



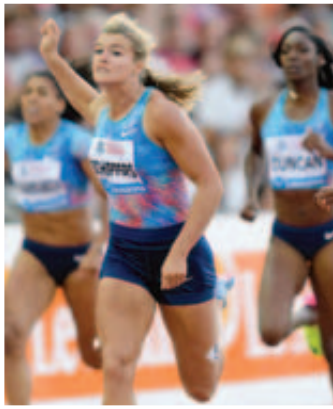
La semaine athlétique

DE GUILLAUME LAURENT ET MICHEL HERREN
FONDATEURS DU SITE INTERNET.ATHELE.CH

LA CHRONIQUE Athletissima 3^e meeting au monde en termes de résultats

La saison d'athlétisme touche à sa fin et l'heure est aux bilans, pour les athlètes comme pour les organisateurs et la Fédération internationale. Parmi les nombreux highlights athlétiques de la saison, un moment de grâce vient à l'esprit de tous les amateurs d'athlétisme lorsqu'ils pensent à la saison 2017: la soirée magique du 6 juillet au stade olympique de la Pontaise à Lausanne. L'une des plus belles éditions du 40^e meeting international Athletissima. Les chiffres viennent confirmer la fantastique impression laissée par la soirée lausannoise de gala: en termes de résultats, la Diamond League Athletissima se classe au 3^e rang des meilleurs meetings mondiaux de l'année, derrière le Prefontaine Classic de Eugene (USA) et le Meeting Herculis de Monaco (FRA), mais devant les grandes finales de Zurich et de Bruxelles.

Si, en tant que finale, l'autre grand meeting suisse qu'est le Weltklasse Zurich avait l'assurance d'avoir le plus beau plateau, d'autres rencontres, telle que celle de Lausanne, lui ont volé la vedette question résultats. Aussi l'idée pointe déjà d'organiser les finales non plus en fin de saison comme revanche des grands championnats, mais comme dernier test avant ceux-ci, lorsque les athlètes sont au meilleur de leur forme. Bref, de repenser le calendrier de l'athlétisme mondial, également quant aux dates des championnats nationaux et continentaux. Une idée des organisateurs les plus influents, de con-



Dafnee Schippers à Lausanne. KEY

cert avec la Fédération internationale (IAAF), sans doute de pair avec un nouveau grand sponsor pour l'athlétisme mondial.

En guise de rappel, la Diamond League était, à sa création il y a huit ans, la Samsung Diamond League. Dans la «Neue Zürcher Zeitung» (NZZ) du 4 septembre, Andreas Hediger, le codirecteur du Weltklasse, indique que le retrait de Samsung, le sponsor titre de jadis, est une conséquence fâcheuse de l'ancienne direction corrompue de l'IAAF (Lamine Diack et son fils). L'article de la «NZZ» souligne qu'il n'est pas facile de trouver un remplaçant, étant donné que le sponsor de la série n'a pas le droit de faire de concurrence aux sponsors individuels des divers meetings. Voilà qui restreint grandement le cercle des candidats...

L'AGENDA

- Collontrek, val d'Hérens, 8-9 septembre, www.collontrek.com
- Championnats suisses U20/U23 à Lausanne, 9-10 septembre, www.stade-lausanne.ch ◉



EN PARTENARIAT AVEC ATHELE.CH

KARTING VEGA TROFEO

Un week-end positif

L'avant-dernière course du championnat Vega Trofeo a permis à plusieurs Valaisans de se mettre en évidence, ce week-end sur le circuit de L'Enclos à Levier. En catégorie minis, Delly Jordan réalise un bon top 10. Pour sa première saison de karting compétition, le jeune Nendard Roy Alan Shaw a réussi, à 9 ans, son premier podium en s-minis 8-13 ans. Cinquième sur la grille de départ et après une belle bagarre entre quatre concurrents dont le champion suisse 2017 et le champion 2016 du Vega Trofeo, il termine 3^e avec le meilleur temps en course soit une moyenne de 77,255 km/h. Son équipier Christophe Dasan Lee Akwue obtient un top 10 et Evan Dély finit 13^e.

Danny Buntschu est 2^e et confirme ses bonnes perfor-

mances en X30 juniors. Il reste très bien placé pour conquérir le titre de champion. Alix De-Sybourg finit 9^e, Noah Perrenoud 13^e, et Grégory De Sybourg 15^e.

Pas de chance en revanche pour les pilotes X30 élites. 6^e des qualifications, Nicolas Antille casse son moteur en préfinale. Alexandra Antille finit 15^e, Golay Vincent 22^e, Lena Bühler 25^e. Deuxième des chronos et des qualifications, Elliott Shaw se fait disqualifier en finale.

Dans la catégorie reine, en KZ, Mathieu Maeder décroche la victoire alors que Quentin Voria se hisse au 5^e rang suivi de Loïc Vindice (6^e). Christophe Jaquemet est 9^e et Arnaud Nussbaum top 10. Arnaud Salin termine pour sa part au 19^e rang final. ◉ PAC

TRAIL SWISSPEAKS TRAIL

Etancher sa soif d'évasion et d'émotions

250 ultra-trailers sillonneront le tracé de 170 kilomètres de la première édition du SwissPeaks Trail ce week-end. Mais que recherchent ces adeptes de nuits blanches et de souffrances physiques et mentales?

GREGORY CASSAZ

Plus d'une centaine de kilomètres d'une traite à pied. Chez la majorité d'entre nous, la lecture de ce seul chiffre donne le vertige. Mais pas chez eux. Pas chez ces amoureux de chevauchées impossibles qui n'attendent que ça: se dépasser dans un monde fait d'évasion, de découverte de la nature mais aussi d'ampoules, de pétales de plombs et de souffrances. Parce que c'est bien ça, l'ultra-trail: se battre contre soi-même. Et ça tombe plutôt bien: le week-end prochain, les plus aguerris d'entre eux auront l'occasion de repousser leurs limites dans le cadre de la première édition du SwissPeaks Trail. Nouveau venu, il frappe fort d'entrée: 11 300 mètres de dénivelé positif et 170 kilomètres pour son tracé le plus long entre le barrage de la Grande Dixence et le Bouveret, ce qui en fait l'ultra-trail le plus long de Suisse romande, le deuxième de Suisse.

La banalité d'un marathon

Toujours plus long, toujours plus dur. Le SwissPeaks Trail répondrait-il à une attente? «Clairément, répond Jules-Henri Gabioud qui a notamment remporté le Tor des Géants et ses 330 kilomètres en 2011. On peut aussi rajouter: toujours plus haut. Il y a quinze ans, si vous terminiez Sierre-Zinal ou les 42,195 km d'un marathon, vous étiez vu comme un extraterrestre. Aujourd'hui, courir un trail de 60 kilomètres est devenu banal.» Preuve que les gens recherchent des parcours toujours plus longs, le comité du SwissPeaks Trail voit encore plus grand pour 2018 (voir encadré).



Les ultra-trailers cherchent constamment à repousser leurs limites. DR

Emotions en montagne

Joachim Pellissier a découvert l'ultra-trail en 2012. Lorsqu'il eut écho des émotions ressenties au cours de ces périples pédestres qui peuvent durer plusieurs jours et nuits, il décida de franchir le pas. «Les nuits sans sommeil, les nerfs à vifs, le doute, l'épuisement, la souffrance physique et mentale, autant d'aspects que je voulais découvrir, explique le Fulliérais, qui sait que cette souffrance contre soi-même est inévitable avant la délivrance. On découvre ensuite l'évasion, la beauté de la nature, l'émerveillement. Et là, on explose. Souvent, on ne parvient pas à retenir ses larmes. Il faut souffrir avant de pouvoir profiter de ces incroyables émotions. Puis de les partager avec nos ravitailleurs et notre entourage.» «Les gens recherchent cet état second. Et s'il existe, c'est bien grâce au contact qu'ils ont avec la nature qui les entoure», rappelle Julien Voeffray, organisateur du SwissPeaks Trail.

Le combat mental

«Dans l'ultra-trail, on lutte davantage contre soi-même que face aux autres. Franchir la ligne d'arrivée, peu importe le chrono, est une victoire en soi», explique Jules-Henri Gabioud. Tutotyer ses limites physiques et mentales. «C'est là que l'ultra-trail devient aussi intéressant pour des personnes bien entraînées mais pas aussi affûtées que les plus rapides, mais qui, grâce à leur force mentale, peuvent rivaliser, remarque Joachim Pellissier. Durant l'épreuve, on passe par des cycles faits de coups de mou et d'euphorie. C'est durant les coups de mou que l'aspect psychologique tient toute son importance», ajoute-t-il. Dans ces moments plus délicats, les ultra-trailers repenseront à l'aventure dans laquelle ils se sont embarqués. «En fait, on cherche à sortir de notre confort, à partir dans l'inconnu», termine Joachim Pellissier. ◉

UNE TRAVERSÉE DU VALAIS EN 2018

Le SwissPeaks Trail réunira 1200 concurrents sur les parcours de 12 km 100% féminin, 30, 45, 80 et, 170 kilomètres. Les organisateurs n'entendent pas en rester là. Pour 2018, c'est un parcours de 360 kilomètres reliant le col de la Furka à Saint-Gingolph qui sera mis sur pied. «Bien sûr que l'on offre de la quantité. Mais on propose avant tout de la qualité, répond l'organisateur Julien Voeffray lorsqu'on l'interroge sur la volonté du comité de voir de plus en plus grand. Il y a aussi une demande et une tendance à voir de plus en plus long», reprend-il.

UN MYTHE. Dans le cas du SwissPeaks Trail, c'est toutefois davantage le mythe de l'épreuve qui a incité l'organisation à proposer toute la traversée du Valais l'an prochain. «C'est le sujet qui crée la course. Et là, le sujet est tout trouvé: le Valais, de la source du Rhône à son arrivée dans le lac. Les gens sont demandeurs de ce genre de tracés en pleine nature, contrairement aux trails urbains qui ont tendance à rechercher la distance mais qui ont de la peine à décoller», ajoute-t-il. Julien Voeffray de rappeler que pour mettre sur pied ce nouveau projet, ils n'ont rien inventé. «La traversée du Valais a déjà été tentée il y a trente ans. Les sentiers et les cabanes existent. De notre côté, on ne fait que de réunir de l'existant. En fait, je dirais juste qu'on a eu le culot de vouloir mettre sur pied ce parcours de 360 kilomètres en 2018, tracé qui rassemblera tout le Valais d'un seul trait d'union, du Haut au Bas, en passant par le Centre.» ◉ GC

TROIS QUESTIONS À...



GUILLAUME BÉTRISEY
PSYCHOLOGUE
DU SPORT

«Une société dans laquelle on valorise la performance»

Guillaume Bétrisey, l'ultra-trail est-elle la discipline qui demande le plus de ressources mentales?

Chaque sport va mobiliser des ressources mentales différentes; un ultra-trail requiert énormément de capacités attentionnelles, de gestion de la douleur, de la fatigue et des émotions. Cela nécessite une préparation minutieuse de la course, par exemple d'avoir élaboré différentes stratégies pour les moments critiques notamment.

Comment expliquez-vous que l'ultra-trail compte de plus en plus d'adeptes?

C'est probablement un reflet de la société, dans laquelle on valorise la performance: les gens recherchent à se dépasser, à repousser leurs limites physiques et mentales. Ce genre d'expériences fortes permet aussi d'apprendre à mieux se connaître, même si cela peut être perçu par certains

comme un effet de mode. Enfin, il ne faut pas perdre de vue le plaisir et la satisfaction que cela procure aux trailers avant, pendant et après l'épreuve.

L'effet de mode, justement: se rendre chez un psychologue du sport pour bénéficier d'appui devient-il tendance?

Alors que se rendre chez un psychologue du sport s'est largement démocratisé aux Etats-Unis, ce n'est pas encore le cas en Valais. Dans le terme «psychologue du sport», on retrouve le terme de «psychologue», qui renvoie souvent à la notion de pathologie dans le langage courant, et donc à la peur «d'être (pris pour un) fou». Il n'en est rien: notre travail principal est d'aider à une meilleure compréhension du fonctionnement de l'athlète, de son environnement, ainsi que des mécanismes qui sous-tendent ses réactions. ◉ GC