

SPORT

santé

BIMESTRIEL DU SPORT AIXOIS N°338 / JUILLET - AOÛT 2020 / 4 €

SPORTIVE du MOIS
Trophée

FRANCE
SPORT



Elsa Comino
GR AIX

SPORT AIXOIS

**L'après
CORONAVIRUS**

A VOS MARQUES, PRÊTS...



RE PARTEZ !



Mathieu Dunand
AIX ATHLÉ PROVENCE

Dans ce numéro

LE PÔLE HAND
AIX-EN-PROVENCE

LA VILLE D'AIX-EN-PROVENCE ORGANISE EN 2020
SA 21^E ÉDITION DU



SALON DES SPORTS

SAMEDI 5 SEPT

9H30 > 19H

DIMANCHE 6 SEPT

9H30 > 17H

COMPLEXE SPORTIF
DU VAL DE L'ARC



Encore plus spécial

« Très spécial » était le titre de l'éditorial de notre dernier numéro, paru après le confinement inédit du printemps 2020. Alors, que dire en préambule de ce n°338 ? Contrairement à notre précédente édition, qui était malgré tout « riche » de l'actualité de février et début mars, nous avons dû composer cette fois-ci sans la moindre manifestation sportive à commenter. C'est un joli défi qui est proposé à la presse sportive de maintenir ses parutions en l'absence totale de compétitions.

Ce numéro « encore plus spécial » nous donne en revanche l'occasion d'aborder des sujets que nous n'aurions pas eu la liberté de traiter en d'autres temps. Ainsi, nous avons eu le plaisir d'ouvrir les pages de notre magazine aux plus anciennes et plus fidèles de nos lectrices, ainsi qu'à certains personnages du sport qui gagnent à être connus. Nous avons eu la chance également de trouver une Sportive du mois sur mesure pour le « Trophée France Sport ». Et puisque nous faisons référence ici à la célèbre entreprise de coupes et médailles, particulièrement touchée par la crise du Coronavirus (perte de 98 % du chiffre, en raison de l'annulation des innombrables tournois du printemps), nous ne pouvons que souligner l'attitude de son PDG Michel Lubrano qui, au mépris de ses propres soucis, s'est préoccupé de savoir si Sport-Santé avait besoin d'un coup de main en cette période compliquée. Estimable geste de solidarité de la part d'un chef d'entreprise qui soutient notre magazine depuis 30 ans. D'ailleurs, le fait qu'aucun de nos partenaires n'ait manifesté l'intention de nous « lâcher » et que nos abonnés continuent de renouveler inlassablement leur adhésion, nous encourage vivement à continuer la « fabrication » de Sport-Santé. Les temps sont durs, certes, mais la passion et la motivation sont toujours là, comme cela doit être le cas dans les clubs au sein desquels on a cependant le droit de se poser quelques questions pour l'avenir.

Mais aujourd'hui, tout le monde se veut positif et prépare la rentrée de septembre avec une vraie détermination, en affichant une force mentale de battant, sans doute « aiguisée » durant la redoutable épidémie du Coronavirus. Un « putain de virus » qui, nous l'espérons, va s'évaporer définitivement dans la chaleur de l'été.

Antoine Crespi

SPORT
santé

14, Rue Pavillon – 13100 Aix-en-Provence
Tél. 04 42 38 42 37 / 06 84 16 82 24
sport-sante@wanadoo.fr

www.sport-sante-magazine.fr

Directeur de la publication : Antoine Crespi.

Conseiller : Philippe Bouëdo.

Photos : S. Sauvage, A. Crespi, Studio Ely,
P. Besse, AL. Chasset, F. Llopis, JL. Hernandez.

Réalisation graphique : Patricia Dedieu
Tél. 06 12 39 99 11 - pat.dedieu@orange.fr

Imprimerie : Esmenjaud
5 ZI Pré de l'Aube - 13240 Septèmes-les-Vallons
Tél. 04 91 46 20 71 - Fax 04 91 09 53 40
spi.communication@wanadoo.fr

Routage : AMS (La Ciotat 04 42 70 06 32)

Publiée par : AIX-PRESSE
S.A.R.L. au capital de 304,90 €
Durée de 99 ans à partir du 21.9.1972
Commission paritaire : 0921K80 111
Dépôt légal à parution



A la Une

Les sprinters d'Aix Athlé Provence (Manon Saurel, Célia Séraki, Julien Camoin et Mathieu Dunand (de g. à dr.) sont dans les starting blocks, prêts à redémarrer les activités, comme tous les sportifs aixois, après plus de trois mois d'arrêt : Le "re-départ" est illustré par Mathieu Dunand, le meilleur athlète du groupe entraîné par Stéphane Lazarini et le premier à avoir retrouvé le chemin du stade. (Photos S. Sauvage)

Sommaire

Sport-Santé n°338

- 4 Et maintenant
- 5 Le Méchant
- 6 La relance selon Lazarini
- 8 Prépa-Sports et l'apprentissage
- 9 Le pôle hand Aix
- 12 Pierre Lagrange
- 14 Jean-Marc Gide
- 16 Amélie Teissier, coach sportif
- 17 Pauline Saunier
- 18 Sylvain Sauvage photos choisies
- 20 Honneur aux doyennes
- 22 Dans nos archives
- 24 Ronde : une fabuleuse histoire
- 28 Le programme de l'AVCA
- 29 Arthur Bouëdo ouvre à Lacaune
- 30 Quid du challenge 2020 ?
- 31 Une famille formidable
- 32 Trophée : Elsa Comino

Et maintenant ?...

Comment les quatre grosses écuries en sports "co" du Pays d'Aix ont-elles vécu la crise de Coronavirus ? Et maintenant où en est-on ? Comment se dessine la saison prochaine ?

Réponses concises avec les directeurs et managers des clubs concernés, à savoir : Michel Salomez pour le PAUC Handball, Gaëtan Ledeist pour le PAN Water-polo, Alexandre Hubner pour le Pays d'Aix Venelles Volley-Ball et Frédéric Paquet pour Provence Rugby.

PAUC HANDBALL

Nombre de licenciés : 480 (18 équipes). Equipe première en LNH. Budget du club : 6,4 M€.



Michel Salomez.

– Michel Salomez, qu'est-ce que le Coronavirus a changé au PAUC Handball ?

"Enormément de choses. D'abord, l'arrêt de la saison sportive. Au niveau écono-mique, l'impact est très important. Nous avons un modèle basé sur le partenariat privé et on risque d'enregistrer une baisse dans ce secteur. On a perdu les recettes de matchs, dont certains (comme celui que nous devons jouer contre Montpellier) garantissent de grosses recettes provenant des entrées et des partenaires. De plus, cette crise est arrivée à une époque où l'on prend habituellement des accords pour la saison sui-vante. Nous sommes donc un peu dans l'inconnu, même si les premiers retours sont plutôt positifs"

– Si vous deviez mettre en avant un aspect positif de la crise ?...

"Elle a permis de se repositionner, de remettre l'économie du club au bon niveau, de regarder sur quoi il fallait travailler en priorité et de se recentrer sur les valeurs du club."

– Comment appréhendez-vous la prochaine saison ?

"A la fois avec réalisme (on va enregistrer une perte de ressources qui va nous obliger à travailler sur les économies à faire) et des ambitions intactes, quoique décalées (on a pris une année de retard). L'objectif est de garder la dimension européenne et de jouer le Top 5 en LNH... et pour plus tard, viser le Top 3 et la qualification en Ligue des champions."

– Un mot pour décrire votre état d'esprit aujourd'hui ?

"Battant (... ou optimiste)."

PAN WATER-POLO

Nombre de licenciés : 180 (14 équipes). Equipe première en Elite. Budget du club : 650.000 €.



Gaëtan Ledeist.

– Gaëtan Ledeist, qu'est-ce que le Coronavirus a changé à Aix Natation ?

"Cela nous a privé d'une chance de disputer le titre, le championnat ayant été arrêté. Sur le plan financier, on n'a pas écono-misé grand-chose sur les déplacements, car ils étaient effectués à 90 % à l'arrêt de la compétition. Nous avons déjà enregistré un désengagement de certains partenaires, mais moins que ce qu'on pouvait craindre."

– Si vous deviez mettre en avant un aspect positif de la crise ?...

"Jamais nos entraîneurs n'ont connu d'aussi bonnes conditions de travail que depuis la reprise, le 8 juin dernier, les pisci-nes étant fermées au public. Mais on n'a eu que 55 poloïstes dans l'eau, au lieu des 180 habituellement présents aux entraînements."

– Comment appréhendez-vous la prochaine saison ?

"Nous avons des craintes sur les mesures sanitaires que la Métropole pourrait mettre en place en relation avec l'Agence Régionale de Santé. Si elles étaient trop contraignantes, cela serait catastrophique pour l'ensemble de Pays d'Aix Natation et par voie de conséquence pour la section water-polo."

– Un mot pour décrire votre état d'esprit aujourd'hui ?

"Déterminé."

PROVENCE RUGBY

Nombre de licenciés : 700 (12 équipes). Equipe première en Pro B. Budget du club : 10 M€.



Frédéric Paquet.

– Frédéric Paquet, qu'est-ce que le Coronavirus a changé à Provence Rugby ?

"Du point de vue sportif, tout a été stoppé. Cela a provoqué un grand chaos (ndlr. on aurait pu transcrire : KO). On s'est même demandé si le rugby allait survivre. Cela a débouché sur une importante réduction des budgets, afin d'absorber le choc économique et préserver une gestion saine. Réductions sur le coût de fonctionnement, les salaires... Mais dans la concertation, les joueurs se sont montrés intelligents dans la réflexion."

– Si vous deviez mettre en avant un aspect positif de la crise ?...

"Cela est moins pire que ce que l'on craignait. Il y a des signaux positifs... même si ce n'est pas fini. Cette crise a également révélé un attachement des salariés au club. Ils ont fait corps. C'est rassurant."

– Comment appréhendez-vous la prochaine saison ?

"On a réajusté le budget pour compenser les manques. On va aborder la saison avec prudence, mais avec volonté et ambition. Nous sommes motivés."

– Un mot pour décrire votre état d'esprit aujourd'hui ?

"Ambitieux."

PAV VOLLEY-BALL

Nombre de licenciés : 215 (21 équipes). Equipe 1 en Ligue A Féminine. Budget du club : 1,1 M€.



Alexandre Hubner.

– Alexandre Hubner, qu'est-ce que le Coronavirus a changé au PAVVB ?

"Au niveau sportif, l'arrêt a été brutal. Nous devions jouer le Final Four de la Coupe de France et enchaîner sur les playoffs. Sur les 3 ou 4 premières semaines, il a fallu enchaîner sur le recrutement. Le mercato a été particulier par la force des choses. On a anticipé les démarches de deux mois par rapport aux saisons précédentes. Les playoffs sont un moment d'échanges avec les agents, les joueuses des différents clubs, mais là plus personne ne se voyait. On a bâti une équipe qui correspond à notre projet, mais avec beau-coup d'incertitudes sur ce qui allait se passer. Nous nous sommes aussi posés beaucoup de questions sur le plan financier. Il a évidemment manqué aussi le lien avec les partenaires, les supporters, les bénévoles..."

– Si vous deviez mettre en avant un aspect positif de la crise ?...

"Nous avons pris le temps pour nous poser les bonnes questions, d'analyser les points à faire évoluer en vue de nous améliorer, de mesurer le chemin parcouru par rapport à ce qu'on voulait mettre en place. On a pu prendre du recul afin de bien appréhender la prochaine saison."

– Comment l'appréhendez-vous ?

"Nous restons ambitieux avec l'objectif de jouer le top 4 sur deux ans. Le PAVVB entame un nouveau cycle sportif et nous allons redémarrer par un événement majeur, puisque le club jouera bien le Final Four qui devrait avoir lieu fin septembre. Ainsi, après la frustration du printemps, on espère retrouver le partage et une saison passionnante."

– Un mot pour décrire votre état d'esprit aujourd'hui ?

"Enthousiaste."

Le Territoire du Pays d'Aix se penche sur les questions urgentes

Alors que les dirigeants de club se posent un tas de questions sur "l'après Coronavirus", le Territoire du Pays d'Aix vient en soutien, à l'initiative de Maryse Joissains et Michel Boulan, comme le précise le Territoire...



Michel Boulan, vice-président délégué aux sports du Territoire du Pays d'Aix.

"Pendant la période de confinement liée à la crise du COVID-19 et alors que le redémarrage des activités sportives était à l'étude, Maryse Joissains, présidente du Territoire du Pays d'Aix a reçu (en vidéo conférence, faut-il préciser) certains responsables de club, dans un but de concertation. Par la suite, Michel Boulan, vice-président délégué aux sports, a rencontré l'ensemble des clubs soutenus par le Territoire du Pays d'Aix, afin d'évaluer les conséquences de la crise sur leur fonctionnement, mais également de recenser leurs besoins immédiats et futurs.

Au terme de cette démarche, Michel Boulan s'engage à rédiger des propositions issues des échanges opérés avec les représentants de clubs, propositions qui s'articuleront autour des principes de la motion (votée le 31 décembre 2019) en faveur d'une politique sportive métropolitaine.

La Métropole doit réaffirmer la place du sport dans la société et doit concourir à présenter un mouvement sportif en bonne santé en vue des Jeux Olympiques de Paris 2024. La part métropolitaine dans cet objectif doit traiter trois enjeux :

- L'affirmation d'une politique sportive métropolitaine reposant sur deux principes : la poursuite de l'administration par les territoires de la politique sportive qu'ils ont su développer jusqu'à présent ; un principe de subsidiarité où la Métropole "centrale" développerait une politique sportive supra-territoriale sur des champs non investis par les territoires.

- La prise en compte des conséquences de la crise du COVID-19 et du nouveau cycle qui s'ouvre, dans l'affirmation de cette politique, afin notamment que le secteur public puisse accompagner les clubs de haut niveau dans leur modèle économique, suite à une probable défection du secteur privé.

- La maîtrise des baisses des subventions allouées au sport, lesquelles peuvent s'avérer fatales pour les clubs."

Il faut payer

Vous ne pensez quand même pas que je me sois endormi pendant le confinement. J'ai fait une petite étude statistique dont le résultat pourrait bien déranger et me valoir quelques ennemis supplémentaires.

En effet, je sais aujourd'hui que 53,7 % des dirigeants de club ne sont pas à jour de leur cotisation annuelle. Et qu'on ne vienne pas remettre mes chiffres en question ! Sinon, je publie la liste des débiteurs. J'en vois déjà qui baissent les yeux.

D'abord, je tiens à rappeler que dans les statuts de la plupart des clubs, il est écrit noir sur blanc que les membres du conseil d'administration doivent régler leur cotisation sous peine d'en être radiés. Autant dire que si on appliquait la règle, on perdrait plus de la moitié des bénévoles et que cela n'arrangerait pas vraiment les affaires des clubs. Mais moi, je m'en fous. Peu importe que ces dirigeants en aient marre de dépenser à la fois de l'énergie et du fric pour un club. Il faut payer !

Je ne veux pas savoir s'ils oublient de le faire parce qu'ils n'ont plus un rond, parce qu'ils sont simplement négligents (j'ai horreur de ça) ou parce qu'ils ont des oursins dans les poches. Ce que je veux, c'est qu'ils casquent ! Après tout, ils ont signé « pour en chier » et ce n'est pas moi qui vais les plaindre... D'ailleurs, ils le font très bien eux-mêmes. Bande de râleurs !

le Méchant

BULLETIN D'ABONNEMENT

à retourner à Sport-Santé
14, rue Pavillon - 13100 Aix-en-Provence
accompagné du règlement (par chèque bancaire à l'ordre de Sport-Santé)



NOM :

Prénom : Age :

Adresse :

Tél. : E-mail :

Sport(s) pratiqué(s) : Club(s) :

Abonnement 1 an : 20 € / Abonnement de soutien : à partir de 30 €

A vos marques, prêts... **REPARTEZ !**

La relance selon Stéphane Lazarini

Comment pourrait-on mesurer les dégâts provoqués par le confinement durant la crise du Coronavirus sur nos sportifs de compétition ? Il faudra sans doute attendre la reprise officielle des activités pour avoir une réponse fiable à cette question. En attendant, avant que cela reprenne, nous avons consulté cet expert en gestion des athlètes qu'est Stéphane Lazarini. L'entraîneur des sprinters d'Aix Athlé Provence fait partie en effet de ces coachs qui ont une relation de proximité très forte avec leurs athlètes et auront vécu, durant trois mois, une phase de "distanciation" aussi déroutante qu'inattendue.

Car si pour certains sportifs, il aura été possible, en plein confinement, de limiter la casse en maintenant un minimum de préparation physique, cela aura été en revanche beaucoup plus compliqué pour ceux qui pratiquent des disciplines où le travail de technique collective se conjugue quasiment au quotidien sur le terrain. Stéphane Lazarini, qui sur le plan personnel reconnaît avoir pu apprécier un gain de temps libre "grâce" au confinement, dans une période où habituellement "il ne touche pas terre" côté entraînements, déplore en revanche la cassure provoquée par le Coronavirus. "Ce fut une grosse frustration vis-à-vis du groupe, confirme-t-il, de ne pas pouvoir poursuivre le travail entrepris jusque-là avec les athlètes. Il y a tellement d'éléments liés à la gestion dans l'instant.



Stéphane Lazarini est le premier dans les starting blocks (sous le regard de Georges Le Guillou) pour aider ses sprinters à se remettre dans l'allure, après la longue coupure du printemps.

Par exemple, je conçois un cadre de séance qui demeure une trame. Le cœur de séance s'ajuste sur le moment en fonction des réponses des athlètes."

Même si l'athlète en question a pu s'astreindre à un travail physique régulier durant la période de confinement, le déficit au niveau qualitatif aura été inévitable. "Le travail technique, explique Stéphane, doit être

Amusé par la "mise en scène" du départ.

continu. Un athlète qui n'a pas les bonnes sensations techniques perd ses repères. Or, dans notre discipline, il faut un travail de tous les instants pour permettre à l'athlète de maîtriser un enchaînement de gestes précis. Cela ne peut se faire que dans l'action, pas dans le discours à distance."

D'où la difficulté, en période de confinement, de maintenir l'athlète à niveau, même si celui-ci a pu travailler physiquement en faisant de l'entretien musculaire, des étirements, du gainage, du cardio... et même s'il n'a pas eu de rupture totale avec le coach, grâce aux moyens audiovisuels. Quant aux réelles conséquences du confinement, Stéphane Lazarini, ne pouvait guère les évaluer avant le retour effectif sur le terrain.

"On verra à la reprise, disait-il, il y aura forcément une baisse de rythme et de motivation chez certains athlètes. Il va falloir raccrocher les wagons et relancer la machine. Le temps d'absence aura permis de poser sa pensée. Ces trois mois de coupure (... c'est énorme) pourraient permettre de vivre les choses différemment à la reprise qui ne manquera pas d'intérêt. Il sera nécessaire de "dilater" les séances : donner du temps à la ré-appropriation des gestes techniques et un espace d'expression aux athlètes."



Mathieu Dunand le premier

Le meilleur sprinter du groupe de Stéphane Lazarini a repris l'entraînement dès la première séance de l'après Coronavirus, sur la piste du stade Carcassonne. De toute évidence, Mathieu Dunand n'a rien négligé durant le confinement pour se maintenir en forme. Il a semblé "pleine peau" à la reprise et rempli de motivation à trois mois des championnats de France, au cours desquels il aura une belle carte à jouer. Classé 3^e Français en catégorie espoirs, l'Aixoïis a les moyens de viser une place de finaliste en seniors, lui qui s'est retrouvé 7^e de l'élite sur 60 m indoor, derrière un certain Christophe Lemaître.



Manon Saurel, une des bonnes pointures du sprint féminin à Aix Athlé.



Romain Burnel en progression régulière, se montre très motivé.

La verve de Georges Le Guillou



Le président d'Aix Athlé Provence est connu pour son franc-parler et un esprit critique qu'il met volontiers au service de son club. Mais Georges Le Guillou possède également une plume bien acérée à l'occasion. Il nous a ainsi adressé dernièrement un écrit piquant, sorte de surenchère de notre rubrique du Méchant, sur le thème de la Connerie Universelle et du sous virus du "Con Univ". Nous avons gardé de côté ce petit "pamphlet"... afin de ne pas faire de l'ombre au Méchant. Mais que cela ne nous empêche pas, une fois encore, de souligner le bel investissement de Georges Le Guillou au sein de son club et sa totale adhésion à l'excellent travail accompli – entre autres – par l'entraîneur des sprinters aixois, Stéphane Lazarini. Connu pour sa longue carrière de coureur de fond, Le président Le Guillou n'en porte pas moins une attention constante aux disciplines de la piste, spécialité première d'un club qui a toujours donné la priorité à la formation.

Il va falloir relancer la machine

Les premières séances, courant juin, au stade Carcassonne, auront confirmé les prévisions de l'entraîneur. Mais Stéphane Lazarini positive avant tout. En bon scientifique, il est davantage dans une démarche de remise en question et de recherche de nouvelles stratégies pour relancer les athlètes, que dans l'angoisse de "l'après confinement". Il lui devra être d'autant plus créatif que dans le sprint... cela va très vite par définition. Il n'y a donc pas de temps à perdre pour que les athlètes soient au point d'ici fin septembre - début

octobre, période à laquelle devraient avoir lieu les championnats de France sur piste. *"Une échéance qui pose problème, prévient le coach, dans la mesure où il n'y aura pratiquement pas de compétition cet été pour prendre nos repères et monter en rythme. De plus, les modalités de qualification sont inhabituelles et déjà jouées. Les athlètes ne pourront pas étalonner leur performances au fil des compétitions faute de minima à réaliser."* Le défi proposé aux athlètes d'Aix Athlé Provence et à leur entraîneur n'est pas des plus faciles à relever. Mais on peut compter sur Stéphane Lazarini, qui a déjà remis en route une demi-douzaine d'athlètes, pour faire les remises à jour techniques indispensables et opérer en souplesse le retour en performance de ses sprinters.



Thibaut Faisant, qui n'a qu'un an de sprint dans les jambes, ne demande qu'à progresser.

Nos partenaires
agents MMA



MUTUELLES DU MANS ASSURANCES

Laurence et Pascal BRUNA

→ 780 avenue d'Arménie
Quartier Bompertuis
13120 GARDANNE
Tél. 04 42 58 42 81

Cabinet LEBORGNE-COMINO

→ 11 rue Gaston de Saporta
AIX - Tél. 04 42 23 23 98
→ 38 - 42 Bd de la République
AIX - Tél. 04 42 23 23 98

Prépa-Sports plaide pour l'Apprentissage

En 27 ans d'existence, Prépa-Sports n'a cessé d'évoluer et de s'adapter aux nouvelles réalités de la formation aux métiers du sport, un domaine dans lequel Bernard Porta, le fondateur et l'âme de cette institution, ne cesse d'innover.

Aujourd'hui, Prépa-Sports fait référence dans le domaine de la formation, au même titre que le CFA Futurosud. L'association aixoise, basée à la Duranne (et disposant d'un 2^e site de formation à Marseille-Luminy) regroupe chaque année entre 220 et 240 stagiaires et compte pas moins de 60 formateurs. Prépa-Sports assure les formations à 13 diplômes d'Etat (dont trois doubles) et propose par ailleurs une cinquantaine de modules de formation continue.

Les récentes dispositions gouvernementales prises dans le domaine de l'apprentissage aux métiers du sport ouvrent des horizons pour les associations sportives... et offre à Prépa-Sports l'occasion d'élargir encore son champ d'investigation et de proposer une "lecture" claire et intéressante du Contrat d'Apprentissage "nouvelle formule" (voir ci-dessous).



En 27 ans de direction de Prépa-Sports (association présidée aujourd'hui par son ami François Baldizzone), Bernard Porta est devenu un expert de la formation aux métiers du sport.

Une formule très attractive pour les clubs

"Depuis la réforme d'avril 2019, le Contrat d'Apprentissage est devenu très attractif pour les clubs et pour les jeunes, surtout dans le contexte de la quasi disparition des contrats aidés (CUI, CAE...) observée ces dernières années. Cependant, les clubs ne connaissent pas forcément les avantages de l'apprentissage, sans doute encore trop versés dans la "culture" du contrat aidé.

La mesure choc (prime à l'employeur de 8000 €, au lieu de 4125 €), annoncée le 4 juin dernier par la Ministre Muriel Penicaud, est une formidable opportunité pour les clubs de former des éducateurs aux diplômes d'Etat et ceci à un coût dérisoire (180 € par mois), voire nul si le jeune est dans la tranche de 18 à 20 ans (le coût employeur dépendant de l'âge de l'apprenti). La mesure étant en vigueur depuis le 1er juillet (et jusqu'au 28 février 2021), nous pouvons aujourd'hui rappeler le principe du CA et en évaluer les coûts résiduels pour les clubs. Voici les grandes lignes :

- La réforme de 2019 permet de recruter des apprentis de 26 à 29 ans, ce qui n'était pas le cas auparavant. Le coût est cependant plus élevé pour cette tranche d'âge.

- Les 45 premiers jours du contrat constituent une période probatoire, le contrat pouvant être rompu sans motif par chacune des parties. Bref, chacun a le droit de se tromper.

- Une aide de 500€ est accordée à l'apprenti pour le permis. L'annonce récente de la Ministre permet aussi d'utiliser cette somme pour participer à l'achat d'une tablette.

- Le jeune peut faire un deuxième contrat d'apprentissage dans le même club, à la suite du premier contrat, du moment que cela ne concerne pas le même diplôme. Exemple : un BPJEPS football ou activités du cyclisme peut faire un BPJEPS APT l'année suivante, dans le but d'intervenir plus facilement en école primaire pour le compte de son club. Autre exemple : l'apprenti pourra intégrer un BPJEPS Activités de la Forme Haltérophilie Musculation

afin d'étendre ses prérogatives à la préparation physique et augmenter ainsi ses chances de trouver un emploi. Les statistiques du Ministère Jeunesse et Sports indiquent en effet clairement que la bi-qualification est porteuse d'emploi.

Le concept de Prépa-Sports

Le ruban pédagogique prévu par Prépa-Sports, concernant quasiment toutes ses formations BPJEPS, prévoit de dispenser de cours les apprentis pendant toutes les petites vacances scolaires (Toussaint, février, avril). Cette organisation permet au club d'organiser des stages de vacances en bénéficiant de la collaboration de l'apprenti, à raison de 35 heures par semaine. Cette organisation présente l'avantage de permettre au club d'attirer de nouveaux adhérents et de se donner ainsi les moyens de financer le poste de l'apprenti (le prix d'une semaine de stage est généralement d'environ 100 € suivant les clubs et les disciplines). La possibilité de prolonger l'emploi de l'apprenti jusqu'à la fin (ou une partie) de l'été constitue également une opportunité pour le club, dans la mesure où le taux de remplissage des stages, notamment en juillet, est généralement élevé. L'apprenti peut facilement s'associer à cette action (élaboration de la démarche, communication, prospection...), d'autant plus qu'il est tenu de mener un projet dans le cadre de son BPJEPS.

Cette stratégie, qui consiste à développer, voire dans certains cas à créer des stages de vacances, permet au club d'augmenter le nombre de ses adhérents ou de les fidéliser ; Il peut couvrir de cette façon le coût annuel de l'apprenti par l'augmentation des recettes du club. Prépa-Sports propose en plus le module de formation continue "Multi-sports" ("du projet à la programmation"), sur une journée de 7 heures, pour les clubs désireux d'être accompagnés dans leur démarche. Cette formation peut être prise en charge par l'AFDAS l'OPCO du sport. Généralement, tout au long de la formation (hors vacances scolaires), l'alternance entre l'enseignement en centre de formation et l'apprentissage du métier chez l'employeur, représente trois jours de cours par semaine (soit 18 heures) et 17 heures en emploi, réparties suivant les besoins de l'employeur, l'apprenti étant dispensé de cours le mercredi, sauf en ce qui concerne les diplômes BPJEPS Activités de la Forme."

Contrat d'Apprentissage, mode d'emploi

Le CFA FUTUROSUD et PREPA-SPORTS sont partenaires pour la réalisation de formations diplômantes en apprentissage depuis 2006. Depuis la réforme de l'apprentissage de 2019 et les mesures en faveur des jeunes et des employeurs, 12 diplômes d'Etat Jeunesse et Sports sont désormais éligibles au contrat d'apprentissage, dont voici les règles essentielles.

- Le contrat d'apprentissage est un contrat de travail de 35 heures hebdomadaires en CDD (CDI possible). L'apprentissage repose sur le principe de l'alternance entre enseignement en centre de formation et apprentissage du métier chez l'employeur.

- Le contrat de travail peut débuter 3 mois avant le début de la formation (si tests validés) et se terminer 2 mois après la fin de la formation.

- Le maître d'apprentissage doit être diplômé Jeunesse et Sports et salarié. Mais dans certains cas (pour les présidents notamment), il peut être bénévole.

Combien ça coûte ?

Le coût résiduel de l'apprenti pour l'employeur, après versement de l'aide unique et de la réduction générale est de 328€ par

mois pour les 18-20 ans (... et zéro € avec la prime exceptionnelle 2020-2021) ; 485€ par mois pour les 21-25 ans (... 180€ avec la prime) et 1220€ par mois pour les 26-30 ans (... 900€ avec la prime).

Rappelons des aides supplémentaires sont allouées par l'AFDAS si le maître d'apprentissage suit lui-même une formation (dont les modalités et le calendrier sont renseignés par Prépa-Sports). Cela a l'avantage d'abaisser encore le coût pour l'employeur.

Renseignements :

Pour l'organisation pédagogique de la formation : PREPA-SPORTS (04.42.90.57.08) contact@prepa-sports.com

Pour ce qui concerne la formalisation du contrat d'apprentissage : CFA FUTUROSUD (04.96.11.56.40) cfa@futurosud.org

Leurs espoirs passent par le pôle

Entre la période d'éveil au handball, à l'école du PAUC animée depuis des décennies par Isabelle Cellard et l'accession au très haut niveau (LNH, voire équipe de France), que d'étapes à franchir pour les "apprentis" handballeurs !

Les jeunes Aixois engagés dans le parcours d'excellence ont la chance de pouvoir progresser au sein de structures telles que les sections sportives, l'Académie du PAUC et, pour les plus prometteurs, la section d'Aix du pôle espoirs PACA, préparatrice à une éventuelle entrée en centre de formation, antichambre du professionnalisme.

L'histoire du sport montre que bon nombre de grands joueurs ou athlètes sont passés par ces pôles espoirs mis en place par les fédérations et les ligues, sous couvert du ministère des Sports et du ministère de l'Education nationale, le premier pôle handball de la région Provence ayant été créé par Daniel Costantini en 1975.

Ce constat donne sa véritable signification au travail effectué en pôle auprès des jeunes handballeurs de 14 à 17 ans déterminés à faire l'apprentissage du haut niveau.

A quelques semaines d'une rentrée dont la préparation aura été singulièrement perturbée par la crise du Coronavirus, nous avons fait un point avec Eric Quintin, responsable du pôle Handball PACA et entraîneur de l'antenne d'Aix... celle qui nous concerne au premier chef et regroupe une vingtaine de garçons, dont la moitié licenciée au PAUC.



Marius Innocencio, le plus "vieux" du pôle, jouera avec les U18 et l'équipe N2 du PAUC en 2020-2021.

© AL Chasset / CREPS PACA

« On a fait des choses sympas

– Eric, comment le pôle d'Aix a-t-il géré cette période particulière du Coronavirus ?

"... A distance (sourire). Mais on a fait des choses sympas. Il y a eu trois rendez-vous par semaine en "visio" réunion avec le groupe et le staff. Les gars ont travaillé sur des vidéos. Cela leur a permis de mettre en images notre plan de jeu, ainsi que les diverses gammes de tirs, de duels et de fondamentaux individuels offensifs et défensifs. Ils se sont également lancés entre eux des défis techniques (jonglages) ou physiques (gainage, étirements, sauts à la corde...) et ont joué le jeu, faute de pouvoir se rencontrer sur le terrain. C'est

mieux que rien. Le travail mené sur la vidéo, le plan de jeu et les fondamentaux techniques individuels n'aurait vraisemblablement pas été effectué sans cette contrainte inédite."

– Quid des élèves de la saison 2019-2020 ?

"Leur saison a été amputée des meilleures choses, telles que les phases finales d'inter pôles ou de championnat, avec leurs clubs respectifs. Pour un minot qui a travaillé trois années en espérant participer à cette grande messe des meilleurs joueurs de leur âge, c'est dur, très dur ! Le lien qui les unit est fort, et ne pas avoir cette rare opportunité d'exprimer leur talent et leur esprit d'équipe est frustrant. Quant à nous, entraîneurs, le confinement nous a enlevé la possibilité d'évaluer les progrès des joueurs, autant que la pertinence de notre travail."

Avec Eric Quintin aux commandes, les espoirs du pôle sont bien barrés.

« La dynamique de groupe est un support indispensable »



Ethan Haddad et les espoirs du pôle à l'épreuve du terrain.

L'EFFECTIF 2020-2021

4^e année

- Thomas Baudet (né le 10/8/2003), CSMP
- Corentin di Grazia (6/1/2003), Istres

3^e année

- Aurélien Blanc (9/9/2004), PAUC
- Anthony Chiabrero-Ruiz (29/4/2003), PAUC
- Martin Gelabert (4/2/2004), CSMP
- Ethan Haddad (23/3/2004), PAUC
- Marius Innocencio (3/1/2003), PAUC
- Lucas Mikaelian (17/7/2003), Draguignan
- Léo Nivaggioni (17/2/2004), PAUC

2^e année

- Lawrence Akakpo (26/2/2005), PAUC
- Sasha Barthez Dassing (4/5/2005), Allauch
- Victor Fisunati (23/4/2004), PAUC
- Olivier Kubica (7/8/2004), S.A. Marseille

1^{ère} année

- Nicolas Averous (20/1/2006), PAUC
- Robin Berisson (11/4/2005), Avignon
- Louis Brébant (7/9/2006), Martigues
- Vincent Comino (18/4/2006), PAUC
- Mathieu Ferrand (9/6/2005), Vitrolles
- Ylan Harrault (18/8/2005), PAUC
- David Leone (8/1/2005), Gap
- Tanguy Michel (15/12/2005), PAUC.

- Comment se présente la rentrée 2020-2021 ?

"C'est assez flou pour l'instant. Mais je suis plutôt optimiste. J'aime bien les effets du professeur Raoult sur les dogmes bien-pensant de nos pseudo-élites et j'ai envie de croire en sa vision plus dégagée de nos horizons, même si je ne suis pas compétent en la matière."

- Comment s'est opérée la sélection pour la saison prochaine... sachant qu'il ne vous a pas été possible de faire passer des tests ?

"Nous nous sommes servis des infos venues du réseau d'entraîneurs. Pour certains candidats, l'envoi de vidéos s'est avéré utile, même si cela a ses limites."

- Vous avez donc sélectionné 15 garçons (dont 8 pour Aix) nés en 2005 et 2006, en remplacement des "sortants" de 2002 et 2003. Qu'est-ce qui va changer dans la vie de ces "petits nouveaux" ?

"Ils vont passer à 10-12 heures d'entraînement par semaine, au lieu de 5 ou 6. Ils intègrent une nouvelle famille dans laquelle il est assez valorisant d'entrer. Ils adoptent souvent un comportement quelque peu grégaire, propre peut-être aux sports "co" ou aux groupes amenés à se confronter à des difficultés relativement élevées. Leur emploi du temps est plein, l'exigence scolaire reste forte et vertueuse et leurs journées laissent très peu de temps au "loisir" et à la détente. Le niveau d'exigence est maximal, souvent. C'est un "combat", la plupart du temps contre soi-même, et la dynamique de groupe est un support

Pôle handball

MODE D'EMPLOI

La sélection des espoirs pour le pôle du CREPS d'Aix concerne les élèves des classes de 3^{ème} et de 2^{ème}. Elle s'opère au regard des résultats scolaires, du niveau sportif et du dossier médical.

Les pensionnaires résident au CREPS d'Aix. La plupart des séances d'entraînement se déroulent au gymnase du Val de l'Arc ou à la salle annexe de l'Aréna, pour les séances communes avec le centre de formation du PAUC.

La scolarité se passe au collège Arc de Meyran pour les élèves de 3^{ème} et au lycée Zola de la 2^{ème} à la Terminale.

D'une saison sur l'autre, le renouvellement de l'effectif se fait par tranches de 6 à 8 garçons. Huit rejoignent le pôle à la rentrée prochaine et 21 élèves-joueurs, dont 11 licenciés au PAUC (voir liste ci-contre), en porteront les couleurs.

L'encadrement

Eric Quintin, responsable du pôle PACA, est l'entraîneur principal du site Aixois. Mathieu Turmo, Vincent Pons, Abdelkrim Aridj et Daouda Karaboué (pour les gardiens de but), complètent le staff technique. Valérie Couteron assure l'accompagnement de la "préparation mentale" et le suivi médical est assuré au CREPS par Frédérique Barthélémy (ex-joueuse, épouse d'un ancien handballeur de l'AUC et mère de Baptiste, joueur de l'équipe N2).

indispensable : "On est ensemble" est notre "mantra". Une école de la vie, quoi !

- Comment vont-ils évoluer ?

"On distingue trois phases : la première année est celle de la digestion, parfois de contenus techniques nouveaux, mais surtout du volume et du rythme de travail. La deuxième doit être celle de la confirmation que ce chemin difficile est bien cohérent des aptitudes de l'élève athlète. La troisième doit être celle de l'épanouissement et d'un niveau de maîtrise faisant d'eux des joueurs d'une qualité légitimant un accès en centre de formation."

- Quelle est la corrélation entre le pôle et les autres dispositifs de formation ?

"En amont du pôle, tous les clubs animent et détectent les très jeunes talents. Les comités prennent en charge les meilleurs potentiels, du moins ceux que l'on estime tels. Il reste très compliqué d'évaluer le niveau d'un minot sur une perspective de 5 à 10 années. Parallèlement au parcours pôle, la fédération et sa DTN organisent les stages nationaux et les programmes des équipes de France jeunes. Les sections sportives et les académies, telles que celle du PAUC, font également un important travail de formation. Nous avons de formidables outils que l'on doit rendre complémentaires. L'objectif principal, c'est le handball professionnel, dans les limites pas toujours jubilatoires de ce que professionnel veut dire. Cela passe par l'étape du centre de formation, palier à atteindre pour avoir les meilleures chances



Le groupe de la saison 2019-2020 écourtée par le Coronavirus. Une belle équipe malheureusement privée des compétitions finales du printemps. Les joueurs sont encadrés ici par Vincent Pons, Eric Quintin (en haut à gauche), Abdelkrim Aridj et Mathieu Turmo (à droite). Manque sur la photo : Daouda Karaboué.



Maxime Duclay est "sortant" du pôle. Il va devenir partenaire du centre de formation du PAUC la saison prochaine (... une fois complètement rétabli de son opération au genou).

Ils sont sortis de là

Il serait trop long de dresser la liste des handballeurs professionnels sortis du pôle PACA, au premier rang desquels figurent des internationaux tels que Michaël Guigou et Xavier Barachet, pour ne citer que les plus huppés des joueurs en activité. Dans l'équipe aixoise 2019-2020, ils étaient cinq à être passés par le pôle espoirs PACA : Matthieu Ong, Gabriel Loesch, Noah Gaudin, Robin Paris et Horace Quintin. On peut également citer Matthieu Limousin, passé du PAUC à Istres et Robin Capelle, probablement l'un des plus jolis gardiens de but issus du club, aujourd'hui à Ajaccio.

de passer pro. Quoi qu'il en soit, l'angle éducatif reste primordial."

- Peut-on aujourd'hui espérer faire carrière dans le hand sans passer par le pôle et le centre de formation ?

"Oui. Il y a très peu de places en pôles... et de plus en plus de jeunes handballeurs de qualité dans nos territoires. Choisir parmi 150 minots les 15 dont nous estimons qu'ils seront les meilleurs dans 5 ans comporte forcément des risques d'erreur. Ceux qui ne sont pas dans la filière peuvent et doivent continuer à croire en eux, mais au prix d'efforts peut-être encore plus importants. Pierre Marche, par exemple, ex-jeune et moins jeune du PAUC, n'est pas passé par le pôle, hélas. Et pourtant, quel parcours ! Il est un magnifique exemple pour ceux qui n'ont pas bénéficié de notre choix.

- Une chose à ajouter sur la question de la formation ?

"Les pôles handball font la jonction entre la base et l'élite. Cela me semble éminemment important en termes de dynamique territoriale et de cohésion sociale. Mais la tendance actuelle, inspirée par Claude Onesta et l'Agence Nationale du Sport, est de réduire les moyens accordés au service public du sport et d'axer les efforts essentiellement sur "l'élite de l'élite", en prévision de Paris 2024. Notre rôle de formateur est d'aider des jeunes à devenir des hommes et pas seulement des champions. La politique de l'élitisme exacerbé n'est pas ou plus d'actualité. Il semble que notre ancien "chef de meute" et notre ex-championne de ministre aient oublié ce qui leur a permis d'être ce qu'ils sont. C'est décevant."

« Notre rôle de formateur est d'aider des jeunes à devenir des hommes »

Les maîtres



Trois figures emblématiques de l'histoire du pôle handball rassemblés à l'occasion du 41^e anniversaire : le "pionnier", Daniel Costantini, est entouré de deux de ses anciens élèves préférés, devenus cadres "supérieurs" à leur tour, Eric Quintin et Michel Cicut. Deux experts qui ont joué un rôle essentiel dans la progression du handball à l'AUC, dans la région et bien au delà.

Pierre Lagrange

Un certain regard



Pierre porte un regard lucide sur ce qui se passe sur les terrains de handball.

Alors que l'Aréna "sonne creux" en cette période de "diète", replongeons-nous dans l'ambiance grandiose d'un match gagné par le PAUC, disons face à la grosse machine du PSG. Parmi les 5960 personnes présentes (sans compter les officiels, les bénévoles... et les joueurs) et conquises par l'équipe aixoise, combien auront eu le sentiment d'avoir vécu ça plus fort que les autres ? Quels anciens de l'AUC Hand auront pensé à mesurer le chemin parcouru depuis l'époque où l'équipe évoluait en Nationale 2... et en dessous ?

Ce soir-là, nous nous sommes tournés en direction de la tribune "Premium" de l'Aréna, plus précisément au bloc C1, rang 8, place 11, afin de croiser le regard de celui qui, à notre connaissance, est l'un des plus anciens et plus fidèles témoins de l'histoire du club. Un club dont il ne s'est pratiquement jamais écarté depuis près de 45 ans, pour avoir été tour à tour joueur, kiné de l'équipe, membre du conseil d'administration et, depuis une douzaine d'années, simple supporter. Toujours avec la même retenue et le regard attentif d'un observateur à la fois partisan et naturellement réservé.

Pierre Lagrange – c'est de lui qu'il s'agit – n'est pas du genre à exulter dans les tribunes de l'Aréna, ni à raconter sa carrière au comptoir de la buvette. Trop pudique et trop lucide du monde qui l'entoure pour oser se raconter, il symbolise pourtant parfaitement l'"esprit AUC Hand" cher aux anciens du club... ses copains, quelque peu éparpillés dans l'immensité de l'Aréna.

Toute une vie en jaune et noir

L'histoire a commencé en 1975, date à laquelle Pierre Lagrange, alors élève du lycée Cézanne, a signé sa première licence de handballeur à l'AUC.

Le garçon ne manquait pas de moyens. Après avoir fait un peu de foot à l'âge de dix ans au pays du rugby, à Gaillac, puis découvert le hand à l'école à Marseille, il avait intégré l'équipe cadets du SMUC, avec laquelle il allait être champion de Provence. La logique aurait voulu qu'il intégrât alors le pôle espoirs fraîchement créé par Daniel Constantini, comme l'ont fait alors les futurs grands internationaux marseillais, Bernard Gaffet et Michel Cicut. L'idée fait sourire Pierre Lagrange qui dit, en toute

humilité, qu'il y avait un monde entre ces deux grands du handball et sa modeste personne. La question ne s'est pas posée, la famille Lagrange s'étant alors établie à Aix-en-Provence. Junior à l'AUC, Pierre fut vite surclassé pour jouer en seniors régionaux, à une époque où Michel Pietri était le "boss" d'une équipe où pointaient de jeunes produits du club, tels que le regretté Richard Pons (future grande figure du squash), l'imposant Sylvain Ephimenco ou le jovial Pierre-Louis Castro. S'en suivit une coupure (après le bac), Pierre ayant entamé des études de médecine à la Timone. Mais le futur kiné repartit de plus belle avec l'AUC, encou-

ragé par un certain Dominique Visioli, cet international aux qualités physiques exceptionnelles, arrivé aux commandes du handball aixois en 1980.

Pierre Lagrange savait-il alors qu'il signait avec l'AUC un bail d'une durée indéterminée. Une dizaine d'années comme joueur, presque autant comme kiné de l'équipe, membre du conseil d'administration et encore davantage comme simple supporter. Il constitue en effet avec son ami Claude Brugnans, un fidèle tandem d'abonnés au regard avisé et néanmoins bienveillant.

La carrière de joueur de Pierre Lagrange, sous le maillot alors jaune et noir de l'AUC, peut être résumée en trois points de repère...

1) La montée en N3 avec Dominique Visioli aux commandes, au début des années 80.

2) L'accession à la N2 en 1984 avec, comme entraîneur, un certain Philippe Bana, aujourd'hui DTN du hand français. L'équipe devait être encore très performante l'année suivante avec Jean-Do Visioli comme coach et des joueurs de bon niveau, tels que Bhakti Ong, Patrick Bury, Jean-Charles Rey, Guy Carpi et autre Charles Sacuto. Une équipe qui allait échouer en barrage pour la montée en N1B.



Un ailier qui se montrait assez rugueux en défense.

3) L'ultime saison de Pierre en 89-90, avec Michel Cicut comme coach et des coéquipiers charismatiques, aujourd'hui très actifs dans le handball, tels que Michel Salomez et Bhakti Ong.

A propos de ce dernier chapitre, Pierre Lagrange apporte quelques précisions savoureuses : "L'arrivée de Michel Cicut, dit-il, a marqué un tournant pour l'AUC. Michel m'a d'ailleurs mis à l'écart... et il a bien fait. A l'époque, sans doute surmené par le travail au cabinet, je pensais plus à mettre des coups sur le terrain qu'à jouer au handball. Et cela n'était pas vraiment la philosophie de jeu de Michel Cicut."



EMERAUDE
t é l é p h o n e

Téléphonie courants faibles et réseaux d'entreprises

Jean-Marc Schollé

Distributeur Agréé **ASTRA**

840, Av. du Camp de Menthe - 13090 Aix-en-Provence
Tél. 04 42 59 62 62 Fax 04 42 59 62 63
E-mail : emeraude@aix-telephone.com

Une équipe mémorable

Celle qui a accédé à la N2 en 1984. Elle rassemblait une belle brochette de bons joueurs. Debout (de g. à dr.) : le regretté Christophe Chalvidan, Guy Carpi, Laurent Vincent, "Momo" Attia, Jean-Louis Lopez, Pierre Lagrange, Patrick Bury. Accroupis : Philippe Bana (entraîneur), François Carpentier, Rodolphe Giess (autre joueur qui allait disparaître accidentellement), Jean-Pierre Archier, Alain Thiry et Jean-Dominique Visioli.



Sur la scène des challenges Montlaur avec l'AUC hand, au titre d'équipe de l'année. Pierre Lagrange est en compagnie (de g. à dr.) de Jean-Pierre Archier, Guy Carpi, Philippe Bana, Jean-Louis Lopez et Alain Thiry.



Le jour où on a rempli la salle Bobet

Des quelques vingt années passées avec l'équipe de l'AUC, que ce soit comme joueur ou kiné, Pierre Lagrange garde une multitude de souvenirs sur lesquels il ne met pas forcément les bonnes dates, mais qui n'en sont pas moins vivaces.

"Mon meilleur souvenir, lance-t-il, c'est la rencontre où, pour la première fois, on a rempli la salle Bobet. Ce devait être en 1985. On jouait le match pour la première place face à Istres. Il y avait une telle ambiance qu'on ne s'entendait même pas parler dans les vestiaires. Nous avons gagné..."

Et le meilleur souvenir de supporter ? "La victoire en quart de finale de la Coupe de France à Bobet, contre Ivry... l'équipe qui allait remporter deux mois plus tard le championnat LNH 2007. Cet exploit avait permis à l'AUC de se qualifier pour le final four à Pau (finale perdu contre Paris)".

Pour citer les meilleurs joueurs qu'il a côtoyés sous le maillot de l'AUC, Pierre n'a que l'embaras du choix. "Au départ, rappelle Pierre, Jean-Do Visioli, qui a été capitaine de l'équipe de France. Et puis, au milieu des années 80, je citerai en premier Alain Thiry, mon pote d'équipe, kiné comme moi. Il avait joué en équipe de France espoirs et valait le niveau D1. J'ai côtoyé d'autres très bons joueurs tels que Bhakti Ong, Jean-Pierre Archier ou Laurent Vincent, un grand gardien qui est parti après au SMUC. J'ai assisté à l'éclosion d'un des meilleurs joueurs sortis de l'AUC, Guy Carpi. Il était très fort. Et puis je citerai mon ami Claude Brugnans.

Il a été dans la lignée des grands gardiens de but du club." Avec ceux-là, Lagrange peut citer les "monstres" passés entre ses mains de kiné, les Bernard Gaffet, Eric Quintin et Philippe Julia, pour ne citer que les plus huppés des internationaux français ayant fini leur carrière sous le maillot jaune et noir.

Supporter lucide

C'est alors qu'il était devenu simple supporter et ami du club que Pierre Lagrange allait avoir le plaisir de voir l'équipe de l'AUC (devenu PAUC) accéder à la LNH en 2012... et s'y maintenir depuis.

"C'était inespéré, dit-il, de voir se réaliser le projet LNH 2012, à l'élaboration duquel j'ai assisté. Grâce à sa réussite, nous avons pu voir évoluer sous le maillot d'Aix un joueur comme Nikola Karabatic et qu'on peut assister aujourd'hui en direct à de grands matchs de handball. C'est vrai que l'Aréna est un endroit incroyable, mais je ne peux pas m'empêcher de penser que l'ambiance y est moins chaleureuse. On a perdu le côté sympathique du Val de l'Arc, là où on retrouvait les copains autour d'une bière. A l'Aréna, quand le match est terminé, on n'a plus qu'à rentrer à la maison..."

Même si le climat a évolué, Pierre Lagrange n'est pas près de s'écarter du PAUC. Il a trop d'attaches avec le handball et avec ceux qui en ont fait un sport majeur à Aix. Il pensera notamment aux frères Christian et Michel Salomez, ses amis, qu'il a accompagnés à la reprise du

club en 1996. Et comment ne pas citer la famille Quintin et quelques noms de copains qui ont marqué toute une époque de l'AUC et restent attachés... au PAUC ? C'est le cas de l'ancienne et serviable présidente Michèle Sappino (aujourd'hui retirée dans le Sud-Ouest) et d'autres tels que Geneviève Salles, Philippe Amate, Claude Brugnans, Fanfan Cermelj, Fré-

déric Barrial, Arnaud Leforestier et autre Sébastien Bacquet... sans oublier Stéphane Cambriels, qui aura joué un rôle important dans l'évolution du PAUC ces douze dernières années. Des personnages parmi d'autres que le "jeune" public de la LNH ne connaît pas forcément, mais pour la plupart desquels Pierre Lagrange, lui, garde une profonde estime.

Pierre Lagrange digest

1,85 m.
Né le 26 juillet 1959, à Oran. Fils d'un ancien recordman d'Algérie du saut en hauteur (Maurice, en un temps où on sautait en ciseau), Pierre a grandi dans une famille de sportifs. Il est le 2ème de 4 frères et sœur. Jacques, l'aîné (69 ans) est un ancien handballeur du SMUC de l'ère Costantini. Prof EPS il a connu un parcours intéressant dans le sport, puisqu'il occupa un poste au Ministère avant de devenir DTN du sport auto, puis du squash (à l'époque où l'Aixois Grégory Gaultier faisait partie des tout meilleurs mondiaux). Monique, la frangine (59 ans) est mère de deux joueurs de rugby dans le Sud-Ouest et Philippe, le petit dernier (55 ans) a également été un bon joueur de l'AUC, sans doute trop beau gosse et trop dilettante pour mettre plus à profit ses indéniables qualités physiques. Pierre Lagrange est kinésithérapeute à Aix depuis 1985. Son cabinet est installé, depuis 1988, au 33, avenue Robert-Schuman. Outre les



Le kiné Lagrange dans son cabinet de l'avenue Robert-Schuman.

handballeurs de l'AUC, il s'est beaucoup occupé d'autres sportifs, notamment des volleyeurs de l'AUC (Nono Robveille en tête) et de quelques basketteuses aixoises. Il vit aujourd'hui à Venelles avec sa compagne Frédérique (institutrice aux Milles) et leurs grands enfants, Lucas (22 ans) et Cléo (21 ans), tous deux sportifs.

Jean-Marc Gide

UN DEMI-SIÈCLE DE JUDO



Un homme authentique qui ne mâche pas ses mots.

Heureux sous les couleurs de l'AUC.

Rien ne l'arrête

Il est celui par qui l'AUC Judo s'est relancé il y a près de cinq ans. Jean-Marc Gide fait partie de ces entraîneurs qui en imposent par leur vécu dans le sport, leur savoir-faire et – n'ayons pas peur des mots – par un charisme propre aux gens de caractère. Portait d'un mec authentique au parcours étonnant, un gaillard que rien ne peut empêcher d'avancer, pas même les mauvais coups tombés sur sa solide carcasse.

Fragile s'abstenir. Le coach ne fait pas dans la dentelle sur les tatamis et l'homme n'y va pas par quatre chemins dès qu'il s'agit de donner son avis. Il est comme ça, Jean-Marc Gide. Il est plus qu'exigeant avec ses élèves, volontiers taquin et redoutable au combat, qu'il soit physique ou virtuel. C'est à prendre ou à laisser. Nous, on prend, car ce gars-là a une énergie et une générosité qui force l'estime.



Volubile et jovial, Jean-Marc Gide ne laisse personne indifférent.

Afin de mieux percer le mystère de ce coach atypique, rien de tel qu'un petit retour en arrière sur les 50 années de passion du judo qui ont marqué Gide dans son corps et dans son esprit.

Cela a commencé en 1971, à Peypin, où l'enfant de St Savournin a mis pour la première fois ses pieds sur un tatami. Son formateur s'appelle Jean Forcina. Jean-Marc lui restera fidèle en le suivant au Judo Club de Trets.

Premières compétitions à 9 ans, premiers titres en minimes au niveau régional, à l'âge de 13 ans et première médaille nationale (argent) avec l'équipe de Ligue, au stade Pierre-de-Coubertin, à Paris.

Le mouvement est donné. Le petit Gide va prendre 20 kg en l'espace de ses deux années de cadets... et un peu de graine également, comme il le reconnaît sans mal. "Je suis rentré au sport études de Nice, dirigé par José Allari... et j'en suis sorti 18 mois plus tard, viré pour indiscipline." Et d'ajouter : "Je me prenais pour un autre."

Les résultats sont pourtant intéressants. Champion départemental cadets, champion de Ligue, 3^e des interrégionaux (battu par Patrick Cisamolo, vice-champion d'Europe de la catégorie), Jean-Marc Gide

est champion de France avec l'équipe des Bouches-du-Rhône.

Après deux bonnes saisons en juniors, agrémentées de 2^e et 3^e places en -78 kg aux championnats de France, à Laval et à Strasbourg, le judoka du JC Trets obtient le statut d'athlète de haut niveau. Les portes du BJ s'ouvrent grandes devant lui. Mais il renonce à cette opportunité pour ne pas s'éloigner de la région et "faire l'armée" comme on dit, à Marseille Sainte-Marthe, où son entraîneur n'est autre que Jean-Paul Coche, ce grand monsieur du judo auquel Jean-Marc Gide voue une grande estime.

A un stade crucial de sa carrière, il commet l'imprudence de jouer au football avec ses copains de l'équipe seniors de Saint-Savournin et se pète les croisés du genou droit. Opéré le 1^{er} octobre par le Pr Ferro, il fait le pari audacieux de disputer le championnat de France de judo le 1^{er} mars suivant. Il va s'y classer 5^e, "quasiment sur une jambe", comme il dit.

Durant les années qui suivent, Gide continue de faire des médailles au niveau interrégional et de participer aux championnats de France, (...mais à distance des podiums), désormais sous les couleurs de l'Olympique Judo





Jean-Marc Gide n'hésite pas à payer de sa personne sur les tatamis de la Maison des Arts de Combat.

Un entraîneur qui montre la voie aux jeunes judokas.

Méditerranée de Raoul Laï. Il entraîne par ailleurs les gamins, comme il l'a fait depuis l'âge de 21 ans, que ce soit à Pourrières, à St Savournin ou au gymnase Rotonde, à Aix, tout en exerçant le métier de facteur dans son village du Bassin minier.

Son combat contre la leucémie

À l'âge de 30 ans, le solide Jean-Marc Gide va devoir livrer le plus gros match de sa vie. Il vient d'apprendre qu'il est atteint de leucémie. *"En compétition, se rappelle-t-il, je manquais de force. Je ne comprenais pas pourquoi. Heureusement que je faisais du judo. Je connaissais mon corps. Je suis allé voir mon médecin qui m'a adressé au professeur Blanc. C'est lui qui a décelé ma maladie et m'a sans doute sauvé la vie."* Il faudra cependant 9 ans d'un combat impitoyable pour permettre à Jean-Marc Gide de retrouver la pleine santé. Neuf ans de soins, de chimio, d'interféron. *"C'est comme si tu avais la grippe tous les jours"* dit-il. Il continue pourtant à donner des cours à l'ASPTT Judo, club où il est entré en 1990, comme il continue à s'aligner dans les compétitions et à travailler comme éducateur sportif (dans les écoles des communes de Belcodène et du Puy-Sainte-Réparate, notamment). Alors qu'il semble sur la bonne voie, le judoka est rattrapé par la maladie. Après avoir subi une auto greffe de moelle osseuse en 1997, il rechute deux ans plus tard. Il va devoir se battre encore trois ans pour gagner la partie. En 2002, il est enfin en rémission. *"Tu sais alors comme tu es content, dit-il avec un large sourire. Tu regardes ton professeur de médecine dans les yeux et tu dis : merci."* Finalement, c'est avec une certaine fierté que Jean-Marc Gide parle de ces années de galère où il a su, grâce à sa rage de vivre et au soutien de son épouse Nadège et de la famille, passer cette épreuve tout en ayant mis un point d'honneur à mener une vie normale.

Le bonheur d'évoluer avec ses amis de l'AUC

Cela fait une trentaine d'années que Jean-Marc Gide enseigne le judo à Aix. Il garde un souvenir fort des 25 années passées à

l'ASPTT Aix (tout en intervenant au Tholonet et à Meyrargues), dont une bonne partie aux côtés de Jean-Michel Dracos. *"Je me suis régalé à l'ASPTT, avec des dirigeants comme Richard Salati et Christian Stahl"*, se plaît à souligner l'entraîneur 4^e dan, aujourd'hui établi à Pertuis. Ce dernier va cependant prendre un tournant en 2015, lorsque Yann Martinon, président de l'AUC et responsable de sports à la prison de Luynes, lui propose de reprendre la direction sportive du club universitaire. Les deux hommes se connaissent bien, Jean-Marc ayant donné des cours de judo aux détenus à partir de 2013. Son engagement à l'AUC, qui ne l'empêche pas de continuer à animer des séances à la section de Saint-Savournin de l'OJM, va bien relancer la carrière de ce prof de judo... et la dynamique de son nouveau club. Et aujourd'hui ? *"Tout se passe bien, se réjouit Jean-Marc. Je me régale avec un bureau directeur extraordinaire. Je ne peux que remercier Yann Martinon, Thierry Combrié, Joachim Picolet, Charles Bayet, Yohan Trouche, Raphaël Mouron et les*



autres, avec une pensée très forte pour notre ami José Amador, qui nous a quittés cet hiver. Je me réjouis d'avoir des combattants seniors aussi actifs sur les tatamis qu'au sein de l'équipe dirigeante et des camarades entraîneurs compétents et investis. De plus, je m'entends bien avec les élèves et les parents. Le club est passé à la 2^e place du département, avec plus de 290 licenciés. Notre groupe compétition progresse bien. Nous avons des benjamins et minimes prometteurs et de bons espoirs, tels que le cadet Massyl Benelhadj ou le jeune Amir El Fari. Je me sens bien dans ce club."

Après la longue période de confinement, au cours de laquelle il s'est appliqué à maintenir le contact avec les jeunes et les encourager à faire des exercices grâce aux tutos proposés par Xavier Girieux, Jean-Marc Gide se dit plus motivé que jamais pour continuer à dynamiser un club où il a trouvé son bonheur. Il est vrai que question moteur, cet éducateur distingué, il y a quelques mois, au titre d'éducateur de l'année, ne manque pas de chevaux sous le capot, ni de carburant. Et rien, décidément, ne pourra l'arrêter.

Aux côtés de la vice-championne du monde juniors, Ophélie Vellozzi, "sa protégée". La judokate du PSG s'est beaucoup entraînée avec Jean-Marc et ne manque pas une occasion de venir à l'AUC Judo lorsqu'elle descend de l'Insep. Le prof de judo de l'AUC en est fier.

JMG en bref

1,71 m – 90 kg
Né le 9 octobre 1962, à Aix.
Marié à Nadège. Ils ont deux grandes filles : Marine (31 ans) et Luana (30 ans)... et deux petites-filles, Lana (2 ans) et Jenna (née le 10 mai dernier).
Jean-Marc avait un frère, Lionel, décédé en 2018 (... le même jour que leur mère).
Directeur technique de l'AUC Judo depuis 2015, JMG est ceinture noire 4^e dan et titulaire du BE (depuis 1985).

Amélie Teissier

PROFESSION coach sportif



Amélie Teissier, résolument tournée vers le coaching sportif depuis 7 ans.

© S. Sauvage



Une expérience de terrain intéressante.

La pratique sportive est généralement bien organisée dans les quelque 200 clubs ou salles de sport d'Aix-en-Provence. Mais pour les personnes qui ont besoin d'un programme personnalisé de remise en forme ou d'activité complémentaire à la pratique d'une discipline, le recours à un coach sportif peut être un choix judicieux. Ils sont un certain nombre à Aix à exercer cette fonction, que ce soit au service des personnes, des entreprises ou des clubs (pour la préparation physique). Amélie Teissier en fait partie. Cette Aixoise de 34 ans a pris la décision, il y a dix ans, d'opérer une reconversion professionnelle en direction du sport, après avoir été chef de projet en agence de publicité. Ainsi, après avoir passé son

BP JEPS (AGFF mention Force) dans le cadre de Prépa-Sports, en orientant ses stages vers la préparation physique (au CREPS, avec Arnaud Hays, à ESP Consulting, avec Jean-Bernard Fabre, ou avec les volleyeuses du PAVVB), Amélie a créé sa propre entité, il y a sept ans, sous l'appellation "Lili Personal Trainer".

Aujourd'hui, cette femme de sport (elle pratique régulièrement le renforcement musculaire et la course à pied) présente un registre assez large de compétences, acquises au cours des expériences enrichissantes vécues ces dernières années, notamment dans le handball, au pôle espoirs féminin de Marseilleveyre et plus encore dans le volley, à Venelles. Elle a en effet assuré la préparation physique de l'équipe pro du PAVVB durant trois ans, aux côtés de Félix André. Elle a donc connu la joie de vivre la mémorable victoire des Venelloises en Coupe de France, en 2017.

Le volleyball est d'ailleurs toujours à l'ordre du jour pour Amélie Teissier, aujourd'hui au service de l'équipe élite de Vitrolles Sports VB. Elle intervient également dans l'escrime au club de Gémenos (dominante sabre), en relation avec le CTS Olivier Lambert, pour la préparation des jeunes candidats au pôle espoirs PACA, au CREPS d'Aix. Coaching individuel, en groupe et en entreprise ; préparation physique ; cross training collectif ; stages de préparation physique... autant d'activités qu'Amélie Teissier est en mesure de développer, comme cela est bien mentionné sur le site www.lilipersonaltrainer.com (Tél. 06 61 76 63 40).

Ets CHAUVIN

deux sociétés...

M. CHAUVIN et Fils

"Le confort par l'électricité"

E.G.E.C.

Toutes installations électriques

...une seule adresse

VENELLES

104 Av. des Logissons

04 42 54 73 41

SPORT ET NUTRITION

Par Clément Chagny



En période estivale...

Alors que la plupart des sports se remettent en route, les questions relatives à la préparation sont dans les têtes des entraîneurs et préparateurs physiques. Mais l'aspect diététique est également essentiel. Voici cinq conseils nutritionnels à l'attention des coureurs cyclistes de l'AVCA qui vont faire un stage fin juillet dans le Tarn, avant la reprise des compétitions. Conseils également valables pour les autres disciplines physiquement exigeantes :

- 1) Donnez la priorité aux fruits d'été les plus aqueux : melon, pastèque et fruits rouges, à chaque repas.
- 2) Augmentez le volume d'eau bicarbonatée pour la récupération (Saint-Yorre, Vichy, Célestin, Rozana). Cela permet de réguler l'acidité induite par l'effort sportif.
- 3) Optimisez vos apports nutritionnels en intégrant des jus de légumes chargés en vitamines et minéraux. La combinaison gagnante pour les fortes chaleurs : Céleri, pastèque, curcuma.
- 4) Ajoutez 30 ml d'eau de Quinton ou deux pincées de fleur de sel dans les bidons d'entraînement et de course pour recharger les stocks micro-nutritionnels.
- 5) Évitez les alcools en période de courses ou de fortes chaleurs, car leur consommation provoque une déshydratation de l'organisme.

Pour plus d'informations...

Clément Chagny 07 87 23 21 26

Coach de régénération - RGNR

Détecteur - Nutritionniste spécialisé dans le sport, diplômé d'Etat

Concepteur de projet nutritionnel

www.clementchagny.com

Le Marguerite
fait son marché

Le food truck 100% végétal de Camille et Lola Fournier est présent le jeudi sur le marché d'Aix, place Jeanne d'Arc.

Autres prestations sur commande

Facebook : [foodtrucklemarguerite](https://www.facebook.com/foodtrucklemarguerite)
(07 63 48 07 55)

Pauline Saunier Une sacrée "footeuse" d'ambiance

En posant son sac à l'AUCF, après avoir aiguisé ses crampons dans quelques clubs du Pays d'Aix, Pauline Saunier n'a pas tardé à trouver sa place au sein de l'équipe féminine du club universitaire pour en devenir l'un des leaders naturels sur le terrain... comme en dehors.

Tout lui sourit. Et pour cause, Pauline Saunier, ne cesse de sourire à la vie et aux autres. Généreuse, solidaire et... fêtarde, cette ancienne licenciée de l'ES Gréasque, qui a joué également à Gardanne, Rousset, Cabriès-Calas... et au sein de l'équipe universitaire d'Irlande ("*Une expérience vraiment drôle*", dit-elle) est maintenant à l'AIX UCF. Cette jeune femme de 22 ans a marqué les esprits partout où elle est passée, avec un naturel débordant d'enthousiasme et de sincérité.

Future manager de projets humanitaires (étudiante en master 1), Pauline ne compte plus les heures passées dans le milieu associatif. Partagée entre l'AUC et l'équipe féminine universitaire de l'AMU, cette disciple du regretté Kobe Bryant donne également de son temps au club de basket de Gréasque... et aux actions du Secours populaire. Aînée de deux petites basketteuses, Pauline a débuté au basket avant de venir au football : "*J'ai commencé à 9 ans, rappelle-t-elle. Pourquoi le foot ? Parce que c'était moins cher que l'équitation (rire) et surtout parce que j'ai commencé à suivre l'OM. Au début, j'ai joué avec les garçons. Un vrai carnage !... Et puis, avec la*

pratique, j'ai eu le coup de foudre (...). Se donner les unes pour les autres, le jeu, la tactique, le challenge, les crochets bien placés et la victoire évidemment (hurler dans les vestiaires)... j'adore ça !"

Pourquoi l'AIXUCF ? : "*Ce qui m'a décidé – alors que j'allais reprendre le basket – c'est de voir que Caro (Polizzi) m'avait rajoutée sur le groupe Facebook de l'équipe, précise Pauline. J'ai lu en détail les présentations du staff et des joueuses. J'ai senti de la passion et de l'engagement, ce qui n'est pas toujours le cas chez les filles. Et puis, il y a eu un feeling que je ne peux pas expliquer. Je ne me suis pas trompée (...). La folie de cette équipe est vraiment spéciale. Il s'est passé tellement de choses cette année. J'ai l'impression d'avoir vécu 10 ans avec cette équipe. Le Coronavirus nous a coupé l'herbe sous le pied alors que allions tenter d'aller décrocher la coupe de Provence. Il y a un goût d'inachevé. Mais chapeau au club. J'ai rarement senti un tel soutien de la part des dirigeants. Cela donne envie de se battre pour le maillot, de poursuivre notre progression et de gagner un titre la saison prochaine. J'ai hâte d'y être.*"

Benjamin Ribeiro

En huit points

Ton match de légende ?

OM-Leipzig, en Europa Ligue, il y a deux ans. J'y étais. Un truc de dingue.

Tes joueuses préférées ?

Camille Abily et Alex Morgan Messi.

Une joueuse qui t'énerve ?

Lorena Mottuel, notre gardienne... elle arrête tous mes pénos.

Ton meilleur souvenir de la saison ?

Notre victoire contre l'US Michelis. Ce jour-là, avons su inverser la tendance. L'équipe était à fond....

Sans oublier les soirées de "décadentes" avec les filles.

Ton pire souvenir ?

Les gueulantes de Kevin (elle sourit)... et quand j'ai appris que toutes les compétitions étaient annulées à cause de la pandémie.

Pauline en un mot ?

La grinta... Cela me résume bien.

Ta qualité ?

La joie de vivre.

Ton défaut ?

Mon entêtement et ma fierté (en carton sûrement).



Pauline déborde de générosité et de passion du football.

L'avis de Gisèle Colombier

(staff des féminines de l'AUCF)

"Pauline, c'est une fille tout simplement géniale avec, en plus, d'excellentes qualités sur le terrain. Une fille généreuse et toujours positive. Je n'espère qu'une seule chose, c'est qu'elle ne puisse pas partir aux USA en septembre... afin de pouvoir la garder à nos côtés !"

Depuis 1972

CARTIER
DEMENAGEMENTS



Spécialiste Meubles & Objets d'Art - Garde Meubles - Pianos

37 Bd du Roi René - 13100 Aix-en-Provence - Tél. 04 42 21 43 08

Fax. 04 42 96 38 52 - E-mail : aacartiersa@aol.com

Visitez notre site sur www.demenagement-cartier.com

Sylvain Sauvage

L'actualité sportive étant réduite à sa plus simple expression, nous avons demandé à notre collaborateur et ami, Sylvain Sauvage, de nous ramener un peu dans l'ambiance de la compétition en nous proposant, commentaires à l'appui, une dizaine d'images de son choix. Un choix basé sur l'originalité et la qualité des clichés, mais teinté également – il ne pourra pas le nier – d'une jolie dose de subjectivité. La sympathie que le photographe témoigne aux sportifs aixois peut l'expliquer.



Il y a des photos qui procurent des émotions particulières, surtout pour un photographe affectivement touché, lors d'une victoire tant attendue... comme celle des poloïstes aixois dans la piscine du CNM, le 5 mai 2018. Cette photo a fait la Une de "La Provence" et de "Sport-Santé".



"Mes photos"

Le foot US a inspiré mes premiers pas dans de la photo de sport, il y a une quinzaine d'années. J'aime bien ce regard d'Alex Legallo, figure emblématique des Argonautes. Il a pris sa retraite sportive et se consacre aujourd'hui à un métier que j'aurais pu exercer, dans la conception de mobilier.



La détermination du coureur du 110 m haies se lit dans le regard de ce beau champion aixois, Mathéo Bernat, médaillé de bronze des championnats du monde juniors en 2018.





Au départ, j'étais loin d'imaginer que je croiserais le chemin de grandes stars du sport, de la dimension d'Alain Prost, Pascal Gentil ou Nikola Karabatic, dont la rage de vaincre, au sein de l'équipe d'Aix (en 2013), crève l'écran.



J'ai la chance de pouvoir rencontrer des hommes qui, au détour d'une victoire, laissent leur carapace de côté pour nous dévoiler (...enfin), une émotion pudiquement contenue. (Petit message personnel : "J'te kiffe grave, Alex !").



Le handball occupe une belle place dans mon travail. Ce geste de Pierre Marche, alors sous le maillot du PAUC (novembre 2013), est aussi réussi... que ma photo (en toute modestie, bien sûr !)



Si le water-polo tient pour moi une place si particulière, c'est aussi par la difficulté d'y réussir de bonnes photos. Celle-ci n'a rien d'exceptionnelle, mais donne une idée de ce qui peut se cacher derrière un ballon.

choisies"

Si je vous dis qu'on peut prendre autant de plaisir à jouer avec un appareil photo qu'avec un instrument de musique, vous me croyez ? Un jour de mai 2017, dans l'ambiance printanière du Country, j'ai pour ainsi dire saisi la balle au bond.



J'ai partagé de belles aventures pendant six ans avec l'équipe fédérale du taekwondo. Cela m'a permis de partir loin de nos campagnes : Chine, Russie, Danemark, Suède, Angleterre, Italie... et, surtout l'Afrique, avec la découverte du Gabon et du Niger, d'où j'ai rapporté (en 2005) cette photo des dernières girafes d'Afrique de l'Ouest...



Des émotions insoupçonnées dans votre fort intérieur et qui, parfois, se dévoilent au détour d'une photo. Barbara de "Classique attitude", juin 2016.

... dont la silhouette n'est pas sans rappeler certaines attitudes des combattants de taekwondo.





Honneur aux doyennes de nos lectrices

En principe, parler de l'âge des dames, cela ne se fait pas. Mais pourquoi se l'interdire si cela devient un bon prétexte pour exprimer respect, admiration et reconnaissance envers des abonnées qui suivent Sport-Santé depuis des décennies, bon pied, bon œil ? Nous sommes fiers de présenter ici le "top dix" de nos vénérables lectrices, avec en mains ce magazine qui ne s'adresse donc pas aux "jeunes de 7... à 77 ans", comme Tintin, mais plutôt ici "aux doyennes... de 87 à 107 ans."

92 ans

Juliette Haddad-Parfait



Née le 10 décembre 1927 à Monaco. LECTRICE de Sport-Santé depuis bientôt... 48 ans et l'époque où son mari, Pierre Haddad-Parfait, était arbitre et dirigeant de football (fondateur de l'US Corsy avec son ami Jean Michel). Juliette a, pour sa part, fait beaucoup de vélo et se rappelle avoir parcouru, étant jeune, les 80 km qui séparent son petit village d'Ascros de la Principauté de Monaco. L'ancienne sténo dactylo et facturière vit toujours dans son joli appartement de Corsy, où il ne se passe pas un jour sans que l'un de ses trois grands fils, Robert, Raymond et Roger (connus du monde du football), ne lui rende visite.

Lucette Egéa



Née le 19 janvier 1928, à Marseille. Elle est la mère de notre confrère et ami Michel Egéa et une grand-mère fière de ses petits-enfants, dont certains ont brillé dans le sport, à l'instar du poloïste Arnaud, champion de France minimes en 2006, sous la coupe d'Alex Donsimoni. Lucette fut elle-même une excellente skieuse et reste toujours dynamique. Il est vrai qu'elle a mené une vie saine, sans tabac, ni alcool "...si ce n'est un peu de champagne et du vin d'orange maison", comme nous l'a confié son fils Michel, qui en connaît un rayon sur la question.

98 ans

La "reine" des Doyennes

Lucienne Agopian

Elle est née le 27 août 1921, à Sumène, dans le Gard. A bientôt 99 ans, la mère de l'ancien champion moto, Jacques Agopian, est donc "la reine des Doyennes" de nos



lectrices. Elle met toujours un point d'honneur à renouveler son abonnement d'année en année et depuis plus de 40 ans.

A la question : pourquoi continuez-vous à lire Sport-Santé, Lucienne répond laconiquement : "Parce que cela parle de sport." Le sport qu'elle a le plus pratiqué : "Le ménage", réplique-t-elle avec un petit sourire en coin, histoire de rappeler qu'elle n'a guère eu le loisir de prendre du temps pour elle avec six enfants à élever, tandis que son mari, Agop Agopian, pasteur au service de l'armée, multipliait les missions dans des pays lointains, en Indochine et en Afrique (notamment à Madagascar), avant d'achever sa carrière à Aix. Lucienne se montre fière de ses grands enfants, de ses 13 petits-enfants et 16 arrière-petits-enfants. Elle a sans doute vécu trop d'événements importants dans sa vie (la guerre 39-40, le rationnement de l'après-guerre et la perte de son fils cadet, Luc, en 2001) pour s'inquiéter des risques liés à l'épidémie du Coronavirus "... qui l'a fait rigoler", comme elle dit sur le ton de la dérision. Un sacré personnage que notre reine des Doyennes !

96 ans

La "dauphine" des doyennes

Rosa Bicaïs

Née le 16 février 1924, à Langogne. C'est sur ses terres natales en Lozère que Rosa fut la plus active dans sa jeunesse. Mais elle s'est toujours intéressée au sport et notamment au cyclisme, discipline pratiquée depuis très jeune par son fils Jean-Alex et sa belle-fille Martine, mais également très prisée par son mari Jeannot, précieux secrétaire de l'AVCA des années 70-80. Aujourd'hui domiciliée à Marseille, Madame Bicaïs continue de se passionner pour le sport et notamment le vélo, le rugby, le basket et le football, en bonne supportrice de l'OM (... depuis les années 60, à l'époque où elle allait voir les matchs au vélodrome avec Jeannot). A la réception de Sport-Santé, elle cherche avant tout la rubrique du Méchant... comme beaucoup.



90 ans

Paule Bonnet



Née le 24 août 1929, à Tiaret (Algérie). Elle est la mère d'Alain Bonnet et belle-mère de Fleur Skrivan, grands cyclistes devant l'éternel. "Elle éprouve Sport-Santé de la première à la dernière ligne", assure son fils. Cette ancienne couturière, puis gouvernante au Novotel Aix-Sud, reste fidèle depuis près de 60 ans au quartier de la Cible à Aix, en compagnie de son mari, Hugues (...94 ans). Un couple qui a fêté son 70^e anniversaire de mariage en 2019. Epatant, non ?

Denise Dedieu



Née le 28 février 1930 à Bône (Algérie). Elle n'est autre que la mère de notre maquettiste Patricia Dedieu et peut, à ce titre, avoir la primeur de la lecture de Sport-Santé avant même la mise sous presse. Denise, qui pratiqua la natation étant jeune, connaît d'ailleurs bien les journaux pour avoir longtemps exercé le métier de diffuseur de presse, Place de la Mairie, à Aix. Mais elle apprécie la vie à la campagne, dans la grande maison familiale de Puyricard.

89 ans

Andrée Esmenjaud

Née le 23 octobre 1930, à Gardanne. Mère de notre ami Jean-Luc, récemment disparu, elle est naturellement rattachée à l'histoire de Sport-Santé pour en avoir dirigé le façonnage, durant plus de 30 ans, au sein de l'imprimerie Esmenjaud. Andrée reste une fidèle abonnée de notre magazine. Question sport, elle a fait de la plongée sous-marine dans sa jeunesse, puis a longtemps pratiqué la marche à pied à Bandol ou à Saint Pons (près de Barcelonnette), village dont son mari, le regretté Louis Esmenjaud, fut un maire très apprécié.

Andrée Esmenjaud heureuse de retrouver ses arrières petits-enfants Maelia et Nolan.



Jacqueline Astruc



Née le 10 mai 1931, à Nice. Epouse de notre ami Claude Astruc, fondateur de la société Igol Provence, Jacqueline porte toujours un regard bienveillant sur le sport. L'ancienne étudiante en pharmacie a longtemps joué au tennis et n'a jamais cessé de faire de la marche à pied, en compagnie de son mari, lui-même très dynamique. Que de belles balades dans la campagne aixoise ou du côté de Grimaud !

Simone Fournier



Née le 25 janvier 1931, à Annemasse. Elle n'est autre que la maman de "Bouchon", ancien grand rugbyman (aujourd'hui tourné vers le vélo et le triathlon) et l'épouse de notre copain Marcel Fournier, abonné de Sport-Santé de longue date, grand supporter du rugby aixois et du sport bouliste. Simone se maintient admirablement en forme en faisant de la gymnastique tous les matins. Chapeau !

87 ans

La "cadette" de l'équipe

Magali Napolitani

Née le 3 janvier 1933, à Aix. La plus jeune des Doyennes (... elle n'a que 87 ans), par ailleurs dirigeante bénévole du Cyclo Sport du Pays d'Aix, club auquel elle est attachée depuis 45 ans. Magali a pratiqué le vélo dès l'âge de 14 ans et a parcouru des dizaines de milliers de kilomètres en compagnie de son mari, Lucien Napolitani, que ce soit à l'occasion de brevets, de jolies aventures, telles que le Tour de Corse, où des sorties dominicales du CSPA. Habile couturière, voisine de longue date du bureau de Sport-Santé, Magali affiche une vitalité qui fait l'admiration de tout le monde.



Petit tour dans le passé...

**en Noir
et Blanc**

Trois mois sans activités sportives... voilà une belle occasion de nous replonger dans nos archives ! En faisant un petit tour dans les années 80, nous avons eu le plaisir de retrouver beaucoup de visages connus et amis. Des sportifs qui ont marqué leur époque et l'histoire de notre magazine. Quelques photos en vrac... et en Noir et Blanc.

Les meilleurs sportifs de l'année 1988

Une jolie brochette de champions rassemblés sur le podium du Challenge Montlaur. Autour des Sportifs de l'année 88, Odile Santaniello et Jean-Luc De Sola (au centre), on peut reconnaître une douzaine des meilleurs sportifs aixois de l'époque.

Au premier rang (de g. à dr.) : Guillaume Signoret, Abdelak Lahmeri, Laurence Henri, Cyril Sabatier. 2^e rang : Stéphane Dupont, Laurent Boquillet. En haut : Eric Coasne, Wilfrid Yobé, Céline Cadet, Vincent Kieffer, Bhakti Ong et Eric Mangion, aux côtés de Georges Montlaur.



© Henry Ely



FOOTBALL 83

Une équipe qui a fait plus de chemin en termes d'amitiés que de résultats. La création de l'Olympique Millois, au début des années 80, à l'initiative d'Alain Garzino, Robert Gueirard et Bébérta Gautier, a fait grand bruit. L'équipe constituée de copains, excellents footballeurs, a fait de belles choses durant quelques saisons, mais sans vraiment inquiéter le grand frère de l'Etoile Sportive Milloise. Nous citerons avec plaisir quelques noms de joueurs de l'Olympique Millois 1983, tels que Jean-Marc Guilliano, "Bébé" Catanzaro, Jean-Luc Caruana, le regretté Nino Garzino, Bernard Dossetto, Gilbert Ambrosio, Gérard Thollon et les frères Raymond et Roger Haddad-Parfait.

Nous avons forcément le lubrifiant qu'il vous faut

IGOL.
LUBRIFIANTS

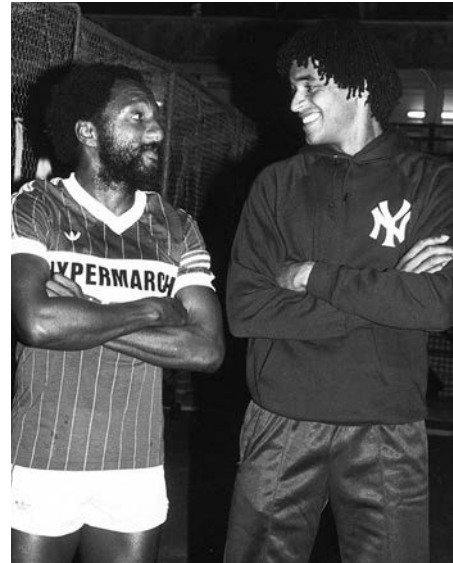
8, 10 rue des Allumettes
13100 Aix en Provence

04 42 91 35 53
contact@lebistrotmejanes.fr

www.lebistrotmejanes.fr

JOURS D'OUVERTURE
Du lundi au samedi

TENNIS 82



Rencontre prestigieuse entre Yannick Noah et le footballeur international brésilien Paulo Cesar, alors sous le maillot de l'AS Aixois.



BASKET 87 Une belle équipe de basket minimes de l'ASPTT, bien encadrée par Serge Barbitch (à g.) et Jean-Claude Rouger. Parmi ces jeunes basketteurs, on peut reconnaître (en bas, à gauche) Yann Barbitch, à l'orée d'une jolie carrière chez les pros.

RUGBY 85

Nous sommes au milieu des années 80. Cette équipe de rugby de l'ARC a fière allure. Il est vrai qu'elle comprend plusieurs joueurs qui permettront au club aixois de remporter le titre de champion de France N3 en 1986. Les anciens reconnaîtront, debout (de g. à dr.) : Esposito, Motta, Goganian, le regretté Marc Grossin, Abadie, Bonthoux, Franck Tréséné (qui nous a quittés en février dernier), Jean-Marie Guillaume et Bruno Motteroz. Accroupis : Mugglebee, Balansa, Breuillard, Daumas, Marlot, Berrier, Alvernhé et Eric Tréséné.



Projection dans le futur... **en couleur**



L'avenir, du moins dans le domaine du rugby, c'est le campus "Voyage Privé". Il abritera, d'ici la fin de saison prochaine, les bureaux et le centre d'entraînement de Provence Rugby, ainsi que l'Ecole des XV. Un beau complexe pour le futur, dont le chantier a été visité, le 9 juin dernier, par le président de la FFR, Bernard Laporte, entouré ici de Michel Boulan, Sophie Joissains, Renaud Muselier, Maryse Joissains Masini, Denis Philpon, Didier Retière (DTN) et Christophe Serma.

© S. Sauvage

La Ronde 2020 n'aura pas lieu...

Dans l'histoire de la Ronde, 2020 laissera une page blanche (...ou noire), avec un seul nom au palmarès : Coronavirus. Déjà, en 2016, en raison des tragiques événements du 14 juillet, à Nice, le célèbre critérium cycliste aixois avait dû être annulé, alors que le plateau était finalisé et le programme sorti de l'imprimerie. La 71^e édition de la Ronde est donc reportée d'une année.

Cela s'est décidé très tôt, en pleine période de confinement, à partir du constat du président Jean-Daniel Beurnier "qu'il était difficilement envisageable d'inviter des milliers de spectateurs à se rassembler sur le Cours Mirabeau le 2 août 2020 (...) et qu'il était préférable de reporter ses efforts sur l'organisation de... la Ronde d'Aix 2021."

...mais ce n'est pas fini

Document

De la Ronde du Carnaval à la Ronde d'Aix Une Fabuleuse Histoire

En 73 ans et 70 éditions, la Ronde s'est taillé une solide réputation. Celle d'un des critériums cyclistes français les plus anciens et les plus prestigieux. La liste des champions venus disputer l'épreuve aixoise est impressionnante et le palmarès parle de lui-même. Que de grands noms du cyclisme rattachés à l'histoire de la Ronde ! Une histoire particulièrement riche, découpée en 8 chapitres... et déjà publiée dans le programme de la 70^{ème} édition de la Ronde, dominée par la présence (... et la victoire) de la star du moment, Julian Alaphilippe. C'était en 2019, le Coronavirus n'était pas né...



▲ On tourne autour de la Rotonde... et en pignon fixe. La foule garnit les gradins installés pour le Carnaval d'Aix. Atmosphère, atmosphère !...

Photo Archives Studio Ely

▲ Après le succès de la première Ronde du Carnaval, en 1946, on trinque entre Aixois au siège de l'AVCA. Le président Joseph Surel (au centre) est entouré de Max Juvénal, Paul Neri, Edouard Fachleitner (vainqueur de l'épreuve) et Germain Régnier



Fausto Coppi évidemment très entouré à Aix, en 1947.

L'APRES-GUERRE

Fausto Coppi est là

Lundi 4 mars 1946. Six mois à peine après la fin de la Seconde guerre mondiale, Aix assiste à la naissance d'une course cycliste d'un genre particulier. Un critérium que son créateur, Joseph Surel, a décidé de faire disputer sur le Cours Mirabeau (selon lui "le plus beau vélodrome du monde") et durant la période des festivités du Carnaval.

La Ronde du Carnaval, la bien-nommée, connaît un succès instantané. La première édition est remportée par le champion professionnel de l'AVCA, Edouard Fachleitner, lequel allait se classer 2^e du Tour de France l'année suivante, derrière Jean Robic. Ce dernier participe d'ailleurs à la Ronde du Carnaval à la fin des années 40, de même que Fausto Coppi, le célèbre

Campionissimo et le grand Gino Bartali, star parmi les stars. A cette époque, les coureurs roulaient sur pignon fixe... comme sur un vélodrome. Les travées du Cours Mirabeau et les gradins montés autour de la Rotonde sont noirs de monde.

Priorité au spectacle

La Ronde du Carnaval se joue au classement par points, avec un sprint tous les dix tours. Un régal pour les sprinters et les puncheurs... et pour le public qui vibre au spectacle offert par le vélocé Espagnol Miguel Poblet, le baroudeur "Milo" Carrara, le fantasque Roger Hassenforder, le timide "Popof" Graczyk ou le formidable sprinter landais, André Darrigade.

Mais, au milieu des années 50, le public manifeste son admiration pour le sublime Fausto Coppi, arborant son maillot de champion du monde en 1954 et

l'élégant Louison Bobet, tout aurolé de ses victoires dans le Tour de France, lui aussi présent avec le maillot arc-en-ciel en 1955.

A cette époque, les champions de l'AVCA participent activement au spectacle, avec des coureurs tels que Edouard Fachleitner (premier vainqueur en 1946), Paul Neri (qui avait gagné en 1948), ses frères Antonin et Sauveur, Antonin Canavèse (vainqueur en 1951), ses frères Pierre et Dominique et autres Marius Rosa, René Genin, Gaston Hyardet et Roger Napolitano.



Louison Bobet à Aix en champion du monde, aux côtés de Joseph Surel, premier grand président de l'AVCA et créateur de la Ronde du Carnaval.

Des champions du monde "en pagaille"

Décade magique, avec les victoires des routiers sprinters, anciens... ou futurs champions du monde, que sont Rudi Altig, André Darrigade, Benoni Beheyt... et Eddy Merckx. Mais c'est cependant le sprinter aixois, Organ Iacoponi, qui crée la sensation en 1960, face aux stars du cyclisme.

A la fin des années 60, la présence des champions Jacques Anquetil, Raymond Poulidor et de l'extraordinaire "cannibale", Eddy Merckx, permet aux organisateurs d'égaliser les records de recettes établis dans les années 50. La Ronde du Carnaval occupe alors une place non négligeable

dans les colonnes du quotidien L'Equipe et sur les deux seules chaînes de télévision existant à l'époque.

La formule de la course aux points ayant été abandonnée au début des années 60, on assiste à des fins de courses particulièrement disputées. Les victoires de Jacques Anquetil et Eddy Merckx, en 68 et 69, renforcent encore la notoriété de la Ronde du Carnaval.



Le président Marcel Lieutier est heureux d'offrir au public de la Ronde un plateau prestigieux avec Eddy Merckx, Jacques Anquetil et Raymond Poulidor comme têtes d'affiche.

Eddy Merckx et les Français

Dans les années 70, ce sont les coureurs français qui se montrent les plus entreprenants,

notamment avec Cyrille Guimard et Guy Sibille (deux victoires chacun). Le seul

coureur étranger vainqueur à Aix durant cette période (en 1977 précisément) n'est autre qu'Eddy Merckx. Ce dernier est d'ailleurs régulièrement au rendez-vous de la Ronde, épreuve dont les plateaux, montés par le président Marcel Lieutier, sont toujours d'un niveau incroyable.

En 1975, on note parmi les sélectionnés les stars Eddy Merckx, champion du monde en titre, Felice Gimondi (champion du monde l'année d'avant), Raymond Poulidor, Joop Zoetemelk, Franco Bitossi et Gianbattista Baronchelli. On assiste également aux premiers coups de pédale chez les pros d'un jeune coureur prometteur du nom de Bernard Hinault. Lors des éditions suivantes, Aix accueille des coureurs ayant remporté le Tour de France quelques mois plus tôt, à savoir Bernard Thevenet, en 1976, Lucien Van Impe, en 1977 et Bernard Hinault, en 1979.



Le "cinq majeur" de la Ronde 1975 avec Baronchelli, Zoetemelk, Merckx, Poulidor et Gimondi (de g. à dr.).



L'Aubagnais Guy Sibille, double vainqueur de la Ronde dans les années 70.

STARS DE LA RONDE

Vainqueurs du Tour de France...

Ils sont au palmarès du Tour de France (après 1946, date de la création de la Ronde) et sont venus à Aix : Jean Robic, Gino Bartali, Fausto Coppi, Ferdi Kübler, Hugo Koblet, Louison Bobet, Jacques Anquetil, Federico Bahamontes, Felice Gimondi, Lucien Aimar, Eddy Merckx, Luis Ocana, Bernard Thevenet, Lucien Van Impe, Joop Zoetemelk, Laurent Fignon, Greg LeMond, Stephen Roche, Pedro Delgado, Bjørne Riis, Vincenzo Nibali et Chris Froome (tête d'affiche de la Ronde 2014, forfait en raison d'une blessure, mais présent sur l'épreuve à titre amical). Soit, au total, 22 champions totalisant 45 victoires au Tour de France.

ANNEES 80

Hinault, Fignon... et Tinazzi

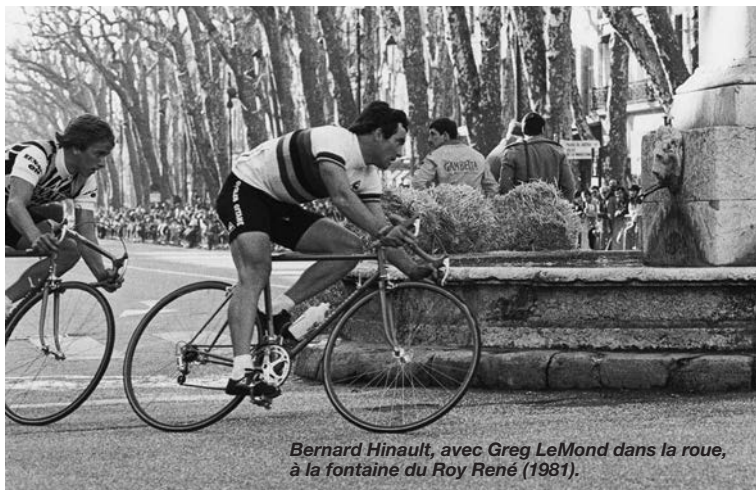
Les maillots jaunes du Tour viennent régulièrement à la rencontre du public aixois. Parmi eux, Bernard Hinault et Laurent

Fignon, déjà doubles vainqueurs de la Grande Boucle, inscrivent leur nom au palmarès sous les hourras de la foule. En 1981, le

sprint victorieux du champion du monde en titre, Bernard Hinault, face au redoutable sprinter italien Giuseppe Saronni, reste dans les mémoires.

Mais les années 80 sont également marquées par la réussite du coureur professionnel de l'AVCA, Marcel Tinazzi. Déjà vainqueur "chez lui" en 1979, il récidive en 1982 et 1983, ce qui fait de lui le recordman des victoires à la Ronde.

Notons par ailleurs que ces années 80 voient la création d'épreuves d'ouverture très prisées du public, notamment la Ronde des féminines (Jeannie Longo vainqueur en 1989), la Ronde des Polymusclés (future "Ronde des Partenaires")... et l'arrivée au micro de la nouvelle référence du genre : Daniel Mangeas.



Bernard Hinault, avec Greg LeMond dans la roue, à la fontaine du Roy René (1981).



L'Aixois Marcel Tinazzi, recordman des victoires à la Ronde (79,82,83).

STARS DE LA RONDE

Champions du monde vus à Aix :

Fausto Coppi, Louison Bobet, André Darrigade, Jean Stablinski, Benoni Beheydt, Rudi Altig, Eddy Merckx, Felice Gimondi, Francesco Moser, Gerrie Knetemann, Jan Raas, Guiseppe Saronni, Greg LeMond, Gianni Bugno, Joop Zoetemelk, Stephen Roche, Luc Leblanc, Laurent Brochard, Oscar Freire, Paolo Bettini, Thor Hushovd, Philippe Gilbert. Parmi ces 22 champions du monde, 7 étaient porteurs du maillot arc-en-ciel à Aix (en caractère gras) et trois d'entre eux ont gagné ainsi vêtus : Luc Leblanc, Thor Hushovd et Philippe Gilbert.



Philippe Gilbert, dernier champion du monde en titre vainqueur à Aix.

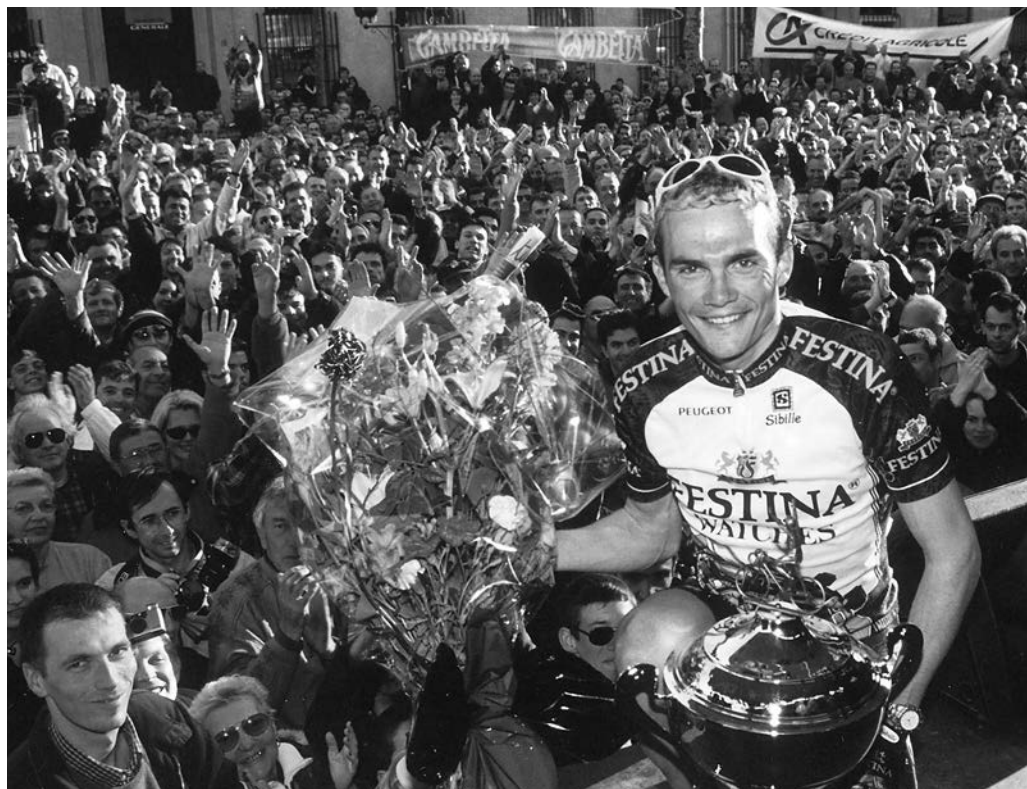
ANNEES 90

Affaire de puncheurs

Les champions français gardent la main à la Ronde d'Aix, même si l'ancien vainqueur du Tour, l'Espagnol Pedro Delgado, inscrit son nom au palmarès en 1992 et le sprinter allemand Erik Zabel cinq années plus tard, en 1997. D'autres vainqueurs du Tour viennent sur le Cours Mirabeau, tels que Greg LeMond, en 1992 ou le Danois Bjarne Riis, en 1997,

soit quelques mois après avoir rapporté le maillot jaune à Paris. Mais le président Roger Surel, qui construit le plateau, s'applique à faire une place de choix aux coureurs français. Ainsi, les années 90 sont marquées par les passes d'armes mémorables entre Luc Leblanc et Richard Virenque (jolie rivalité !), la confirmation du talent de

Laurent Jalabert et les attaques spectaculaires, sur toute la largeur du Cours Mirabeau, de ces inlassables animateurs-puncheurs que sont Gilbert Duclos-Lassalle, recordman des participations à la Ronde (14) et Jacky Durand, showman n°1 de l'épreuve... et dernier vainqueur sur le célèbre circuit du Cours Mirabeau.



Richard Virenque, chouchou de la foule, n'est jamais passé inaperçu à Aix.

la Ronde d'Aix

ANNEES 2000

Adieu le Cours, bonjour les Belges !

Le Cours Mirabeau en pleine transformation, la Ronde se replie sur l'avenue des Belges. On garde le tour de la Rotonde, mais l'évènement perd inévitablement un peu de son cachet. On apprécie néanmoins la présence du champion du monde Oscar Freire qui gagnera ici... 12 ans plus tard. En 2001, l'avenue des Belges sourit... au Belge Axel Merckx, fils d'Eddy. Cela ne nous rajeunit pas. Et Richard Virenque, vainqueur à nouveau en 2004, peut vérifier qu'il est toujours très aimé du public.

L'avenue des Belges en travaux (décidément !), la Ronde va s'exiler sur l'avenue Saint John-Perse, au Jas de Bouffan, en

2005 et 2006. L'Italien Ivan Basso et le Belge Philippe Gilbert (... devant le futur double champion du monde Paolo Bettini) en profitent pour inscrire leur nom au palmarès.

De retour sur l'avenue des Belges en 2007, la Ronde sourit à nouveau aux sprinters et notamment à Alessandro Petacchi et Thor Hushovd.

Oscar Freire, triple champion de monde, 2^e de la première édition sur l'avenue des Belges.



Deux années de purgatoire au Jas de Bouffan où Ivan Basso et Philippe Gilbert semblent avoir apprécié la côte de l'avenue St John-Perse.

ANNEES 2010-2020

Le grand retour sur le Cours... en couleur

La Ronde d'Aix semble s'es-souffler sur l'avenue des Belges, même si des champions tels que Thor Hushovd (avec le maillot arc-en-ciel), Oscar Freire et Philippe Gilbert (également en champion du monde) ajoutent quelques lignes prestigieuses au palmarès de l'épreuve aixoise. Coup de théâtre en 2016 : il est décidé de décaler la Ronde, jusque-là organisée

en février-mars, au début du mois d'août... et de la faire revenir sur le Cours Mirabeau. Pour cela, on adopte un nouveau format à la fois moderne et attractif. Mais l'épreuve est annulée, suite aux tragiques attentats du 14 juillet, à Nice. Et c'est Christophe Laporte, le sprinter de l'équipe Cofidis (licencié à l'AVCA) qui, en 2017, inaugure victorieusement la nouvelle formule.

L'édition suivante, disputée le matin, se donne un nouveau vainqueur prestigieux en la personne de Julian Alaphilippe, meilleur grimpeur du Tour de France. La Ronde, plus ancienne manifestation sportive d'Aix-en-Provence semble avoir pris un bon virage... D'autant mieux que Julian revient en 2019, tout auréolé de son magnifique Tour de France. Il dispute à

Aix son seul critérium d'après Tour et provoque un engouement exceptionnel sur le Cours Mirabeau. Plus de 5000 spectateurs assistent à sa victoire... à la nuit tombante. Le Ronde d'Aix connaît véritablement une nouvelle jeunesse, la couleur en prime. Et après "l'éclipse" de 2020, on devrait à nouveau passer de l'ombre à la lumière.



Julian Alaphilippe vainqueur de la Ronde 2019, dans un décor digne des plus belles Ronde de l'histoire.

LE PROGRAMME "ANTI-DEPRIME" DE L'AVCA

On refait le début de saison

Dans les disciplines (la plupart) où les compétitions démarrent en septembre, le confinement aura privé les sportifs du dessert. Mais pour celles dont la saison commence en début d'année, notamment en cyclisme, c'est le hors-d'œuvre qui est passé sous le nez de nos petits champions. Tout aussi frustrant. Ainsi, les coureurs de l'AVCA ont du "rendre leur dossard" alors qu'ils venaient à peine de débiter la saison, de façon très prometteuse d'ailleurs. Après des intéressantes prestations dans le Sud-Ouest et le Var, ils avaient affiché de bonnes dispositions, fin février, lors des deux belles courses nationales organisées par leur club à Puyricard (GP du Pays d'Aix) et Puylobier ("Challenge André Guinieri"). La saison a coupé court, ce qui a rendu caduque toute la belle préparation hivernale qui avait été peaufinée lors du très intéressant stage de janvier, à Lloret de Mar, en Espagne.

Comment les coureurs aixois ont-ils pris la chose ? Avec fatalisme et un souci évident de ne pas perdre tous les acquis. Entretien physique, séances de home-trainer, dans la mesure du possible... et de la motivation de chacun. Durant cette période, le souci du club de mettre au point un plan anti-déprime, a débouché sur des initiatives intéressantes. Ainsi, à la demande pressante du président Jean-Daniel Beurrier, ce sont pas moins de 15 vidéos sur le quotidien des coureurs qui ont été publiées sur la page Facebook et le site Internet de l'AVCA, grâce au travail remarquable de Benjamin Ribeiro et Romain

Ramier. Et la newsletter du club est sortie, comme si de rien n'était.

DU STAGE DE LACAUNE...

Côté route, le signal du déconfinement, le 11 mai dernier, a sonné un nouveau départ de la saison pour les coureurs, à deux mois et demi de la reprise des courses officielles (début août). Les coureurs aixois ont donc repris de plus belle, motivés par l'idée qu'ils auront trois bons mois de compétition pour sauver une saison sérieusement amputée. Afin de préparer leurs coureurs pour la reprise, Jean-Michel Bourgoïn, Jean-François Rodriguez et le staff vert et noir ont programmé un stage intensif pour l'équipe élite et quelques éléments de la réserve. Où ça ? Sur la commune de Lacaune, dans le Tarn, au centre d'accueil tout fraîchement ouvert par l'ami Arthur Bouëdo (voir page ci-contre).

... AU TOUR DE L'AVENIR

Dans cette région taillée sur mesure pour la pratique du vélo, les coureurs aixois vont pouvoir s'affûter en vue des deux gros rendez-vous du mois d'août que sont le Tour de Savoie (du 5 au 8)... et le Tour de l'Avenir (du 14 au 19). Quel événement pouvait mieux motiver les jeunes coureurs de l'AVCA que l'annonce d'une participation au célèbre Tour de l'Avenir ? Jean-Michel Bourgoïn a eu la bonne idée de proposer au président de la Ligue PACA, Christian Lazarini, de constituer une équipe pour la grande course internationale réservée aux "moins de 23 ans". Six

coureurs licenciés de l'AVCA défendront donc les couleurs de la région Sud PACA dans la 54^e édition du Tour de l'Avenir 2020, qui partira le 14 août de Château-Thierry, dans l'Aisne et arrivera le 19 août aux Arcs, en Savoie, non sans avoir parcouru les routes pour le moins escarpées du Jura et de la Savoie.

PUYLOUBIER, ACTE II

Autre initiative de l'AVCA dans son programme de relance : afin de pallier les annulations de plusieurs courses au mois d'août, les dirigeants de l'AVCA ont décidé d'organiser une course élite, un peu dans l'urgence. Elle aura lieu le 2 août (date à laquelle la Ronde d'Aix devait se dérouler) à Puylobier... là où s'est déroulé le "Challenge André Guinieri", le 23 février dernier. Décidément, la commune de la Sainte-Victoire reste largement ouverte à toutes les propositions. Il est vrai que son maire, Frédéric Guinieri, ne manque pas de jugeote et que le responsable des organisations de l'AVCA, Patrick Chiaroni, est toujours partant dès qu'il s'agit de monter des courses cyclistes dans "sa" Haute Vallée de l'Arc. Ainsi, les coureurs aixois vont retrouver le circuit du Cengle, mais dans l'autre sens, selon la volonté farouche de Patrick de remettre l'arrivée dans la ligne droite de l'avenue d'Aix. Le nouveau début de saison de l'AVCA ne devrait donc pas manquer d'attrait. De quoi faire oublier aux responsables du grand club aixois la déception d'avoir dû ajourner la Ronde d'Aix, une "institution" dont nous publions plus loin un petit historique.

Il nous a quittés**Roger Lafforie, l'élégance**

A Rognes, le village de toute sa vie, personne ne pouvait égaler sa popularité. Roger Lafforie y a tellement été présent durant 83 ans d'une existence riche en activités et en amitiés. Que ce soit le facteur "institutionnel", l'homme du "Cercle", aux côtés de son épouse Maryse (durant 15 ans), le père de cinq enfants rognens ou le cycliste infatigable qui, après avoir été coureur, n'avait jamais cessé de sillonner les routes de la région de son coup de pédale élégant, le visage éclairé du sourire de l'homme heureux. Il aimait être accompagné dans ses sorties par quelques cyclistes du village, tels que Norbert et Flavien Bourteau, Gaston Philip, Daniel Cordé ou le regretté Kléber Magnetto.

Roger adorait le sport. Le vélo était son dada. Il suivait toujours les résultats de l'AVCA, ce club dont il avait porté

fièrement le maillot au début des années 60, avant de rejoindre l'ASPTT Marseille, en bon postier qu'il était. Mais ses footballeurs de fils n'oublient pas de rappeler que Roger joua également au football à Rognes et à Puyricard, sous la présidence d'André Rostain, et qu'il avait gagné pas mal de concours à la pétanque, une autre de ses passions. Ses cinq grands enfants, Didier, Alain, Thierry, Dominique et Patricia, vous diront que Roger était aussi le champion des pères, des grands-pères et le champion du savoir vivre... avec élégance. Un homme bien, rempli d'humour et de délicatesse qui s'en est allé le 17 mai dernier, en laissant un beau souvenir à Rognes et au delà.

Roger Lafforie en vainqueur sous le maillot de l'AVCA, dans les années 60.



Nouveau

Arthur Bouëdo ouvre à Lacaune

Un centre d'accueil d'envergure pour un projet passionnant.

Un centre d'accueil taillé sur mesure pour les sportifs, situé dans le Tarn à 301 km d'Aix, ouvre ses portes. Le taulier s'appelle Arthur Bouëdo. Ce nom vous dit quelque chose ?

L'histoire commence dans l'enfance d'Arthur. Son père, Philippe Bouëdo, ancien champion du monde militaire de taekwondo, est entraîneur des équipes de France, puis DTN. Sa mère, Emmanuèle Blanchet, est une ancienne internationale de basket. Le sport est au centre de la culture familiale.

L'influence des States

Arthur va passer sa jeunesse sportive dans le basket. Il débute à l'ASPTT Aix et poursuit au pôle espoirs d'Antibes, en jouant au HTV Hyères-Toulon. Puis il entre au centre de formation de la Chorale de Roanne, club où il fait, à 17 ans, une petite apparition dans l'équipe Pro A championne de France 2007. Il met ensuite le cap sur les Etats-Unis où, durant cinq ans, il évoluera dans le championnat NCAA, d'abord à Los Angeles, puis surtout avec l'équipe de l'université de Wyoming. Ces années aux States marquent profondément le "petit Français". A son retour au pays, Arthur Bouëdo poursuit sa carrière en Pro A et Pro B, notamment du côté de Roanne et de Reims. Mais, conscient que son avenir n'est plus dans le basket pro, Arthur change complètement de cap. Il se lance dans la production audiovisuelle, crée sa propre entreprise et ne tarde pas à montrer son savoir-faire. Aujourd'hui, son plus gros client n'est autre que la Fédération Internationale de Taekwondo, pour le compte de laquelle il produit des reportages et vidéos d'une indéniable qualité. Sa voie est toute tracée. Sa société "Everyone got a story", basée à Paris et dont il est directeur général, a toutes les chances de venir se poser à Lacaune, au cœur même du complexe qu'elle vient d'acquérir. Cette mutation a une histoire...

L'amour du Tarn

Si Arthur a été marqué par son expérience aux USA, où il a vécu des moments grandioses, avec des matchs joués devant 18 000 spectateurs, il aura été tout autant influencé par la vie calme et rafraîchissante de cette région du Tarn dont son père est tombé amoureux il y a une douzaine d'années, après avoir acheté et retapé une grande bâtisse située dans le décor grandiose de Rieufrech, à 930 m d'altitude, à mi-chemin entre La Salvetat et Lacaune. Arthur allait d'ailleurs lui-même investir dans le coin, à 800 m des parents, en faisant l'acquisition d'une grande maison du hameau des Crozes, agrémentée d'un domaine boisé de 9 hectares. On n'a pas peur de l'aventure chez les Bouëdo. Et lorsque l'opportunité s'est présentée d'investir dans un grand centre d'accueil laissé vacant par le Ministère de l'écologie sur les hauteurs de Lacaune, Arthur a foncé tête baissée, encouragé par ses parents et bien aidé par son ami et associé Philippe Cohen Tanugi.

La famille Bouëdo séduite par "le projet Lacaune". Victor, Louise, Philippe, Arthur (de g. à dr.) et Emmanuèle font corps.



Une belle acquisition, ça s'arrose. N'est-ce pas Arthur ?

Un lieu idéal pour les stages sportifs

Le Centre EGF, situé dans la zone d'activité Bel Air à Lacaune (81230), est implanté sur un espace de verdure de 8.000 mètres carrés. Il peut accueillir jusqu'à 60 personnes dans 1000 m² de bâtiment. Cette structure est parfaitement adaptée pour la réception de stages, séminaires et autres activités de groupe. Situé à proximité de la piscine, d'une salle de sport moderne et du stade municipal de Lacaune, ce centre a effectivement beaucoup d'atouts à faire valoir.

Ce n'est pas sans une certaine fierté qu'Arthur Bouëdo accueillera dès cet été l'équipe élite de l'AVCA, que Jean-Michel Bourgouin a choisi d'amener ici, du 21 au 27 juillet, afin de préparer dans de bonnes conditions les belles courses cyclistes du mois d'août. nul doute que le centre de Lacaune, chargé d'ondes positives... comme le nom de la société "Everyone got a story", se révélera être un chouette endroit pour un stage de préparation.



aglservices
CONSEIL ET LOCATION
LONGUE DURÉE DE VÉHICULES

SELECTION DES PRINCIPAUX RESULTATS CONCERNANT LES SPORTIFS AIXOIS. NOTES DE UN POINT (★) A SIX POINTS (★★★★★★) EN FONCTION DU NIVEAU DE PERFORMANCE. LE SPORTIF DE L'ANNEE ETANT CELUI QUI AURA ACCUMULE LE PLUS DE POINTS DU 1^{ER} JANVIER AU 31 DECEMBRE. LES LAUREATS DES SPORTS COLLECTIFS SONT DESIGNES EN FIN D'ANNEE PAR LE JURY DE SPORT-SANTE.

eurlirent
1^{ER} RÉSEAU DE LOUEURS INDÉPENDANTS

Quid des Challenges 2020 ?

L'arrêt brutal et prolongé des compétitions a sévèrement "planté" le classement des Challenges AGL Services / Eurlirent, lequel n'a évidemment pas bougé d'un pouce depuis notre dernier numéro.

Que se passera-t-il durant l'automne, période durant laquelle on nous promet un joli rattrapage ?

Nos champions en sports individuels auront à cœur de rattraper le temps... et les points perdus. Mais une chose est sûre : les

lauréats du Challenge 2020 ne battront pas les records de points. Virginie Dedieu, Erwann Le Pechoux et Grégory Gaultier, les plus titrés de l'histoire du Challenge des Sportifs de l'année, ne risquent pas d'être égalés, ni approchés.

Pour ce qui est des sports collectifs, dont les lauréats sont désignés en fin d'année, avec le concours des entraîneurs et dirigeants de club, les choix se feront sur le même principe que les années précédentes. Mais ils tiendront sans doute

compte davantage des derniers mois de l'année... si aucun vilain virus ne vient se mettre en travers. Croisons les doigts !

En attendant, voici un rappel du classement provisoire des Challenges AGL Services / Eurlirent, "figé" au 8 mars dernier, à la date des dernières compétitions :

7 points

— Corentin ERMENAULT (AVC Aix)

4 points

— Ronan LABAR (AUC Badminton)

— Erwann LE PECHOUX (Escrime Pays d'Aix)

3 points

— Tuarai HERY (AUC Taekwondo)

2 points

— Erwann AUCLIN, Alexander MASSIALAS, Charles COLLARDEZ (Escrime Pays d'Aix)

— Indra BAGUS, Sylvain GROSJEAN, Mariya MITSOVA (AUC Badminton)

1 point

— Jonathan COUANON, Robin MEYER, Eliott PAUCHARD (AVC Aix)

— Lian TAN (AUC Badminton)

— Fabien VERSEILLE (M Squash)

aglservices
CONSEIL ET LOCATION
LONGUE DURÉE DE VÉHICULES

- Un interlocuteur unique
- Des services à la carte pour une gestion simplifiée
- Répondre à vos besoins spécifiques : habitudes de conduite, goûts, caractéristiques techniques...
- Une interface de gestion dédiée en ligne
- Une flotte automobile multimarque, entretenue et récente
- Un budget maîtrisé

LOCATION COURTE ET MOYENNE DURÉES
groupe agl

Réservez votre véhicule en ligne, partout en France, avec notre partenaire : eurlirent.com

Conseil, financement et services pour la Location Longue Durée de vos véhicules multimarque

Nos conseillers sont à votre écoute du lundi au samedi de 8h à 19h

N°Indigo 0 820 007 700
Assistance 24h/24 et 7j/7

N°Vert 0 800 007 807

www.agl-services.com

Arvest
IMMOBILIER
CRÉATION ET RÉALISATION DE PROJETS IMMOBILIERS
04 42 64 64 64
WWW.ARVEST-IMMOBILIER.COM



Alexandre Kiatibian, "sponsor" des Challenges au titre de ses enseignes de location de véhicules (AGL Services / Eurlirent), a pris la crise du Coronavirus de plein fouet, comme beaucoup de nos partenaires. Mais l'homme est solide et continue de soutenir le sport comme il le fait depuis 35 ans.

"Une famille formidable"

Jonathan Comino (le père), Jeanne (la mère), Elsa (la fille) et Vincent (le fils), constituent une famille passionnément tournée vers la pratique du sport. Course à pied, triathlon, handball, aikido et gymnastique rythmique sont des sujets qui reviennent inlassablement sur la table et pour cause. Chez les Comino, l'entraînement et la compétition sportive occupent l'essentiel du temps de loisir, hors travail et études. Et cela se passe d'autant mieux que les membres de la famille sont supporters les uns des autres et se soutiennent sans relâche.

Clin d'œil à une "famille formidable", en préambule du sujet consacré à la talentueuse Elsa, distinguée plus loin, au titre de "Sportive du mois".



Jonathan, Vincent, Elsa et Jeanne forment une famille heureuse. Evident, non ?



Vincent Le handballeur

Né le 18 avril 2006, à Aix. Rentre en classe de 3^e au collège de l'Arc de Meyran.

Entre 7 et 10 ans, il concilie le handball au PAUC, l'athlétisme à Aix Athlé Provence et l'aïkido. Puis il donne la priorité au handball (tout en continuant l'aïkido avec Luc Bouchareu, 7^e dan).

Vincent fait actuellement parti du collectif U15 élite du PAUC, sélectionné au niveau départemental et membre de l'académie du PAUC. Vincent va intégrer le pôle espoirs handball à la rentrée 2020-2021.

Sa plus grosse compétition : la Granoller's Cup 2018, tournoi international qui s'est déroulé en Espagne et que son équipe U13 du PAUC a terminé à la 2^e place.

Son meilleur souvenir : la victoire mémorable obtenue la saison dernière avec les U13 du PAUC face à Istres.

Joueur préféré : Aymeric Minne.

Le fils, Vincent, espoir du handball aixois, en route pour le pôle d'Aix (Photo F Llopis).



Jeanne

Maman Jeanne, à l'arrivée de l'IronMan du Pays d'Aix 2017. Visiblement heureuse d'en finir.

La gymnaste - triathlète

Née le 27 janvier 1979, à Aix.

Agent général d'assurance MMA. Elle a pratiqué la gymnastique rythmique étant jeune, sous le nom de Le Borgne et fut vice-championne de France en catégorie GNG2, en duo avec Clémence Troin (future épouse Vellieux). Fille d'adeptes de la course à pied (son père, le regretté Edmond Le Borgne et sa mère, Françoise, ont participé à bon nombre de courses), Jeanne s'est mise à courir en 2001 (première course mémorable à Puyricard) et à pratiquer le triathlon en 2011.

Plus grosse compétition : marathon de Paris.

Meilleur souvenir : IronMan du Pays d'Aix 2013. Champion préféré : Teddy Riner (... devant Martin Fourcade).

... ou l'art de s'amuser ensemble.



Jonathan

Le coureur dirigeant

Né le 27 février 1977, à Aix. Profession : cadre bancaire. Licencié à Aix Athlé Provence, club dont il est vice-président en charge du pôle jeunes. Il est également licencié "parent encadrant" au PAUC.

"Jo" pratique la course à pied depuis plus de 20 ans et a commencé le triathlon en 2011 au sein de Triathl'Aix.

Plus grosse compétition : son 1^{er} marathon, à Paris, en 2018.

Meilleur souvenir : sa participation à l'IronMan 70,3 du Pays d'Aix, en 2017.

Champion préféré : Martin Fourcade... à défaut de pouvoir dire Teddy Riner (... cité par sa femme).

Papa Jonathan dans le joli décor du trail de la Galinette, où il s'est classé 6^e de sa catégorie.

Elsa Comino

Comment faire le choix d'un lauréat ou d'une lauréate pour le "trophée France-Sport" dans une période où le sport est à l'arrêt ?

Pour une rubrique qui aurait pu s'intituler la "Confinée du mois", le regard s'est tourné vers une jeune et talentueuse gymnaste de GR Aix au comportement résolument positif.

Elle s'appelle Elsa Comino et a su mettre à profit cette période inédite de sa jeune carrière pour accentuer sa progression et encourager ses camarades gymnastes à en faire de même en proposant, via les réseaux sociaux, des séances vidéos pour le moins dynamiques, à l'initiative de son entraîneur Stéphanie Arnoux. Nous connaissons déjà les qualités sportives d'Elsa et son respect des valeurs cultivées au sein d'une "famille formidable" (voir p.31). Ce titre de "Sportive du mois" nous permet de les mettre un peu plus en évidence.

Une jeune fille cool très appréciée à GR Aix.

Je n'ai pas voulu quitter Aix

Le sport à l'arrêt, Elsa Comino n'en passe pas moins des heures à pratiquer la gymnastique rythmique (... et préparer son passage en classe Terminale) dans la belle maison familiale située sur le plateau de Puyricard. C'est là que nous avons rencontré la belle gymnaste de GR Aix. Echange vivant avec une jeune fille sympa...

– Elsa, pourquoi fais-tu de la GR ?

"Maman m'avait montré des vidéos des championnats de France, où elle avait terminé 2^e en duo avec Clémence Troin. J'ai tout de suite accroché..."

– Déjà dix ans de GR... pas de lassitude ?

"Non... même si mon corps commence à vieillir (sourire). A cause des études, j'ai eu moins d'heures d'entraînement que la saison dernière (12h au lieu de 17h). Mais pendant le confinement, j'ai pu m'entraîner davantage et améliorer ma souplesse. Je le vois sur mes écarts et le dos. J'ai fait également deux tutos d'exercices.



Ils ont été partagés sur Facebook et dans des clubs de Corse, du Nord et un peu partout en France (plus de 2 000 vues pour le premier tuto). Je

l'ai fait à la demande de Stéphanie (Arnoux) dans le but de motiver les gymnastes à continuer à s'entraîner et à ne pas perdre la souplesse."

Une gymnaste de haute volée... Ici, lors du championnat de zone 2018, à Vitrolles (3^e).

(suite p. 34) >>>

Digest

Sa fiche

1,77 m – 56 kg
Née le 31 octobre 2003, à Aix.
Passe en Terminale scientifique à la Nativité.
Un frère, Vincent (14 ans), handballeur au PAUC.

Parcours sportif

Après avoir fait un peu de danse classique, la petite Elsa débute la gymnastique rythmique à l'âge de 7 ans, sous la coupe de Guergana Lazzarova, à GR Aix. Elle va disputer sa première compétition avec le groupe poussines à l'occasion du championnat de zone, aux côtés de gamines telles que Marie Caillat et Alix Mogno. Les premières compétitions individuelles commencent en benjamines. Elsa est 1^{ère} au championnat départemental, 3^e en région, 5^e en zone et 7^e au France, à Belfort.

Elle va poursuivre sa progression sous la direction de Valérie Maggio. Elle obtient de bons classements en individuel 12-13 ans (14^e au France à Besançon) et

contribue à la performance de l'ensemble de GR Aix qui décroche le titre de championne de France DN2, avec Marie Caillat, Alix Mogno, Ariane Bosq, Leïa Cossalter, Elise Gauvin et les deux individuelles, Iliona Prioux et Elisa Todini.

Au cours de la saison 2016-2017, Elsa passe sous la direction de Stéphanie Arnoux. Elle campe sur

le podium des championnats individuels aux niveaux régional et zone et se classe 19^e au championnat de France NB, à Chambéry. Mais elle connaît son meilleur résultat avec l'ensemble de GR Aix qui termine 10^e du championnat de France DN1. La saison suivante, toujours en 14-15 ans, elle est championne de région et de zone et se classe

8^e du championnat de France NB, à Besançon. Elle passe un cap à l'été 2018 avec une victoire individuelle au tournoi international de Nice et une participation profitable à un stage international en Italie. Passée en Nationale A, catégorie 16-17 ans, pour la saison 2018-2019, Elsa Comino est 1^{ère} aux niveaux départemental et régional, 3^e en zone et 10^e au niveau national, à Chambéry. En décembre 2018, elle se classe 1^{ère} aux enchaînements corde et cerceau du tournoi international de Turin.

La saison 2019-2020 doit être celle de la confirmation pour Elsa. Elle est 1^{ère} en département, 3^e en région et "grande région" et 13^e au championnat de France NA, à Reims. Mais il n'y aura pas d'autres performances ensuite, pour les raisons que l'on sait. La Sportive du mois aura néanmoins mis à profit la période de confinement pour continuer sa progression, sous les conseils avisés de son entraîneur Stéphanie Arnoux.



A l'époque de ses premières compétitions, en 2012, avec l'équipe poussines de GR Aix, entraînée par Guergana Lazzarova.



– Quels sont tes points forts en GR ?

"Je dirai la souplesse de jambes, principalement. L'engin que je maîtrise le mieux ? Le ballon."

– Point faible ?

"J'ai du mal à gérer le stress. Cela me joue des tours en compétition."

– Pourquoi n'as-tu pas intégré un pôle ?

"J'avais la possibilité de rentrer au pôle d'Aix... mais il a fermé. J'aurais pu envisager d'aller à Montpellier ou à Strasbourg, mais je n'ai pas passé les tests. Je ne voulais pas partir d'Aix."

– Tu le regrettes ?

"Non. Je suis bien au club où j'ai toujours été soutenue par Stéphanie Arnoux. Une belle complicité s'est créée entre nous."

– Quelles sont tes ambitions aujourd'hui en GR ?

"Continuer à m'épanouir dans mon sport et faire les meilleurs résultats possibles. Mais je vais passer en seniors et cela risque d'être compliqué au championnat de France, face à des filles beaucoup plus expérimentées. J'espère quand même pouvoir viser un podium." "Le ballon reste l'engin préféré d'Elsa."

– As-tu une idée du métier que tu veux faire plus tard ?

"Sûrement ingénieur, soit dans le nucléaire, soit dans la police scientifique."



1

1 Le ballon reste l'engin préféré d'Elsa.



2

2 Une des dernières envolées d'Elsa Comino avant le confinement. C'était à Salon, en décembre dernier, à l'occasion du championnat "grande région" (3^e).

L'avis de l'entraîneur

Stéphanie Arnoux, entraîneur de la Sportive du mois depuis cinq ans, ne tarit pas d'éloges sur son élève : *"Elsa est la plus sérieuse de nos gymnastes. Elle possède une force de travail impressionnante. Pendant le confinement, elle a su concilier un programme scolaire exigeant et les quatre séances d'entraînement hebdomadaires que j'ai mises en place. Elle a bien évolué, d'après ce que j'ai pu voir sur les entraînements vidéo. Elle a développé une belle souplesse. Grâce à son travail, elle arrive à progresser encore. Elsa est une gymnaste passionnée. C'est vraiment une fille très cool qui est dans l'échange. Elle va voir les plus jeunes du club avec lesquelles elle partage avec beaucoup de gentillesse. Les petites du club l'adorent."*



FRANCE SPORT

Coupes
Trophées
Médailles

remise 20% aux clubs

E-mail : magasin@france-sport.fr

Les Jalassières - Z.I. - 13510 Eguilles
Tél. 04 42 52 19 10 - Fax 04 42 20 42 30

TAC au TAC

– Si tu devais te définir en un mot ?

"Perfectionniste."

– La qualité que tu te reconnais volontiers ?

"Travailleuse."

– Le défaut que tu aimerais cacher ?

"Ma timidité."

– Le plus grand champion de l'histoire ?

"Teddy Riner."

– Le numéro un dans ta discipline ?

"Alexandra Soldatova est ma préférée. Mais la meilleure, c'est Dina Averina."

– Le nom d'un sportif qui t'agace ?

"Aucun ne m'agace, tous les sportifs ont leurs défauts."

– La personne publique avec laquelle tu irais volontiers boire un pot ?

"Iris Mittenaere." (Miss Univers 2016, ndlr)

– Ton plus beau souvenir sportif ?

"En décembre 2018, ma première place au tournoi international de Turin, sur enchaînements corde et cerceau."

– Ta plus grosse galère ?

"Quand j'ai dû faire mon passage au championnat de France 2018, à Besançon... avec 398 de fièvre."

– Si tu n'avais pas fait de la GR ?

"J'aurais fait soit de l'athlétisme, soit du patinage artistique."

– Tes loisirs ?

"Le sport principalement, parce qu'avec les études, je n'ai pas de temps pour d'autres loisirs."

– Qu'est-ce que tu écoutes ?

"Tous styles de musique... sauf le rap."

– Un film ?

"Hunger Games."

– Un acteur ?

"Une actrice : Jennifer Lawrence."

– Qu'est-ce que tu lis ?

"En ce moment : La route de Cormac Mc Carthy."

– on plat préféré ?

"Les pâtes à l'huile d'olive préparées par ma mère."

– Qu'est-ce que tu bois ?

"De l'eau et du Perrier."



CROATIE ?

PROVENCE !



@myprovenceofficiel

Calanque de Sugiton, Marseille

#calanques #nature #farniente

50€
OFFERTS*
POUR PROFITER
D'ACTIVITÉS
CULTURELLES,
SPORTIVES
OU DE LOISIRS

*Voir conditions sur
myprovence.fr

agence e+p - Crédits photos : Adobe Stock



PROVENCE
-
TOURISME



AGIR CHAQUE JOUR DANS VOTRE INTÉRÊT



ET CELUI DE LA SOCIÉTÉ



www.credit-agricole.fr/ca-alpesprovence

CAISSE RÉGIONALE DE CRÉDIT AGRICOLE MUTUEL ALPES PROVENCE, société coopérative à capital variable agréée en tant qu'établissement de crédit, dont le siège social est situé 25 chemin des trois cyprès, CS 70392 - 13097 Aix-en-Provence cedex 2, 381976448 RCS Aix-en-Provence, société de courtage immatriculée au Registre des Intermédiaires en Assurances sous le n° 07019231 - Création 06/2020 - Crédit photo A.Gros