

SPORT

santé

BIMESTRIEL DU SPORT AIXOIS N°343 / JUILLET - AOÛT 2021 / 4 €

SPORTIF du MOIS
Trophée

FRANCE
SPORT



Valentin Bigot
AIX ATHLÉ PROVENCE

 **HumanFab**

L'ÉPATANTE
RÉALISATION
DE "JB"



LA BELLE CONCLUSION DU PAUC HANDBALL

22^E ÉDITION

SALON DES SPORTS

ORGANISÉ PAR LA VILLE D'AIX-EN-PROVENCE



4 - 5 SEPT 2021

SAMEDI 4 SEPT : 9H30 > 19H

DIMANCHE 5 SEPT : 9H30 > 17H

COMPLEXE SPORTIF
DU VAL DE L'ARC

ENTRÉE LIBRE



aixenprovence.fr



Et maintenant...

Tout est reparti si fort dans la vie de la cité, après quinze mois de privations, qu'on en attraperait le tournis. Dans le monde du sport, on vit un certain nombre de contradictions. Car si les sportifs dits de haut niveau ont vécu une saison normale, ou presque (un peu traumatisés quand même par les rencontres à huis clos), les autres ont été complètement laissés à l'abandon. Plus de compétitions et pratiquement pas d'entraînements durant de longs mois... et voici qu'on ouvre les vannes à trois semaines de la fin de saison !

Nous-mêmes avons du mal à savoir dans quelle direction ramer en ce qui concerne le contenu de ce magazine. Les longues périodes de confinement nous ont permis, si l'on peut dire, de consacrer davantage de temps et d'espace à des sujets hors actualité, notamment sur des personnes dont le parcours et la vision du sport méritent un éclairage. Et maintenant, comment trouver le bon équilibre entre ce qui fait l'actualité du sport et ce qui touche au domaine de l'humain ?

Dans ce numéro de l'été, nous ne consacrons pas beaucoup de place à la fin de saison des équipes professionnelles de haut niveau du Pays d'Aix, car nous estimons que ce sujet a été trop bien traité dans la presse quotidienne pour nécessiter une « couche » supplémentaire dans Sport-Santé. Nous répétons volontiers que notre magazine a davantage vocation à regarder « plus bas »... et plus loin, notamment dans le domaine de la formation. Cela explique que les lauréats de notre trophée du « Sportif du mois », contrairement à ce qui a pu être le cas par le passé, concerne en priorité des jeunes de talent sortis de la formation aixoise. Et si un article paru dans notre magazine peut contribuer à encourager un jeune sportif, cela donne un sens à notre travail.

Mais les choix que nous faisons ne vont pas sans une certaine frustration, voire un sentiment de culpabilité. Car, à quelques semaines des Jeux Olympiques, il eut été logique de consacrer un sujet aux sportifs aixois dont le regard est tourné vers Tokyo. A commencer par Erwann Le Pechoux, lequel va disputer là, à 39 ans, ses 4^e JO. Un grand honneur pour le fleurettiste d'Escrime Pays d'Aix, même si le fait d'être sélectionné uniquement pour le tournoi par équipe peut lui laisser un sentiment amer. Nous pensons également aux deux handballeurs placés sur la « liste d'attente » de l'équipe de France, à savoir Nicolas Claire et le « chouchou » du public aixois, Karl Konan, un gaillard sorti du centre de formation du PAUC. Nous aimerions tellement le voir disputer le tournoi olympique. Comme nous fondons quelque espoir de médaille aux Jeux Paralympiques, avec la participation du champion de l'AVCA, Corentin Ermenault, sélectionné en tandem avec le non-voyant Alexandre Lloveras (ne sont-ils pas déjà vice-champions du monde ?). En espérant, dans notre numéro de la rentrée, avoir le plaisir d'être « obligés » de consacrer une bonne place aux performances de nos olympiques.

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, P. Besse, Studio Ely et divers DR.

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

Imprimerie : Esmenjoud

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

Route : 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

La réussite de son entreprise HumanFab fait de Jean-Bernard Fabre une figure du domaine du sport... et un bon sujet pour la Une de Sport-Santé. "JB" y est présenté en compagnie du Sportif du mois, l'athlète Valentin Bigot et de l'équipe du PAUC Handball qui a réussi le meilleur résultat de son histoire en terminant à la 4^e place de la LNH. (photo S. Sauvage)

Sommaire

Sport-Santé n°343

- 4 Santé publique
- 5 Le Méchant
- 6 Jean-Bernard Fabre
- 7 HumanFab et l'après-Covid
- 8 L'excellente gestion des Parons
- 9 Florence, la danse au corps
- 10 Les Gaugey, indissociables
- 12 Cyril Féris, formateur de l'ombre
- 13 La médaille d'Audrey Paysserand
- 14 Respirer... enfin
- 15 Les jeunes ont retrouvé la MAC
- 16 Le bon plan de Marc et Cathy
- 18 Challenge Henri Michel
- 19 L'AS Aixoise renaît
- 20 Infos du sport aixois
- 22 Challenge AGLC Eurlirent
- 24 Trophée : Valentin Bigot

L'AUC dans la lutte contre les violences sexuelles



Une première démarche de sensibilisation

Une association porte-drapeau d'une lutte essentielle.

Le sujet est grave et mérite d'être abordé de front, sans fausse pudeur. "Violences sexuelles, bizutage, harcèlement", thèmes du combat mené depuis 2013 par l'association "Colosse aux pieds d'argile", a fait l'objet d'une opération de sensibilisation organisée par l'Aix Université Club, à l'initiative de son directeur technique Patrice Garcin. Cela s'est passé le 27 avril dernier, sous forme d'une formation en "visio", avec le concours de l'intervenante régionale et formatrice de l'association, Violaine Chabardes. Avec 34 participants, représentant 17 des 19 disciplines rattachées à l'AUC, cette première démarche de sensibilisation s'est avérée très constructive. "Nous avons reçu une très bonne écoute de la part des dirigeants de l'AUC, se félicite Patrice Garcin. Certains ont sans doute été un peu

chahutés par la révélation de quelques affaires de violences sexuelles avérées en 2020 qui montrent qu'il y a beaucoup de dérives dans ce domaine. Mais il n'y a pas de sujet tabou. A nous de regarder la réalité en face, afin de travailler à la protection de nos jeunes adhérents et à la formation des dirigeants, entraîneurs et parents. Nous sommes tous concernés."

Vers la création d'une commission

Cette première opération de sensibilisation ne restera pas sans lendemain. "L'objectif, confirme Patrice Garcin, est d'organiser d'autres réunions. Il est important que cette première sensibilisation fasse boule de neige et débouche sur la création d'une commission éthique au sein de l'AUC." Déterminé à voir l'AUC participer à la lutte contre les violences sexuelles et autres dérives de la vie de groupe, le directeur du club universitaire a commandé les supports de communication réalisés par l'association Colosse. Ils seront dans un premier temps mis à la disposition des clubs AUC puis, dans un second temps, des licenciés.

En attendant, il est toujours possible pour les personnes concernées par cette question de santé publique de se rendre sur le site Internet de l'association (<https://colosseauxpiedsdargile.org/>) et de prendre contact avec Violaine Chabardes (06 70 72 21 65), référente pour la région Occitanie (occitanie.colosse@gmail.com).

Patrice Garcin décidé à développer la formation sur la question au sein de l'AUC, club aux 3000 adhérents.

Hugues Dumez



Hugues Dumez, médecin, président de club... et citoyen responsable.

"Etre vigilant"

Le président de l'AUC Taekwondo, médecin radiologue de son état, adhère pleinement à l'initiative de l'AUC et s'exprime sans langue de bois sur les questions relatives aux violences sexuelles faites aux mineurs.

– Que retenez-vous de cette première réunion à Aix sur ce thème ?

"J'ai été un peu bouleversé par les chiffres communiqués par l'association sur la fréquence des violences sexuelles perpétrées sur les mineurs (2 par classe). On avait l'impression d'être conscients de ce problème, mais on a réalisé la nécessité et l'urgence de participer à cette démarche d'information et de protection des mineurs. Il faut remercier Patrice Garcin et l'AUC d'avoir organisé cette réunion, avec une bonne présentation et des échanges intéressants."

– Médecin des équipes de France de taekwondo durant 13 ans, avez-vous été témoin de comportements déviants dans ce domaine ?

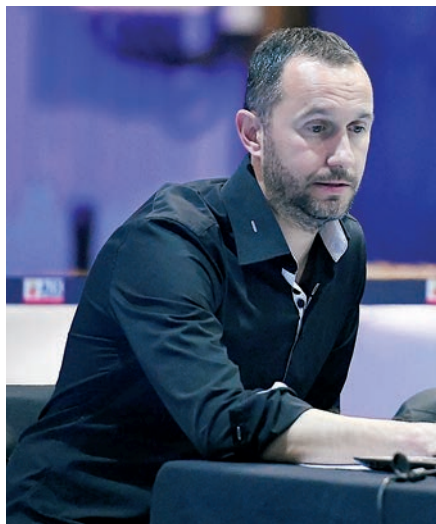
"Témoin, non. Mais on m'a effectivement rapporté des événements antérieurs concernant des athlètes qui auraient subi des agressions sexuelles. Mais je n'ai pas été confronté directement à ce problème dans le cadre de ma mission médicale."

– Que faut-il faire aujourd'hui pour prévenir les risques de dérive ?

"Renforcer et faire connaître cette association "Colosse aux pieds d'argile" qui permet d'identifier les infractions dont les staffs techniques n'ont pas toujours connaissances, telles que le contact physique avec les sportifs mineurs. Selon les disciplines, ils ne sont pas toujours faciles à éviter. En gymnastique, en danse ou en judo, par exemple, comment corriger des postures sans risquer de heurter la sensibilité du jeune sportif ? Il faut être vigilant sur la façon dont le mineur vit la relation avec l'entraîneur. Ne devrait-on pas également éviter que les vestiaires et les douches soit communs aux enfants et aux adultes, afin de respecter la pudeur de chacun ? Il est nécessaire de faire évoluer les mentalités et les règles... et veiller à les faire respecter."

– Et pratiquement ?

"Il serait bon que chaque club puisse informer le public par affichage des numéros d'appel utiles en cas de problème. Cela aurait pour premier effet de freiner et avertir les agresseurs potentiels et de sécuriser les parents."



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 LE BORGNE-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



Baisse la tête...

Quand nous étions gamin, nous entendions souvent dire : "Baisse la tête, tu auras l'air d'un coureur !". Nous avons repensé à cette petite phrase en négociant les derniers mètres de la courte portion de piste cyclable située en bas de l'avenue de Lattre de Tassigny, où il vaut mieux baisser la tête pour ne pas "manger" la verdure tombée du ciel.

Petite remarque légère pour faire observer que si l'on ne peut qu'apprécier les efforts consentis par les collectivités pour proposer des tronçons de route réservés aux cyclistes, on a le droit en revanche de se montrer moins enthousiaste en ce qui concerne leur entretien.

La difficulté pour les cyclistes, c'est d'être invités à poser leurs roues sur un revêtement pas toujours lisse et perpétuellement encombré de petits cailloux, bouts de verre et autres "saloperies" que les autos projettent sur cette partie de la chaussée, lorsque ce ne sont pas brindilles ou petits tas de sable apportés là par les intempéries. Si un jour, on pouvait envoyer des balayeuses mettre les pistes cyclables en état, la vie des cyclistes n'en serait que plus belle.

Chat noir

En théorie, je n'ai pas à critiquer le contenu du magazine que vous avez entre les mains... à la bonne page, dois-je faire remarquer en toute modestie. Mais, cette fois-ci, je ne résisterai pas au plaisir de piquer l'auteur de la jolie couverture du dernier numéro de Sport-Santé, avec pour titre : "Les poloïstes reprennent la main". MDR. Car le lendemain même de l'impression du magazine, les poloïstes en question se prenaient les pieds dans le tapis, avec une méchante défaite chez une équipe mal classée, avant de connaître une fin de saison plutôt merdique, plongeant de la 2^e à la 6^e place.

Rassurez-vous, je ne vais pas m'en prendre aux joueurs. Ils ont le droit de mal jouer. Encore moins au coach, que je n'ai aucune envie de fustiger vu qu'il passe son temps à s'auto-flageller. Tous ceux-là n'y sont pour rien. Le fautif, c'est bien le rédacteur en chef du magazine, ce chat noir qui a porté la poisse aux poloïstes en titrant sur leur réussite. Quand on s'occupe d'une publication qui sort péniblement tous les deux mois, il faut être gonflé pour vouloir coller à l'actualité. Mieux vaut laisser cet exercice aux petits camarades de la presse quotidienne. En effet, entre le moment où Sport-Santé est imprimé et le jour où La Poste se décide à le distribuer aux abonnés, il peut s'écouler une bonne dizaine de dodos, assez de temps en tous cas pour voir une équipe se néguer en championnat... et me donner à moi, un bon prétexte pour ricaner méchamment.

le Méchant

le Marguerite
fait son marché

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

Autres prestations sur commande

Facebook : [foodtrucklemarguerite](#)
(07 63 48 07 55)

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 €

Audacieuse et spectaculaire avancée

Que de chemin parcouru depuis ce jour de 2010 où un audacieux chercheur en sciences du sport, du nom de Jean-Bernard Fabre, entreprit de se lancer dans l'expertise de la performance sportive ! En effectuant les premiers pas de cette démarche innovante, au titre de sa société ESP Consulting, dans un espace de 150 m² aménagé sur le site de Château-Bas, à Mimet, celui qu'on appelle familièrement "JB" pouvait-il imaginer l'ampleur qu'allait prendre son projet ? La réponse est oui. Car l'intéressé, qui affiche depuis le départ une apparente insouciance et une certaine forme de candeur, n'a en vérité jamais douté de sa capacité à réaliser "le rêve de sa vie".

ESP Consulting a ensuite bien grandi sur les hauteurs de la Duranne, de 2012 à 2015, jusqu'à ce que Jean-Bernard Fabre trouve l'opportunité d'implanter son "Centre d'expertise scientifique pour le sport et la santé" sur le site actuel, à proximité du complexe sportif du Val de l'Arc. Une structure de 1200 m² en perpétuel évolution, au gré des avancées scientifiques dans le domaine du sport et des besoins d'un public de plus en plus large, que ce soit dans le secteur médical ou le secteur sportif. L'évolution de ces dernières années a également été spectaculaire, avec le changement d'enseigne, HumanFab ayant remplacé ESP Consulting en 2019 ("pour une question d'internationalisation" dira "JB") et avec l'ouverture, en février 2020, d'une nouvelle structure à Paris, au rond-point des Champs Élysées, à deux pas du Flagship Store d'Adidas. Spectaculaire extension, en effet !

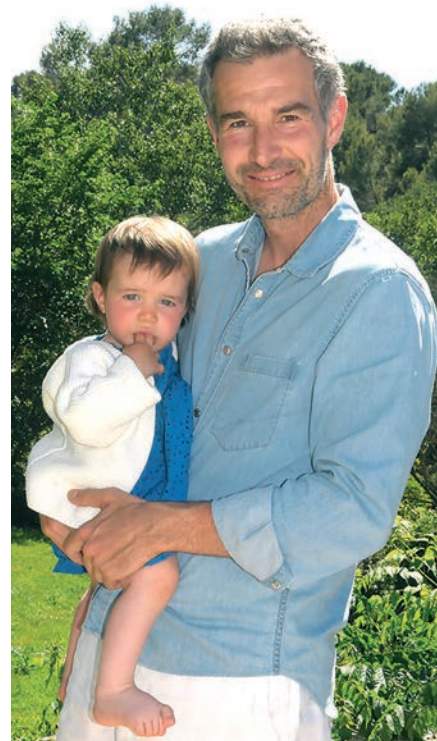
Bientôt une nouvelle tranche

Aujourd'hui, l'entreprise HumanFab occupe à Aix une cinquantaine de personnes, dont 20 professionnels de santé (indépendants), une quinzaine de chercheurs et ingénieurs et une demi-douzaine d'intervenants dédiée au pôle préparation physique. La force de cette institution du sport est de réussir à combiner un centre médico-

sportif, un institut de haute performance et un laboratoire de recherche spécialisé dans l'étude du mouvement humain. HumanFab, centre médical ou centre sportif ? "Nous sommes avant tout un centre sportif", répond Jean-Bernard Fabre. *Notre métier est de comprendre l'homme lorsqu'il interagit avec l'environnement et de découvrir ce dont il a besoin. Ensuite nous mettons à sa disposition un groupe d'experts dédié à son projet. Notre travail consiste à poser un diagnostic, afin de pouvoir proposer des solutions individualisées aux problèmes des sportifs qui viennent à nous.*

La notoriété de l'entité HumanFab, comme ce fut le cas pour ESP Consulting, tient également à son implication dans le monde sportif. Notamment en Pays d'Aix, du côté des poloïstes du Pays d'Aix Natation, des volleyeuses du PAVVB, des tennismen de la Ligue, de quelques pilotes professionnels auto-moto et autres footballeurs, tels que Ibrahima Konaté, le défenseur de Liverpool. Avant cela, doit-on rappeler, ESP Consulting était intervenu auprès des handballeurs du PAUC et des basketteurs aixois.

Ces références comptent pour le "boss", pas seulement parce qu'elles flattent l'image de marque de son entreprise, mais surtout pour l'aspect humain. Car il faut dire que "JB", homme d'affaires avisé, n'en



La plus belle réalisation de Jean-Bernard Fabre tient dans ses bras : Pyla, adorable petite fille d'un an.

est pas moins naturellement tourné vers l'humain, avec beaucoup d'empathie pour les gens du sport. Et ce n'est pas la moindre de ses qualités.

Ah, nous allions oublier !... Les 1200 m² de la structure HumanFab d'Aix s'avérant sans doute un peu justes pour les besoins de l'entreprise, Jean-Bernard Fabre annonce, "sans trembler", qu'une nouvelle extension est programmée et que les travaux, qui débuteront à l'automne prochain, porteront la surface des locaux d'HumanFab à 3800 m². Et "JB" d'annoncer qu'il y aura également quelques surprises en prime.

Vous avez dit extension ?

JB au cœur d'une structure... qui va tripler de surface en 2022.

JB, bien entouré

A 43 ans, fort de 11 années d'avancées au titre de son entreprise, Jean-Bernard Fabre sait ce qu'il doit au soutien et aux conseils de celui qu'il considère comme son "père spirituel" et son "mentor ship". A savoir, Walter Butler, le très réputé homme d'affaires, qui fut co-proprétaire du PSG, de 2006 à 2011, avant l'arrivée des Qataris et fut investisseur dans une quarantaine de grosses entreprises, dont la SNCM. HumanFab possède également aujourd'hui un nouvel actionnaire de poids avec le groupe Faurecia, leader technologique de l'industrie automobile.



HumanFab travaille à l'après-Covid

Si son entreprise a inévitablement subi, à certains niveaux, les effets de la crise sanitaire, Jean-Bernard Fabre a réussi, avec l'esprit positif et l'optimisme qui le caractérisent, à tirer des enseignements positifs de la situation. "Nous avons vécu l'épidémie de façon différente, note JB. Car même si nous avons connu un temps d'arrêt, comme tout le monde, nos activités avec les professionnels se sont en revanche bien développées, si bien que la boîte se trouve en pleine croissance, avec une progression du chiffre d'affaire de l'ordre de 30 %."

Mais au-delà des contingences économiques, la préoccupation première de l'équipe HumanFab a été de travailler sur la question de l'après Covid et les répercussions qui ont pu être observées chez les sportifs, entre le confinement et la sortie de l'épidémie.

"Pourquoi n'apporterions-nous pas notre petite pierre à l'édifice ?" s'interroge Jean-Bernard. Et d'enchaîner : "Nous avons mis au point un programme élaboré, afin d'analyser et évaluer les répercussions du virus sur les sportifs, en pratiquant des tests après Covid et après confinement. Pour cela, nous nous inspirons des enseignements que la littérature scientifique avait tirés après l'épidémie semblable qui avait touché la Chine, en 2002-2003 et qui présente de grandes similitudes avec la crise du Covid-19."

Un virus sournois

La recherche des effets du virus sur la performance sportive est d'autant plus pointue que certains signes peuvent prêter à questionnement. Jean-Bernard Fabre va prendre "un exemple qui parle" et poser une question en forme d'hypothèse : "Le fait que Kylian M'Bappé, testé positif asymptomatique au Covid, ait connu une

baisse de forme durant les deux ou trois mois qui ont suivi, est-il une simple coïncidence ou un effet pervers du virus ? La question peut se poser et mériterait d'être étudiée."

Après qu'il a publié un article sur la question dans le British Medical Journal, Jean-Bernard Fabre a été consulté par un grand club français, lequel a connu plusieurs cas de contamination, notamment au sein de son équipe féminine. Les enseignements sont édifiants, comme l'explique JB. "On s'est aperçu que même en l'absence de symptômes, le virus pouvait provoquer une grande fatigue lors d'efforts à haute intensité et même entre les efforts, dans les périodes de récupération. Ce qui ne peut qu'ajouter au déficit de l'athlète, déjà impacté par la rupture d'entraînement en période de confinement et la déperdition des progrès antérieurs."

Que préconise HumanFab pour prévenir d'éventuelles contre-indications à la reprise du sport après Covid ? "Dans un premier temps, indique JB, nous devons pratiquer une batterie de tests pour les personnes qui ont eu le Covid. Cette précaution est indispensable avant de valider la reprise d'activités. Ces tests permettent d'évaluer l'endurance, le souffle, le rythme cardiaque, mais également la souplesse, la force, la coordination et le système neuro cognitif



Des tests pointus au sein du laboratoire d'HumanFab. Ici avec un footballeur toulousain en test avec Raphaël Manca.

(évaluation du temps entre la prise d'information et le temps de réaction). L'analyse pointue des données doit nous permettre de bien orienter les sportifs dans la reprise de leurs activités."

"Sport Restart et Sport after Covid by HumanFab", tel est le slogan en anglais des nouveaux tests made in HumanFab. Une proposition de plus dans la mission d'encadrement des sportifs que Jean-Bernard Fabre et son équipe poursuivent au quotidien à Aix... et à Paris. "Il est important résume JB, de faire en sorte que tous les sportifs qui ont une envie folle de reprendre, le fassent en limitant les risques de blessures. Il est de notre compétence et de notre devoir d'informer et d'éduquer le mouvement sportif."



Une équipe fidèle

Qu'est-ce que Jean-Bernard Fabre a fait de mieux dans son entreprise ? L'intéressé donne lui-même la réponse : "Avoir su fédérer une famille, plus que des salariés, autour d'un projet." Et de citer quelques noms de collaborateurs praticiens dont il loue la fidélité et la compétence : Baptiste Lacour et Delphine Courtois, les préparateurs physiques (depuis le début), qui sont en rapport constant avec les clubs et les athlètes ; Guillaume Rougier et Kevin Coudron, ostéo et kiné, présents depuis les années à La Duranne et Julien Mazerie, responsable du laboratoire.

Jean-Bernard Fabre entouré d'une partie de sa "garde rapprochée" à HumanFab, avec Jessica Sajous (office manager), Kevin Coudron, Delphine Courtois et Baptiste Lacour.

L'excellente gestion des Parons

Il a fallu beaucoup d'intelligence et de rigueur à la direction de l'institut des Parons pour limiter les effets néfastes de la crise sanitaire. Si le premier confinement a été très difficile à gérer, comme partout ailleurs, on ne peut que rester admiratif quant à la façon dont le très réputé établissement du Pey-Blanc a vécu la situation ces sept derniers mois. Une fois encore, tout a été mis en œuvre par le directeur Thierry Pouplier et son équipe afin de maintenir les activités physiques et artistiques, dont les effets bénéfiques sur les résidents ne sont plus à démontrer.

L'interminable épisode de l'épidémie Covid-19 n'a pas compromis le bon fonctionnement de l'institut des Parons, comme le confirme Daniel Carrasco, président de l'association. "Au départ, rappelle-t-il, la problématique principale a concerné l'information du personnel et des familles des résidents, mais également l'acquisition du matériel de pro-

tection, gel et masques. Nous avons très tôt appliqué les consignes sanitaires et nous sommes restés vigilants sur la surveillance et la prise en compte des contaminations. Nous avons dû gérer quelques cas de Covid, consécutifs aux week-ends passés dans les familles. Mais nous avons pratiqué énormément de tests, afin de limiter la propagation du

virus et de ne pas être contraints à des fermetures de l'institut, en dehors de celles imposées par l'ARS."

Qu'est-ce qui a permis aux Parons de bien négocier la 2^e phase de confinement ?

"Au-delà du respect des règles sanitaires, souligne Daniel Carrasco, nous avons fait du maintien des activités physiques une priorité. On sait qu'elles sont bénéfiques pour nos pensionnaires, à tous points de vue, qu'il s'agisse de l'équitation, du vélo tout-terrain, de la natation (en jauge réduite et avec un suivi particulier) ou du mouvement thérapie, une activité mise en place juste avant la crise sanitaire. On privilégie les activités en extérieur. C'est indispensable pour les autistes qui supportent difficilement le port du masque. Nous avons la

chance, il est vrai, de posséder aux Parons de grands espaces de verdure et de liberté."

Ainsi, si on veut bien oublier les dégâts inévitables provoqués par le premier confinement, l'institut des Parons a réussi par la suite à maintenir une activité normale dans tous les domaines... Sauf en ce qui concerne l'organisation de la kermesse annuelle du printemps, à nouveau reportée pour des raisons bien compréhensibles, "... mais qui n'en sera que plus belle en 2022", promettent Daniel Carrasco et Thierry Pouplier.

Tout laisse à penser, en effet, que le plus dur de la crise sanitaire est passé et que l'établissement des Parons pourra poursuivre son énorme investissement en faveur des personnes en situation de handicap.

UNE ACTIVITE INNOVANTE

Danse mouvement thérapie

Une nouvelle forme d'activité est apparue à l'Institut des Parons à la rentrée 2019-2020, à l'initiative du directeur Thierry Pouplier et des chefs de service, intéressés par ce que pouvait proposer Florence Crespi, de l'association Bleu Kaki, en termes d'accompagnement des résidents. Aujourd'hui, totalement investie dans l'exercice de la danse thérapie (elle préfère l'appellation "mouvement thérapie"), l'ancienne danseuse chorégraphe a trouvé un prolongement enrichissant à sa longue et riche carrière artistique (voir par ailleurs).

Comment explique-t-elle ce virage, pour ainsi dire passionnel, en direction du handicap ? L'intéressée, intarissable sur le sujet, retrace son évolution de carrière, après 40 années consacrées à la danse.

"Au départ, rappelle-t-elle, il y a la danse, comme capacité d'expression, le pouvoir hallucinant de mise en relation des gens, d'incitation à rentrer en contact, à aller vers l'autre, à parler. A la naissance de ma fille Maëlie, il y a 12 ans, je me suis intéressée naturellement au développement de l'enfant, en m'appuyant sur ce que la danse m'avait apportée. En effet, la danse m'a appris à m'accepter telle que je suis, à prendre confiance en moi, à exprimer mes émotions, à les assumer et, surtout, à mieux comprendre les autres. Une démarche instinctive et nécessaire qui m'a fait prendre conscience de l'importance du mouvement du corps. A notre retour à Aix, il y a 7 ans, après avoir suivi une formation en danse thérapie, j'ai

eu l'opportunité d'intervenir au CAMSP d'Aix (Centre d'Action Médico-Sociale Précoce). Mes interventions ont été perçues comme un nouveau regard sur le handicap et son approche thérapeutique. Cela m'a confortée dans ma capacité à apporter quelque chose dans l'évolution des enfants. Le but : moduler le tonus musculaire en le mettant en relation avec les émotions, au cours d'ateliers corps-émotions, sur le thème de la revalorisation de l'estime de soi par le mouvement."

Une belle ouverture

Ses interventions aux Parons, depuis la rentrée 2019-2020, ont donné une nouvelle dimension au travail de Florence Crespi, plus motivée que jamais dans sa proposition de "rééquilibrage par le mouvement dansé". Quelle est la clé de son engagement ? "La confiance que Thierry Pouplier m'a témoignée dès notre premier entre-

tout un art



Florence Crespi et les résidents des Parons en mouvement sur le parvis du Foyer Cézanne.

tien, répond l'intéressée. Il m'a donné carte blanche pour le contenu des ateliers et le timing. Autre point positif : la qualité des échanges avec les éducateurs et personnes d'encadrement de l'institut. On s'enrichit mutuellement dans l'intérêt des résidents."

Les séances qu'elle anime constituent un complément du travail effectué au quotidien par les encadrants des Parons. C'est au foyer Léon Martin que sa pratique – sans doute peu conventionnelle – est la mieux perçue, même si cela ne représente que 2 ou 3 heures d'intervention par semaine.

Comment s'est faite la connexion avec les résidents ? "Le lien affectif qui s'est créé avec eux est à la base de tout. Ils me font confiance et cela me

permet de leur proposer beaucoup de choses. Mais en fait, ce sont eux qui me guident dans mes choix. Nos échanges me profitent autant qu'à eux. Nous sommes au même niveau. J'apprends beaucoup à leur contact."

Le mouvement thérapie, adapté en fonction du profil des personnes prises en charge, s'avère bénéfique pour un certain nombre de résidents qui progressent sensiblement sur le plan émotionnel et dans la relation sociale, que ce soit en travail de groupe ou lors de séances individuelles, comme cela peut s'avérer indispensable.

En s'ouvrant encore à toutes les formes de mouvement, l'institut des Parons ne peut qu'améliorer encore la qualité d'un système éducatif qui fait sa renommée.

INTERVENANTE AUX PARONS

Florence la danse au corps

A 45 ans, Florence ne compte pas moins de... 43 ans de pratique de la danse, un art qui est en elle et constitue son meilleur moyen d'expression. Elle avait tout juste deux ans et demi lorsqu'elle fit ses premiers pas à l'école d'Elisabeth Laurent d'Attainville (méthode Irène Poupard), traverse Notre-Dame, à Aix. Elle y passa une douzaine d'années, ce qui ne l'empêcha pas de pratiquer plusieurs sports parallèlement, notamment la gymnastique sportive à l'AUC, avec Jacqueline et Jean-Paul Gaugey, le ski au SCA de Jean-Pierre Doublet et Gérard Thorel ou, un peu plus tard, le taekwondo sous la baguette "magique" de Philippe Bouédo et de son complice Frankie (une petite médaille de bronze aux championnats de France juniors).

Mais rien ne pouvait détourner "Flo" de la danse. A 16 ans, elle allait passer un cap à l'école de Sophie Rouch, au Studio Aix City Ballet et au Conservatoire, où elle décrocha la médaille d'or en 1993.

Au diable les études, la danse serait son métier. Elle n'avait pas 20 ans lorsqu'elle mit le cap sur Paris et entra dans la compagnie de danse afro-contemporaine d'Irène Tassebedo, avec laquelle elle effectua en 1996 une mémorable tournée internationale, à travers 22 pays du continent africain.

La danse contemporaine l'amena à travailler avec des danseurs chorégraphes réputés, tels que Redha, Bruce Taylor, Stéphane

Locci (dont elle fut l'assistante) ou Karine Saporta, au Centre Chorégraphique national de Caen.

Florence pourrait rappeler pour l'anecdote ou pour "la frime", qu'elle a dansé à Bercy (la "Vie parisienne d'Offenbach"), à l'Opéra Bastille ("Macbeth") à l'opéra Garnier ("Platée", avec Laura Scozzi) et même au Stade de France ("Carmen"). Mais elle retient en premier les années passées dans la troupe de danseurs et acrobates de Notre-Dame de Paris, entre 2001 et 2003. Elle s'est en effet produite durant six mois sur la scène du théâtre Mogador, à Paris et effectua des tournées en France, en Suisse, en Belgique et surtout en Chine, où le spectacle fit un triomphe dans des salles de 10 000 places.

"Ma plus grande expérience, confirme Florence, ce fut Notre-Dame de Paris. Avec 7 spectacles très physiques par semaine, j'ai le sentiment d'avoir fait du sport de haut niveau. Le kiné de la compagnie a eu du travail. Pour ma part, ce fut d'autant plus exigeant que j'étais "swing", comme on dit, c'est-à-dire que je devais être capable de jouer tous les rôles, en fonction des jours de pause des danseuses. Mais on avait un groupe fabuleux. L'esprit d'équipe est très fort dans la danse où on apprend à être tous ensemble dans la

Florence, la danse contemporaine dans la peau.

...Sur la scène de Notre Dame de Paris.



Florence Crespi, en bref

Née le 19 novembre 1975 à Aix. Une sœur, Cécile (47 ans) qui a pratiqué la natation, le judo... et un "brin" de ski, de vélo et de triathlon. Mère de deux enfants : Maëlie (12 ans), qui pratique la danse et l'équitation (au CHAM) et Elliott (7 ans), qui s'éveille au football à Rognes, mais également au kung-fu (CAMC) et au judo (MJC Rognes).

L'ASSOCIATION

bleukaki

Tout un programme

Le travail de Florence Crespi s'inscrit dans le cadre de l'association Bleu Kaki, articulée autour de l'art chorégraphique et de la danse thérapie, sur le thème : "Valorisation de l'estime de Soi par le mouvement dansé".

Cette association, basée à Aix-en-Provence, est administrée principalement par trois Rognens, à savoir la présidente, Myriam Baverel (... finaliste aux JO d'Athènes 2004, en taekwondo), le secrétaire Benjamin Dinet (ancien basketteur et tennisman)... et Florence Crespi, en qualité de directrice de projets et intervenante.

L'objet de l'association, va par définition "de la conception de spectacle à la mission humanitaire, en passant par des interventions en institut et centre culturel et social." Objectif : "maintenir le lien social par la transmission et la vulgarisation de la danse et monter des projets d'échanges et de partages humanitaires par la pratique artistique, en France comme à l'étranger."

Tout un programme...

Le tournant pédagogique

A l'approche de la trentaine, Florence Crespi s'est naturellement tournée vers l'enseignement, sans jamais arrêter de danser. Diplômée d'Etat en danse contemporaine, elle a travaillé dix ans au conservatoire de Sartrouville, sous la direction de Sandrine Samyn, tout en intervenant à l'Académie Internationale de Danse à Paris.

Son travail de chorégraphe est marqué par son souci d'associer des danseurs pros et amateurs, de relier la danse à l'architecture et de provoquer une interaction avec le public. C'est sur ce registre qu'elle participa aux Journées Européennes du Patrimoine et produit un grand spectacle à la Tour Royale, à Toulon, en compagnie de Michaël Vessereau.

Entre 2010 et 2012, la danseuse-chorégraphe amorça son virage vers la danse mouvement thérapie (DMT), à la Schola Cantorum, à Paris. Depuis 2016, elle suit une formation longue sous la direction de Benoît Lesage et Angela Loureiro. Elle a obtenu la certification en

danse mouvement thérapie et structuration psycho-corporelle à l'été 2020. Compétence qui la conforte dans ses interventions aux Parons, mais également au CAMSP (filiale de l'hôpital d'Aix) et à l'hôpital de jour de Salon (CATTP, CMP). Côté danse, Florence Crespi s'est encore produite en solo, il y a deux ans, en Afrique, chez Irène Tassebedo (... sorte de retour aux sources). Aujourd'hui, elle s'inscrit toujours dans une démarche de création et de partage au titre de son association Bleu Kaki et intervient entre autres au Foyer rural de la Roque d'Anthéron et lors d'événements sur la commune de Saint-Cannat. Pour Florence, l'art de bouger se conjugue à tous les temps... et tout le temps.



Aux petits soins pour des personnes sensibles aux gestes d'attention.



L'art de mettre en mouvement des enfants ou adultes de tous horizons.

JEAN-PAUL ET JACQUELINE, REFERENCES DU SPORT

Les Gaugey indissociables

Le nom de Gaugey a une résonance particulière pour les sportifs aixois, mais pas que. De la Bourgogne à Aix-en-Provence, en passant par Paris, Jean-Paul et Jacqueline ont connu une carrière sportive particulièrement riche et bien remplie. A Aix, quand on parle du couple Gaugey, on pense gymnastique sportive, formation, CREPS, rigueur et valeurs humaines. Gros plan et quelques points sur deux grandes figures du sport, indissociables dans leurs trajectoires professionnelles comme dans leur philosophie de vie.

La gym et la bourgogne

La plus grande distance entre Jean-Paul et Jacqueline est à leur naissance. Lui est né le 22 août 1944 à Charlieu, dans la Loire, elle (sous le nom de Brisepierre), le 30 octobre 1945, à Montceau-les-Mines, 75 km plus haut. Leurs débuts dans le sport les rapprochent. Jean-Paul commence la gym à 9 ans à Montchanin... non loin de Montceau-les-Mines où Jacqueline se met à la gym à 10 ans.

Les deux jeunes gymnastes sont évidemment doués et les résultats vont le prouver. Pour Jean-Paul, on notera essentiellement des titres de champion de Bourgogne individuels en minimes, cadets et juniors et, un peu plus tard (1967), un titre de champion de France universitaire par équipe avec l'IREPS de Lille. Pour Jacqueline, on va monter en niveau. On passera donc sur les multiples titres remportés chez les jeunes et, très tôt, chez les seniors, pour ne retenir que les faits marquants d'une carrière internationale bien remplie entre 1963 et 1968. A savoir : une participation aux JO de Tokyo en 1964, un titre de championne

de France en 1966, à Lyon (sans parler de tous les titres par équipe avec le Monceau Fémina) et une autre participation aux Jeux Olympiques 1968, à Mexico, avec une 7^e place par équipe et une 27^e place individuelle.

Profession, prof EPS

Nos deux gymnastes de haut niveau ont choisi inévitablement le parcours universitaire qui mène au professorat d'EPS. A 22 ans, Jean-Paul est déjà professeur d'EPS et Jacqueline sortira major du concours de recrutement. Le premier terminera professeur supérieur de sport et la seconde professeur agrégé hors classe. Cela n'empêche pas cette dernière de continuer sa carrière de gymnaste jusqu'en 1974 et de repartir quelques années plus tard aux JO de Montréal 76, au titre de capitaine de l'équipe de France.

1976, c'est l'année où Jean-Paul boucle un cycle de 5 années d'enseignement au Lycée Vauvenargues et met le cap sur le CREPS d'Aix pour 8 ans (1976-1984) en tant que professeur. Il y rejoint



Jean-Paul et Jacqueline Gaugey, indissociables et inséparables...



... comme à l'époque où ils ont développé la gymnastique sportive à l'AUC.

Jacqueline, déjà en poste depuis 1971, pour enseigner entre autres... la gymnastique. En 1984, Jean-Paul sera directeur adjoint du CREPS, aux côtés de Roger Roustouil.

La relance de l'AUC gym

Mais entre-temps, le couple Gaugey (ils se sont mariés le 7 février 1970 à Monceau-les-Mines) a fait deux beaux enfants, Olivier et Anne et a entamé une relance de la section Gym de l'AUC (présidée par Roland Carrasco) et changer le décor de la discipline à Aix. L'histoire commence en 73-74 et durera jusqu'en 1990. En 17 années d'un investissement passionné

et bénévole, les Gaugey vont faire de la gym une des disciplines en pointe du sport aixois. L'AUC qui comptait à leur arrivée une cinquantaine de licenciés garçons, va atteindre le nombre impressionnant de 600 gymnastes, dont 500 filles. Les résultats suivent dans les compétitions aux niveaux régional et interrégional. Et ce n'est pas tout. Le couple Gaugey se démène également au niveau des organisations. On garde en mémoire les rencontres internationales à Louison-Bobet et le prestigieux gala organisé en 1976 avec la présence de l'équipe de France et Henri Boerio.

Des responsabilités importantes

L'aventure AUC coupe court en 1990, les Gaugey étant éloignés d'Aix en raison de leurs obligations professionnelles. Jean-Paul monte à l'INSEP de 90 à 97, comme responsable



Photo mémorable du grand gala de gymnastique organisé par l'AUC au gymnase Bobet. Les Gaugey entourent Danielle Scotto, le regretté Lucien Courmand (alors directeur des sports) et le champion français Henri Boerio.

Bernard Gaume



Salut l'artiste !

Nous avons appris tardivement et avec tristesse la disparition de Bernard Gaume, à l'âge de 74 ans. Voilà un homme qui a compté dans le monde du basket, un sport qu'il pratiqua essentiellement à la Chorale de Roanne, puis au PUC et au Stade Français, lorsqu'il monta à Paris pour faire ses armes dans le monde de la publicité.

Bernard se fit connaître à son arrivée à Aix à la fin des années 70, comme directeur sportif de l'ASPTT Aix, aux côtés du président Jean Schollé et de l'entraîneur Pierre Messonnat. Il y eut ensuite les belles années à Rousset, où il permit au club de la famille Peisson de grimper du niveau régional jusqu'à la Nationale 3, au milieu des années 80. Mais c'est au sein du grand club d'Antibes qu'il allait accomplir le meilleur de sa carrière de directeur sportif et manager général et ce durant plus de 10 ans, avec deux courtes parenthèses : une dans le football américain chez les Argonautes et une autre dans le handball, à l'OM Vitrolles de la grande époque, au milieu des années 90. Bernard Gaume était revenu à Antibes jusqu'en 2001, avant de prendre quelques distances avec le sport et de se remettre passionnément à la peinture, dans sa maison de campagne de Rousset... "Le Masket".

Nous avons su plus tard qu'il était reparti en 2016 à Roanne, là où il avait gardé de solides attaches et où son fils Raphaël avait accompli une partie de sa carrière d'entraîneur et formateur de basket. L'artiste Bernard Gaume a eu aussi sa part de succès à travers de multiples expositions, en France et en Espagne. Et lorsqu'il venait nous faire un petit coucou, en passant à Aix, il parlait davantage de peinture et de sculpture que de basket et de sport.

L'homme était attachant, passionné et passionnant par son discours à la fois enthousiaste et nuancé.

De ce personnage important, par sa dimension humaine... et sa stature, mais également par ses compétences dans le management sportif, fonction dont il fut un des précurseurs, nous garderons le souvenir d'un type bien, attentif aux gens et résolument créatif.

Nos pensées vont à son épouse Nicole, ancienne volleyeuse de talent, à ses grands enfants sportifs, Julie, Fleur (anciennes nageuses de l'AUC), Raphaël (grande carrière dans le basket) et à ses huit petits-enfants.

de la formation, avant d'aller diriger le CREPS de Macon les trois années suivantes. Quant à Jacqueline, elle est directrice nationale de l'UNSS de 90 à 95 et inspectrice de l'Académie de Paris de 96 à 2004.

Le retour à Aix est pour l'an 2000, Jean-Paul étant appelé à la direction du CREPS d'Aix, avec pour mission de mettre en place le CREPS PACA (Antibes, Aix, Boulouris) dont il sera directeur général jusqu'en 2004. Pour compléter le tableau des références, on dira que Jean-Paul Gaugey, côté distinctions, est titulaire des Palmes académiques et de la Médaille d'or de la Jeunesse et Sports... et que Jacqueline est allée plus

Jacqueline, fière de ses enfants, Olivier (qui allait faire du cyclisme et du tennis) et Anne (futur gymnaste de talent, championne de France scolaire avec l'équipe du collège Arc de Meyran). C'était il y a près de 40 ans.



haut, puisqu'elle a été promue au grade de Chevalier de la Légion d'Honneur le 31 décembre 1912. Autant de références dont peuvent être

fiers leurs deux grands enfants, Olivier (50 ans, directeur des parfums Bulgari) et Anne (45 ans, professeure des écoles)... et leurs quatre petits-enfants.

Parlons sport

Neuf questions au couple Gaugey

– Que retenir-vous en premier de vos 45 années de gym ?

Jacqueline : "Que du bonheur et de bons souvenirs, même si l'investissement était important : beaucoup d'heures d'entraînement, pas de sorties le week-end... Faut aimer."

Jean-Paul : "Surtout l'évolution technique et les méthodes d'entraînement. Aujourd'hui, on est sur une autre planète."

– Votre meilleur souvenir de gymnaste ?

J. : "Les JO de Mexico. L'accueil était festif, avec les mariachis qui nous attendaient à la sortie de l'hôtel ou au village olympique."

JP : "Notre titre de champion de France universitaire avec Lille. C'était la première fois qu'on battait l'Insep."

– Qu'est-ce que vous avez réalisé de mieux dans votre carrière professionnelle ?

J. : "La rédaction et la mise en œuvre de la Charte du sport scolaire, qui fait référence depuis 1998. Mais également l'organisation de la formation des jeunes arbitres."

JP : "En qualité de Vice-président du réseau européen des Instituts en Sciences du Sport, de 1990 à 2001, j'ai eu l'impression de vivre l'évolution de l'Europe à travers le sport et le sentiment d'avoir contribué à l'harmonisation des formations sportives au niveau européen."

– Quel regard portez-vous sur l'évolution du sport français ?

J. : "Je me demande comment on peut arriver à une telle technicité, surtout en gym, aux barres asymétriques. Je suis également intéressée par

l'importance qu'a pris le sport santé et la nécessité de faire du sport... peut-être trop souvent de façon individualiste, au détriment sans doute de la fonction sociale du secteur associatif."

JP : "Il me semble que l'aspect économique a trop pris le dessus. On ne met pas assez en avant l'importance du bénévolat, sur lequel repose certainement encore pour un moment le sport. J'ai le sentiment aussi qu'on est devenu plus réactif que pro-actif. Qu'est-ce que les dirigeants du sport ont mis en place pour compenser les effets de la crise sanitaire, l'individualisation de la pratique du sport ? Est-ce que, dans les années qui viennent, on va revenir au nombre de licenciés d'avant confinement ?"

– Quel est votre appréciation sur le sport aixois ?

J. : "Le sport de haut niveau a pris une dimension certaine, avec de bons résultats. Mais est-ce que cela correspond à une plus grande pratique du public ?"

JP : "Le sport aixois s'est amélioré sur les trois secteurs : équipements, niveau de l'encadrement et résultats. Bonne chance à lui pour les prochaines échéances !"

– Que faudrait-il améliorer en priorité ?

JP : "Aller davantage vers le sport social. Le haut niveau est là. Il faut que son image de marque rejaillisse sur le social et la formation des jeunes. Le water-polo et le handball aixois sont de bons exemples d'équilibre entre les secteurs du haut

niveau, de la formation et de la communication."

– Comment voyez-vous évoluer le CREPS, institution qui vous est chère ?

JP : "La fusion des trois CREPS d'Aix, Antibes et Boulouris constitue un outil formidable. Et je comprends d'autant moins qu'on envisage d'amputer une partie de la surface du CREPS d'Aix pour un projet immobilier. Supprimer des espaces verts au service de la collectivité pour entasser des gens dans des immeubles, je trouve cela désolant."

– Un mot sur la perspective de JO de Paris 2024 ?

J. : "Cela va servir la région, notamment avec la décentralisation des épreuves de voile à Marseille. Mais la question est de savoir si le pays ne risque pas de payer le prix d'une telle organisation, comme cela a été le cas pour certains pays."

JP : "L'organisation des Jeux Olympiques est un bien pour la France. Cela permet de développer plein de projets à tous les niveaux et dans tous les secteurs : installations, équipements sportifs, formation, détection... Mais il faut garder une bonne mesure dans les dépenses."

– Quels sont les autres centres d'intérêt des Gaugey aujourd'hui ?

Tous deux : "Une passion commune pour le bon vin à partager avec les amis, dans une belle petite cave dans notre maison de Saint-Véran, en Bourgogne et les balades avec les copains dans la vallée de l'Ubaye, au Super Sauze. Donc : passion, amitié."

UNE APPROCHE SAINE DU TENNIS

Cyril Féris formateur de l'ombre

Comme il ne fait pas beaucoup de bruit, on pourrait sous-estimer la place que Cyril Féris occupe dans la formation des jeunes joueurs de tennis et principalement au sein du Country Club Aixois, où il mit les pieds pour la première fois sur un court, à l'âge de 8 ans.

L'homme est "clean", s'il est permis d'utiliser cet anglicisme, incapable de tricher sur le court comme dans le discours et surtout trop bien élevé et bienveillant pour prêter le flanc à la critique. Au sein de l'équipe pédagogique du Country, qu'il a intégrée en 1990 ("... un an avant Guillaume Bousquet", s'amusa-t-il à faire remarquer, en guise de clin d'œil à son ami du CCA), Cyril Féris fait l'unanimité. Et même au-delà, si l'on se fie à

l'avis d'Eric et Agnès Marche, anciennes figures du tennis régional, qui voient en lui "un homme de l'ombre qui mérite d'être mis en lumière". Ce que nous tentons de faire en jetant un coup d'œil rétro sur la carrière bien remplie de cet amoureux du tennis, dont la vocation d'éducateur et formateur a pris très tôt le pas sur ses ambitions de joueur.

« Je passais des heures à regarder faire les pros »

Il est vrai que le gamin qui avait débuté au Country, avant de passer aussitôt au Puy-Sainte-Réparate, à l'école d'Alain Racassa, ne débuta véritablement les tournois qu'à l'adolescence, progressant de non classé à 15/2 en l'espace de 3 ans. A 18 ans, Cyril intégra le TC Club de Venelles de Bernard Vieu et Jean-Claude Thomas et fit partie de l'équipe championne de ligue qui accéda à la Pré-nationale en compagnie de Bernard Vieu, Laurent Ollivier... et d'un certain Guillaume Bousquet, aujourd'hui responsable de l'école compétition du Country. Après quelques années à Venelles, Cyril Féris connut deux courtes mais enrichissantes expériences à Aix, que ce soit à l'AUC, avec François Pierson et Andrew Robinson ou au Set Club, aux côtés d'Agnès et Eric Marche. Mais c'est au début des années 90 que Cyril allait trouver ses véritables points d'attache et continuer à conjuguer, avec la constance et le sérieux qui le caractérisent, sa vocation d'entraîneur (il avait obtenu son BE à l'âge



Cyril Féris, droit dans les yeux.

de 18 ans) et le plaisir de jouer au tennis. Revenu donc au Country Club Aixois à 24 ans, comme joueur et éducateur, il ne tardait pas à se dédoubler, en enseignant parallèlement au TC de Lourmarin. Si bien que l'intéressé peut se prévaloir aujourd'hui d'une double et très compatible appartenance, qui dure depuis 30 ans et lui convient à merveille. C'est cependant au Country que le joueur aura le mieux progressé. A l'entraînement de son ami Guillaume Bousquet, il est monté jusqu'à 5/6 et a connu quelques belles satisfactions, telles que le titre de champion de Ligue des +45 ans, obtenu en 2017. "Mais je n'ai jamais eu l'ambition de faire une carrière de joueur, précise Cyril. J'ai toujours accordé la préférence à l'enseignement. Déjà, lorsque j'étais jeune, je passais des heures à regarder faire les pros."

Cyril Féris, en bref

1,78 m – 71 kg

Né le 17 mars 1966, à Aix.

Vit en couple avec Séverine. Ils sont parents d'un garçon de 9 ans, Hugo, qui s'éveille au sport par le tennis, l'escalade et la natation. Cyril a trois sœurs : Myriam (60 ans), Karine (58 ans) et Aurélie (48 ans), ancienne championne de Provence de tennis (classée 0). Cette dernière est journaliste à La Provence.

Prof de tennis, titulaire du BE 2 (qu'il a passé en même temps que Jean-Bernard Fabre et Bruno Clément), Cyril s'occupe au Country de l'école de compétition, du cours adultes et de la classe sport du collège Sacré-Cœur. Il est par ailleurs capitaine de l'équipe +45 du CCA.

Classement actuel : 15/2



"Le beau geste", expression consacrée, illustré par Cyril Féris.



Avec les jeunes de la classe sport du Sacré-Cœur et l'ami Bruno Clément (à g.).

Le plaisir d'enseigner s'est souvent doublé du plaisir de voir passer de beaux joueurs à l'école du Country, tels qu'Arnaud Clément, Sébastien Dechaunac et autres Rémy Fénéon et Arnaud Lofficiel. Il garde également un vivant souvenir, partagé avec Marc Verpeaux, de l'époque où il fut capitaine de la belle équipe féminine qui accéda à la Nat 1 B, avec les espoirs de l'époque : Emmanuelle Derly, Elisabeth Galphin, Vanessa Pardo, Julie Vaz et Aurélie Férés (sa frangine). On peut noter encore qu'il participa à la progression de la Boucaine Léa Tholey, lorsqu'elle était minime, avant qu'elle ne parte pour le pôle espoirs de Talence, puis à l'Insep (elle est aujourd'hui n°51 française et joue sur le circuit international).

Eternel chercheur

A la question de savoir ce qu'il a réussi de mieux dans sa carrière tennistique, Cyril Férés se montre plutôt réservé, considérant avec humilité et abnégation que les succès qu'il a connus appartiennent aux autres. "Ce que j'ai fait de mieux, dit-il néanmoins, c'est durer dans le temps, être toujours là, patient et passionné."

A 55 ans passés, Cyril estime qu'il a encore trop de choses à apprendre pour se reposer sur son vécu. "Je suis toujours en formation, confirme-t-il. Je suis curieux des avancées de notre sport et je cherche constamment à être meilleur enseignant. Aussi, je travaille régulièrement avec Olivier Letort, un BEES 3°, spécialiste de la pédagogie."

L'éternel chercheur aixois, dont la vie tourne autour du tennis, n'a pas fini de transmettre sa passion aux jeunes (joueurs ou formateurs), toujours avec autant de constance que de bienveillance, deux termes qu'il fait rimer au quotidien et toujours avec la même passion.

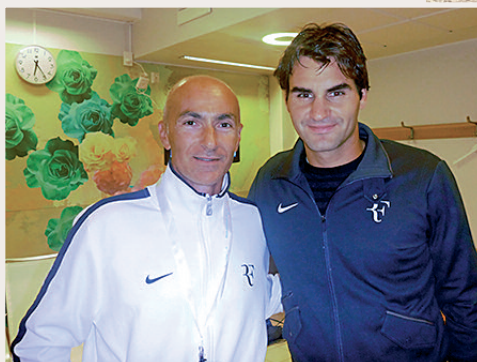
Inoubliable Wimbledon

En plus de 45 ans de tennis, Cyril Férés a accumulé une foule de souvenirs. Mais les plus marquants sont liés à son amitié avec Arnaud Clément, l'emblématique champion aixois.

"Pour mes 40 ans, en 2006, rappelle Cyril, j'ai été invité par Arnaud au tournoi de Wimbledon. Un souvenir extraordinaire dans le temple du tennis, où j'ai vu Rafael Nadal, futur finaliste de 20 ans, battre André Agassi, qui jouait là son dernier match à Wimbledon. Et puis, il y a Stockholm en 2008 et, surtout, la tournée américaine de 2010, sur laquelle Arnaud m'a demandé de l'accompagner et de participer à ses entraînements. On a fait Indianapolis, Newport et Aptos, en Californie. Je ne dirai jamais assez à quel point Arnaud peut-être bienveillant et généreux avec ses amis."



S'il n'a pas atteint les sommets à l'ATP, comme son ami Arnaud Clément, Cyril a néanmoins gravi avec lui la montagne Sainte-Victoire.



Roger Federer, le roi de Wimbledon, visiblement très fier de poser aux côtés de Cyril.

Tennis de table

Une belle médaille pour Audrey Paysserand

Le Club Handisport Aixois présentait deux pongistes aux championnats de France de tennis de table, du 22 au 23 mai derniers à Maizières-lès-Metz, en Moselle. Il s'agit d'Audrey Paysserand et Lionel Diallo, en catégorie joueur debout. En terminant 3^e en double mixte, Audrey remporte une belle médaille de bronze. En simples, dans un tableau très relevé avec des internationales, dont une championne paralympique, Audrey a fait bonne figure en prenant un set à chaque rencontre. Elle termine à la 6^e place. Quant à Lionel Diallo, il se classe 10^e en simples 14^e en double hommes, après certains matchs très accrochés.

Le CHA se félicite d'avoir participé à ce championnat de France très bien organisé, en respect des règles sanitaires et dans l'esprit d'une belle manifestation handisport.



Ici aux côtés de son copain du CHA, Bernard Oliveros.



Audrey Paysserand était d'attaque en Lorraine.

Respirer...

Après 15 mois de privations en termes de compétitions, de séances d'entraînement régulières, d'accès au lieu de pratique de leur discipline et, tout simplement, de liberté, les sportifs aixois peuvent enfin respirer.

Souffler... s'essouffler, transpirer, échanger, rire... ou râler, autant de verbes qu'on conjugue à nouveau depuis quelques semaines et, nous l'espérons, pas seulement au temps présent. En espérant que le futur ne soit pas conditionné par une récurrence de l'épidémie.

Images de quelques belles éclaircies du printemps, du côté de la piscine, de la piste d'athlétisme ou de la Maison des Arts de Combat.

ENFIN

Cette nageuse respire-t-elle enfin ?

Photos Sylvain Sauvage



Une belle compétition organisée par la section nage avec palmes d'Aix Natation.

La palme aux palmes

De toutes les disciplines pratiquées en installations fermées à Aix, la nage avec palmes est sans doute celle qui s'est le mieux accommodée de la crise sanitaire. Après avoir réussi à organiser un meeting haut niveau en plein confinement, au mois de janvier, le PAN a remis le couvert, à la mi-mai, pour le championnat national élite.

Le PAN Nage avec palmes a présenté pas moins de 23 nageurs à ce championnat, sélectif pour les équipes de France élites, juniors et U16. Les Aixois entraînés par Cyril Aoubid ont bien passé cet "examen", puisqu'une dizaine d'entre eux a réalisé les minimas et vont donc intégrer les sélections nationales pour les compétitions internationales.



Les nageurs avec palmes du PAN très en vue à la piscine Yves-Blanc.



Champions les sprinters !

Une des belles satisfactions enregistrées par Aix Athlé aux championnats départementaux disputés le 30 mai dernier à Aix : la victoire du relais 4 x 100 m cadets, en 46" et poussières, temps convenable pour des garçons logiquement en retard de préparation, avec seulement une seule séance de passages de témoin, sous la direction de Stéphane Lazarini, leur coach expert.

Après la course, la bonne humeur est sur les visages de Stéphane Lazarini, Sévan Thiery, Yoann Lopez et Thomas Bertrand (de g. à dr.).



Ils ont pointé à nouveau les fleurets sur la piste.

Les jeunes ont retrouvé la **MAC**



La longue fermeture de la Maison des Arts de Combat a mis à mal le fonctionnement des clubs résidents, invités à limiter leurs activités à quelques séances en plein air, par petits groupes, loin des tatamis et pistes d'entraînement. La réouverture, effective depuis le 19 mai, si elle n'a concerné, dans un premier temps, que les moins de 18 ans, aura néanmoins permis de relancer la formation pour quelques semaines... juste avant les vacances d'été. Ainsi, les jeunes ont repris l'escrime à l'étage, sous la direction des maîtres d'armes Hervé Tabarant et Nicolas Wagner et les tatamis ont retrouvé de l'animation au rez-de-chaussée avec les séances d'arts martiaux. En espérant que les adultes pourront à leur tour retrouver durablement la MAC.

◀ *Remise en condition physique pour les jeunes escrimeurs.*

▶ *La petite Stella s'est remise au taekwondo de bon cœur.*



Un groupe d'enfants à la séance de taekwondo au dojang de la MAC, sous la direction de Maître Jean-Pierre Sicot (à g.), assisté de Francklyn Jacques (à dr.).



GITES DE CARACTERE A FORCALQUIER

Le bon plan de Marc et Cathy

L'endroit vaut le détour. Nous l'avons fait d'autant plus volontiers que les hôtes du "Vieux Moulin des Charmelles" ne sont autres que Marc Dutti et Catherine Talec, deux sportifs connus de notre région, aussi avenants que créatifs.



Marc Dutti et "Kti" Talec, bien dans leurs murs.

Le couple est tombé sous le charme de ce domaine de rêve, situé à quelques centaines de mètres de l'entrée de Forcalquier, au point de décider d'en faire leur résidence, mais également un lieu d'accueil. Avis aux personnes sensibles à la beauté de l'environnement et au savoir-recevoir des tauliers.

Il est vrai que le Vieux Moulin des Charmelles, situé dans un merveilleux parc de verdure d'un hectare et demi, a tout pour plaire. Au sein de la grande



Une jolie façade et un platane "monstrueux".

bastide du 19^{ème} siècle, en partie masquée par un immense platane de 300 ans d'âge, Marc et Cathy ont conçu et aménagé avec beaucoup de goût un ensemble de 4 gîtes, des appartements de 50 m² tout équipés. Le tout agrémenté (depuis les aménagements de l'hiver dernier) d'installations annexes propres à satisfaire les sportifs : espace bien-être, salle de remise en forme, spa, sauna...

Un cadre de verdure exceptionnel.



Et pour ceux qui estimeraient que le petit bassin extérieur est limité pour la préparation aux épreuves de natation des Jeux Olympiques, il reste la possibilité d'aller patauger dans Le Beveron, le joli ruisseau qui coule en bas de cet espace naturel exceptionnel.

L'art de vivre et de recevoir n'étant pas la moindre des qualités de Marc Dutti et Catherine Talec, deux sportifs à l'infatigable vitalité, nous pouvons recommander l'endroit sans risque de nous tromper. Un bon plan, assurément.

(contact : catherine.talec@orange.fr)

CATHERINE TALEC

Les routes de la liberté

Nous lui avons consacré un sujet, il y a une huitaine d'années, sous le titre "Phénoménale Catherine Talec", à partir des admirables performances cyclistes réalisées par cette femme d'exception, sous le maillot de l'AVC Aix, club dont elle occupait alors le poste d'assistante de direction.

En 2012, l'ancienne jeune basketteuse, venue au cyclisme à l'âge de 20 ans, s'était payé le luxe d'un double titre de championne de France Masters (45 ans et plus), dans la course en ligne, puis au contre-la-montre (... sans parler du titre UFOLEP remporté juste après

dans le chrono, à la moyenne horaire de 42,232). Il est vrai qu'un quart de siècle plus tôt, la jeune Talec avait connu le haut niveau, dans le sillage de championnes telles que Jeannie Longo et Cécile Odin, mais sans véritables objectifs de carrière, trop attachée (déjà) à une forme de liberté à laquelle elle ne renoncerait jamais. Sportive dans l'âme, elle resta cependant très active, passant allègrement du vélo à la course à pied et inéluctablement au triathlon, non sans quelques résultats significatifs.

Aujourd'hui, "Kti" (elle signe ainsi ses SMS) se donne à fond dans

sa nouvelle vie au Vieux Moulin des Charmelles et consacre moins de temps à la pratique du sport. Mais nous déconseillerions à quelque fortiche des sorties cyclos de la prendre de haut sur le vélo, car cette femme de 56 ans, au potentiel physique exceptionnel et au caractère bien trempé, n'est pas du genre à se faire sortir des roues. Il y a quelques années, d'ailleurs, nous l'avons vu rivaliser avec de jeunes gaillards de 2^e catégorie dans une course à Rousset. Aujourd'hui, en la voyant avancer avec autant d'énergie et de détermination dans le projet qu'elle partage avec Marc Dutti, on se demande ce qui pourrait l'empêcher de réussir ce nouveau challenge... sur les routes de la liberté.



Quand Cathy Talec faisait rimer puissance et élégance sur une bicyclette

MARC DUTTI

Itinéraire d'un baroudeur

L'homme dégage quelque chose d'éminemment positif. Marc Dutti, c'est la force tranquille, un regard bienveillant sur les gens et, à côté de cela, une capacité intacte à "s'agiter" dès qu'il est question d'entreprendre. L'énergie qu'il a déployée pour la réfection du Vieux Moulin des Charmelles, facilitée il est vrai par son aptitude aux travaux manuels (n'a-t-il pas eu une formation de menuisier ?) n'est pas sans relation avec un parcours sportif que l'intéressé évoque avec beaucoup d'humilité.

Le gamin qui débuta au football en poussins à Bouc-Bel-Air, ne manquait pas de jugeote. Ce n'est pas par hasard qu'il fut détecté par l'Olympique de Marseille. Il y joua en minimes et en cadets, non sans remporter un titre de champion de Provence, au sein d'une équipe où évoluaient certains futurs "Minots de l'OM", tels que Jean-Yves Francini. Revenu à Bouc-Bel-Air en juniors, Marc Dutti allait plus tard être recruté par l'AS Gardannais de Lucien Cossou, après avoir vécu une période militaire marquante (il fit l'armée dans les parachutistes et participa à une intervention au Liban avec les Casques Bleus), puis un départ tout aussi engagé dans la vie professionnelle (création de sa 1^{ère} entreprise de menuiserie à l'âge de 22 ans puis, avec son frère

Patrick, de l'entreprise de terrassement et de transport qu'ils développent depuis maintenant 35 ans).

Sous le maillot de l'équipe seniors de Gardanne, au milieu des années 80, Marc Dutti s'est imposé comme un défenseur particulièrement énergique, "un joueur comme tous les entraîneurs rêvent d'en posséder", selon les termes à l'époque de son coach Vincent Randazzo. L'enfant de Bouc-Bel-Air reconnaît qu'il était plus physique que technique et rappelle, avec amusement, que chez les jeunes, on l'avait surnommé "le sécateur".

Le footballeur et chef d'entreprise nourrissait également d'autres passions depuis l'adolescence, notamment la moto enduro et la boxe, discipline que Marc Dutti pratiqua en loisir au Boxing Club Sextius de la famille Baumas. Son amour du noble art le conduisit plus tard à passer ses diplômes (prévot en 2009) et à s'occuper des boxeurs aixois avec beaucoup de générosité, comme ne manquent de le souligner avec reconnaissance les plus illustres de ses poulains, Sofiane Bellahcene, Abdel Achour et Mohamed Khadraoui.

Aujourd'hui, le "néo-sexagénaire" (il est né le 2 février 1961, à Gardanne), se contente de faire un peu de vélo dans la roue de Cathy Talec. "Très modeste", s'empresse-t-il de préciser. Le vieux baroudeur qu'il est, connaît trop la vie pour "se la raconter".

◀ Marc et Cathy aux petits soins pour le boxeur Sofiane Bellahcene.

Marc Dutti au sein de la belle équipe de football de Gardanne, au milieu des années 80.

Le pari gagnant de Lionel Pierotti

Le 22 avril dernier, Antoine Griezmann, star du football, a ajouté une sympathique victoire à son joli palmarès... celle de Hooking, un des galopeurs de son écurie, qui a gagné la course du Quinté sur l'hippodrome de Paris-Longchamp. Comme beaucoup de sportifs ou anciens sportifs intéressés par la question hippique, notre ami Lionel Pierotti a également trouvé un prolongement ludique à sa passion du sport. L'ancien joueur de l'AS Aixoise, de Trets et Cabriès Calas, qui a gardé l'esprit d'équipe cultivé en 28 années de foot, s'est associé avec ses amis Franck Menotti, Daniel Denizon, André Damance, Jean-Pierre Manacorda et leur entraîneur driver attiré, Virgile Foucault, pour constituer une petite écurie de cinq trotteurs, dont nous suivons les performances avec un vif intérêt.

"Depuis l'âge de 20 ans, se rappelle Lionel, je rêvais d'avoir un cheval. Je me suis lancé dans cette aventure il y a trois ans et je prends beaucoup de plaisir à suivre nos trotteurs. Dommage que mon père (Pierrot, qui nous a quittés en 2018, ndr) n'ait pas eu le temps de partager ça avec moi."

Actuellement arrêté au niveau professionnel pour des raisons de santé, ce fidèle collaborateur du Crédit Agricole Alpes Provence (...depuis 1984), ne regrette pas ce petit "placement" raisonnable dans le secteur hippique. Cela lui donne le loisir de suivre, avec l'œil du propriétaire, les cinq trotteurs confiés à l'entraînement de Virgile Foucault et qui ont pour noms : Hefira

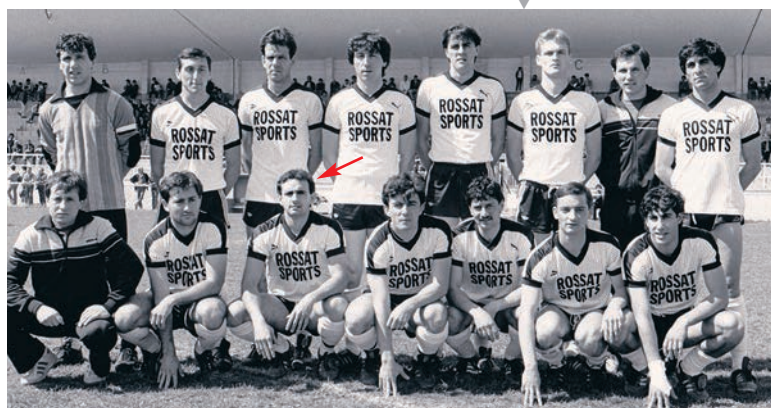
Lionel Pierotti, un petit pied dans le monde des courses de chevaux.

Desbois, Evemax des Isles, Euripide Ludois, Fire of Carless et le petit dernier, Ino Ludois, un 3 ans qualifié avec une réduction kilométrique de 1'18"7. Lorsque les résultats sont là, le plaisir n'en est que plus grand. Ainsi, le 2 mai dernier, Lionel a eu la joie d'assister à la belle victoire de Hefira Desbois à Lyon-Parilly. Mais il nous confiera que son meilleur souvenir reste le premier succès d'Evemax des Isles, dans sa spécialité du trot monté. Il retient aussi les belles sorties d'Euripide Ludois, ("celui qui a le plus de qualité")... un cheval dont son frère Alex, ancien coureur cycliste de l'AVCA, possède également "une petite oreille", selon l'expression du milieu hippique.

Lionel Pierotti n'a certes pas l'ambition de voir un des trotteurs de l'écurie amicale participer au Grand Prix d'Amérique. "Le but, dit-il, est de passer de bons moments entre potes". En tout cas, son pari de mettre un pied dans le monde des courses, côté balances, s'est déjà avéré gagnant. La suite ne sera que du bonus.



Après la victoire de Hefira Desbois à Lyon-Parilly, la traditionnelle photo avec (de g. à dr.) Virgile Foucault, Chloé Develay, Sylvain Dupuis, Lionel Pierotti, Sylvie Pierotti (la frangine) et Patrice Lebouteiller.



L'AS Aixoise renaît... à 80 ans

Après sept années d'un excellent travail de relance, sur le plan financier comme dans le secteur sportif, la direction du Pays d'Aix Football Club a décidé d'opérer une jolie marche arrière, non pas sur ses convictions en termes de fonctionnement et de gestion, mais tout simplement à propos de la dénomination du club. Ainsi, depuis le 1^{er} juin dernier, le PAFC est devenu, ou plutôt redevenu, ASA. Et ce, l'année même du 80^{ème} anniversaire du plus grand club de football de l'histoire du sport aixois. Petite explication.



Sébastien Filippini, un président qui donne beaucoup de son temps et de son énergie pour faire évoluer le plus grand club de football du Pays d'Aix.

Les anciens n'ont pas oublié cette belle équipe de l'ASA du milieu des années 50, au sein de laquelle Lucien Cossou et Guy Méano ont débuté leurs belles carrières professionnelles.



A son arrivée à la présidence de l'AS Aixoise, il y a 7 ans, il était apparu comme une évidence à Sébastien Filippini qu'il était nécessaire de changer le nom d'un club dont l'image de marque était alors sévèrement écornée. En cause : une gestion pour le moins chaotique de la part des précédents présidents. Une mauvaise gestion humaine autant que financière, peu compatible avec l'assurance de bonnes relations avec les partenaires institutionnels et privés.

A l'époque, Sébastien Filippini a donc pris la responsabilité de rompre avec le passé d'un club qui, il est vrai, avait déjà connu une grosse déconvenue, vingt ans plus tôt, avec la faillite à laquelle le président d'alors, Gérard Cuchietti, avait plongé l'AS Aixoise. Le club n'avait pas eu d'autres solutions à l'époque que de déposer le bilan et de changer le nom... sans changer le sigle,

l'Avenir Sportif Aixois (ASA) se substituant à l'Association Sportive Aixoise (ASA).

Heureusement, l'histoire de l'AS Aixoise est faite également – et surtout – de belles et glorieuses années, que ce soit au niveau de son équipe seniors, riche d'une longue vie chez les pros (elle a même évolué en 1^{ère} Division en 1967-68) ou dans le secteur de la formation des jeunes, laquelle a longtemps fait référence et dépassé le cadre de la région (la finale de Coupe Gambardella disputée par les juniors, en 1965, a marqué l'histoire du club).

Or, il se trouve que le président Sébastien Filippini s'est peu à peu imprégné du passé de l'AS Aixoise, au point de le revendiquer pour son club. En renouant avec le sigle du départ, lui et son équipe permettent ainsi à l'ASA de renaître, si l'on peut dire, 80 ans après sa création et son développement par celui qui restera à tout jamais le plus grand président de l'histoire du club, Germain Reynier.

Une renaissance qui ne peut que faire plaisir aux anciens joueurs, lesquels ont vécu sous les couleurs bleu et blanc (ou rouge et jaune, selon les époques) leurs plus belles années de football.

80 ans, ça se fête

On fête la renaissance de l'ASA, mais on ne tire pas un trait sur les années PAFC, dont le bilan est très positif. Le travail effectué par le président Sébastien Filippini, le directeur sportif Cyril Granon (l'homme fort du club) et leur équipe d'éducateurs s'est avéré efficace. Au chapitre des réussites, on peut citer le passage des U17 en championnat national ou les accords de partenariat signés avec l'AS Monaco. En attendant, l'ASA regarde devant en initiant une forme de collaboration avec certains clubs de la région (des accords ont déjà été signés avec le Pays d'Apt Football et l'US Eguilles)... et regarde dans le rétro, afin de préparer activement les festivités pour le 80^e anniversaire du club. Cela se passera le 11 septembre prochain au stade Carcassonne. Une grande journée à laquelle travaille une joviale équipe d'anciens joueurs et dont le programme détaillé sera communiqué en temps utile.

Cyclisme

LA RONDE D'AIX A 75 ANS



Il y aura encore du monde sur le Cours, le 1^{er} août prochain, pour la Ronde d'Aix.

© P. Besse

L'A.S. Aixoise avait cinq ans, lorsque son président Germain Reynier n'hésita pas à venir soutenir son ami de l'AVCA Joseph Surel, lors de la création de la Ronde du Carnaval. La Ronde, née en 1946, a donc 75 ans.

La 71^e édition, reportée en 2020 pour les raisons que l'on sait, aura lieu le dimanche 1^{er} août 2021, entre 19h et 21h, sur le cours Mirabeau. Un beau spectacle estival !

1^{er} CHALLENGE HENRI MICHEL

Hommage à l'homme

Depuis la disparition d'Henri Michel, en avril 2018, les hommages se sont multipliés envers l'ancien footballeur et sélectionneur international. Il est vrai qu'au-delà du grand joueur, on ne pouvait qu'apprécier l'homme, sa droiture et sa fidélité.



Comme joueur, "Riton" n'a connu que deux villes : Aix, où il a été formé (entre l'AUC et l'ASA) et Nantes, où il a accompli les 16 années de sa carrière professionnelle. Adulé chez les "Canaries", Henri Michel a sa statue au stade de la Beaujoire, depuis le 8 mai dernier. Aix va à son tour honorer la mémoire de l'enfant du pays. Le projet, cher à son ami Claude Lassalle, de donner le nom d'Henri Michel à un lieu de sport à Aix-en-Provence, est en passe d'aboutir. Mais dans un premier temps, on se satisfera de voir l'AUC, le club de son cœur, lui dédier un beau tournoi de football pour la catégorie U17. L'événement, prévu initialement en 2020, mais reporté en raison de la crise sanitaire, est fixé au 3 juillet prochain, sur le stade dont le club universitaire est résident, au Val de l'arc. Seize équipes y seront aux prises, selon la formule "Coupe du monde".

L'énergie de "Benja"

Si tout L'AUC Foot est concerné par cette belle organisation, qui va mobiliser une belle équipe de bénévoles, on ne peut que souligner l'énorme débauche d'efforts que le vice-président et coach de l'équipe U17, Benjamin Ribeiro, déploie depuis des mois. Le bouillant dirigeant du club, par ailleurs correspondant de presse, s'est battu comme un diable pour faire aboutir le projet, bien secondé il est vrai par Laurent Guérin



Benjamin Ribeiro, directeur de l'organisation du "Challenge Henri Michel".

Sa carrière pro terminée, Henri Michel prenait plaisir à retrouver le maillot de l'AUC, comme ici, avec les copains de l'équipe loisir, en 1985. Debout (de g. à dr.) : Patrick Molinier, Guy Chatillon, André Corti, Alain Delarque, Marc Sturzer, Maurice Grégoire, Francis Lassalle, Henri Michel. En bas : André Ouviaère, Paul Luzzi, Claude Lassalle, Patrick Bort, Jean-Yves Lassalle et Patrice Leclerc.



et Patricia Viale, autres bénévoles efficaces du club présidé par Guillaume Dupuy. L'énergie de "Benja" a heureusement suscité la sympathie d'un certain nombre de personnes, lesquelles n'ont pas hésité à le soutenir dans l'organisation de cet événement qui honore le souvenir d'Henri Michel, à l'instar de Claude Lassalle, Patrice Garcin et Raymond Michel. Au chapitre des mécènes, on peut citer Le Grillon (on sait l'amitié qui liait Alain Cattaneo et Henri Michel), La Rotonde, Les Pavés du Roy René et un certain Lionel Tejedor, ancien coéquipier d'Henri à l'AS Aixoise, sans oublier le FC Nantes, parrain du tournoi. A noter que la Ligue Football Méditerranée a également tenu à s'associer à l'événement, de même que certains prestataires, tels que Plein Sud (Abdel) ou Le Bistrot Méjanes (David),

Le souvenir des anciens

Benjamin Ribeiro a eu la bonne idée d'associer au souvenir d'Henri Michel, celui de quelques figures disparues ayant marqué en leur temps l'histoire de l'AUC Foot. Les trophées remis aux lauréats du tournoi porteront leurs noms. Une belle occasion d'honorer la mémoire des grands dirigeants que furent Robert Ruocco, Pierre Curel, Pierre Mouchotte et Marcel Cau et de trois des meilleurs joueurs de l'histoire de l'AUC que furent Francis Lassalle, André Poli et Michel Miretti.

Et puisque l'humain est au cœur du challenge dédié à Henri Michel, on appréciera particulièrement la présence de celui qui fut son meilleur ami, à savoir Jean-Paul Bertrand-Demanès, venu spécialement à l'invitation de Claude Lassalle. L'ancien gardien de but international et autre joueur fidèle du FC Nantes, va apporter du cachet et une belle

touche sentimentale à un événement auquel la famille d'Henri sera sensible. On aura plaisir à le rencontrer lors de la réception inaugurale du tournoi, le 2 juillet (18h au club house de l'AUCF) et le jour du tournoi.

Le 1^{er} Challenge Henri Michel restera en tout cas le premier véritable hommage adressé à Aix au plus huppé de ses sportifs. En espérant que cela ne sera pas le dernier.

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

Elles nous ont quittés

Nicole Méano



Elle rayonnait par son sourire et sa gentillesse. Nicole Méano, épouse de notre ami Guy, ancien footballeur professionnel au tir meurtier, s'en est allée le 10 juin dernier, à l'âge de 86 ans.

Comment ne pas garder en mémoire ce regard bienveillant qu'elle portait sur son entourage, cette voix joliment éraillée, reconnaissable entre toutes, qui avait le don de faire chaud au cœur ?

Issue d'une vieille et grande famille aixoise (les Girard), Nicole Méano a été une épouse en or pour son footballeur "bourru" de mari, une mère aimante pour ses grands enfants Patrick (Royère), Guylaine et Francis et une "super mamie" pour ses 5 petits-enfants et ses 2 arrière-petits-enfants.

Lucienne Agopian

La mère de notre ami Jacques Agopian s'est éteinte le 9 juin dernier, à l'âge de 99 ans. Nous avons beaucoup de respect et d'admiration pour cette dame exceptionnelle qui était la doyenne de nos lectrices. Elle mettait un point d'honneur, chaque année depuis plus de 40 ans, à renouveler son abonnement à Sport-Santé. Sa philosophie de vie était hautement estimable.

Sport solidaire

LES BACCHANTES AIX-EN-PROVENCE

Edition 2021

Après la coupure de 2020 – crise sanitaire oblige – la course des "Bacchantes Aix", chère à David Barriol et son équipe (très impliqués dans la lutte contre le cancer de la prostate), revient de plus belle à l'automne prochain. **La date** : dimanche 14 novembre 2021 (matin).

Nouveauté : le parcours de 8 km, tracé en grande partie dans le centre de la ville.

Un rendez-vous de l'amitié et de la solidarité à ne pas manquer !

Boxe

Caroline Cruveiller sur le ring...

La jeune championne de boxe, positionnée pour la préparation en vue des Jeux Olympiques de Paris 2024, ne baisse pas la garde. Caroline a bien préparé les championnats d'Europe des moins de 22 ans qui se déroulent en Italie... à l'heure où notre magazine est sous presse.

... Abdel Achour dans l'attente

Pendant ce temps-là, son dirigeant du Noble Art du Pays d'Aix, Abdel Achour, ronge son frein en attendant d'avoir une chance de retrouver une place dans le top 5 de la catégorie poids léger, afin de pouvoir disputer le titre de champion de France en 2022.

Abdel, qui a connu une période compliquée, quelques temps après son dernier combat (29 juin 2019, à Venelles), s'est bien remis au travail l'hiver dernier à l'île de la Réunion, chez Willy Blain et, plus récemment, au Mexique, où il a intensifié sa préparation.

Un rendez-vous à noter : le prochain gala du NAPA programmé le 18 décembre prochain, à Venelles.



Athlétisme

Des talents au pôle jeunesse

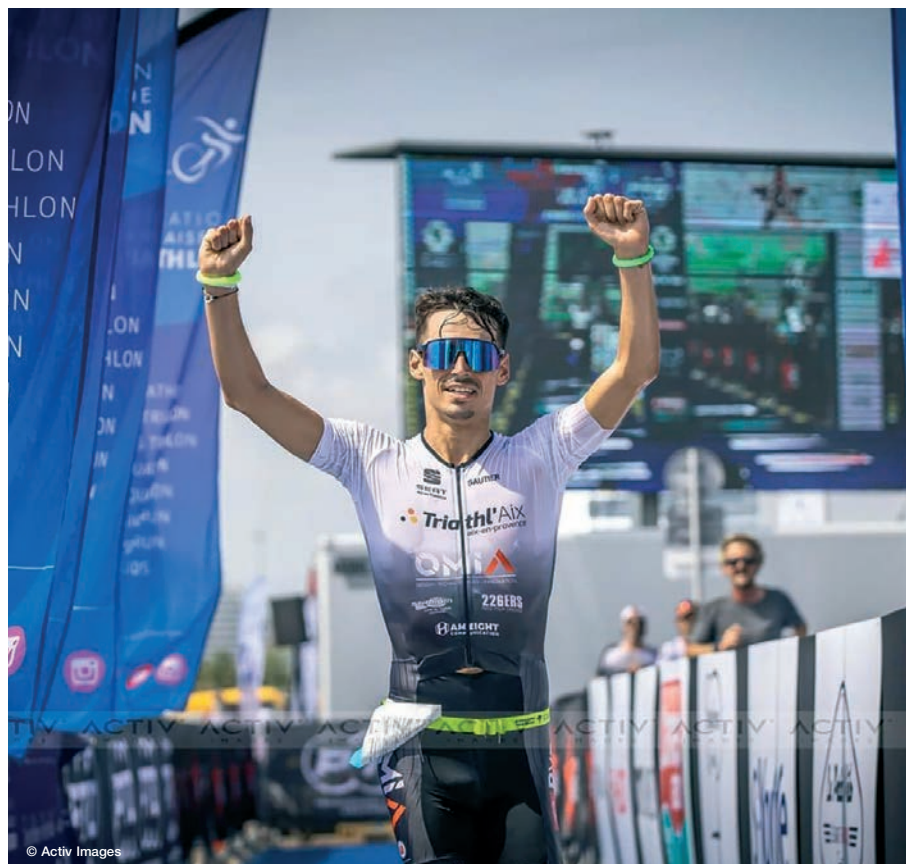
Grâce aux compétitions officielles organisées à Aix en février-mars-avril, en période de confinement, les benjamins-minimes du pôle jeunesse d'Aix Athlé Provence ont renoué avec enthousiasme à la compétition (voir n° 342 de Sport-Santé). Cela leur a servi de préparation pour la finale des Pointes des 5 et 6 juin derniers, à Luminy, où les jeunes aixois y ont fait bonne figure en obtenant 6 podiums (4 en minimes, deux en benjamins). Le pôle jeunesse animé par Léa Filippi Lemaître et son équipe d'éducateurs.



Des gamins remarquables lors des compétitions internes, le 24 avril dernier. De gauche à droite : la solide Lee Lou Mantey en course d'élan au saut en hauteur, l'élégante Zoé Truillet à la longueur et la très tonique Louise Aubry au sprint.

Triathlon

Le titre de Clément Mignon



On attendait ça depuis 2004

La traditionnelle présentation de l'équipe Ligue A féminine de Venelles s'est déroulée le 29 septembre dernier. Triathl'Aix jubile. La magnifique victoire de Clément Mignon au triathlon LD de Cagnes-sur-Mer, le 6 juin dernier, titre de champion de France à l'appui, a causé une bien belle surprise, au sortir de la période de confinement.

"On attendait cela depuis 2004, date du dernier titre de champion de France du club, remporté par François Chabaud, à Lorient", fait remarquer le président Jean-

Christophe Ducasse, qui reconnaît avoir vécu une belle émotion à Cagnes. Clément Mignon, qui n'a que 22 ans et va attaquer sa 4^e saison sous le maillot de Triathl'Aix, a de belles perspectives devant lui. Il sera d'ailleurs une des attractions du prochain IronMan du Pays d'Aix (19 septembre).

r, à la salle Nelson Mandela (rénovée). Une belle manifestation qui aura permis de rebaptiser le PAVB devenu VMVP (Venelles Métropole Volley Provence).

Inusable Valérie Graziani

Valérie Graziani ne désarme pas. La championne du CLES Gardanne a encore fait un exploit au triathlon Longue Distance de Cagnes-sur-Mer remporté par Clément Mignon. Elle a obtenu le titre de championne de France de la catégorie dames 55-60 ans. On peut noter au passage les temps réalisés dans les trois disciplines : 48 mn sur les 1900 m de natation, 3h 36mn sur les 90 km du parcours vélo et 1h 44mn sur les 20 km de la course à pied. Soit 6 heures 14 d'efforts pour l'inusable triathlète provençale.



Disparition

Jacques Ferran homme de cœur

Des personnages comme cela, on n'en rencontre pas des masses au cours d'une existence. Jacques Ferran ne pouvait laisser personne indifférent. Trop vivant, trop drôle, trop taquin, trop gentil...

Comme il ne donnait pas dans la demi-mesure, Jacques a toujours vécu les choses à fond, même lorsqu'elles n'avaient pas forcément d'importance. Nous avons en mémoire ses coups de gueules lors de nos joviales parties de baby-foot au café de la Bourse, dans les années 70, à l'époque où les Ets Ferran dominaient la rue des Cordeliers. Nous l'avons vu, avant cela, s'agiter autour d'un ballon de foot, dans la cour du lycée Mignet... il y a plus de 60 ans.

Mais c'est bien plus tard, lorsque son entreprise d'électroménager se trouvait à la Pioline, que nous avons pu mieux connaître et apprécier ce truculent personnage qui courait dans tous les sens. L'homme, toujours pressé, prenait néanmoins le temps d'échanger, surtout lorsqu'il était question de sport. Il vous racontait avec beaucoup d'humour ses multiples expériences sportives. Il avait, étant jeune, pratiqué le judo à l'école de Roger Rouffia (ceinture marron quand même). A l'âge adulte, il avait sillonné les pistes de ski de Pra-Loup, participé à un championnat de France de ball-trap, à St Marc (il fut longtemps chasseur) et avait fait un peu de tir à la STASA. Mais c'est avec une bonne dose d'autodérision que Jacques s'amusait de ses "exploits" dans des disciplines aussi diversifiées que le squash, le tennis, le golf, le ski nautique, le sport auto ou les activités équestres. Sans oublier la pétanque, son loisir préféré, qu'il pratiquait encore deux jours avant sa disparition, en compagnie de son ami Alain Decugis, dans sa propriété de la route Cézanne, au Tholonet.

Comment pourrions-nous oublier, en évoquant les belles années de Ferran SA, à La Pioline, à quel point le soutien que Jacques a compté pour notre magazine ? L'homme était rude en affaires, mais toujours prêt à donner un coup de main dans le sport. Dans les années 80, la "pub" des Ets Ferran se voyait partout : sur les maillots des footballeurs de l'ASA ou de l'AUC, dans des événements comme la Ronde d'Aix, le souvenir Marcel Chauvin, les réunions de boxe... ou en dernière page de Sport-Santé, très souvent.

Une fois à la retraite, Jacques Ferran avait continué à se démener au sein de l'association de la Pioline, toujours en phase avec son impressionnant réseau d'amis. Sa disparition, le 10 juin dernier, à l'âge de 78 ans, a peiné beaucoup de monde. Mais nous garderons un souvenir très souriant de ce chouette copain.





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.

Mois de mai

• **HANDBALL** – Un mois hallucinant pour les handballeurs aixois qui disputent 8 rencontres en mai et en remportent cinq : une à Toulouse (29-28) et quatre à l'Aréna face à Dunkerque (29-24), Chambéry (29-28), Ivry (27-25) et Istres (34-30). Ils perdent en revanche à Chambéry (27-23), à Aix contre le PSG, d'un tout petit but (28-29) et à Montpellier, toujours sur le fil (28-27).

• **WATER-POLO** – En quarts de finale du championnat élite, Montpellier et le PAN restent sur une égalité parfaite (13-10 et 10-13), mais les Aixois sont éliminés à l'épreuve des tirs au but (4-5). Ils vont ensuite perdre le barrage pour la 5^e place face à Tourcoing (victoire 9-7 dans le Nord, mais défaite à Aix 7-11).

• **NAGE AVEC PALMES** – A l'occasion du championnat national élite, organisé à Aix, cinq nageurs du PAN gagnent leur place au sein des équipes de France. En seniors, il s'agit de **Colas ZUGMEYER (★)** au 400 m Immersion et 400 SF et **Constantin DENJEAN**, au relais. Chez les juniors, belle présence des filles avec **Victoria PINATEL (★)**, qui bat le record de France du 200 SF, **Oriane ROBISSON**, **Maëlis OURO BANG-NA** et **Apolline DAUCE**. Chez les garçons, sélection pour **Julien LE RAT** (au relais).

Retour

2^e quinzaine d'avril

• **HANDBALL** – Les matchs se jouent à un but pour le PAUC : défaites 27-26 à Chartres et 23-22 à Ivry.

• **WATER-POLO** – Après une logique défaite au CNM (15-9), le PAN fait une contre-performance à Sète (défaite 11-5), avant de se reprendre face à Montpellier (14-6).

• **VOLLEY** – Le PAVVB perd à Saint-Raphaël (3-1), mais boucle son championnat par une victoire à Venelles, face à France Avenir (3-1).

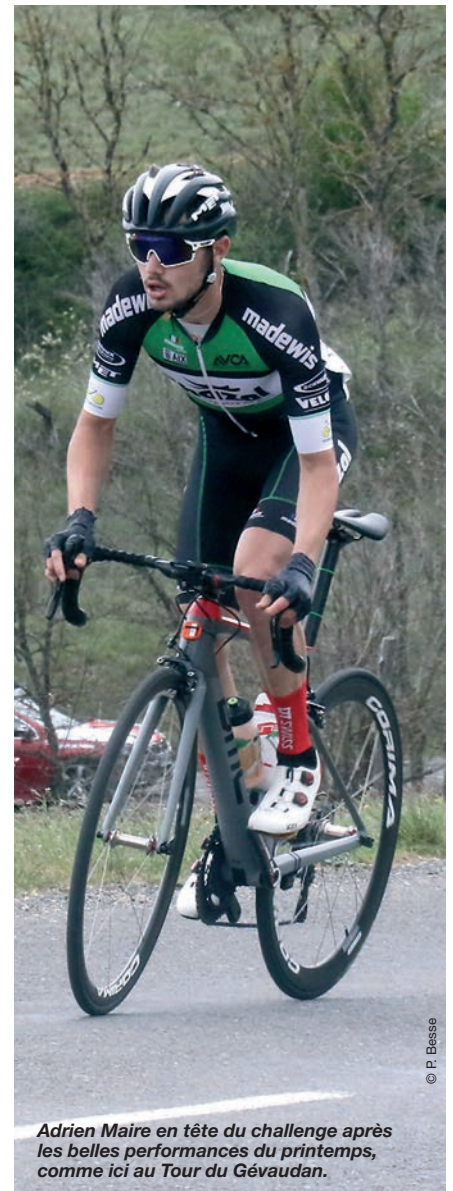
• **RUGBY** – Battus à Aix contre Carcassonne (18-34), les rugbymen aixois vont décrocher une très importante victoire à Rouen (26-21).

• **CYCLISME** – Dans la très relevée course internationale espoirs de Trévis, le meilleur Aixois est à nouveau **Adrien MAIRE (★)**, classé 6^e.

• **RUGBY** – En battant Montauban (36-13), Provence Rugby assure son maintien en Pro D2. Battus au dernier match à Aurillac (43-5), les rugbymen aixois doivent se contenter de la 13^e place du classement.

• **CYCLISME** – Après sa 2^e place au Tour du Gévaudan, **Adrien MAIRE (★)** se voit sélectionné en équipe de France U 23 pour la Coupe des Nations. Dans le Grand Prix Odena, en Espagne, les Aixois **Maxime AGUT (★)** et **Clément DELCROS (★)** sont 2^e et 3^e. Au Tour de l'Eure-et-Loir, bonne course de **Quentin GROLLEAU** qui termine 14^e au classement général. Mais le "truc du mois est pour **Corentin ERMENAUULT (★★)**, classé 3^e du classement général du Tour de Loire-Atlantique, après avoir remporté la 1^{ère} étape contre-la-montre.

• **BOXE** – Dans son combat tant attendu face à Mike Esteves, pour le titre de champion de France des super-coq, l'Aixois **Sofian BELLAHCENE** doit s'incliner, il est vrai diminué par une blessure rebelle au mollet.



Adrien Maire en tête du challenge après les belles performances du printemps, comme ici au Tour du Gévaudan.

groupe aglc

LA LOCATION DE VÉHICULES COURTE ET MOYENNE DURÉE MULTIMARQUES

Conseil & services

pour la location courte et moyenne durée de vos véhicules multimarques

☎ 04 42 64 64 64

📍 eurlirent.com

📍 34, rue Irma Moreau
13617 Aix-en-Provence

Du 1^{er} au 17 juin

• **HANDBALL** – Le PAUC finit le championnat de belle façon en gagnant à Tremblay (29-22... 11 buts de Matthieu Ong) et à Aix, face à Créteil (33-22).

• **TRIATHLON** – Grosse satisfaction pour Triathl'Aix avec la victoire de **Clément MIGNON (★★★)** au championnat de France LD, disputé à Cagnes-sur-Mer.

• **CYCLISME** – **Adrien MAIRE** participe à la victoire de l'équipe de France U 23 dans les 4^e et 5^e manches de la Coupe des Nations. A noter la médaille d'argent obtenu par le tandem **Corentin ERMENAUULT - Alexandre LLOVERAS** au championnat du monde paracyclisme.

Du côté des pros, il faut souligner la performance, entre autres, de **Christophe LAPORTE (HC)** qui se classe 2^e de la 3^e étape, derrière Mathieu Van der Poel et devant le champion du monde Julian Alaphilippe.

Et puis le 17 juin, à Epinal, dans le championnat de France élites du contre-la-montre, **Corentin ERMENAUULT (★★)** remporte la médaille de bronze des amateurs. Côté professionnels, belles performances des Aixois de l'équipe Cofidis, **Christophe LAPORTE** et **Anthony PEREZ**, classés respectivement 5^e et 8^e.

*Matthieu Ong,
le buteur le plus
prolifère du PAUC
Handball en fin
de saison.*



© S. Sauvage

LE POINT DES POINTS Groupe AGLC / Eurlirent

4 points

- Corentin ERMENAUULT (AVC Aix)
- Adrien MAIRE (AVC Aix)

3 points

- Clément MIGNON (Triathl'Aix)

(6 sportifs avec 2 points)

Sport-Santé, côté archives

Les numéros de notre magazine qui ne sont plus à la vente se trouvent en version numérique sur notre site Internet sport-sante-magazine.fr

Arvest
IMMOBILIER

CRÉATION ET RÉALISATION
DE PROJETS IMMOBILIERS



04 42 64 64 64 contact@arvest-immobilier.com

34, rue Irma Moreau
13617 Aix-en-Provence

Valentin Bigot

Au sein d'Aix Athlé Provence, un des clubs d'athlétisme français les plus dynamiques et les plus éclectiques, les candidats potentiels au trophée du "Sportif du Mois" ne manquent pas. Le choix s'est porté, ce bimestre-ci, sur Valentin Bigot, un pur produit de la formation aixoise, qui a accumulé les belles performances au saut en hauteur et au sprint chez les jeunes et affiche encore aujourd'hui, au sortir du confinement, de saines ambitions... sans avoir la prétention de placer la barre trop haut.

Gros plan sur un athlète complet et de qualité qui mérite d'être montré en exemple pour sa persévérance, sa capacité à rebondir, son sérieux dans la préparation et un remarquable esprit de club propre à toute la famille Bigot.



Valentin aux derniers championnats départementaux, à Aix.



Un nouvel élan pour Valentin Bigot.

Je suis venu au stade dans ma poussette

Athlète doué s'il en est, Valentin Bigot n'en a pas moins vu sa progression freinée par des pépins physiques, à des moments clés de sa carrière... puis par la faute de la crise sanitaire qui allait le priver de compétitions et d'une partie de la motivation qui va avec. Comment l'athlète aixois allait-il se comporter lors des championnats départementaux organisés à Aix, le 30 mai dernier ? En se classant 2^e (et 1^{er} senior) à la hauteur, Valentin a apporté une réponse plutôt rassurante à la question. "Passer 1,96 m pour la première compétition de l'année, après presque deux ans d'interruption, ça reste plutôt bien", analyse le Sportif du mois. Il est vrai qu'il a bien travaillé physiquement

pendant le confinement, "même si, comme il le rappelle, l'entraînement n'a rien à voir avec la compétition qui apporte un petit stress positif et un peu plus d'énergie." Est-ce à dire que Valentin possède encore aujourd'hui une belle marge de progression ? "Oui, dit-il sans hésitation. Mais d'abord, il faut qu'on retrouve un bon rythme de compétitions. Mon objectif est de me rapprocher des 2,10 m d'ici deux ans, c'est-à-dire du niveau championnat de France." – Que dois-tu travailler en priorité pour atteindre cet objectif ? "Tout : la course d'élan, le saut, le timing. Il faut travailler pour arriver à passer au bon endroit, au bon moment, avec la bonne attitude." (suite p. 26) >>>



Affaire de famille

Valentin Bigot bénéficie d'un bon environnement familial, avec des parents et une sœur tout acquis à la cause de l'athlétisme. Le papa, Bruno, ancien sprinter, triple sauteur et adepte des épreuves combinées, est un des entraîneurs de référence d'Aix Athlé depuis près de 20 ans. La maman, Natasha, est également athlète et dirigeante bénévole du club. Elle pratique la marche, le demi-fond et compte également des participations sur le Marseille-Cassis et le marathon de Paris. Juge fédéral (saut), elle a eu l'honneur d'officier au meeting international de Monaco. Quant à la petite sœur, Julie, ancienne athlète prometteuse (elle a détenu le record de Provence du 100 m en minimes), elle pratique aujourd'hui la boxe au BC Sextius. "La famille Bigot... une famille en béton", résume le président Georges Le Guillou.

Digest

Sa fiche

1,83 m – 73 kg
Né le 23 avril 1998, à Aix.
Une sœur : Julie (18 ans), ancienne athlète, reconvertie à la boxe.
Etudiant en 3^e année STAPS, à Luminy.

Parcours sportif

Le petit Valentin n'a que 4 ans lorsqu'il débute le sport à l'école de football de l'ES Milloise. Mais dès l'âge de 6 ans, il est inscrit à une autre école, celle d'Aix Athlétisme, le club de la famille. Il dispute ses premières compétitions en benjamins et montre, dès le départ, des qualités évidentes de détente. En découvrant l'épreuve du saut en hauteur, il annonce : "C'est ça que je veux faire". En benjamins 2, Valentin passe 1,40 m, ce qui le situe déjà parmi les meilleurs régionaux dans sa catégorie. A l'école d'Yves Lemaire et de Romain Saül (son entraîneur à la hauteur), le gamin progresse vite : 1,70 m, puis 1,79 m en minimes 2, à Bastia, titre interrégional en prime. Jeune athlète polyvalent, il fait par ailleurs partie du relais 4 x 60 m qui bat le record de Provence de la catégorie. A sa 1^{re} année cadets, alors qu'il vient de passer 1,85 m en indoor, à Perpignan, Valentin subit un premier coup d'arrêt, à cause d'un arrachement osseux à la hanche qui le laisse sur la touche durant six mois. Mais il revient bien la saison suivante, réalise 1,90 m à Mont-

pellier, ce qui lui ouvre la porte d'une première participation aux championnats de France indoor, à Nantes. Au printemps 2017, il passe 1,95 m aux interclubs à Arles et va disputer ses premiers championnats de France en extérieur, à Albi. Il y obtient sa première médaille nationale en se classant 2^e... mais avec le relais 4 x 100 juniors, entraîné par Stéphane Lazarini, aux côtés de Nans André, Mathieu Dunand, Sofiane Cherchali, Fabien Groussin et Alex Bouckellyon. Il est par ailleurs champion interrégional du saut en hauteur avec 1,94 m. Valentin Bigot continue sa progression en juniors, à l'entraînement de Pierre Puyjalon. En indoor, il se classe 7^e du championnat de France à Nantes (1,98 m)... et 2^e avec le relais 4 x 200 m. En extérieur, à Châteauroux, où il passe deux fois

Le jour où Valentin a repassé les 2 mètres, en Coupe de France, à Lyon.



1,97 m, il rentre dans le Top 10 français de la catégorie juniors. Il fait mieux encore en 2^e année juniors. Il se classe 10^e aux France indoor et va franchir pour la 1^{re} fois la barre des 2 mètres, à l'occasion de l'épreuve combiné qu'il dispute à Arles. C'est au cours de cette année 2017 que Valentin Bigot bat son record personnel avec 2,02 m, sur le sautoir d'Aubagne qu'il affectionne particulièrement. Et puis, cerise sur le gâteau, il va faire partie du relais

4 x 100 m qui remporte le titre de champion de France juniors, à Dreux. En 2018, il passe en espoirs... et en 1^{re} année STAPS. Mais Valentin est victime d'une fissure du ménisque. Opéré en août, il va garder les béquilles pendant un mois, passer 5 mois en rééducation, bien aidé par le kiné Olivier Lannoy, et mettre du temps à retrouver la forme. Très actif en 2020 durant le premier confinement, au cours duquel il dit avoir connu un déclic, le Sportif du mois s'applique à retrouver son poids de forme au printemps et il se qualifie pour la coupe de France hauteur par équipe qui a lieu à Lyon, juste avant le 2^e confinement. A cette occasion, Valentin Bigot refait une barre à 2 mètres, ce qui le situe au 2^e rang régional en espoirs et à la 13^e place du ranking national. Une performance à laquelle il associe son coach, René Velaïdon (ancien sauteur à 2,12 m), mais également son père Bruno, qui le suit depuis les minimes. Dernièrement, à l'occasion des championnats départementaux disputés à Aix, au sortir du dernier confinement, Valentin se classe 2^e à la hauteur (1,96 m)... en attendant de retrouver les 2 mètres.



Le relais 4 x 100 m juniors, champion de France 2017, à Dreux. Mathieu Dunand, Christophe Cano, Brice Daumas et Valentin Bigot (à dr.) entourent leur entraîneur Stéphane Lazarini.



– Quels ont tes points forts à la hauteur ?

"Ma détente. Je ne suis pas très grand, mais on m'a toujours dit que j'avais une bonne qualité d'im-pulsion. Cela me permet aussi... de bien dunker au basket."

– Qu'est-ce qu'il te manque pour être plus performant aujourd'hui ?

"... Les années perdues à cause des blessures. Cela a fait une coupure dans ma progression. Et puis, il y a eu les confinements derrière. Sinon, je pense que j'aurais été régulier à plus de 2 mètres à chaque concours."

– Quelle incidence ont eu tes études STAPS à Luminy ?

"Cela ne m'a pas arrangé... puisque c'est là-bas que je me suis blessé. En revanche, j'ai eu l'avantage de pouvoir m'entraîner avec des gars à 2 mètres. J'ai également côtoyé à Marseille un ancien champion russe (réfugié politique) qui avait passé 2,28 m en son temps. Il m'a apporté une vision différente du saut en hauteur, notamment en ce qui concerne le rôle de la jambe libre dans l'impulsion."

– Souffrirais-tu d'un manque d'émulation à Aix ?

"Il y en a davantage aujourd'hui avec Robin Deforge. C'est d'ailleurs un peu grâce à lui si je retrouve du niveau."

– Qui t'a le plus appris à Aix Athlé ?

"Sur l'athlétisme en général, c'est mon père... et depuis le départ. Il faut dire que je suis venu au stade avec mes parents alors que j'étais dans la poussette. Depuis, je passe ma vie au stade. Mais j'ai eu de bons entraîneurs à la hauteur, notamment Romain Saül, Pierre Pujalon et, aujourd'hui, René Velaidon, qui connaît bien la spécialité (il a fait 2,12 m)."

– Combien de temps encore vas-tu sauter ?

"Je n'ai pas en tête d'arrêter. Je veux essayer d'aller le plus loin possible. Disons que jusqu'à l'âge de 28 ans, il m'est possible



Un récent saut à 1,96 m, à Aix, en attendant de retrouver les 2 mètres.



Entre deux sauts, un athlète concentré.

de progresser et de me maintenir au-dessus de 2 mètres. Après, je pense que j'entraînerai (je m'occupe déjà et depuis 2016 des jeunes du club des catégories benjamins et minimes). Mais il est possible aussi que je m'essaye un jour sur les épreuves combinées, comme l'avait fait mon père."

L'idée est à retenir, vu les ses qualités de détente et de vitesse de cet athlète complet. Un garçon qui reste cependant assez imprévisible et capable de performances surprenantes, lui qui a passé pour la première fois la barre des deux mètres sur le sauteur d'Arles... à 9 heures du soir et sous des trombes d'eau ; lui qui a réussi

à rebondir et à revenir à son niveau après avoir touché le fond durant l'année qui a suivi son opération du ménisque ; lui qui se dit volontiers bavard, mais passe plus de temps à parler des autres que de lui-même ;

lui qui n'a pas peur de faire la route des Milles à Aix à bicyclette pour venir s'entraîner... Un garçon attachant et généreux qui a encore bien des choses à donner sur une piste d'athlétisme.

TAC au TAC

– Si tu devais te définir en un mot ?

« Combatif. »

– La qualité que tu te reconnais volontiers ?

« Généreux. »

– Le défaut que tu aimerais cacher ?

« Bavard. »

– Le plus grand champion de l'histoire ?

« Usain Bolt. »

– Le numéro un dans ta discipline ?

« Javier Sotomayor, recordman du monde avec 2,45 m. »

– Le nom d'un sportif qui t'agace ?

« Neymar... on en parle trop. »

– La personne publique avec laquelle tu aimerais boire un pot ?

« Gad Elmaleh. J'aime qu'on me fasse rire. »

– Ton plus beau souvenir sportif ?

« la jour où j'ai vu mon père pleurer de joie, après notre titre du 4 x 100 m juniors, à Dreux. »

– Ta plus grosse galère ?

« Ma blessure au ménisque et la mauvaise période qui a suivi.

J'ai galéré pour perdre du poids et retrouver la forme, avant de réussir à repasser les 2 mètres. »

– Si tu n'avais pas fait d'athlétisme ?

« J'aurais fait du basket ou du handball. »

– Tes loisirs ?

« Sortir avec les potes et faire un peu d'infographie sur l'ordinateur. J'aime bien cuisiner aussi. »

– Qu'est-ce que tu écoutes ?

« Beaucoup de choses. En ce moment, plutôt du rap américain et du rock alternatif, style Machine Gun Kelly. »

– Un film ?

« Je suis très friand des films comiques à la française. »

– Un acteur ?

« Omar Sy. »

– Qu'est-ce que tu lis ?

« Pas grand-chose. Ce que je lis le plus, c'est Athlé Magazine. »

– Ton plat préféré ?

« Les lasagnes de ma grand-mère Sonia. C'est elle qui m'a donné envie de cuisiner. »

– Qu'est-ce que tu bois ?

« De l'eau et une bonne bière de temps en temps. »

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

PLUS QUE JAMAIS RÉUNIS



GRÂCE AUX BLEUS.

QU'IMPORTE LA DISTANCE,
NOUS SOMMES TOUS DERRIÈRE LES BLEUS.
CRÉDIT AGRICOLE,
PARTENAIRE MAJEUR DE L'ÉQUIPE DE FRANCE.



Quoi de neuf
sur le cours ?



RESTAURANT - BRASSERIE - HÔTEL

Café de Paris

43-45, cours Mirabeau

BRASSERIE - PIZZA

NINO CAFÉ

RÉNOVÉ

41, cours Mirabeau

Les belles terrasses de la FAMILLE GARZINO

Autour d'Alain Garzino, le "patriarche" (président société Garzin) toute la famille de restaurateurs aixois, avec Carla et Enzo (Café de Paris), Michel, Jean-Michel et Jérémy (Nino Café)... auxquels il faut ajouter Stéphanie (restaurant Alto Gusto, rue Nicolas Ledoux, pôle d'activité d'Aix-Les-Milles).
Forza Famiglia !

