

SPORT *santé*

BIMESTRIEL DU SPORT AIXOIS N°314 / OCTOBRE-NOV 2015 / 4 €

SPORTIF du MOIS
Trophée

FRANCE
SPORT

Un bel été A PLUS D'UN TITRE

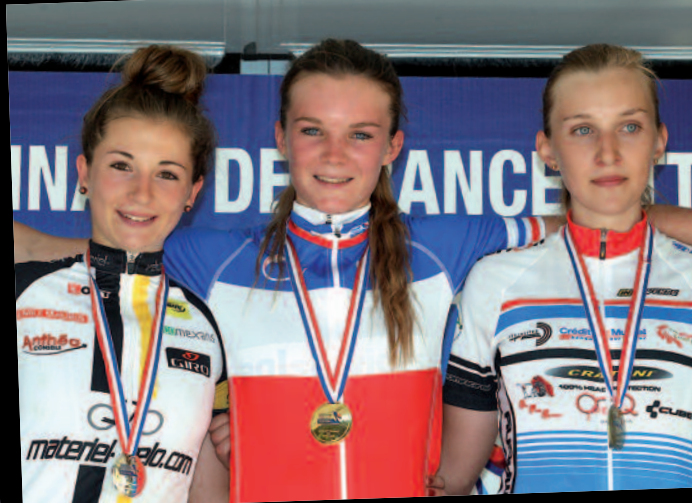


Ivan Schmitz (AVCA)

CHAMPIONS DE FRANCE



Thomas Rostollan



Cléa Cochelin

CHAMPIONS D'EUROPE



Guilhem Elias



Valentin Prades



Hugo Meyer

CHAMPIONS DU MONDE



Mathieu Linousin et Eric Quintin



SURNOMMÉE
LA VILLE AUX
1000
FONTAINES

LE PLUS GRAND
MUR D'EAU
URBAIN D'EUROPE
700 M²

1 MILLION



DE TOURISTES POUSSENT LES PORTES
DE L'OFFICE DE TOURISME CHAQUE ANNÉE

**VILLE LA PLUS
SVELTE DE FRANCE**
(SOURCE : WITHINGS)

**1000 TONNES
DE CALISSONS**
PRODUITS PAR AN
(SPÉCIALITÉ AIXOISE)

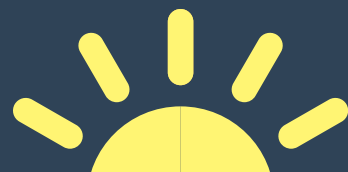


AIX-EN-PROVENCE VILLE NUMÉRIQUE



SMART CITY

UN TERRITOIRE LABELISÉ
**FRENCH
TECH**



+ DE **300**
JOURS DE SOLEIL PAR AN

VILLE DE
**PAUL
CÉZANNE**

AIX-EN-PROVENCE ATTRACTIVE CITY*

*Aix-en-Provence, Ville attractive



4^E VILLE DE FRANCE
AU PALMARÈS DES
**VILLES
DURABLES**
(TERRAÉCO MARS 2014)



1H20 DE LYON
3H DE PARIS



- DE 2H
DES STATIONS
DE SKI



35 KM
DE LA MER

22

**SIÈCLES
D'HISTOIRE**



155

MONUMENTS
HISTORIQUES

2^{ÈME} PATRIMOINE
HISTORIQUE
APRÈS PARIS

RÉCOMPENSÉE
PAR LE TROPHÉE
**VILLE
ÉLECTROMOBILE**
(EN 2012 ET 2013)



1 VILLE
LA MIEUX
GÉRÉE DE FRANCE
(LE FIGARO MAGAZINE - JANVIER 2014)

#AIXMAVILLE



+ DE **18 000**
FANS

+ DE **3 000**
ABONNÉS



Courage

Et voilà, c'est reparti pour un tour ! L'ouverture de la saison est un moment particulier, surtout pour des dirigeants bénévoles qui, parfois, peuvent se poser la question : « Mais qu'est-ce que je fais là ? ».

Car la rentrée, au-delà de l'enthousiasme qu'elle suscite, met les dirigeants sous pression. Il faut préparer le Salon des Sports, accueillir de nouveaux adhérents, régler les habituels problèmes de planning ou de créneaux et ne pas se tromper dans le montage du budget prévisionnel qui est la base de la gestion du club. Ce dernier secteur n'est certes pas le plus reposant pour des dirigeants qui ne perçoivent pas d'argent à titre personnel... mais doivent en trouver pour éviter la pire des angoisses, celle de ne pas arriver à boucler le budget.

Quand on voit ce qui est arrivé au PABA et les difficultés que rencontrent certains trésoriers pour payer ce qu'il y a à payer, on réalise ce que le « métier » de dirigeant peut engendrer de stress. On comprend mieux aussi les raisons qui peuvent pousser certains d'entre eux au découragement.

Nul n'est indispensable, dit-on couramment. Sauf que si certains dirigeants décidaient de « partir à la pêche » pour ne plus subir les aléas de la vie de club, ne plus être accaparés par le montage des dossiers de subvention ou le travail des organisations, le sport associatif serait bien mal en point. Quand nous entendons dire qu'un président de club comme Claude Cazals a pu envisager, ne serait-ce qu'un instant au printemps, de passer la main à la direction de cet AUC Foot qu'il porte à bout de bras, on se dit que l'équilibre d'un club tient parfois à peu de choses.

Parmi les sujets d'angoisse qui hantent les esprits, les questions de subventions viennent en première ligne. Lorsqu'on sait que les aides municipales baissent de 17 % et qu'on ne sait plus trop ce qui va se passer du côté de la CPA, du Conseil départemental et de la Région, on se dit que le rôle de dirigeant responsable n'est décidément pas une sinécure. Que ce constat n'incite pas au découragement, au contraire. Quoi de plus gratifiant, en effet, pour un dirigeant, que de parvenir à régler les problèmes et permettre à son club de vivre (... ou de survivre).

Alors, courage... et que les meilleurs gagnent !

A. Crespi

SPORT
santé

14, Rue Pavillon
13100 Aix-en-Provence
Tél. 04 42 38 42 37
sport-sante@wanadoo.fr

www.sport-sante-magazine.fr

Directeur de la publication : Antoine Crespi.

Conseiller : Philippe Bouëdo.

Photos : S. Sauvage, A. Tarditi, A. Crespi, P. Pichon, O. Pudov, Ch. Greck, G. Zuccaro, L. Vettier, J. Pannetier.

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

Imprimerie : Esmenjaud

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

Routage : AMD (Marseille)

Commission paritaire : 0916 K 80111

Publiée par : AIX-PRESSE

S.A.R.L. au capital de 304,90 €
Durée de 99 ans à partir du 21.9.1972
N° Siret 721 621 654 00020
Dépôt légal à parution



A la Une

Les sept héros de l'été.

Ils sont champions de France, d'Europe et du monde et font la Une de ce n°314 :

Thomas Rostollan, Cléa Cochelin (photos P. Pichon), Guilhem Elias, Valentin Prades, Hugo Meyer (photo O. Pudov), Mathieu Limousin et Eric Quintin (photo S. Sauvage).

Sommaire

Sport-Santé n°314

- 4 Partenariat
- 6 Rосто providentiel
- 8 Cléa Cochelin au top
- 9 Hugo Meyer, Guilhem Elias
- 10 Valentin Prades, Mathieu Limousin
- 11 PAUC : Ils ont l'envergure
- 12 PAN : Pour vivre un rêve
- 13 David Beun et l'école de rugby
- 16 Thomas Adriaens, le perfectionniste
- 17 Prépa-Sports, côté santé
- 18 Salon des Sports 2015
- 20 L'AUC Taekwondo doit rebondir
- 22 Olivier Martinez, l'improbable reconversion
- 23 Aix s'élance
- 24 Renaud Enjalric, pour la famille
- 25 Aix Elan dans l'ambiance
- 26 Couse et tennis au Set Club
- 27 Le tournoi du Country Club
- 28 Infos du sport aixois
- 30 Challenge AGL Services / Eurlirent
- 32 Trophée : Ivan Schmitz

Des associations qui servent la cause du sport

LE CREDIT AGRICOLE SOUTIENT L'ECOLE DE PROVENCE RUGBY...

Exemple de partenariat du type "promotionnel", celui (largement évoqué dans ce magazine) que le Crédit Agricole Alpes-Provence a mis en place afin de soutenir la formation dans le sport. Les accords passés avec l'école de Provence Rugby ont été scellés lors d'une réunion qui s'est tenue le 23 septembre dernier, au stade David et qui a rassemblé décideurs, formateurs... et apprentis rugbymen.

Signature du partenariat avec Thierry Pomaret, directeur général du Crédit Agricole Alpes-Provence et Christophe Serna, directeur général de Provence Rugby.



L'AUC AVEC ESP PERFORMANCE

Implantée au Val de l'Arc, à proximité du siège de l'AUC, la toute nouvelle et somptueuse structure d'ESP ne peut que s'ouvrir au grand club universitaire et ses 3200 licenciés. Des accords de partenariat ont été passés entre l'AUC, par l'intermédiaire de son président Philippe Pinazo et du "boss" d'ESP Performance, Jean-Bernard Fabre. Une association qui va donner lieu à des échanges intéressants.

Visite initiatique à ESP Performance pour l'AUC et son président Philippe Pinazo, entouré ici d'Olivier Penin, Patrice Garcin, Jean-Bernard Fabre et Francis Taulan.

... ET LES JUDOKAS

Parmi les sports "ciblés" par le Crédit Agricole Alpes-Provence, le judo est apparu en première ligne, puisqu'une action a déjà été menée au printemps dernier, sous forme d'une aide apportée aux comités départementaux 13 et 84 pour le déplacement des jeunes judokas à Villebon-sur-Yvette en région parisienne, à l'occasion de la finale de la Coupe de France minimes. La remise des chèques a eu lieu le 27 août dernier au siège du CA Alpes-Provence.

Remise symbolique des chèques aux dirigeants du judo. De gauche à droite : Bernard Monville (département Communication du CA "Le Sport pour Valeur"), Alain Julien (Comité 13 judo), Stéphane Aguera (directeur adjoint du CA secteur Marseille), Philippe Roux (responsable commission sportive et arbitrage du Comité 13 judo), Evelyne Roux (responsable du Comité 84), Jean-Louis Petidemange (dir. adjoint CA secteur Vaucluse) et Stéphane Boschi (Communication CA Alpes-Provence).





**Le Bistrot
M É J A N E S**

8, 10 rue des Allumettes
13100 Aix en Provence

04 42 91 35 53
contact@lebistrotmejanes.fr

www.lebistrotmejanes.fr

JOURS D'OUVERTURE
Du lundi au samedi

Arvest
IMMOBILIER
CRÉATION ET RÉALISATION
DE PROJETS IMMOBILIERS

JEU

Qui est-ce ?



Eric Graille a sorti de son album cette photo qui date d'un quart de siècle. A l'époque, l'entraîneur d'Aix Natation ne pouvait pas savoir que dans son équipe minimes-cadets figurait un futur grand champion du sport... particulièrement performant très au large des bassins, faut-il préciser. L'eau est resté son élément, les océans sa raison de vivre.

Avez-vous reconnu cet immense champion de la navigation dont le nom est toujours associé à Aix... même si sa passion l'a obligé à "épouser" la Bretagne ?

Écrivez-nous. Une des bonnes réponses (tirée au sort) vaudra à son auteur de gagner le cadeau "Igol" (deux bidons d'huile "Profive Diamant 5W 40") et la bouteille de champagne offerte par Sport-Santé.

Réponse au "Qui est-ce" du n°313



Il n'était pas très difficile de reconnaître Eddy Merckx, dans notre précédent jeu "Qui est-ce ?". Le plus grand champion de l'histoire du cyclisme a donc été identifié par de nombreux lecteurs.

La réponse primée est celle de M. Jean-Marc Tempier (Marseille) qui recevait le cadeau Igol.

Dotation
IGOL
LUBRIFIANTS

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

le méchant

Le mauvais cheval

Je suis bien sûr pour la contestation et l'esprit de contradiction. Dans quelque institution que ce soit, l'opposition est utile et même indispensable, dans la mesure où elle suscite le débat démocratique et tend à limiter ce qu'on appelle les abus de pouvoir.

Malheureusement, l'opposition ne s'exprime pas toujours de façon convenable, comme on a pu le voir ces derniers mois dans le petit monde du taekwondo, où une frange de gens mécontents du système s'en est pris à la fédération d'une façon maladroite, excitée par un bouffon venu de nulle part, décidé à mettre la merde... parce que son fils n'avait pas été sélectionné en équipe de France universitaire. Tu parles d'un programme !

Et va-z-y que je balance des insanités sur Facebook ! Et va-z-y que j'adresse des lettres calomnieuses à droite et à gauche ! Et va-z-y que je profère des menaces et pire encore, que je soudoie quelques faiblards cupides, afin de les mettre de mon côté ! Le « meneur » n'a pas lésiné sur les moyens. Il paraît qu'il en a (je veux parler des moyens, bien sûr). A sa place, j'aurais pas mené la « révolution » comme ça. Il aurait fait mieux de me demander conseil.

Le drame, dans ce pitoyable conflit, c'est que certains opportunistes ont emboîté le pas du meneur utopique avec l'espoir d'en tirer un jour le bénéfice. Ils n'ont pas été assez intelligents pour réaliser que le putsch espéré n'avait aucune chance d'aboutir, vu qu'il était orchestré par un ou plusieurs blaireaux. Cela s'appelle jouer le mauvais cheval. Lorsqu'on est flambeur et qu'on mise tout ce que l'on a sur un bourrin qui ne trotte pas dans les bonnes allures, on a vite fait de se retrouver en caleçon. J'en connais qui vont ainsi se bouffer les doigts (... et je reste poli) pour avoir joué le mauvais cheval. Ne savaient-ils pas qu'en taekwondo, comme dans la plupart des sports, il y a un risque de se faire prendre en contre... à défaut d'être pris en compte ?

le Méchant

BULLETIN D'ABONNEMENT

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

✂

NOM :
Prénom : Age :
Adresse :
Tél. : E-mail :
Sport(s) pratiqué(s) : Club(s) :
☐ Abonnement 1 an : 20 € / ☐ Abonnement de soutien : à partir de 30 €

"ROSTO" providentiel

Sans lui, l'année du 90^{ème} anniversaire de l'AVCA (1925-2015) n'aurait pas eu la même saveur. Thomas Rostollan a éclairé la saison des vert et noir en y mettant du bleu-blanc-rouge. Ce maillot de champion de France sur route, le 9^{ème} de l'histoire du club, vient récompenser la générosité rayonnante d'un coureur pas comme les autres et finalement providentiel pour l'AVCA.

Le rêve s'est réalisé sur les routes de Vendée, à la fin du mois de juin. On savait "Rosto" en pleine forme, après ses sorties fructueuses en Coupe de France. On savait que le contre-la-montre était un exercice dans ses cordes, comme le montrait sa 2^{ème} place dans le chrono du Tour d'Eure-et-Loir. On savait également qu'il avait bien préparé son affaire, dans sa tête comme sur la route, s'étant imposé plusieurs sorties derrière scooter. Encore fallait-il concrétiser le jour "J"...

Or, Thomas Rostollan a réussi son coup au-delà de toute espérance, en remportant le Championnat amateurs avec 1'52" d'avance sur son coéquipier de l'AVCA, Anthony Perez, autre spécialiste de l'effort solitaire. Un doublé qu'on n'avait même pas osé imaginer avant le coup.

Aussi nette fut-elle, cette victoire pour le titre aura été obtenue dans la souffrance, comme peut en témoigner la photo publiée ci-contre. "C'est sans doute l'effort le plus violent, confirme Rosto. J'ai terminé littéralement en apnée..."

Mais une fois descendu de ce vélo de chrono "Canyon", dont il vante le superbe rendement, Thomas a sans doute vécu le meilleur moment de sa carrière en endossant le maillot de champion de France. Séquence émotion...

"Le plus émouvant, confesse-t-il, ce fut pendant la Marseillaise. J'ai dû me retenir pour ne pas pleurer. J'avais les



Sur la plus haute marche du podium, avec, à sa droite, son coéquipier de l'AVCA, Anthony Perez.

larmes aux yeux. J'ai pensé à mon grand-père (Louis Rostollan) qui avait terminé deux fois 2^{ème} au Championnat de France."

Fier d'avoir ("pour une fois") dépassé l'illustre grand-père, Thomas a également adressé un petit clin d'œil à sa copine Kim, qui pratique l'athlétisme. "On avait fait un deal, rappelle Rosto avec amusement. Si je gagnais, elle arrêterait de fumer." On attend la suite...

Un truc énorme

Outre la joie de remporter le titre de champion de France, le coureur de l'AVCA a ressenti une grande fierté à l'analyse des chronos. "Sur le coup, dit-il, je n'ai pas trop réalisé le niveau de ma performance. Mais quand j'ai vu que mon temps me classait 4^{ème} chez les pros, à seulement 26 secondes du vainqueur et devant des coureurs tels que Sicard, Gougéard ou Voeckler, j'ai compris que j'avais fait un truc énorme."

Un truc, comme il dit, qui lui a donné envie de "rejouer" sa chance chez les pros. A 28 ans à peine, Rosto reste motivé comme un cadet.

Avec une telle santé et une capacité bienfaisante à voir l'aspect positif des choses, Thomas Rostollan a encore de belles années de cyclisme devant lui. Et s'il s'avère que l'AVCA aura contribué à relancer sa carrière pro, cela sera un autre résultat positif à mettre au crédit de Jean-Michel Bourgouin. Car le manager de l'AVCA est sans doute, depuis le départ, celui qui a le mieux trouvé le mode d'emploi pour faire fonctionner cette belle et complexe machine qu'est Thomas Rostollan.

Un leader prêt à rouler pour les copains de l'équipe, comme ici en As de Provence, où il fait le train pour ses coéquipiers Renaud Pioline (maillot jaune) et Mathieu Chiocca (maillot vert).



J.Parnetier



Thomas Rostollan, toujours heureux de gagner des courses.

Et maintenant ?

Et dire qu'il a failli tout arrêter ! Après deux saisons plutôt frustrantes chez les pros, dans l'équipe de Marseille 13, Thomas Rostollan avait décidé de donner une autre orientation à sa carrière dans le cyclisme. L'idée de passer dans l'encadrement au sein de l'AVCA et de développer des projets vélo où il pourrait développer son sens du relationnel et son goût du tourisme ont incité le "petit gars" de Château-Gombert à passer un BPJEPS dans le cadre de Prépa-Sports.

"Dans un premier temps, rappelle-t-il, je suis revenu à Aix pour encadrer l'école de cyclisme dans le cadre de mon stage BPJEPS. Mais Jean-Michel Bourgouin m'a convaincu de continuer à courir, ne serait-ce que pour faire une demi-saison..."

Et comme il ne sait pas faire les choses à moitié, Rosto a accompli une saison pleine et quelle saison ! Cela ne l'a pas empêché de réussir son BPJEPS, mais également de retrouver l'envie de s'imposer chez les pros. Embauché pour 2016 par l'équipe de l'Armée de Terre, il espère "continuer à progresser, confirmer ses aptitudes au chrono et gagner des courses." Objectif : monter sur le podium du Championnat de France professionnel du contre-la-montre en 2016.

Bonne route Rosto et merci pour tout !



Rosto et son maillot fêtés comme il se doit au retour du champion à Aix, au cours d'une petite réception au siège de l'AVCA. Louis Rostollan, le grand-père (à gauche) n'est pas le moins fier.

CLEA au top

Elle n'en est pas à son premier coup d'éclat... ni au dernier. Cléa Cochelin, c'est la classe. Révélée il y a deux ans, grâce à son titre de championne de France cadettes, confirmée l'an dernier avec sa place de 2^{ème} au Championnat de France juniors derrière Laure Souty, sa camarade d'Aix VTT (d'un an son aînée), la petite Cochelin a remporté le titre 2015 haut la main, en juillet dernier, à Oz-en-Oisans.

Aussi nette fut-elle, sa victoire n'était pas acquise d'avance, la protégée de Loïc Paget ayant connu un début de saison compliqué en raison des études. Mais une fois le bac en poche (avec mention très bien, s'il vous plaît), l'espoir d'Aix VTT s'est remise sérieusement à rouler. "... Et lorsqu'elle roule, confirme son entraîneur, Cléa est au-dessus du niveau en juniors."

Au top national, Cléa Cochelin manque cependant encore d'un petit quelque chose pour performer au niveau international, comme le montre sa 25^{ème} place au Championnat du Monde juniors. "On espérait la voir terminer dans les 15", note Loïc Paget, conscient du travail à effectuer pour permettre à Cléa de passer un nouveau cap et montrer tout son potentiel.

Grâce à Cléa Cochelin, le maillot d'Aix VTT "Arvest" a brillé à l'Alpe d'Huez.



Photos Patrick Pichon

Des ambitions également sous le maillot de l'équipe de France.

L'espoir d'Aix VTT est allée chercher le titre à la force du jarret.

HUGO puissance trois

En remportant le titre de champion d'Europe juniors du 400 m immersion, en juillet à Belgrade, Hugo Meyer a pris place parmi "les grands titrés" de l'été. Sa médaille d'or est en plus renforcée par deux autres d'un métal différent : médaille d'argent sur 100 m immersion et de bronze au 50 m apnée. Hugo puissance trois. De quoi réjouir son entraîneur, Oleg Pudov, qui voit en Meyer... le meilleur des espoirs, capable de nager (avec palmes) dans la vague d'un certain Alexandre Noir, actuel n°1 Français.

Heureux de sa performance, le jeune Aixois pense cependant qu'il aurait pu faire mieux encore si sa préparation

n'avait pas été perturbée par un accident de vélo (il a été renversé par un camion), survenu quelques jours avant son départ pour Belgrade.

A noter au passage que Meyer a battu un record de France juniors que détenait Alexandre Noir. Voilà qui devrait créer une émulation entre ces deux copains de club et mettre du piment dans les séances d'entraînement à Yves-Blanc. En attendant, le président Manolis Tsombos boit du petit lait et se réjouit aussi de la médaille d'argent obtenue par Margot Le Flem (sur 50 m surface) lors de ces Championnats d'Europe 2015. La section nage avec palmes du Pays d'Aix Natation a décidé de vent en poupe.



Hugo Meyer a bien défendu les couleurs de la France à Belgrade.

GUILHEM fait coup double

Ca y est, cet été a été enfin le bon. Depuis le temps qu'on attendait les débuts de Guilhem Elias au niveau international ! Ce moment est arrivé. Sélectionné pour ses premiers Championnats d'Europe cadets (EYOC) en Roumanie, Guilhem allait enfin pouvoir se frotter au gratin européen. Et il n'a pas déçu. Fin juin, il est devenu double champion d'Europe de course d'orientation, dans la catégorie -16 ans, en Longue Distance, mais également en relais avec ses deux coéquipiers de l'équipe de France, Pierre Erbland et Guilhem Haberkorn. La concrétisation d'une ascension fulgurante.

Déjà, lors de ses premières courses régionales, vers l'âge de 9 ans, Guilhem avait montré des aptitudes assez étonnantes pour son âge au niveau de la lecture de carte. Tout allait très vite chez lui. Il mettait deux fois moins de temps que la normale pour assimiler des techniques d'orientation et progressait ainsi très rapidement. Ses premières compétitions nationales allaient confirmer les espoirs entrevus. Dès l'âge de 11 ans, il commença à collectionner les titres de champion de France et les victoires en Coupe de France, devenant le coureur à battre dans sa catégorie.

Dans un sport qui est loin d'être une science exacte et qui reste souvent imprévisible, grâce au côté technique de la lecture de carte, Guilhem montre une régularité assez exceptionnelle pour son âge. Il passe très rarement à côté de sa course et ceci grâce à une très bonne technique d'orientation.

Même si grâce à ses précédents résultats, on pouvait imaginer de très bons championnats, son double titre est une véritable et agréable surprise. D'une part, il est en première année de sa ca-

Guilhem doublement heureux après sa nouvelle victoire en relais avec ses camarades de l'équipe de France Pierre... et Guilhem (encore un)



tégorie, c'est-à-dire qu'il affrontait des coureurs plus âgés que lui et d'autre part, il est également le premier Français à décrocher deux titres internationaux la même année dans ces championnats. Les deux seuls Français à

avoir remporté le titre de Longue Distance à l'EYOC ne sont autres que Lucas Basset (vice-champion du monde seniors cette année) et le légendaire Thierry Gueorgiou (13 titres de champion du monde seniors). Cela classe la performance du jeune Aixois.

L'été de Guilhem n'était pas fini pour autant, puisqu'il allait remporter, fin août, en Corrèze, une nouvelle victoire au Championnat de France de Longue Distance. De quoi être confiant pour l'avenir, surtout si l'on ajoute que, depuis la rentrée, il étudie au lycée, à Saint-Etienne, dans une section course d'orientation. Ce qui lui permet de découvrir de nouvelles forêts, plus continentales qu'en région méditerranéenne. Avec en tête l'ambition de garnir à nouveau sa collection à l'occasion des Championnats d'Europe qui auront lieu l'année prochaine en Pologne.

Adrien Delenne

De l'INSA au pôle France

Un autre Acadien participait à une compétition internationale cet été. Il s'agit d'Adrien Delenne, parti en Norvège pour disputer les Championnats du Monde juniors (-20 ans). Malheureusement, tout ne s'est pas passé comme il le souhaitait, passant notamment tout près de la qualification pour la finale de la moyenne distance. Mais le fait d'avoir effectué un beau 2^{ème} relais avec l'équipe de France et achevé son parcours en 3^{ème} position, lui aura permis de finir sur une bonne note. Installé sur Lyon et étudiant à l'INSA, Adrien vient de rentrer au pôle France de Saint-Etienne. Il pourra ainsi préparer de la meilleure des façons les Championnats du Monde juniors de juillet 2016, en Suisse.

VALENTIN la tête aux JO

Les Championnats d'Europe de pentathlon moderne, disputés en août à Bath, ont bien relancé Valentin Prades en direction de Rio 2016. Après plusieurs mois de galère, dus à des blessures à la cheville et au genou, l'Aixois est revenu en forme à point nommé. En remportant la médaille d'argent en individuel et le titre

européen par équipe avec Valentin Belaud et Christopher Patte, le champion de l'AUC a fait un grand pas dans la course à la sélection olympique. Il a en effet décroché le fameux quota pour la France

en pentathlon moderne. Valentin est aujourd'hui le sportif aixois le plus proche de Rio. Seul un séisme pourrait le priver de la course à la médaille olympique.

Le citoyen de Ventabren est

venu partager ses médailles et sa joie de vivre avec parents, amis et invités, lors d'une sympathique réception qui s'est tenue le 1^{er} septembre dernier au "All Sports Kafé", au Val de l'Arc.



Valentin Prades plus motivé que jamais pour défendre les couleurs de la France et de l'AUC aux Jeux Olympiques.



Du beau monde et des sourires autour du champion d'Europe.

ERIC et MATHIEU partagent

Deux champions du monde à Aix !... Eric Quintin et Mathieu Limousin partagent le fabuleux titre obtenu en Russie par l'équipe de France de handball des moins de 19 ans, l'un en qualité d'entraîneur, l'autre comme joueur.

Fabuleux parcours que celui d'Eric Quintin, coach des champions d'Europe 2014 et aujourd'hui consacré au niveau mondial, avec cette formidable équipe qui a gagné avec 7 points d'écart ses trois derniers matchs, contre la Suède (35-28), l'Espagne (34-27) et contre la Slovénie (33-26), en finale.

Eric reconnaît avoir pris beaucoup de plaisir à diriger un groupe exceptionnel "avec des joueurs de grand talent à chaque poste". Son savoir-faire aura permis au coach d'instaurer un cadre et un langage commun au sein de l'équipe.



Mathieu Limousin pouvait-il rêver plus belle campagne de Russie ?



Médaille d'or autour du cou, Mathieu Limousin et Eric Quintin ont reçu les compliments de Francis Taulan à leur retour à Aix.

Quant à Mathieu Limousin, l'Aixois du groupe, il a participé à cette formidable campagne mondiale avec, à partir des huitièmes de finale, un temps de jeu non négligeable. Ce titre de champion du monde marquera à jamais sa carrière de handballeur.

Ils ont l'envergure



Juan Andreu, recrue majeure de l'intersaison, a déjà conquis le public du Val de l'Arc. "C'est un rock, dit de lui Eric Quintin. Il a du talent et se montre agile et malin. C'est un très bon handballeur."

Lors de ses trois premières saisons en LNH, le PAUC limitait ses ambitions au maintien... ce qu'il a parfaitement réussi à faire. Aujourd'hui, le public du Val de l'Arc est en droit d'attendre davantage d'un club qui s'était fixé un objectif européen à l'horizon 2017, année de la sortie de la fameuse Arena. La saison 2015-2016 marquera-t-elle une nouvelle avancée dans le programme ambitieux du PAUC ? On peut l'espérer au regard des efforts effectués à l'intersaison en matière de recrutement, avec l'arrivée de ce monstre sacré du handball qu'est Jérôme Fernandez, mais également de pointures telles que les Espagnols Juan Andreu Candau, Isaias Guardiola et Joan Saubich.

Un effectif à fort potentiel que l'entraîneur Marc Wiltberger travaille à rendre performant. L'entame de la saison, avec une belle sortie face à Nantes (34-34) et une saine réaction contre Toulouse (30-30), montre que l'équipe du Pays d'Aix a de l'envergure, à défaut d'avoir encore trouvé la bonne carburation. Marc Wiltberger, qui est passé du rôle de second (derrière Noka Serdarusic) à celui d'entraîneur en chef, a eu l'intelligence et l'humilité de solliciter le soutien d'Eric Quintin, avec lequel il a joué en équipe de France et dont il mesure les compétences. Les échanges entre ces deux anciens internationaux ne peuvent que profiter au groupe et donner du crédit au projet du club.



Joan Saubich à la hauteur en LNH.



EMERAUDE
t é l é p h o n e

Téléphonie courants faibles et réseaux d'entreprises

Jean-Marc Schollé

Distributeur Agréé **AZTRA**

840, Av. du Camp de Menthe - 13090 Aix-en-Provence

Tél. 04 42 59 62 62 Fax 04 42 59 62 63

E-mail : emeraude@aix-telephone.com

Pour vivre un rêve

Photos Sylvain Sauvage

En voyant des dirigeants du PAN se congratuler avec autant de ferveur au coup de sifflet final du match remporté face à Sète (13-12), nous avons réalisé qu'il venait de se passer quelque chose de grand à Yves-Blanc. Cette victoire, ajoutée à celle obtenue précédemment contre la grande équipe de Nice (13-12 également), marque en effet un tournant dans l'histoire d'un club. Car, il y a seulement deux ou trois ans, il n'était pas envisageable pour les poloïstes aixois d'épingler coup sur coup, deux des quatre présumées meilleures équipes de l'élite. Si bien qu'aujourd'hui, on se dit qu'il est possible de "vivre un rêve", comme le suggère le joli tatouage apposé sur le bras de Quentin Vander Meulen (notre photo), le rêve de terminer dans le carré d'as du championnat et de se qualifier (enfin) pour une coupe européenne. Même Alexandre Donsimoni, qui entame sa dixième saison à la tête de l'équipe élite (un record !), n'avait pas forcément pronostiqué une telle entame "même si, dit-il, je l'espérais au vu de la qualité du recrutement."

Qu'est-ce qui fait la force de son équipe en ce début de saison ? La réponse du coach fuse : "Une modernité, une mobilité et une insouciance que nous n'avions pas avant. Le ballon circule beaucoup plus vite."

Autre élément favorisant la progression du PAN : la ferveur du public. On ne bat pas en ce début de saison les records d'affluence du printemps dernier, mais les supporters sont plus proches des joueurs et plus bruyants que jamais. L'effet est positif. "Les joueurs sont surpris agréablement par cette ambiance qui les transcende", souligne Donsimoni, lequel a quelque part le sentiment de vivre un rêve qu'il aimerait bien voir se prolonger durant toute la saison.



Tout est résumé sur le bras droit de Quentin Vander Meulen ("Live your dream"), un ancien international qu'Alexandre Donsimoni s'est promis de relancer vers une nouvelle carrière.



Le coach du PAN venant saluer les supporters après la victoire contre Sète... Une image que l'on espère revoir souvent les soirs de match, à la piscine Yves-Blanc.

Depuis 1972

CARTIER

DEMENAGEMENTS

Votre solution déménagement clé en main !

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

Les Ets Chauvin à Aix, c'est...

Sté M. CHAUVIN et ses Fils

LE CONFORT PAR L'ELECTRICITE

- LUSTRERIE •
- LAMPES DE CHEVET •
- CHAUFFAGE •
- MENAGER •

E. G. E. C.

ENTREPRISE GENERALE D'ELECTRICITE CHAUVIN

INSTALLATIONS ELECTRIQUES EN TOUS GENRES

- CHAUFFAGE •
- CLIMATISATION •
- ALARME •
- ECLAIRAGE •
- ETC •

5 à 13, Rue Montigny - 13100 AIX-EN-PROVENCE
Téléphone : 04 42 23 36 19

David Beun, directeur de l'école de rugby

Contribuer au développement des jeunes

Stade Maurice-David, mercredi 14 heures précises. David Beun accueille les "jeunes pousses" de l'école de rugby sur l'aire de jeu spécialement aménagée pour la séance d'initiation. L'ancien 3^{ème} ligne du PARC a de toute évidence une approche des enfants très subtile, complètement en adéquation avec les principes pédagogiques et les valeurs que les responsables de Provence Rugby défendent au quotidien, des plus petits aux plus grands.

Rencontre avec un éducateur haut de gamme, qui a fait de la formation l'axe principal de sa nouvelle carrière professionnelle.

Joueur durant une dizaine d'années au PARC, David a dû se résoudre à rendre son maillot en 2014, sa grande carcasse quelque peu "entamée" par 25 années de rugby et les blessures qui ont jalonné son parcours professionnel.

Aujourd'hui, à 33 ans, il occupe le poste de directeur de l'école de rugby qui lui a été confié la saison dernière, à la suite de Laurence Vaudelin et Stéphane Brétéchet. Mais avant cela, David avait déjà mis un pied dans l'encadrement en entraînant les Crabos (2008) ou en intervenant auprès des cadets du PARC,

"surtout en touche, ma spécialité", précise-t-il.

Titulaire du brevet fédéral, David Beun est en train de passer son DEJEPS rugby au CREPS d'Aix, diplôme qui ne fera que renforcer sa position à la direction de l'école de rugby et lui donnera compétence, comme il le souligne, "pour former d'autres éducateurs pour le club".

Le cycle de la formation

Pour David Beun, il existe un lien évident entre la formation qu'il a connue à ses débuts et celle qu'il dispense aujourd'hui.



David Beun, un regard intelligent sur la formation.

"Traditionnellement, relève-t-il, le rugby se transmet dans la famille. Mais moi, je suis venu dans ce sport par hasard. C'est l'école de rugby de Clamart qui m'a donné l'envie de jouer et de vivre en communauté. J'ai

eu de bons éducateurs. Ils m'ont appris à respecter les consignes, à comprendre le jeu. Ils m'ont permis de progresser. Aujourd'hui, j'ai en tête ce qui a marché pour moi et je me sers de ce modèle."

David Beun, 25 ans de passion

33 ans (né le 26 avril 1982, à Paris), marié à Julie et père de deux petites filles, Chiara (4 ans) et Cécilia... venue au monde le 19 août dernier.

Sa carrière de rugbyman s'est construite en trois phases : neuf ans de formation à Clamart (dès l'âge de 7 ans), six années sous le prestigieux maillot du Stade Français, des juniors Crabos aux espoirs (deux années au centre de formation) et dix saisons à Aix (de 2004 à 2014), partagées entre la Pro D2 et la Fédérale 1.

"Je n'ai connu que trois clubs, se plaît à souligner David. Quand on est bien quelque part, il faut faire en sorte d'y rester. A Aix, j'ai la chance de vivre de ma passion, dans un club qui me plaît."

Au-delà de sa carrière de joueur, l'ancien 3^{ème} ligne s'est impliqué

et s'implique toujours, aux côtés de Tonio de Barros, dans l'organisation de la "Coupe du Cœur", réservée aux jeunes présentant une déficience mentale. "Cela permet d'être dans le partage, avec un public différent, souligne-t-il. Quand on voit la joie de jouer de ces enfants, cela fait un bien fou." David s'est également tourné vers l'arbitrage et a déjà capacité à arbitrer en Fédérale 2. Pour se retrouver un jour en Top 14 ? "Pourquoi pas, dit-il en guise de défi. Si j'acquiers la compétence nécessaire et que j'ai l'ouverture..."

Sa connaissance de l'arbitrage l'aide déjà à apprendre aux jeunes les règles et l'esprit du jeu, partant du principe que "ce n'est que par cette voie qu'ils pourront espérer atteindre un jour le haut niveau."



A l'époque où le 3^{ème} ligne David Beun dominait son sujet à la touche.

David en 7 points

- **Meilleur souvenir de rugby ?**
"Le maintien en Pro D2 avec le PARC, en 2011."
- **Ta plus belle réussite ?**
"Compter autant d'amis dans le rugby."
- **Le meilleur joueur que tu as côtoyé ?**
"Diego Dominguez, au Stade Français et Valentin Ursache, avec le PARC."
- **Le plus impressionnant que tu aies rencontré ?**
"Je me suis pris Chabal... Au contact, il est vraiment dur."
- **Ta meilleure perf ?**
"Au cours de la saison 2010-2011, celle où j'ai joué mon meilleur rugby."
- **Ta plus grosse galère ?**
"Ma blessure à la cheville, en 2013. Cela a écourté ma carrière."
- **Si on te dit que tu ressembles à Pierre Rabadan ?**
"C'est vrai qu'on croit souvent que nous sommes de la même famille. On a connu les mêmes clubs (PARC et Stade Français), on a la même façon de parler... Mais il m'a manqué ses atouts physiques et ses qualités de vitesse pour faire une carrière comme la sienne."



Quels sont les principes de base ?

"Ce qui compte, dit David, c'est le développement de l'enfant. Nous devons faire en sorte qu'il ne soit pas en situation d'échec. A nous de l'accompagner dans son développement, de l'aider lorsqu'il n'y arrive pas et lui permettre de prendre plaisir à jouer.

Nous devons lui faire aimer notre sport et les valeurs qui y sont associées."

(...) "Nous nous efforçons aussi de rapprocher les jeunes de l'école de rugby de l'équipe pro. De nombreux gamins assistent aux matchs. L'exemple, c'est important. Les joueurs qui représentent le club doivent servir de modèle. Ils viennent d'ailleurs souvent participer aux entraînements de l'école de rugby et le font avec plaisir. Un joueur comme Paula Havea a un contact extraordinaire avec les enfants."



Les petits apprentis rugbymen apprennent à vivre ensemble sous les conseils de David Beun.

Le directeur de l'école de rugby de "PR" est très attentif au regard que l'on porte sur le projet éducatif du club. Aussi se félicite-t-il de voir une entreprise comme le Crédit Agricole Alpes Provence accompagner le projet de formation de Provence Rugby : "Quand on est passionné par un sport, dit-il, la résonance qu'on trouve dans d'autres secteurs donne du volume à ce que l'on entreprend. Le fait de partager la même vision du sport et des valeurs qu'il véhicule ne peut que contribuer au développement des jeunes."

Rapprocher les jeunes de l'école de rugby et l'équipe professionnelle



Quand les pros viennent prêter main forte aux éducateurs et se rapprocher des jeunes pousses...

L'école de Provence Rugby

Elle rassemble quelque 340 enfants, de 5 à 14 ans, encadrés par 35 éducateurs.

On recense six catégories d'âge : premier pas (5 ans) ; jeunes pousses (nés en 2009 et 2008) ; poussins (2007, 2006) ; benjamins (2005, 2004) ; minimes 1 (2003) et minimes 2 (2002).

Les séances ont lieu au Stade David, les mercredis et samedis pour les plus jeunes, le samedi et le mardi soir pour les poussins et benjamins, tandis que les minimes suivent trois entraînements par semaine. Chaque catégorie a son éducateur référent et l'ensemble est dirigé par David Beun et le coordinateur technique Yves Demay.



Yves Demay, coordinateur technique de l'école de rugby.

L'apprentissage du rugby se fait également au-delà de l'école du club, par le biais d'opérations effectuées avec les autres clubs du Pays d'Aix, dans le milieu scolaire ou dans le cadre du dispositif Prodas.



Ce petit groupe représente 1/30^e de l'effectif de l'école de rugby.

L'école des XV

Autre dispositif associé au secteur formation de Provence Rugby : celle de l'association "L'Ecole des XV", dirigée par Benoît Lequeux. Conçue et financée par la fondation du groupe Voyageprivé, cette association propose un programme périscolaire à l'attention d'une trentaine d'élèves de la 6^{ème} à la 3^{ème}, en partenariat avec les collèges du Jas de Bouffan et Mignet. En associant des séances d'aide aux devoirs, de soutien scolaire et l'apprentissage du rugby, L'école des XV s'appuie sur les valeurs du rugby pour lutter contre l'échec scolaire. Elle s'inscrit parfaitement dans la volonté d'aider au développement des jeunes.



A la rencontre et au soutien des jeunes de l'école de Provence Rugby...

S'entendre



aux côtés de **l'École
Provence Rugby**



Le**SPORT**
pour**VALEUR**

Thomas Adriaens le perfectionniste

Son nom est souvent associé à la réussite de Grégory Gaultier, notre star mondiale du squash, dont il est le préparateur physique attitré. Thomas Adriaens ne démentira pas, mais pourra faire observer que son métier de coach sportif va bien au-delà. Il exerce en effet ses compétences dans plusieurs domaines, du haut niveau au sport bien-être, en passant par la gestion de l'école de tennis du Set, ses interventions dans le secteur de la formation ou la ré-athlétisation des sportifs. Portrait d'un type attachant, amoureux du sport et du travail bien fait.

L'homme n'a rien d'un frimeur et ne risque pas de passer son temps à courir les cocktails. Son truc, c'est le terrain. Thomas y passe le plus clair de son temps, même si son travail l'oblige à planter devant l'ordinateur ou le téléphone portable pour consigner toutes les données relatives aux athlètes dont il guide la préparation physique.

Qu'est-ce qui fait sa spécificité dans cette fonction de préparateur physique de plus en plus répandue dans le monde du sport ? *"L'individualisation du programme, répond l'intéressé. Je fais pour ainsi dire du costume sur mesure. Cela demande beaucoup d'exigence, de temps d'observation, une grande proximité avec l'athlète et une régulation au quotidien du programme d'entraînement. Quand on travaille avec un champion comme Grégory Gaultier, on est sur une préparation de très haut niveau. Pas de place pour l'approximation."*

Cela implique de la part de Thomas une grande disponibilité, une solide connaissance théorique de tout ce qui touche au métier de la préparation physique et, surtout, une grosse connaissance du terrain. Lui-même se juge *"indéfectible dans mon investissement, ce qui me permet de mener mes missions avec sérieux."*

Le squash, mais pas que

Après cinq années passées en Italie, où il entraîna les triathlètes de l'équipe de Bergame, il est venu s'installer avec femme et enfants dans cette ville d'Aix qu'il a trouvée *"tout à fait sympa, à taille humaine... avec beaucoup d'athlètes."*

Il y avait effectivement de quoi faire ici. Son statut de préparateur physique indépendant a amené Thomas à s'occuper des nageurs Sablonnais dirigés par Philippe Bellaigue (dont un certain Clément Mignon, aujourd'hui au CNM, champion du monde avec le relais 4x100, cette année à Kazan) et à travailler pour le pôle France de squash, notamment auprès des champions Grégory Gaultier, Grégoire Marche ou la féminine Camille Serme.

Le fait d'avoir quitté la fédération de squash (en 2012), n'a en rien rompu le lien avec les meilleurs joueurs français, puisque Thomas s'occupe aujourd'hui de Grégoire Marche (n°2 français), de l'espoir Geoffrey Demont et bien sûr, du phénoménal Grégory Gaultier, classé n°1 mondial à deux reprises.

"Je m'occupe de Greg depuis 2007, rappelle Thomas. Nous avons une relation très forte. Je suis très heureux de l'avoir accompagné dans sa progression



Thomas Adriaens, la gueule, la tête et les jambes.

et de partager avec lui de grandes émotions."

Thomas ne se limite pas à la préparation physique de Greg Gaultier. Il intervient dans le coaching de plusieurs autres champions tels qu'Alexander Ferrer, l'un des tout meilleurs trialistes français. Il passe du temps dans des domaines aussi divers que l'école de tennis du Set ou le coaching privé qu'il développe à Eguilles. Aujourd'hui, Thomas Adriaens évolue sur plusieurs tableaux. Son ambition est de continuer à œuvrer dans le sport de haut niveau. *"Car cela me passionne, confirme-t-il, et m'oblige à me remettre en question en permanence, à suivre attentivement l'évolution des méthodes d'entraînement et de la médecine du sport."* Et de conclure avec justesse : *"J'ai des convictions... surtout pas des certitudes."*



Accompagner ses champions dans les sorties de vélo. Ici avec Grégory Gaultier et Grégoire Marche.



Partager les émotions des grandes victoires du champion de squash Grégory Gaultier.



Aux côtés de son ami Nicolas Arnoux-Pietri lors du tournoi de tennis du Set Club.

Thomas Adriaens et le sport

Né le 24 août 1968, à Valenciennes (47 ans). Marié à Isabelle (qui pratique la marche et le renforcement) et père de deux grands enfants : Margot (20 ans), plutôt tournée vers le fitness et Matéo (16 ans), adepte des sports modernes et particulièrement athlétiques que sont le "street work out" ou le crossfit.

A titre personnel, Thomas pratique régulièrement, le vélo de route, la course à pied et la musculation ("pour la prévention des pépins physiques" précise-t-il).

Mais son sport de prédilection aura été le hockey sur glace qu'il a pratiqué à Valenciennes, de l'âge de 8 ans à 26 ans (jusqu'au niveau N1) au poste de gardien de but.

Côté formation, le Ch'ti du Set Club ne manque évidemment pas de références : STAPS, puis DU de préparateur physique à Dijon, sous la coupe de Gilles Cometti, "véritable précurseur dans l'approche en matière de préparation physique", comme le souligne Thomas. Il passe ensuite le BEESAN, le BPJEPS Aptitude physique pour tous et le diplôme d'entraîneur de natation, étant impliqué dans la préparation physique de nageurs à Salon.

Pendant ce temps-là, le sportif Adriaens n'aura pas dormi. Après le hockey sur glace, il s'est mis à courir sans modération (marathons de New-York, Florence, Venise, Milan et Paris, où il a réalisé un temps de 2h48). Il s'est tourné également vers la nage et le vélo, ce qui allait le conduire inéluctablement à la pratique du triathlon, de préférence sur longue distance. Ainsi, au début des années 2000, Thomas a couru l'Ironman d'Embrun, celui de Nice et d'autres en Autriche, à Calvi ou à Saint-Raphaël.

Avec un tel parcours, Thomas peut effectivement revendiquer une certaine connaissance de la pratique du sport.

PREPA-SPORTS, CÔTE SANTÉ

Solidement implanté dans le domaine de la formation aux métiers du sport, Prépa-Sports s'ouvre à d'autres secteurs du monde sportif, notamment en ce qui concerne la préparation physique et la santé.

Le lancement récent de "L'Atelier Sport et Santé", dans la salle installée au rez-de-chaussée du bâtiment annexe, ouvre des horizons pour les clubs et les particuliers, d'autant qu'il s'appuie sur une solide équipe d'instructeurs.

Le pôle santé, mis en place depuis 2011, s'inscrit dans la démarche de Bernard Porta d'associer le sport et la santé. Aujourd'hui le centre médical regroupe neuf praticiens.

- **Philippe Molendi**, 55 ans, fait figure de doyen, fort d'un BE 2 HACUMESE et d'une grande expérience du terrain (il est ceinture noire de judo et de karaté). Formateur et préparateur physique au CREPS et à Prépa-Sports, il possède évidemment les connaissances et le recul indispensables pour accompagner les athlètes dans leur préparation.

- **Grégory Jahn**, 44 ans, qui a également passé son BPJEPS AGFF Force à Prépa-Sports, a pratiqué la musculation de 18 à 25 ans avant de se tourner vers la course à pied et le trail. Il a intégré le projet de "L'Atelier" avec l'ambition de développer le concept sport-santé en entreprise.

L'Atelier Sport et Santé

La salle de préparation physique (150 m²), équipée pour la préparation physique des sportifs de haut niveau, au rez-de-chaussée du « pôle santé » de Prépa-Sports, constitue un excellent outil de travail pour les trois d'encadrants :

- **Amélie Teissier**, 29 ans, titulaire d'un BPJEPS AGFF Force (... passé à Prépa-Sports), met ses compétences et sa passion au service des sportifs. Elle s'occupe entre autres de la préparation physique des volleyeuses professionnelles du PAVVB.

Le "staff médical"

Neuf praticiens exercent actuellement leurs compétences à Prépa-Sports :

- Laurent Mirabel, médecin du sport
- Kevin Coudron, kinésithérapeute
- Elsa Pomares, ostéopathe
- Alexandre Bondon, podologue
- Jean-Pierre Chiappe, psychologue
- Annick Delaporte, Cécile Pujade et Sylvie Sanchez Lautier, infirmières.
- Magali Tatesian, diéticienne.



A l'accueil de L'Atelier, lors de la journée portes ouvertes du 4 juillet dernier... De gauche à droite : Bernard Porta, Grégory Jahn, son épouse Marine, Amélie Teissier et Philippe Molendi.

Photos A. Tarditi

Ere nouvelle...



La gymnastique rythmique en démonstration.

Pour sa 16^{ème} édition, le Salon des Sports a changé d'ère. L'immense rassemblement du monde sportif aixois, organisé durant 15 ans par feu l'OMS, a été repris cette année par la Direction des Sports, en collaboration avec la société Carmasport, de plus en plus impliquée dans les événements sportifs du Pays d'Aix et de la future métropole. Qu'est-ce qui aura changé avec cette nouvelle équipe ? Rien dans l'esprit, le Salon restant une formidable vitrine pour les associations sportives et un lieu de rencontre particulièrement apprécié de milliers de visiteurs. Il est d'autant plus difficile d'évaluer le nombre de personnes venues ce week-end des 5 et 6 septembre au complexe sportif du Val de l'Arc, que la nouvelle disposition des stands et des aires de démonstration, a rendu l'ensemble plus aéré. On a ainsi évité les habituels "bouchons" dans les allées d'exposition aux heures de pointe. Plus d'air donc (le mistral y fut aussi pour quelque chose), plus d'aires de jeu (... notamment pour les enfants) et un meilleur équilibre entre les stands "indoor" et les stands en plein air, ont permis au Salon de Sport de contenter exposants et visiteurs. On reviendra donc volontiers en 2016. Toujours avec un beau soleil ?



Une zone d'exposition extérieure bien pensée, la Sainte-Victoire en fond.



Dans les stands

L'AS Auto, en pôle position à l'entrée de l'espace plein air, bien disposée pour la photo.

Les Golgoths 13 ont-ils recruté Francis Taulan et Olivier Penin pour la saison 2015-2016 ?



Les meilleures équipes du Pays d'Aix présentées au Salon des Sports en présence des élus des collectivités.

nouvel air



Démonstration de karaté, en ombre et lumière, avec le KC Puyricard "Tomoe Gozen" dirigé par Elisabeth Verdelli



Les jeunes ont goûté aux joies du roller hockey.



Sur le stand de pôle emploi, animé par Vincent Cantrin et Bénédicte Faure, le président de l'AUC Taekwondo Hugues Dumez a pu signer le contrat CAE d'Axelle Attoumani.



Inauguration

La maison des arts de combat



Maryse Joissains-Masini a coupé le ruban officiel en plusieurs morceaux.



Le superbe complexe édifié au Val de l'Arc a été officiellement inauguré le samedi 5 septembre, en marge du Salon des Sports. Les escrimeurs et adeptes des arts martiaux ont la chance aujourd'hui d'évoluer dans cette belle Maison des Arts de Combat, à la création de laquelle l'adjoint aux sports Francis Taulan a pris une part prépondérante.

Le double médaillé olympique, Pascal Gentil, a tenu à être présent à l'inauguration et s'est prêté à la démonstration des jeunes de l'AUC Taekwondo.

L'AUC doit rebondir

Dans à une discipline relativement jeune, qui a pris son véritable essor en France avec la première médaille olympique de Pascal Gentil, à Sydney 2000, l'AUC Taekwondo s'est fait une place à part dans le petit monde du sport aixois.

Créé en 1990 par Philippe Bouëdo, le technicien le plus important de l'histoire fédérale (20 années en poste de DTN), l'AUC a eu la chance de voir passer en son sein une pléiade de grands champions qui font de ce club le plus titré du Pays d'Aix. Avec quatre médailles olympiques (Pascal Gentil, Myriam Baverel, Anne-Caroline Graffe et Marlène Harnois), plusieurs titres mondiaux et européens, l'AUC inspire le respect... et quelques manifestations de jalousie, pourrait-on ajouter.

Aujourd'hui, l'AUC Taekwondo arrive à un tournant de son histoire. Car, après une saison 2014-2015 pour le moins compliquée, avec une baisse du nombre de licenciés (passé de 152 à 104) et les multiples pépins physiques subis par ses athlètes de haut niveau (voir plus loin), le club universitaire se doit de rebondir.

Hugues Dumez, qui a pris le relais de Raymond Michel à la présidence du club, il y a un an, est parfaitement conscient des réalités et se montre déterminé à prendre "le guidon par en-dessous".



"Caro" Mocklyn met un pied dans le taekwondo par le "body".

"A nous de créer une nouvelle dynamique, dit-il. Nous avons la chance, depuis la rentrée, d'évoluer dans la Maison des Arts de Combat que la ville vient d'inaugurer. Cet outil sera d'autant plus précieux que notre programme s'est enrichi de nouvelles activités, telles que le self-défense, la préparation physique et le body taekwondo. En nous diversifiant et en mettant un peu plus d'entrain dans les entraînements, nous devons apporter un deuxième souffle à l'AUC Taekwondo."

La résolution est prise. Le président s'est lui-même remis à la pratique du taekwondo, entraînant avec lui une quinzaine de ses copains, ravie de découvrir le self-défense avec les entraîneurs maison, Loïc Lubin, Pierre-Yves Vitelli et Francklin Jacques, alias Franckie.

Autre curiosité de ce début de saison, le lancement d'un cours de body taekwondo animé par Caroline Mocklyn, instructrice à l'enthousiasme communicatif.

Les quatre athlètes de très haut niveau qui représentent l'AUC au niveau international ne doivent pas être "l'arbre qui cache la forêt". Et si le secteur enfants se porte bien à l'AUC, il y a du travail à faire pour faire progresser le club au niveau des ados et des adultes.

Alors, on se retrouse les manches ?

Quoi de neuf ?

Dans son souci d'innover, l'AUC Taekwondo propose des séances de self-défense, de préparation physique... et tente une expérience audacieuse en ouvrant un cours de body taekwondo, "un nouveau concept associant la technique du taekwondo et la dynamique d'un cours de fitness", selon la définition de Caroline Mocklyn. Cette dernière se voit confier la tâche délicate de "lancer l'affaire". Un challenge que l'instructrice de marche nordique et de pilates au sein d'Activ'Azur s'apprête à relever... en souplesse. Les séances se déroulent les lundis et jeudis entre 12 h 30 et 13 h 30, à la MAC au Val de l'Arc et le lundi (19 h) au gymnase Bobet.

Loïc Lubin prêt à élever le niveau à l'AUC, en compagnie de Pierre-Yves Vitelli.



Gentil à Aix

Figure emblématique du taekwondo (... champion de France en titre à 40 ans passés), Pascal Gentil a tenu à être là pour l'inauguration de la Maison des Arts de Combat. Le double médaillé olympique a été salué comme il se doit par Raymond Michel et Hugues Dumez, les deux derniers présidents de l'AUC.



Inculquer les règles du taekwondo aux jeunes du club.

Le directeur sportif

Loïc Lubin priorité à la formation

Sollicité par l'AUC à l'été 2013, sur les recommandations de Myriam Baverel, Loïc Lubin n'a pas hésité (ou peu) à quitter la Martinique pour prendre la direction sportive du très réputé club aixois. Ceinture noire depuis 2007, titulaire du BE, Loïc Lubin savait pouvoir s'appuyer sur ses connaissances en matière de formation et son vécu de compétiteur pour mener sa tâche à bien.

Venu relativement tard au taekwondo, à l'âge de 15 ans, il se tourna inéluctablement vers la compétition. Il disputa l'US Open et les championnats panaméricains à trois reprises, le Championnat du Monde en 2013 à Puebla (Mexique) et connut les honneurs du podium à l'occasion de l'Open panaméricain 2010 (3ème).

A 28 ans (il est né le 13 novembre 1986 au Lamentin, en Martinique), Loïc Lubin a déjà une demi-douzaine d'années d'expérience du métier d'entraîneur. Il enseigna dès l'âge de 22 ans au Taekwondo Marti-

nique Club, puis au West Indies Taekwondo, avant de tenter l'aventure à Aix. Produit de la formation "façon FFTDA", l'entraîneur de l'AUC s'applique à donner de bonnes bases aux jeunes. "A l'AUC, souligne-t-il, on me donne le temps et les moyens de faire un travail en profondeur pour la formation des jeunes, sans pression au niveau des résultats. Pour mieux préparer nos jeunes à la compétition, nous nous sommes équipés des fameux plastiques électroniques. Nous avons donc les outils indispensables pour former de bons espoirs dans les années qui viennent."

Loïc Lubin se veut résolument tourné vers la pratique du taekwondo moderne, loin des stéréotypes dont certains "vieux routiers" de la discipline ont du mal à se défaire. Que ce soit auprès des jeunes ou au coaching des athlètes de haut niveau, dans les compétitions en France, l'entraîneur de l'AUC sait faire apprécier son respect des valeurs prônées par sa discipline.

Côté champions

L'AUC Taekwondo existe au niveau national et international grâce à ses champions, pensionnaires de l'Insep. Quatre athlètes de grande valeur qui ont cependant connu quelques pépins de santé en 2014-2015 et n'en ont que plus de mérite à revenir inlassablement sur la scène internationale.

Anne-Caroline Graffe n'a plus à faire ses preuves. La Tahitienne de l'AUC a connu tous les podiums : multiple championne de France, championne d'Europe, championne du monde, médaillée olympique (Londres 2012)... que manque-t-il à son palmarès ?

Une opération de la hanche et diverses blessures ont perturbé sa saison 2014-2015. Bien revenue ces dernières semaines, avec des médailles de bronze dans les opens internationaux, Caro ne désarme pas.

Floriane Liborio, la double championne d'Europe, a elle aussi connu un "coup de moins bien" la saison dernière. Mais elle retrouve son taekwondo, comme en témoignent ses récentes médailles en Pologne et en Israël. "On a retrouvé Flopette", confirme Myriam Baverel, la patronne des équipes de France (... licenciée à l'AUC).

L'espoir de l'équipe de France, Axelle Attoumani est également en reprise après un arrêt de huit mois, imposé par une délicate opération à la hanche. A 18 ans, médaillée de bronze aux niveaux européen et mondial en 2014, la grande Axelle a tout l'avenir devant elle.

Le cas le plus "douloureux" reste celui de Raihau Chin, sans doute le plus doué... et le plus fragile des combattants français. Bien revenu après blessure en 2014 (champion de France, champion du monde universitaire), l'autre Tahitien de l'AUC s'est déchiré un ischio-jambier. Opération, six mois de remise en état, reprise prometteuse... et nouvelle blessure (ligament interne du genou), nouvelle opération et nouvelle indisponibilité de quatre mois. Raihau Chin va devoir encore se battre contre le temps et le découragement.



Les enfants toujours motivés pour les fameux passages de grade.



Floriane Liborio et Anne-Caroline Graffe reprennent goût aux médailles.

Olivier Martinez

L'improbable reconversion

Il n'est pas le premier coureur cycliste "à la retraite" à s'être mis à faire de la course à pied. Mais Olivier Martinez avait-il imaginé au départ courir un semi-marathon en 1h 14 min, c'est-à-dire au-delà des 17 km/heure de moyenne ? C'est pourtant ce qu'il a réussi à faire au printemps dernier lors de sa victoire au scratch, à Cavaillon, où il s'est qualifié pour les Championnats de France (4 octobre, à Fort-de-France). Et si l'ancien coureur élite de l'AVCA faisait un truc, comme on dit, dans la catégorie vétérans 1 ? L'intéressé pense qu'il trouvera là-bas beaucoup plus fort que lui, mais ne va pas pour autant se contenter de faire du tourisme en Martinique.

Olivier a rangé son vélo de compétition en 2006, après avoir couru une quinzaine d'années sous le maillot de l'AVCA, son club de toujours. Faut-il rappeler qu'il fut un des meilleurs juniors français, avant de persévérer une douzaine d'années au top niveau amateur ? Retiré des compétitions durant 4 ans, l'ancien coureur a inévitablement pris du poids. Il "portait" 85 kilos lorsqu'il se mit à courir à pied en compagnie de son copain Marc Canzano. Mais il n'allait pas tarder, de sa foulée rageuse, à tomber les kilos... et venir taquiner quelques bons coureurs du coin, dans des épreuves de 10 ou 12 km. Pour sa première participation à un 10 km (Course des Vendanges, à Puyricard), il allait déjà épater son monde en réalisant un temps autour des 38 minutes. Son improbable reconversion allait l'amener beaucoup plus loin. Aujourd'hui, ses performances

suscitent l'admiration. En signant un chrono de 33'33" à Marseille, aux 10 km de la Provence et à Nice, à la Prom' Classic, où il a tourné aux 5 km en 16' (près de 19 km/h) avant de baisser de rythme, Olivier a prouvé que les qualités qui ont fait de lui un coureur cycliste de haut niveau étaient toujours en lui et que son goût de l'effort était peut-être encore plus évident.

"Ce que j'aime, dit-il, c'est me mettre à fond. Je ne sais plus faire un entraînement tranquille, que ce soit sur le tapis (j'en ai acheté un) ou sur la route. Et j'aime faire la guerre en course, le dimanche. C'est bonnard..."

Olivier Martinez en viendrait même à préférer la course à pied au vélo, discipline qui demande plus de patience et de sens tactique. *"J'ai besoin de me mettre à fond, répète-t-il, sans me préoccuper de la tactique. Je suis un bourrin. D'ailleurs, au début, je parlais trop vite en course à pied en essayant de rester avec les meilleurs. J'ai appris à mieux gérer mon effort."*

Le parallèle avec le vélo est inévitable... comme la question de savoir quel est le sport le plus dur des deux...

"Dans l'intensité de l'effort, estime Olivier, tu vas sans doute plus loin en course à pied. C'est plus violent. Mais il est vrai qu'en cyclisme, c'est plus dur sur la durée. Tu peux souffrir pendant des heures. Autre différence : sur le vélo tu peux t'accrocher dans les roues et aller battre meilleur que toi à l'arrivée. En course à pied, chacun est à sa place. Quand tu ne peux plus suivre, tu as l'impression qu'on te débarrasse..."

Devenu un adepte de l'effort intense et de courte durée, Olivier Martinez n'est donc



Olivier Martinez a tenu à participer à la course Aix S'élance, le 12 septembre dernier, juste avant de reprendre le travail. Résultat : 5ème.



Adepte des parcours plats et bitumés, Olivier Martinez a souffert sur les 7 km vallonnés du Set-Club, tout en appréciant la beauté du cadre.

pas tenté par les courses de marathon. *"Pour le moment, reconnaît-il, je n'ai pas la capacité morale pour le faire. Je partirais trop vite et j'exploserais au 30ème kilomètre."*

J'aime me mettre à fond



Qui eut crû que le champion cycliste des années 90-2000 deviendrait un jour coureur à pied ?



Le vélo pour la récupération

A raison de quatre entraînements par semaine, Olivier continue de progresser en course à pied. Il est actuellement en 6ème position au Challenge du Pays d'Aix (1er vétérans 1) après avoir terminé, entre autres, 2ème à Vitrolles et à Puylobier derrière Foued Latreche.

Arrivé au poids de forme de 67 kg (... soit 18 kg de moins qu'en 2010), le Jouquard licencié au Speedy Club de Provence n'a pas fini de bouffer des kilomètres sur le bitume, lui qui assure faire un régime alimentaire plus strict qu'à l'époque des courses cyclistes. Et le vélo dans tout ça ?

"J'aime bien faire une sortie à vélo pour la récupération après une course à pied", dit-il avant d'ajouter : *"J'ai toujours de bonnes sensations sur le vélo et je participerai peut-être à la Provençale Sainte-Victoire en avril prochain, comme je l'ai fait en 2014."*

Le rendez-vous est pris. Insaissable Olivier Martinez !

Toujours proche de ses copains du vélo. Ici, lors de la Ronde d'Aix 2014, en compagnie de Romain, Abel, Jean-Ed et Colin, autour du champion Christopher Froome.



AIX S'ELANCE 2015

Le Lycée Militaire donne le ton

Si les meilleurs d'entre eux se situent aux alentours de la 20ème place à l'arrivée, les élèves et cadres de l'Ecole Militaire d'Aix-en-Provence n'en sont pas moins les grands animateurs de "Aix s'élance". Les maillots bleu ciel "éclairent" la course, chantent au départ, courent allègrement (... en toute décontraction pour la plupart) et prêtent la main à l'organisation, aux carrefours ou sur le site d'arrivée dans la cour d'honneur de leur lycée. Ils sont partout et donnent le ton à cette course à pied pas comme les autres, par leur enthousiasme et leur esprit de corps ... à distance cependant de l'intouchable Robert Kiplimo. Parti dès le premier kilomètre avec l'inévitable Foued Latreche, le Salonais a terminé loin devant les 606 autres concurrents, en 32'24" (18,52 km/heure). Les meilleurs licenciés du Pays d'Aix : Olivier Martinez, du Speedy Club de Provence (5ème), Benjamin Mauer et Frédéric Zumtangwald, d'Aix Athlé, étant respectivement 6ème et 11ème.

Mais du premier au dernier (... arrivé avec un retard de plus de 50 minutes), on a beaucoup souffert lors de cette course Aix s'élance, car le parcours casse-pattes par la route du Tholonet et le sublime parc de la Torse s'est durci en raison de la chaleur lourde de cette fin d'après-midi du 12 septembre 2015.



Au Lycée Militaire, les filles comme les garçons jouent le jeu.



Une partie des licenciés d'Aix Athlé rassemblée juste avant le départ.



Quatre anciens coureurs cyclistes de l'AVCA se retrouvent sous le maillot du Speedy Club de Provence : Gérard Burles, Olivier Martinez, Marc Canzano et Cyril Giordano (de g. à dr.).



Le jeune Benjamin Mauer a fait honneur au maillot d'Aix Athlé (6ème).

Il a bouclé l'Ultra-Trail du Mont-Blanc (101 km)

Renaud Enjalric

"pour la famille"

Il en rêvait. Il l'a vécu. Renaud Enjalric a fait partie des 1900 privilégiés (... il n'y a pas de place pour tout le monde) à prendre le départ de la "CCC" de l'Ultra-Trail du Mont-Blanc, une aimable balade de 101 km que le coureur de fond aixois a bouclé à la 313^e place (sur 1900) en 19 h 38mn. Retour sur cette journée du 28 août 2015 que Renaud n'est pas prêt d'oublier.

La montagne, les efforts, ça le connaît. Etant plus jeune (originaire des Alpes de Haute Provence), il avait fait beaucoup de ski, pratiqué l'escalade et accompli son service militaire dans la Gendarmerie "secours en montagne", à Jausiers. Lorsqu'il s'est mis à courir, en 2009, Renaud Enjalric allait inévitablement se replonger dans les courses en altitude. La grande mode des trails ne pouvait que le pousser dans ce sens.

Homme de conviction, à la fois aventurier et sagement méthodique, le responsable du service programmation des installations sportives à la Direction des sports, se devait de bien programmer sa nouvelle carrière sportive, afin de respecter les paliers d'"ascension".

"J'ai franchi les distances crescendo, indique Renaud. J'ai fait des trails de 45 km, puis 60 (avec la Sainte-Victoire) et 74 km en participant au trail des Templiers, dans

l'Aveyron. Je l'ai couru en 2012 et 2014."

L'envie de faire le grand saut en direction de la CCC du Mont-Blanc, avec ses 101 kilomètres et ses 6100 m de dénivelé positif, lui trottait dans la tête depuis trois ans. Mais il lui fallut attendre 2015 pour être sélectionné, après avoir été recalé au tirage au sort en 2013 et 2014. Ayant enfin gagné... la course au dossard, Renaud Enjalric allait enfin pouvoir goûter aux joies de l'effort extrême. Sans appréhension ?

"C'est vrai, dit-il, qu'il allait y avoir beaucoup de passages de nuit et qu'il est toujours très difficile de repartir après les ravitos. Mais j'ai été très bien soutenu par toute la famille, avec ma femme, Espérance, mes enfants, mes parents et beaux-parents. Cela m'a beaucoup aidé. C'est aussi pour eux que j'ai tenu et que je suis allé au bout."

Un coup de bambou

Quel fut pour Renaud le moment le plus dur ? "Au kilomètre 47, précise-t-il, j'ai eu un coup de bambou, car j'étais parti un peu fort dans le groupe de tête... Mais la nuit est arrivée et ça m'a rebouté. J'ai apprécié de me retrouver



Un peu anxieux quand même, à l'instant du départ, l'ami Enjalric.



En avant pour 101 km de parcours montagneux ! Renaud est heureux de faire partie des 1900 sélectionnés du trail CCC du Mont-Blanc.

à courir à la lueur de ma lampe frontale, à 2500 m d'altitude, au milieu des vaches..."

Le meilleur moment ? "Quand j'ai su que je me trouvais à 13 km de l'arrivée, avec une descente de 8 km vers Chamonix. J'avais très mal au tibia,

mais j'ai accéléré. J'avais hâte d'arriver."

Classé 313^e sur 1470 arrivants (430 abandons quand même, "à cause de la chaleur", selon lui) et 86^{ème} sur 475 en catégorie V1, Renaud Enjalric a vite récupéré de sa belle balade en montagne. Mieux, il s'est promis de franchir encore un palier.

"Je rêve, dit-il, de faire le grand parcours, l'UTMB qui fait le tour complet du Mont-Blanc. C'est la course reine. 170 km, 10 000 m de D+ à boucler en moins de 46 heures."

Voilà un nouveau challenge que Renaud va s'appliquer à programmer avec la minutie qu'on lui connaît. Il ne laissera rien au hasard...

Renaud, en bref

Né le 26 septembre 1970, à Manosque.

Marié, père de deux grands enfants : Marine (18 ans) qui a fait 15 ans de gym à GPA, club où elle est aujourd'hui animatrice et Quentin (15 ans) qui pratique le basket et le BMX à Trets.

Renaud est éducateur territorial des APS et responsable de la programmation à la Direction des sports, aux côtés de ces deux autres grands sportifs que sont Pascal Armand (triathlon) et Serge Bel (rugby, vélo).



Une aventure sportive grandiose.

24 HEURES DU MANS ROLLER

Aix Elan dans l'ambiance

Leur truc, c'est le roller. Leur motivation, la course d'équipe. Les joyeux drilles du team "Aix Elan" échappent au schéma habituel des structures sportives. Ici, pas de hiérarchie. Mégalos et égoïstes s'abster. On va même jusqu'à remplacer les noms propres par des surnoms pour le moins "Aix...centriques". On met en avant les perfs d'Aixpendable, les départs éclairs d'Aixtra Lucide, on évoque la dextérité d'Aix Aequo ou la jeunesse d'Aixcusez-moi. Plutôt rafraîchissant, non ?

Le team Aix Elan, composé pour moitié de membres d'Aix In Roller, le club de référence, s'est constitué autour d'un projet bien défini : participer aux 24 heures du Mans, épreuve disputée en relais. Après une première expérience en 2014, l'équipe aixoise a remis le couvert au début de l'été dernier, avec un groupe de dix coureurs. On a bien compris que l'objectif principal était de prendre du plaisir dans cette compétition d'en-

durance "à l'ambiance festive et conviviale", selon les termes de Lisa Coromp. On mentionnera néanmoins que l'équipe s'est classée 251^{ème} au scratch (sur 449) et 38^{ème} en catégorie "découverte". Au total, 115 tours de 4,185 km par-cours, soit 481 km en 24 heures, pour une moyenne de 20 km/heure. Côté perf, on peut noter encore que le meilleur tour a été réalisé par Fabien Clémenti en 9'15" (moyenne 27,14 km/h.).



© WOOF SNAP
Départ en première ligne pour Cyrille, très vite en action.

Départ en chaussettes

Les 27 et 28 juin derniers, sur le célèbre circuit Bugatti, les rollers aixois étaient bien décidés à jouer le jeu, de l'instructeur Cyrille Zuccaro, à la benjamine Lucie Sabas (... qui n'a pas eu le droit de prendre des relais la nuit en raison de ses 17 ans), en passant par les solides joueurs de roller hockey que sont Eric Bernard et Fabien Clémenti. Jouer le jeu aura consisté aussi à s'amuser à l'occasion de la parade d'avant course mêlant participants et supporters en déguisement, à apprécier le traditionnel départ "façon 24 heures" (les

concurrents traversant la route... en chaussettes pour sauter dans leurs rollers et partir le plus vite possible devant une tribune remplie de spectateurs), où à savourer encore les sandwiches aux rillettes, lors des pauses entre les relais, au stand.

De ce point de vue, l'édition 2015 aurait été plus plaisante que la précédente. Car l'an dernier, les Aixois avaient connu bien des mésaventures : panne de voiture au début du trajet en direction du Mans, pluie incessante durant les 24 heures et, pour finir, erreur d'aiguillage sur le chemin du retour. Ils en sourient encore.

Relancer la vitesse

Fort de la belle aventure des 24 Heures 2015, le team Aix Elan redouble de motivation. Les entraînements hebdomadaires, le plus souvent organisés au pôle d'activités d'Aix Les Milles, à la Pioline, au Tholonet ou à Gémenos, devraient être plus réguliers et mieux structurés cette saison, sous la conduite de Cyrille Zuccaro, tandis que le club Aix In Roller voit l'arrivée d'un nouveau coach, Tom Ducos. Autant d'éléments qui devraient favoriser une plus grande dynamique et permettre de remonter une équipe de vitesse performante dans les compétitions. Pour faire encore mieux lors des 24 Heures roller 2016 ?



Gérard Zuccaro

L'équipe Aix Elan au départ des 24 heures du Mans 2015. De gauche à droite, Fabien Clémenti (Aixpendable), Eric Bernard (Aix Aequo), Cyrille ouccaro (Aixtra Lucide), Lucie Sabas (Aixcusez-moi), Pablo Hoyo (Aixpatrié), Stéphanie Pasquet (Aixploratrice), Lucrèce Laroche (Aixcrimeuse, Aixquise), Hélène Janvier (Sol Aix), Sylvie Rémy (Aixploît), Lisa Coromp (Aixcès de Vitesse... ou pas).

A fond, Lisa

Notre "correspondante" occasionnelle à Aix Elan, Lisa Coromp, n'est autre que la fille de notre ami dentiste-randonneur Gérard Héneaux et la petite fille de ce phénomène cycliste du CSPA que fut le regretté Marcel Héneaux. Pas étonnant que l'équipière du team Aix Elan, sous le pseudo "Aixcès de Vitesse (ou pas)", montre une belle vitalité. A noter également que Lucrèce Laroche, du club Vennelles Estocade, est par ailleurs une escrimeuse de talent, comme en témoigne sa 3^{ème} place au Championnat de France seniors N3 à l'épée féminine.

Nos partenaires
agents MMA



MUTUELLES DU MANS ASSURANCES

Laurence et Pascal BRUNA

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

Cabinet LEBORGNE-COMINO

→ 11 rue Gaston de Saporta
AIX - Tél. 04 42 23 23 98
→ Avenue Max Juvénal
AIX - Tél. 04 42 50 67 32
→ 345 av. Paul Roubaud
LE THOLONET (Palette)
Tél. 04 42 66 86 06

Jean-Pierre CAMPERVEUX

→ 82 rue Montaigne
13012 MARSEILLE
Tél. 04 91 34 03 04
→ 1 rue Jean-Jaurès
13530 TRETS
Tél. 04 42 52 24 86

7 km du Set Edition de transition

Il n'était pas évident de reconduire l'organisation de la course des 7 km du Set, au sein d'un club encore meurtri par le terrible sinistre de décembre 2014. Mais Nicolas Arnoux et son équipe l'ont fait et ont permis à plus de 100 coureurs à pied de tester leur forme sur le grandiose et très exigeant circuit tracé à travers le golf.

"Une édition de transition, résume Nicolas Arnoux, organisée en très peu de temps. Notre épreuve aura une toute autre dimension en 2016, avec un nouvel horaire (en fin de journée), une course de 14 km et une grande fête de clôture autour de la piscine du Set Club."



1



2



3



4

- 1 Jérémy Cabadet 2^{ème} à deux secondes du Tourangeau Simon Lamblin.
- 2 Le triathlète aixois David Martin, solide à la 3^{ème} place.
- 3 L'inusable Jean-François Garcia, 5^{ème} au scratch et 1^{er} V2M.
- 4 Séverine Planteur meilleure féminine, comme en 2014.
- 5 Jeanne Comino-Leborgne et ses enfants Vincent et Elsa en toute décontraction, sans rivaux dans l'épreuve familiale.



5

Open Set Tennis Honneur aux dames

On a passé la vitesse supérieure au Set Club pour l'Open 2015, celui de tous les records. Avec 350 participants et le label "Hors catégorie", ce tournoi a pris place parmi les plus beaux de la Ligue de Provence. Le niveau atteint chez les dames a fait la fierté des organisateurs, notamment avec la participation de joueuses numérotées. Ainsi, l'élégante Morgane Pons, classée n°43 Française, est venue à bout de la coriace Ornella Caron (n°51), à l'issue d'une finale "longue durée" (7/6 au 3^{ème} set après 3 heures de jeu).

Chez les hommes, Jérôme Inzerillo (-15) a tout balayé sur son passage. L'ancien espoir du Country Club, aujourd'hui licencié au TC Marignane, a signé un score sans appel en finale, face à Vibien Cabos : 6/0, 6/2.

A noter que Fabien Desbos, du Set Tennis, classé 1/6 a atteint les demi-finales du tournoi, non sans avoir réalisé deux perfs à 0.

Morgane Pons (n°43) au palmarès de l'Open Set Tennis.



Jérôme Inzerillo n'a fait qu'une bouchée de ses adversaires.



Le Coudoucen Angelo Paolini, vainqueur du Puyricarden Vincent Fabreguettes en catégorie +55 ans est félicité par Nicolas Arnoux et Jérémy Pottier.

Tournoi du Country Club

Le CCA en nombre

Le tournoi du Country Club, étape du Circuit de La Provence, a connu son dénouement logique, le dimanche 11 juillet, après plusieurs semaines de matchs très disputés, sur les courts en terre battue du club de la Bastide des Solliers. Avec 309 participants... dont 122 licenciés au CCA (bel esprit de club !), cette édition aura été un bon crû. On retiendra les finales remportées chez les hommes par Sébastien Lamy (-4), face à Gaël Courbard et par Laurène Fayol (-4), chez les dames. Cette dernière, vieille habituée des victoires à Aix, a gagné face à Victoria Larrière (N°20 Française), qu'une blessure à l'épaule a contrainte à l'abandon. A noter, côté CCA, la perf (à 1/6) de la jeune Faustine Vincent (née en 99), en quart de finale.



Trois des jeunes du Country aperçus lors du tournoi 2015 : Mattéo Desgrange, Mathieu Decreuse et Mathieu Devese (de g. à dr.).



Tennis Club du Tholonet

Les progrès d'Antoine Biquet



Un des espoirs du TC Le Tholonet : Antoine Biquet (16 ans). L'élève de Rémy Gourre évolue déjà en équipe première du club et ne peut que progresser. A suivre.



Le juge-arbitre du tournoi, Marc Verpeaux, entouré des deux finalistes dames, Laurène Fayol (à g.) et Victoria Larrière.



Les deux finalistes hommes, Gaël Courbard et Sébastien Lamy, félicités par Marc Verpeaux et le président du Country Club, Didier Marazzani.



■ Boules

Titre national pour Fabien Ripert



Sept ans après son succès au Provençal 13, Fabien Ripert vient d'ajouter une belle ligne à son palmarès en remportant, le 30 août dernier, à Montauban, le titre de champion de France doublettes au Jeu Provençal, associé à Marvin Romero. Après un parcours sans faute, dans un cadre magnifique, la doublette provençale est venue à bout des Varois Christian Bée et René Giordanengo, sur le score de 13 à 8. Une belle satisfaction pour Fabien Ripert qui ne voulait pas revivre le cauchemar de 2007, lorsqu'il fut battu en finale du Championnat de France triplettes. Sans doute lui faudrait-il du temps au petit-fils de l'ami Roger Ripert pour réaliser la portée de cette belle victoire.

■ Rugby

Un Auciste à Bègles-Bordeaux

Thomas Nabti, 13 ans, issu de l'école de rugby du XV universitaire aixois après un bref passage à la section paloise, a intégré cette saison la section pré-filière de Talence (33). Licencié au club de Libourne (Fédérale 1), en tutorat avec l'Union Bègles Bordeaux (Top 14), le jeune centre aixois n'a pas tardé à se mettre en évidence en étant sélectionné sous les couleurs bleu et blanc du CABBG face au SU Agen en match de préparation. L'avenir de l'ovale semble bel et bien s'ouvrir à lui et confirme la qualité du travail de formation l'EdR aixoise. L'AUCR lui souhaite un bel avenir sous les couleurs girondines.

■ Vélo Tout-Terrain

Aix VTT dominateur en Provence

La 8^{ème} manche du Challenge de Provence, support du championnat régional, disputé le 28 juin à Pernes-les-Fontaines, a permis aux coureurs d'Aix VTT d'asseoir leur suprématie.

En cadets, où Maxime Maurin reste sans rival, on pointe encore Thibaut André Gallis et Rémy Yordikian aux 4^{ème} et 5^{ème} places (Julien Breil 16^{ème}). En cadettes, Isaure Medde surnage loin devant ses adversaires du Vélo Roc Cavaillon. En espoirs, démonstration de force de Lucas De Rossi, vainqueur avec plus de 11 minutes d'avance sur le deuxième (Arnaud Cannaud 5^{ème}). En espoirs et seniors féminines, Laure Souty et Karine Devin se classent respectivement 3^{ème} et 4^{ème}. En juniors, Cléa Cochelin domine chez les filles, tandis que les garçons réalisent un tir groupé aux 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} places avec Maxime Ferre, François Amblard et Mickaël Brunello. Côté vétérans, il faut souligner la victoire de Frédéric Souche en Master 2 (Loïc Pagnet 7^{ème}) et la 6^{ème} place de Pascal Guay en Master 3.



Sur le podium, ils ont troqué le maillot d'Aix VTT pour celui, jaune et rouge, de champion de Provence.

■ Tir

La STASA met ses jeunes en avant

La Société Amicale et Sportive d'Aix fêtait ses jeunes licenciés, le 24 juin dernier, sur le site du Montauget. Une occasion pour ce club, qui compte quelque 400 adhérents, de mettre en valeur la progression des produits de l'école de tir dirigée par Didier Morlet (entraîneur 2^{ème} degré), assisté de 7 formateurs diplômés.

Une quinzaine de jeunes tireurs a été ainsi récompensée en se voyant attribuer une nouvelle cible couleur matérialisée par un diplôme. Un bel encouragement.



A la STASA, les jeunes affichent leurs progrès... et le diplôme qui les sanctionne.

■ Handisport

Fête de famille au CH Aixois

Au Club Handisport Aixois, on ne boucle pas une saison sans une grande réunion de famille. Ainsi, le 28 juin dernier, le président Emeric Jego, le président d'honneur Charles Weiss et le directeur sportif Azzedine M'Zouri ont réuni tout leur petit monde autour d'un apéro sympa et un barbecue qui l'était tout autant. Une fête de famille à laquelle se sont mêlés plusieurs élus des collectivités, très proches du grand club handisport du Pays d'Aix.



Une grande partie de la famille du CHA. En médaillon, le nageur Tom Michaelis.



■ Danse hip hop

SunGym en son et lumière



Joli décor et belle ambiance au début de l'été à SunGym pour le traditionnel gala de danse hip hop. Les enfants formés par la très dynamique Véronique Giraud Internicola ont pris un plaisir évident –et leur famille avec– à se produire sur une scène pas comme les autres.



Il nous a quittés

Etienne Fontaine



Ch. Grack

Etienne Fontaine, une figure aixoise s'en est allée.

Le "Belge" de Luynes

On a du mal à croire que "le Belge", comme on l'appelait familièrement, ne fera plus entendre sa voix chantante et percutante au siège de Luynes Sports ou au comptoir du bar-tabac du Pont-de-l'Arc, chez son ami Alain Allard.

Etienne Fontaine nous a quittés sans préavis, à la fin du mois de juillet, à l'âge de 75 ans.

L'ancien peintre en bâtiment, passionné de football, aura passé 45 ans de sa vie à servir ce bon vieux club de Luynes Sports dont il fut dirigeant, président de la commission des jeunes, organisateur, supporter ou « homme à tout faire », tant il était habile de ses mains et toujours prêt à donner de sa personne.

Etienne "le Belge" était un type généreux, bon vivant, volontiers contradictoire et « brancheur », mais toujours chaleureux et serviable.

Sa disparition a énormément peiné tous ses copains aixois et luynois, avec lesquels il a partagé tant de bons moments et d'interminables discussions autour du ballon rond, de l'Olympique de Marseille et de tant d'autres choses.

Etienne Fontaine, un type bien qui laisse un excellent souvenir...

Mois de juillet

• **ATHLETISME** - Sélectionné en équipe de France juniors pour les Championnats d'Europe sur piste, à Eskilstuna (Suède), **Nans ANDRE (★★★)** obtient sa première médaille internationale avec le relais 4x100 m, classé 3^{ème} derrière la Suède et la Pologne.

Aux Championnats de France élites, à Villeneuve d'Ascq, **Mounir HSAIN (★)** remporte la médaille de bronze du 800 m en 1'48"52. Aux Championnats de France cadets-juniors, à Albi, les athlètes aixois sont encore en vue : **Tamara MURCIA (★)** est 3^{ème} du 100 m, 4^{ème} du 200 m et le relais 4x100 garçons se classe 2^{ème} en 42"31 avec **Mathieu DUNAND (★)**, **Sofiane CHERCHALI (★)**, **Fabien GROUSSIN (★)** et **Alex BOUCKELLYON (★)**, auxquels il faut associer le cadet **Valentin BIGOT (★)**.

Aux France espoirs, à Tomblaine, **Frédérique MORMIN (★)** remporte la médaille de bronze de lancer du disque (45,69 m).

• **VELO TOUT TERRAIN** - Nouveau titre de championne de France pour Cléa COCHELIN (★★★★). Après avoir gagné chez les cadettes en 2013, l'Aixoise récidive cette année en juniors féminines, à Oz-en-Oisans.

• **CYCLISME** - La perf du mois est pour **Thomas ROSTOLLAN (★★)**, vainqueur du classique "Cristal Energie", 6^{ème} manche de la Coupe de France. Dans les courses à étapes, l'AVCA est encore présent avec **Renaud PIOLINE (★)**, 2^{ème} de la dernière étape du Tour de Côte d'Or, **Julien TRARIEUX** et **Anthony PEREZ**, classés 4^{ème} aux 1^{ère}

et 4^{ème} étapes du Tour d'Alsace.

Chez les pros, on note la victoire d'**Anthony MALDONADO (★★)** à l'Etoile d'Or (où **Mathieu CHIOCCA** est 4^{ème}) et celle de **Thomas LEBAS (★)** dans la 6^{ème} étape du Tour de Guadeloupe. Quant à **Christophe LAPORTE (★)**, il va chercher une belle 7^{ème} place dans la 15^{ème} étape du Tour de France.

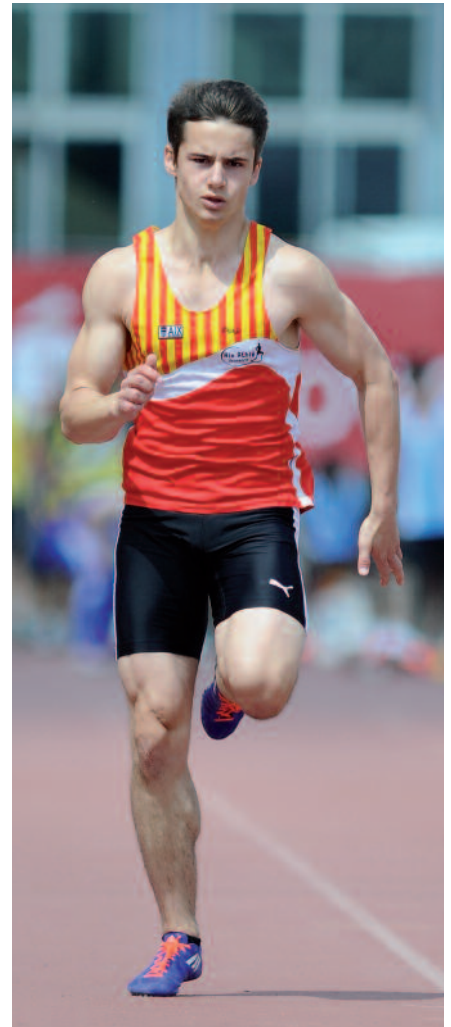
A noter encore la performance sur piste du junior **Dylan MALDONADO (★)**, vice-champion de France de l'Américaine, associé à Alexandre Jeannot, de VC Saint-Antoine La Gavotte.

• **MOTO** - Le pilote aixois **Freddy FORAY (★)** se classe 2^{ème} des 24 heures de Barcelone avant de disputer la manche japonaise du Championnat du Monde, à Suzuka, où il se classe 7^{ème}.

• **NAGE AVEC PALMES** - Les nageurs aixois en réussite aux Championnats d'Europe juniors, à Belgrade. **Hugo MEYER (★★★★)** monte sur le podium à trois reprises. Il remporte le titre au 400 m immersion, se classe 2^{ème} du 100 m immersion et 3^{ème} du 50 AP. Quant à **Margot LE FLEM (★)**, elle remporte la médaille d'argent au 50 SF.

• **NATATION SYNCHRONISEE** - Aux premiers Championnats du Monde de duo mixte, à Kazan, **Virginie DEDIEU (★★)** et **Benoît Beauflis** terminent finalement à la quatrième place, une erreur technique les privant du podium.

Nans André a bien couru avec l'équipe de France juniors.



Retour fin juin

• **BADMINTON** - Grosse performance de l'AUC, finaliste de la Coupe d'Europe des clubs disputée à Tours. Après avoir effacé les Islandais, les Finlandais et les Néerlandais en poule, puis les Suisses en quart de finale, les Aixois vont réussir l'exploit de battre Chambly, champion de France en titre, en demi-finale (3-1), avant de céder en finale face aux Russes de Vladivostok. Pour "l'ensemble de leur œuvre", il convient d'attribuer des points à **Ronan LABAR (★★★★)**, **Indra BAGUS (★★★★)**, **Lian TAN (★★★★)**, **Sylvain GROSJEAN (★★★★)**, **Petya TODOROVA (★★★★)** et **Tanguy CITRON (★★★★)**.

• **COURSE D'ORIENTATION** - Ses dirigeants de l'AC Aurélien n'en croient pas leurs yeux... L'espoir du club, **Guilhem ELIAS (★★★★)**, revient des Championnats d'Europe en Roumanie

avec deux titres en H16, l'un en individuel LD et l'autre en relais avec l'équipe de France.

• **ATHLETISME** - Aux Championnats de Provence sur piste, **Nans ANDRE (★)** remporte les titres juniors et seniors sur 100 m et 200 m et réalise, avec un chrono de 21 sec 47, la meilleure performance française au 200 m juniors.

• **CYCLISME** - Le Tour d'Eure-et-Loir, support de la 5^{ème} manche de la Coupe de France, permet à **Thomas ROSTOLLAN (★★)** d'accumuler des points précieux pour l'AVCA. Classé 2^{ème} du prologue contre-la-montre, le coureur aixois va faire un véritable numéro à l'avant, lors de la dernière étape, pour s'assurer la 2^{ème} place au classement général et permettre à l'AVCA de passer à la 4^{ème} place de la Coupe de France. Ce même **Thomas ROSTOLLAN**

(★★★★) va réaliser le plus bel exploit de sa carrière en remportant le titre de champion de France amateurs du contre-la-montre. Performance encore relevée par un chrono le plaçant 4^{ème} avec les pros (★), à une vingtaine de secondes de Sylvain Chavanel, le champion sortant. **Thomas ROSTOLLAN** remportant le titre devant un autre Aixois, **Anthony PEREZ (★★)**, l'AVCA enregistre un doublé unique dans les annales du club.

• **HANDISPORT** - Aux Championnats de France de Natation, à Montluçon, **Cyril MISSONNIER (★)** décroche deux médailles. Il se classe 2^{ème} du 100 pap (derrière le champion paralympique Charles Rozoy) et 3^{ème} du 100 m nage libre. Le CHA termine la saison à la 2^{ème} place du classement national (sur 90 clubs).

Mois d'août

• **PENTATHLON MODERNE** - Les Championnats d'Europe, disputés à Bath, donnent l'occasion à **Valentin PRADES (★★★★★)** d'ajouter deux belles lignes à son palmarès. L'Aixoise remporte la médaille d'argent en individuel et la médaille d'or par équipe avec Valentin Belaud et Christopher Patte.

• **MOTO** - En Championnat du Monde d'endurance, à Oschersleben (Allemagne), **Freddy FORAY** se classe 5^{ème}.

• **TAEKWONDO** - Les combattantes de l'AUC Taekwondo remontrent le bout du nez à l'occasion de l'Open de Pologne : médaille de bronze pour **Floriane LIBORIO (★)** et **Anne-Caroline GRAFFE (★)**.

• **SQUASH** - Grâce à sa victoire au 1^{er} Open de Chine, **Grégory GAULTIER (★)** revient à la 2^{ème} place du classement mondial.

• **TRIATHLON** - A Embrun, en marge de l'Ironman, **Bertrand BILLARD (★)** renoue avec la victoire en remportant le triathlon courte distance.

• **COURSE D'ORIENTATION** - Les Aixoises en vue à la Semaine fédérale : **Adrien DELENNE** se classe 5^{ème} en H20, **Camilla DELENNE** 6^{ème} en D20, **Mathieu PUECH** 4^{ème} en H21 et **Guilhem ELIAS (★)** remporte le titre en H16.

• **CYCLISME** - Le coureur en forme chez les vert et noir est incontestablement **Anthony PEREZ (★★)**, vainqueur du GP de la Tomate, à Marmande, du GP de Puy l'Evêque et de la 1^{ère} étape du Piémont Pyrénéen. Il est encore 2^{ème} à Milandes et à Boulogne-sur-Gesse. On recense par ailleurs une demi-douzaine de victoires dans le mois avec **Ivan SCHMITZ**, à Brignoles (... devant **Thomas ROSTOLLAN**), **Raphaël VERINI (★)** à La Londe et à La Motte et, surtout, **Renaud PIOLINE (★★)**, vainqueur début août à Bras et fin août aux As en Provence, dont il remporte la 1^{ère} étape, le chrono par équipe avec l'AVCA et le classement général final. Toujours aux As, il faut souligner également la perf de **Mathieu CHIOCCA (★)** 2^{ème} de la première étape et vainqueur final du maillot vert.

sport "co"

• **HANDBALL** - En Coupe de Ligue, le PAUC passe au large face à Ivry (31-23).

• **RUGBY** - Début de saison ingrat pour PROVENCE RUGBY qui perd ses deux premiers matchs en Pro D2 à Narbonne (36-18) et à Aix, face à Béziers (17 - 31).



Bertrand Billard retrouve le chemin du succès à Embrun.

Première quinzaine de septembre

• **SQUASH** - Il s'en faut de peu que **Grégory GAULTIER** ne batte le n°1 mondial, l'Egyptien Shorbaguy, en demi-finale de l'Open de Manchester (2-3).

• **TAEKWONDO** - Nouvelles médailles pour les Aixoises à l'Open d'Israël : **Floriane LIBORIO (★)** décroche l'argent et **Anne-Caroline GRAFFE (★)**, le bronze.

• **CYCLISME** - Dans la classique Champagne-Ardenne, dernière manche de la Coupe de France, belle performance de **Mathieu CHIOCCA (★)**. Le coureur aixoise fait toute la course devant et se classe 7^{ème}, contribuant ainsi à la 3^{ème} place de l'AVCA sur cette manche. Le club aixoise termine 4^{ème} du classement final de la Coupe de France.

sport "co"

• **HANDBALL** - Le PAUC ouvre à domicile en LNH avec un probant match face à la redoutable équipe de Nantes (34-34), suivi d'un autre match nul contre Toulouse.

• **WATER-POLO** - Lors de la première journée de championnat, à Yves-Blanc, AIX NATATION réalise l'exploit de battre à nouveau Nice, une des grosses écures de l'élite (13-12).

• **RUGBY** - Après une troisième défaite à Tarbes (28-10), PROVENCE RUGBY accroche son premier succès à domicile face à Biarritz (22-11).



Yvan Gérard et le PAUC tiennent tête à Nantes pour la première journée en LNH.

LE POINT DES POINTS AGL Services / Eurlirent

L'échappée cycliste

A la faveur d'un été particulièrement chaud, les cyclistes Thomas Rostollan et Anthony Perez ont accumulé les performances et les points qui vont avec. Le premier nommé a pris la tête du "Challenge" avec une belle avance sur son camarade de l'AVCA et un groupe de "contre-attaque". La bonne échappée ?

14 points

— Thomas ROSTOLLAN (AVC Aixois)

11 points

— Anthony PEREZ (AVC Aixois)

8 points

— Grégory GAULTIER (Squash Passion)
— Floriane LIBORIO (AUC Taekwondo)
— Valentin PRADES (AUC Pentathlon)

6 points

— Indra BAGUS (AUC Badminton)
— Anne-Caroline GRAFFE (AUC Taekwondo)

Classement provisoire à la mi-septembre

Ivan Schmitz

La révélation de la saison cycliste, c'est lui, Ivan Schmitz, un petit gars plutôt marrant que Jean-Michel Bourgouin n'a pas hésité à intégrer en équipe élite, alors qu'il n'avait pas 19 ans. Pour sa première année en seniors, le Vauclusien de l'AVCA a remporté cinq victoires et prouvé, en participant à quelques-unes des plus belles courses élites amateurs, qu'il avait la pointure 1^{ère} catégorie.

Gros plan sur le meilleur espoir de l'AVCA, coureur indiscutablement doué qui possède ce qu'il faut de courage, d'humilité et d'esprit d'équipe pour s'imposer comme un des éléments de base de l'une des toutes meilleures formations françaises.



Ivan Schmitz à un tournant de sa carrière

J'adore rouler pour l'équipe

Il n'a pas vraiment la carrure d'un déménageur et semblerait plutôt timide... mais il ne l'est pas. Ivan Schmitz n'a pas peur en tout cas de dire les choses, pas plus qu'il n'a peur de se frotter aux meilleurs coureurs amateurs français. Il l'a montré en tenant sa place dans l'équipe de l'AVCA, à l'âge de 18 ans, dans des épreuves aussi relevées que le Grand Prix de Vougy, le Circuit de Saône-et-Loire, le Tour d'Auvergne ou les Quatre Jours des As de Provence. De quoi lui faire passer un cap...

"Je tiens mieux la distance, admet Ivan. Avant, je n'arrivais pas à faire 130 km de course. Et maintenant, je me retrouve sur des étapes qui dépassent 170 km." Comme il aime bien, avec le sens de la dérision qui le caractérise, montrer qu'il ne se prend pas pour un autre, Ivan n'oublie pas de mentionner

que la dernière étape du circuit de Saône-et-Loire n'a pas été une partie de plaisir, "... surtout dans la dernière côte, rappelle-t-il avec humour. Moi, je voulais que mes jambes me poussent... mais elles, ne voulaient pas. A la fin, on aurait dit que nous étions des cyclos."

Qu'a-t-il appris essentiellement au cours de cette saison de mise à l'épreuve ?

"A porter les bidons, dit-il le plus sérieusement du monde. J'ai appris aussi à rouler en tête de peloton pour les besoins de la course de l'équipe. Avant, je ne savais pas ce que c'était. Franchement, je m'éclate à faire ça." De toute évidence le benjamin du team vert et noir a vécu positivement son intégration "chez les grands".

"J'ai pris plaisir à courir avec les élites. J'ai appris plein de trucs grâce aux vieux (sic), d'abord en 2^{ème} catégorie avec



Après sa victoire en nocturne à Brignoles, où son second, Thomas Rostollan, est encore plus heureux que lui.

Colin Menc-Molina et Jean-Michel Maurin, puis en élite, où j'ai été bien conseillé par Rostollan, Pioline, Chiocca, Delon et surtout Vérini, celui qui m'a donné le plus de conseils."

Une ambition raisonnable

A 19 ans, Ivan Schmitz a le droit de nourrir quelques ambitions. Est-ce vraiment sa préoccupation première ?

(suite p. 34) ➡➡

Digest

Sa fiche

1.81m — 65 kg

Né le 30 août 1996, à Avignon.

Etudiant STAPS à Avignon.

Deux sœurs : Julie (23 ans), qui a pratiqué le BMX et Annabelle (20 ans).

Parcours sportif

Fils de cycliste, le petit Ivan débute le sport à l'âge de trois ans par le judo, discipline qu'il pratiquera durant plus de dix ans. Il ira jusqu'à la ceinture bleue, non sans avoir obtenu quelques jolis résultats, tels qu'une 2^{ème} place au Championnat du Vaucluse, en benjamins et une 3^{ème} au Championnat PACA.

Parallèlement, le gamin montre une attirance certaine pour les deux roues. A quatre ans, trop petit pour être pris en école de cyclisme, il réussit les tests pour débiter en BMX, à Cavaillon. Il poursuit dans les clubs des Pernes et des Angles, gagne une course en benjamins, se classe 3^{ème} du Championnat de Provence, dispute les demi-finales de Coupe de France et deux épreuves du Championnat d'Europe, en Allemagne et à Romans.

Pupilles 2, il fait des courses de VTT sous le maillot de Vélo Roc, se classe 2^{ème} à Cassis et termine 3^{ème} du Trophée Gambetta.

Du VTT au cyclo-cross, il n'y a qu'un pas qu'Ivan Schmitz franchit allègrement. Il remporte 8 victoires à sa deuxième saison

en minimes, gagne l'Interrégionale de Flayosc et dispute ses premières courses sur route.

Après une première année en cadets gâchée par une blessure au talon (cela l'oblige à arrêter le judo), Ivan va passer un cap en cadets : 3 victoires sur route, un titre de champion de Provence au contre-la-montre et un autre sur piste. Aux Championnats de France cadets sur piste, à Hyères, il obtient d'excellents résultats à la course aux points (4^{ème}), en poursuite (5^{ème} en 3'41'') et à l'américaine (9^{ème}), ce qui lui vaut de participer à un stage avec l'équipe de France piste, à l'Insep.

En 2013, il passe en juniors dans l'équipe « MSanté » de Régis Roqueta, obtient quelques podiums en 2ème catégorie et dispute le Championnat de France sur route, à Albi. Mais c'est sur piste qu'il obtient ses meilleurs résultats avec le titre de champion de Provence endurance et des places de 5^{ème} (à la course aux points et à l'américaine) lors de la Coupe de France à Bourges.

En juniors 2, il signe à l'AVCA, sous la direction de Jean-Marc

Ferry et obtient ses premiers résultats significatifs sur route. Il gagne une étape du Tour de la région PACA, une étape du Tour des Cévennes et le titre régional du contre-la-montre. Sur piste, il est également titré en endurance et se classent 2^{ème} dans la course aux points, à la Coupe de France, à Bourges, comme au Trophée Fénioux international.

Cette année, pour son passage en 2ème catégorie seniors, il gagne tour à tour à Alès, à Ancelle, à Sisteron et va chercher une victoire en 1ère catégorie à Brignoles... devant son coéquipier Thomas Rostollan. Il est champion de Provence 2^{ème} catégorie et champion de Provence sur piste (combiné) à Vitrolles.

Au cours de cette saison 2015, il aura disputé une dizaine de grosses courses élite (dont trois courses à étapes) et trois épreuves du Challenge national espoirs, dans l'ouest de la France, à Saintes, Mareuil et Montpinchon.

Il sera un des éléments de base de l'équipe Elite 2016 de l'AVCA, dirigée par Jean-Michel Bourguoin.



Un petit champion de BMX de 9 ans à la manche de Coupe de France de la Roche-sur-Yon, en 2006.



Un coureur qui roule, qui sprinte et monte bien les bosses.



"Mon but, dit-il, c'est de m'amuser le plus longtemps possible. L'éventualité de passer pro un jour, je préfère ne pas y penser. Continuer à courir en DN1 amateurs, cela me va très bien. Il n'y en a pas beaucoup qui y arrivent." Le garçon a cependant conscience de ses qualités. Il

roule bien, sur piste comme sur route, il va relativement vite au sprint et comme il est loin d'être un manchot dans les bosses... Il s'applique également à mieux réfléchir la course. "En juniors et en 2^{ème} catégorie, rappelle-t-il, j'étais un peu un bourrin. J'avais la force d'aller

TAC ou TAC

- Si tu devais te définir en un mot ?

« Rigolo. »

- Ta plus belle qualité ?

« L'intelligence. » (rire)

- Ton plus gros défaut ?

« Je n'en ai pas (rire). Mon père me dit souvent que je suis un glandeur... mais ce n'est pas vrai. »

- Le plus grand champion ?

« Colin Menc Molina, pour le panache. Sinon, Teddy Riner. Mais il a de la chance que je ne fasse plus de judo. »

- Le nom d'un sportif qui t'agace ?

« Benzema. »

- La personne publique avec laquelle tu refuserais de boire un pot ?

« François Hollande. »

- Ton plus beau souvenir sportif ?

« Mon stage national piste à l'Insep, en cadets 2. »

- Ta plus grosse galère ?

« Le Grand Prix de Capo Darco, cette année en Italie. Il pleu-

vait, j'ai crevé, après je n'avais plus de freins, mon compteur ne marchait plus... j'ai abandonné. »

- Si tu n'avais pas fait du vélo ?

« J'aurais continué le judo ou fait de l'athlétisme. »

- Tes loisirs ?

« La pêche en mer (avec le harpon), les taureaux et les sorties entre collègues. »

- Qu'est-ce que tu écoutes ?

« Un peu de tout, avec une préférence pour l'électro. »

- Un film ?

« Austin Power. »

- Un acteur ?

« José Garcia, il est marrant. »

- Qu'est-ce que tu lis ?

« Mes livres de cours ou les magazines de vélo. »

- Ton plat préféré ?

« Les tomates farcies. Je kiffe... »

- Qu'est-ce que tu bois ?

« Du jus de pomme (souvent) ... ou une bonne bière. »

devant et je ne me posais pas de questions. Mais je dois réfléchir un peu plus aujourd'hui en 1^{ère} catégorie, où il m'arrive plus souvent d'être à la limite."

La progression d'Ivan et son adaptation au niveau élite passe inévitablement par le travail. Pour sa préparation, il bénéficie des conseils de son coach Emilian Broë (aujourd'hui CTR de Bourgogne) qui le suit depuis les cadets 2. Le coureur aixois ne lésine pas sur l'entraînement et complète le travail spécifique vélo par des séances de piscine, de course à pied et de musculation, notamment en hiver. Il lui faut également penser à ses études STAPS qu'il n'est pas toujours facile de concilier avec la pratique

du cyclisme de haut niveau, pour le moins exigeante. Mais Ivan est motivé et va continuer à progresser dans ce sport qui lui apporte tant de choses, comme il le reconnaît lui-même. "J'aime le dépassement de soi, évoluer avec les collègues du club, voir de beaux paysages..."

Il admire ses copains d'équipe, notamment un champion comme Thomas Rostollan ("il n'est jamais fatigué") et ne se pose pas encore la question de savoir s'il aura la chance, à son tour, de tenir un jour le rôle de leader dans l'équipe de l'AVCA et de bénéficier du travail des coéquipiers.

Et si le de statut de leader lui tombait dessus plus tôt que prévu ?

L'avis de Bourgouin

Le manager et directeur sportif de l'AVCA à propos d'Ivan Schmitz :

« Un garçon frais, plein d'envie, culotté dans le bon sens du terme. Il va vite au sprint et possède un bon esprit collectif. Ivan a toutes les qualités pour faire un très bon coureur élite. A côté de cela, c'est un gamin qui est sain et dit ce qu'il pense. Il est facile à coacher, parce qu'il écoute ce qu'on lui dit de faire. »

FRANCE SPORT

Coupes
Trophées
Médailles

remise 20% aux clubs

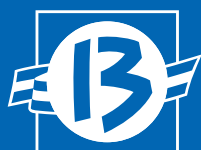
E-mail : isabelle@france-sport.fr

Les Jalassières - Z.I. - 13510 Eguilles
Tél. 04 42 59 19 10 - Fax 04 42 20 42 30





FAIRE GAGNER
LA PROVENCE
SUR TOUS LES TERRAINS



DÉPARTEMENT
**BOUCHES
DU RHÔNE**

PAYS D'AIX VIBRONS SPORT

Choisissez vos émotions

Volley

Water-polo

Basket

Handball

Rugby