

Peggy Derouin, triathlète discrète au mental d'acier

Pornic — À 47 ans, elle jongle entre travail, vie de famille et entraînements. La sportive, dont le talent égale l'humilité, s'entraîne aussi avec son mari. Elle a reçu un prix de la Ville, vendredi.

Les gens d'ici

Frien ne prédisposait la Pornicaise Peggy Derouin à devenir une triathlète de haut niveau. Rien d'autre que son amour pour sa famille. Le sport, c'est, parfois ça aussi. En recevant son trophée, vendredi, lors des Étoiles du sport, à Pornic, la sportive a remercié ses sponsors du pays de Retz¹. Puis, levant la récompense, elle l'a dédiée à son mari, Mickaël, et à ses filles, Louisa et Mae, qui la suivent partout lors des compétitions. Car dans la famille, tout le monde fait du sport. Mais la plus forte, c'est quand même Peggy.

La championne a commencé les triathlètes seulement en 2016. « C'est mon mari qui m'a incitée à me lancer, dévoile-t-elle. Il me motive et fait mes plans d'entraînements aux petits oignons. » Mickaël Derouin pratique aussi le sport et l'accompagne à vélo. « Il ne m'a pas emmenée là-dedans à tout hasard, car il a suivi une préparation de coach mental », dévoile Peggy Derouin.

3 800 m à la nage, 180 km à vélo et 42 km en courant

L'athlète a débuté par de « petits triathlons », juge-t-elle. Juste pour essayer. Et cela lui a plu. Alors son mari lui a lancé un défi. Et pas n'importe lequel : le Half Ironman à Marrakech (Maroc). Une compétition, où les sportifs franchissent la ligne d'arrivée au terme de 113 km de course à pied. « Nous sommes partis là-bas en famille, en 2019. L'occasion aussi pour les filles de découvrir le pays ! » Et sur cette belle

Les filles et le mari de Peggy Derouin ne sont jamais loin de l'athlète, ici à l'Ironman de Cervia (Italie), en 2022. Chaque membre de la petite famille se poste à un endroit pour l'encourager sur le parcours. Cela la pousse à aller plus loin, dit-elle. DR

180 km à vélo et courru un marathon, le tout en 11 h 49, sans m'arrêter. Mais comment se nourrit-on pendant tout ce temps ? « Je mangeais sur mon vélo, des barres de céréales et des bananes », rapporte Peggy Derouin, qui aurait pu s'arrêter là. Mais non. Sachant, que tous les ans, un Half Ironman se déroule dans un pays différent, elle a souhaité poursuivre l'aventure. « Quand j'ai su que cette épreuve se déroulait en Finlande le 26 août 2023, je me suis inscrite tout de suite. » Mais le sésame d'accès passait par une qualification au Triathlon des Sables-d'Olonne (Vendée), début juillet. Timing serré ! Mais éprouve gagnée. Et comme la petite famille est optimiste, le couple avait posé ses congés six mois auparavant, au cas où.

Son vélo volé à l'aéroport

« Ce championnat du monde était magique. Toutes les générations et toutes les nations étaient là. J'ai terminé 53^e sur 256 dans ma catégorie d'âge. Pourtant, quand j'ai vu le matériel des autres concurrentes, j'étais impressionnée. Même si j'avais un très beau vélo, elles avaient de vraies machines de guerre ! »

Mais parfois, tout n'est pas rose dans le sport. Au retour de Finlande, l'athlète s'est fait voler son vélo à l'aéroport, en transit à Nantes. Après avoir versé des larmes, Peggy Derouin, aidée par le magasin Giant, a pu racheter une nouvelle machine. L'aventure peut continuer, en famille bien sûr.

Sur l'estrade, de nombreux sportifs représentent diverses disciplines, dont le sport adapté, ont été mis à l'honneur. C'est le cas d'Éthan Cuillandre, du CJAC (à droite), qui a participé au championnat de France d'athlétisme, et s'est classé troisième. Il était très fier de porter haut son trophée. Tout comme sa voisine, Olisime entourait la championne de triathlon, auprès de Sandrine Vallet, qui représentait les champions de la voile absents excusés à cette soirée. DR



Une pluie de trophées aux Étoiles du sport



À gauche, Peggy Derouin, du club d'athlétisme pornicais (CJAC), a participé, en août, au championnat du monde de triathlon, en Finlande. Au club de Pornic natation : Hélène Lambot, championne du monde de 3 000 m depuis cet été ; Pascale Talbouret, présidente du club et Léna Conder, nageuse de 12 ans, qui visera les Jeux olympiques de Brisbane, en Australie, en 2032, sélectionnée pour les prochains championnats de France. DR

1 Photo : Ouest-France

À gauche, Peggy Derouin, du club d'athlétisme pornicais (CJAC), a participé, en août, au championnat du monde de triathlon, en Finlande. Au club de Pornic natation : Hélène Lambot, championne du monde de 3 000 m depuis cet été ; Pascale Talbouret, présidente du club et Léna Conder, nageuse de 12 ans, qui visera les Jeux olympiques de Brisbane, en Australie, en 2032, sélectionnée pour les prochains championnats de France. DR

À gauche, Peggy Derouin, du club d'athlétisme pornicais (CJAC), a participé, en août, au championnat du monde de triathlon, en Finlande. Au club de Pornic natation : Hélène Lambot, championne du monde de 3 000 m depuis cet été ; Pascale Talbouret, présidente du club et Léna Conder, nageuse de 12 ans, qui visera les Jeux olympiques de Brisbane, en Australie, en 2032, sélectionnée pour les prochains championnats de France. DR

Le maire, Jean-Michel Brard, a remercié l'ensemble des services de la commune, fortement engagés auprès des associations, tout en soulignant que « le sport doit être ouvert à toutes et tous, que l'on soit valide ou en situation de handicap ». DR

Après la remise des trophées, une conférence sur le thème du coaching et de l'accompagnement de la performance sportive, professionnelle, personnelle a été très appréciée. Fred Hoët, ancien commandant pompiers professionnel, et coach sportif, accompagné d'Honorine Girollier, touchée par un lourd handicap, mais dont le sport est le moteur ont participé à une table ronde pour raconter leurs expériences dans la gestion d'évenements sportifs. DR

Puis, tout le monde s'est levé dans le brouhaha et les rires pour se retrouver autour d'un cocktail, qui a clôturé la soirée.

Repères

À Pornic, ce sont :
- 75 associations sportives, dont 38 affiliées à une fédération ;
- 6 195 licenciés toutes disciplines confondues ;
- 60 sportifs qui se sont illustrés sur les championnats internationaux et nationaux ;
- Sans oublier les élèves des établissements scolaires, qui participent activement dans des disciplines sportives.

Voile

d'Europe, étaient retenus à Paris, vendredi, par la fédération française de voile. Ils travaillent activement pour être sélectionnés aux Jeux olympiques 2024. Ils avaient déjà participé aux Jeux de Tokyo en 2020.

DR



Sur l'estrade, de nombreux sportifs représentent diverses disciplines, dont le sport adapté, ont été mis à l'honneur. C'est le cas d'Éthan Cuillandre, du CJAC (à droite), qui a participé au championnat de France d'athlétisme, et s'est classé troisième. Il était très fier de porter haut son trophée. Tout comme sa voisine, Olisime entourait la championne de triathlon, auprès de Sandrine Vallet, qui représentait les champions de la voile absents excusés à cette soirée. DR

via.



Sur scène, vendredi, les cinq participants aux championnats du monde de modélisme entouraient la championne de triathlon, auprès de Sandrine Vallet, qui représentait les champions de la voile absents excusés à cette soirée. DR

via.