

Vallées.  
Un derby  
important pour  
les deux clubs  
ardéchois.



**TRIATHLON** Avec Virginie Loisy et sa guide Marie Laurraine Gaude

## Une vision particulière du triple effort

Elle va sur ses 39 ans et la vie ne l'a pas épargné. Mais le sport a permis à Virginie Loisy de rebondir. « C'est ce qui m'a sauvé du handicap. Cela s'est fait cependant en quelques années. »

La Savoyarde installée à Saillans est devenue aveugle suite à une rétinite pigmentaire, décelée lorsqu'elle avait six ans. Jeune, elle pratiquait du patinage artistique et faisait beaucoup d'escalade et de ski. « Tout naturellement, je me suis mise au ski paralympique. J'ai essayé de rentrer en équipe de France, mais je n'ai pas réussi. On m'a conseillé alors de m'orienter vers le ski de fond. Au départ, je n'étais pas compétitive ». Mais très vite elle a trouvé ses marques au point d'être sélectionnée pour les jeux paralympiques de Vancouver en 2010. « Mais à cette période j'ai perdu ma maman d'un cancer. J'ai donc tout stoppé ».

### Retour à la compétition

Bien qu'elle soit devenue à son tour maman, il y avait un manque dans la vie de Virginie Loisy. « Maintenant mes enfants ont grandi, la compétition me manquait. Cela faisait deux ans que ça me démangeait ». Et depuis septembre dernier, elle pratique le triathlon au sein du club de Montélimar. « J'ai appelé tous les clubs valides de la Drôme sans savoir qu'à Montélimar, il y avait une session handisport. C'est vraiment un hasard, je me dis que je suis tombée au bon moment, au bon endroit. Jamais auparavant, je me serais imaginée dans ce sport, car je ne suis pas une bonne nageuse. Mais ma guide, Marie Laurraine Gaude, m'a donné le goût de la natation ».

Ainsi, les deux femmes travaillent ensemble depuis la fin de l'année dernière.



« Lors des 10 km de Montélimar, j'ai retrouvé mes sensations, j'ai mis moins d'une heure, je sais qu'avec plus d'entraînement je peux aller plus vite. Durant la course on s'est boosté mutuellement ». © Claude Charay

« On ne se connaît pas beaucoup. Cependant on est très « speed » toutes les deux, on a l'une et l'autre une envie à la seconde et on a le même défaut ou la même qualité, à savoir que l'on fatigue les autres mais pas nous-mêmes ».

### 2024 en tête

Elle rajoute : « J'ai l'impression que l'on arrive à

faire un vrai binôme. C'est tout un travail, une entente, une confiance. Il faut trouver un certain équilibre, une certaine complicité. Je suis quelqu'un qui gère très mal le stress. Marie Laurraine sait trouver les bons mots pour m'apaiser. Je compare ça à un couple, il faut qu'il ait tout ».

Virginie Loisy effectuera son premier triathlon lors de l'épreuve organisée par le

club de la cité des Adhémar, le 16 avril prochain. « Mon objectif lors de cette première année est de me perfectionner en natation pour avoir un bon niveau. Après, lors de la seconde, je souhaite entrer sur le circuit handisport ».

Car Virginie Loisy en dehors de se faire plaisir a une idée en tête. « J'aimerais faire les jeux paralympiques de 2024. J'ai besoin de défi, c'est mon équilibre ». Elle a 7 ans pour le relever.

C. T

« Notre duo, je le compare à un couple »

### « Être guide, ça me fait grandir »

« Cela faisait longtemps que ça me trottait dans la tête. Mais pour être guide, il faut être mûre » souligne Marie Laurraine Gaude. Elle a franchi le pas après avoir passé son BFA. « L'été dernier, on m'avait proposé quelqu'un mais cette personne était à Lyon, c'était compliqué. Puis Virginie est arrivée en septembre, j'étais ravie ».

La sociétaire du Montélimar triathlon, qui prépare de son côté sa participation à l'Iron man de Nice,

s'est lancée à fond dans cette expérience. « Je suis heureuse de partager ma passion, mon sport avec elle. C'est une autre expérience, mais ce n'est que du plaisir ».

Elle admet : « Elle est comme moi, perfectionniste. Toutes deux, quand on se lance dans quelque chose, on le fait à fond. On a le même caractère. Virginie, c'est une personne très courageuse et très agréable à vivre. Elle a de grosses qualités. Tellement elle est

sérieuse, assidue, courageuse, elle va vite progresser. Elle a de grosses ambitions, je sais que je ne serais qu'un passage dans sa carrière. » Marie Laurraine Gaude complète : « Cette année, on ne va pas faire le championnat de France. On ne va pas brûler les étapes, car rien n'est acquis. J'essaie de la protéger, je lui parle beaucoup et je m'emploie pour qu'elle puisse vivre à fond ces moments-là et participer au mieux intérieurement. Ça me fait plaisir d'être sa guide, cela me fait grandir ».