, 4 300 km à vélo et 360 km à pied).

228 km à la nage, 10 800 en vélo, 2 535 à pied

Pour 2013, c'est un projet d'une autre dimension qui l'attend... Sur cinq continents, Pascal va effectuer un double et un deca Ironman, soit un total de 228 km en nageant, 10 800 km en pédalant et 2 535 km en courant. Un périple d'homme et de fer autour du monde qui va débuter, aujourd'hui. « Je vais partir d'Aigues-Mortes et rejoindre La Plagne pour un effort de 30 heures non-stop », explique le Nîmois.

S'il a choisi la France et une arrivée à La Plagne pour son premier double Ironman, ce n'est pas par hasard. « Jeudi, je serai accueilli par les Étoiles du Sport et j'espère avec cette arrivée médiatique intéressera les sponsors... » Car même s'il s'entraîne 25 à 30 h par semaine, Pascal n'est pas un professionnel - il tient une boutique en ligne avec sa compagne - et le budget de son « Ironman Around The World » est énorme : 380 000 euros ! « Actuellement, nous n'avons que 10 % du budget », confie-t-il.

Il n'a que 10 % du budget

Cet Ironman autour du Monde, ce n'est pas seulement un homme qui nage, pédale et court. « C'est une équipe de sept personnes, explique Pascal. Nous allons d'abord réaliser les « double » sur cinq continents jusqu'en mai, puis à partir de juin, poursuivre avec les « deca ». Il y a beaucoup de déplacements, car humainement, il m'était impossible d'enchaîner un double et un deca en une semaine. »

Cette performance, treize Ironman d'une seule traite, Pascal l'avait réalisé en 1995 à Paris en 12 jours. « À l'arrivée, j'avais été opéré du genou. À l'époque, j'étais « taré », sourit-il. Et maintenant ? « Je suis un peu fou, mais avec le temps, il paraît que c'est un signe d'intelligence. » Pascal va avoir 365 jours et 10 triathlons puissance ultra pour savoir si, finalement, il peut devenir (un) sage.

Bruno POIRIER.

Vous pouvez suivre Pascal Pich autour du monde sur son site internet : [www.ironmanaroundtheworld.net](http://www.ironmanaroundtheworld.net)

Tout le sport dans l'ouest A la une en Sport

- 12:04 Voile Vendée Globe. La vie est belle pour Alessandro Di Benedetto, dernier de la course
- 12:00 Stade Brestois 29 Meilleur joueur du Stade brestois : Ben Basat toujours en tête
- 12:00 Voile Vendée Globe : suivez les vacances en direct à partir de 12 h 30
- 11:36 Cyclo-cross Cyclo-cross : Thomas Voeckler à La Mézière le 26 janvier ?
- 08:20 Golf Golf : les élections plombent le chiffre d'affaires, à Belém

1 / 5 Toutes les infos

le business change avec orange orangepro.fr



Résultats	Classement	Calendrier
Brest	0 - 3	PSG
Lille	4 - 1	Montpellier
Ajaccio	2 - 4	Rennes
Lorient	2 - 2	Reims
Bordeaux	0 - 0	Troyes
Lyon	3 - 0	Nice
Bastia	4 - 2	Nancy
Valenciennes	2 - 1	Evian-Thonon
Toulouse	2 - 0	Sochaux
Marseille	1 - 0	Saint-Etienne

Précédente 19 eme Jour Suivante

A VOTRE AVIS

Qui, selon vous, mérite le titre de sportif de l'année 2012 ?

- Yannick Agnel
- Julie Bresset
- Franck Cammas
- Lucie Décosse
- Assia El Hannoui
- Tony Estanguet
- Emile Fer
- Martin Fourcade
- Renaud Lavillenie
- Sébastien Loeb
- Florent Manaudou
- Camille Muffat
- Teddy Riner
- Loïck Peyron
- Jo-Wilfried Tsonga
- Thomas Voeckler

VOTEZ

Marin de l'année Elisez le marin de l'année

Votre annonce ici

- Jouer au Poker sur mobile**  
Accédez à toutes les parties de poker de Winamax à partir de votre téléphone ou tablette !  
plus de détails
- Exclusivité Orange**  
Livebox en à partir de 23,90€/mois pendant 6 mois  
je clique
- SNCM compagnie maritime**  
Séjours et voyages de rêve en perspective à destination de la Corse, Sardaigne, Tunisie  
réservez vos billets

Recevez les alertes infos



QUEST-FRANCE SPORTS sports\_ouest

sports\_ouest En hockey sur glace, en finale de la Coupe de la Ligue, les Ducs d'Angers se sont inclinés face aux Dragons de Rouen : 4-3 ap #offive

sports\_ouest #Cholet Basket s'incline dans le derby des Pays de la Loire au #MSB : 79-55 #offive

sports\_ouest @YannickAgnel élu champion de l'année 2012 par la rédaction sportive d'Ouest-France

sports\_ouest #Ligue1. #Lorient est 4, #Brest 8 et #Rennes 9. #Paris ferme la marche #FLorient #SB29 #SRFC #PSG 2/2 bit.ly/VYJqeh

Join the conversation

Apple iPhone 5

profitez du meilleur de votre iPhone 5 avec les forfaits Origami jet H+™

Ouest-France Sports sur Facebook

1,408 personnes aiment Ouest-France Sports.

Vignone Guy Kne Mathieu Afrika