

Les résultats sportifs de l'hiver 2022/2023

Nos skieurs, petits et grands, ont brillé cet hiver dans toutes les disciplines. Retrouvez tous les résultats sur le site internet communal : www.lesbelleville.fr/athletes.

INTERVIEW CROISÉE DE CHLOÉ TRESPEUCH ET DE RENAUD JAY,

MÉDAILLÉS LORS DES CHAMPIONNATS DU MONDE DE SNOWBOARD-BOARD CROSS ET DE SKI DE FOND

Palmarès 2022/2023

CHLOÉ

2^e du classement général de la coupe du monde de snowboard-cross

JANVIER	Coupe du monde à Cervinia	1 ^{er} et 3 ^e
FÉVRIER	Coupe du monde Cortina	3 ^e
MARS	Championnats du monde Bakuriani	3 ^e en team event
MARS	Coupe du monde Sierra Nevada	2 fois 2 ^e
MARS	Coupe du monde Mont Saint Anne	2 ^e et 3 ^e

RENAUD

9^e du classement général de la coupe du monde de ski de fond

JANVIER	Coupe du monde de Livigno	1 ^{er} en team sprint et 6 ^e
FÉVRIER	Championnats du monde de Planica	3 ^e en team sprint

Qu'est-ce qui vous plaît dans vos sports respectifs ?

Chloé J'aime l'adrénaline et les sensations fortes que me procurent la vitesse et les sauts. C'est un sport de confrontation directe : il me permet de me dépasser et me donne de l'énergie. Je suis capable d'aller beaucoup plus vite que lorsque je ride toute seule. La stratégie est aussi importante : il faut faire des choix de ligne par rapport aux autres.

Renaud J'aime les sports de nature et particulièrement ceux qui demandent de l'endurance. Il y a beaucoup de similitudes avec ce qu'a dit Chloé : en compétition, nous sommes en confrontation directe. J'aime le combat, l'adrénaline et le côté tactique des compétitions : savoir faire les bons choix au bon moment.

2 Vous avez connu tous les deux une saison brillante, notamment pendant les championnats du monde : dans quel état d'esprit l'avez-vous commencée ?

Chloé J'étais contente de ma préparation physique, je me sentais prête. Je voulais aborder la saison comme celle de l'année dernière qui avait accueilli les Jeux Olympiques de Pékin, en février 2022. J'ai commencé la saison en ayant de la pression avec la perspective des championnats du monde de Bakuriani, mais je voulais donner le meilleur de moi-même et vivre de belles émotions. Un point positif est ma régularité tout au long de cette saison. C'est la première fois que je me sens compétitive à chaque étape. J'ai dû m'adapter en fonction de chaque parcours et j'ai donc travaillé sur la polyvalence. Cela a été bénéfique puisque j'ai fait de belles courses sur tous les types de parcours.

Renaud Le début de saison a été compliqué, notamment sur le plan mental après la crise sanitaire. J'avais quand même l'intention d'en profiter, en me disant que c'était peut-être ma dernière saison de compétition. J'ai donc commencé avec moins de pression. L'ambiance générale a été très bonne tout au long de l'hiver, entre les athlètes et au sein du staff. C'est aussi ma saison la plus régulière. Je ne partais pas du tout favori aux Mondiaux dans la mesure où c'était du classique, mais j'ai réussi. J'ai fini 3^e alors que je ne m'en sentais pas capable : je suis allé chercher cette médaille !

3 Quel est votre plus beau souvenir de cette saison ?

Chloé C'est la médaille obtenue en team event aux championnats du monde, au lendemain de l'épreuve individuelle. J'étais alors très déçue car j'avais à cœur d'aller chercher une médaille en individuel, ce que je n'ai pas réussi à atteindre, mais j'ai été consolée par cette 3^e place en équipe, avec Merlin Surget. C'était une grande émotion de pouvoir partager cette médaille avec lui et tout le staff, avoir cette même joie au même moment ! L'esprit d'équipe, le partage sont importants car nous nous entraînons ensemble avec les garçons. Mais les courses sont en individuel la plupart du temps.

Renaud Forcément, mon plus beau souvenir est ma médaille aux Mondiaux. J'étais conscient que ce serait compliqué d'avoir une médaille. J'avais donc une grosse pression ce jour-là, il ne fallait surtout pas que je me rate. C'est un objectif que je recherche depuis une dizaine d'années, pour moi mais aussi pour toute l'équipe.

C'était donc une grosse émotion, le plus beau souvenir de ma carrière, que j'ai pu partager avec un copain, Richard Jouve, et toute l'équipe.

4 Quelles sont les difficultés que vous avez rencontrées ?

Chloé Je suis contente de ma régularité cette saison, mais j'ai seulement obtenu une victoire sur neuf podiums. Il me manquait toujours un petit quelque chose pour être devant. C'est un objectif que je me fixe pour la suite de ma carrière. J'ai aussi eu beaucoup de changement de planning cet hiver en raison du faible enneigement, il a fallu le gérer.

Renaud Sur le plan sportif, c'est ma saison la plus régulière. Je n'ai pas eu de grosses difficultés, un manque de régularité ou des blessures. Mes difficultés étaient plus sur le plan mental en fin de saison : je n'ai pas été souvent chez moi, seulement quatre semaines de la mi-novembre à fin mars, et c'était difficile à gérer émotionnellement. J'adore partir mais j'ai aussi besoin de stabilité à la maison. La saison a aussi été compliquée au niveau de l'enneigement et nous avons dû nous adapter.

5 Comment effectuez-vous votre préparation physique ?

Chloé Je recommence l'entraînement en mai sur les glaciers et la préparation physique à Albertville à partir de la mi-juin. C'est très diversifié : on travaille sur la vitesse, l'équilibre, l'adaptation, on fait de la musculation. Comme la préparation physique est longue, je me donne aussi des challenges sportifs dans l'été pour me stimuler : je fais des trails, des courses à pied, du triathlon.

Renaud Je reprends en mai avec des sports d'endurance (vélo, course à pied) mais aussi de la musculation. Puis, on fait du ski roues, qui représente la majorité des entraînements sur l'année, sur piste et aussi sur les routes car la piste ne fait que 3,5 km. On se prépare aussi en Scandinavie, en participant à des courses de ski roues. La reprise de l'entraînement sur les skis se fait à Tignes sur le glacier, avant l'ouverture au public, en général les deux dernières semaines de juin. Mais cela dépendra de l'état du glacier.

6 Quel message voulez-vous faire passer à la jeune génération ?

Chloé S'ils ont envie de faire de la compétition et sont passionnés par leur sport, je leur conseille de tout mettre en place le plus rapidement possible ! Ensuite, quel que soit le résultat, il ne faut rien regretter. L'important est l'énergie qu'on a mis dans son projet et la fierté que cela procure.

Renaud Je conseille aux jeunes de profiter de la chance qu'on a de faire du ski, et de le vivre comme une passion. S'ils ont envie de faire de la compétition, il faut se donner les moyens de réussir en s'investissant, en donnant le meilleur de soi tout en gardant du plaisir.

7 Et demain ?

Chloé La carrière est un temps assez court, j'ai beaucoup de chance, j'ai envie de profiter encore. L'année prochaine, je vise le globe de cristal, tout en continuant à travailler sur la régularité. Les prochains Jeux Olympiques auront lieu en 2026 : j'ai donc trois ans pour me préparer à cet objectif.

Renaud Je commence à être dans les plus âgés sur le circuit de la coupe du monde : je suis conscient que chaque saison peut être la dernière. Je veux réussir à garder ma place en classique comme en skate et profiter de l'équipe, de chaque compétition. Je me donne l'objectif d'être prêt pour les Mondiaux en skate qui sont organisés dans deux ans. J'ai conscience que les Jeux Olympiques sont loin, ce n'est donc pas une fin en soi.

FICHE D'IDENTITÉ



CHLOÉ

- 29 ans
- Début de la compétition : a débuté au club de Val Thorens à 7 ans
- Modèle étant jeune : Carine Ruby
- Loisirs et passions : tous les sports d'extérieur, de nature. Elle s'investit aussi dans une association qu'elle a créée pour sensibiliser à la protection de l'environnement et de la montagne en particulier.



RENAUD

- 32 ans
- Début de la compétition : a débuté au club des Menuires à 8 ans
- Modèles étant jeune : Vincent Jay, champion olympique en 2010
- Loisirs et passions : les sports de nature, passion qu'il partagent avec les copains.