

Mike Aigroz

1. Infos à donner oralement :

Ancien triathlète reconverti dans le trail, Mike a 45 ans et habite à Fruence, village voisin de Châtel-St-Denis.

L'un de ses plus grands succès en triathlon est sa 6^e place à l'Ironman d'Hawaii en 2011 (3,8 km de natation, 180 km de vélo de route, 42,195 km de course).

En trail, il s'est retrouvé à la 12^e de la Diagonale des Fous à la Réunion en 2021 : 160 km de course, plus de 10'000 m de dénivelé positif ; tout cela réalisé en moins de 26h.



2. Liens à projeter aux élèves, si intérêt et temps (2'50 et 2' de vidéo) :

<https://www.youtube.com/watch?v=COZpFtiY4To>

= Présentation au stade de Châtel, plutôt basée sur le triathlon et son entraînement

<https://www.facebook.com/RTSinfo/videos/la-diagonale-des-fous-parcourue-par-un-vaudois/830659374296535/>

= Reportage RTS suite à son résultat à la Diagonale des Fous

3. Questions :

Chaque classe prépare à l'avance au minimum 1 question à poser à Mike.

Récolter les idées oralement, les élèves mémorisent ou notent s'ils en ont envie.

Ils lui poseront leurs questions lors de son intervention.