

codesport

n°19

Le magazine de sport de la principauté

monaco

PADEL LA GRANDE PREMIÈRE DE MONACO



VOILE PASSION RÉGATE



ACADÉMIE PRINCESSE GRACE



**DE PHOTOS VIDÉOS
REPORTAGES**
CODESPORTMONACO.COM





AGENCE DU CAP D'ANTIBES

Since 1925



CAP D'ANTIBES

PLAGES DE LA GAROUBE – VUE MER

Magnifique maison d'environ 280 m², de plain-pied, sur un terrain de 3000 m². Composée d'une entrée, séjour avec cheminée, salle à manger, cuisine équipée, 6 chambres et 3 salles de bains. Maison d'amis de 80 m² avec studio, une petite chambre. Garage pour une voiture.

Magnificent property of approx. 280 sqm built on one level, on land of 3000 sqm. Made up of an entrance, living room with fireplace, dining area, fitted kitchen, 6 bedrooms and 3 bathrooms. Guests house of 80 sqm with a studio, one small bedroom. Garage for one car.

10 000 000 € - Réf : ADC 10095



135, Boulevard J.F Kennedy - 06160 Cap d'Antibes
Tél (33) (0)4 93 61 36 41 - Fax (33) (0)4 93 67 45 72

26, Boulevard Maréchal Leclerc, Rond point de L'Illette, 06600 Antibes
Tél (33) (0)4 92 93 60 60 Fax (33) (0)4 93 67 50 97

E-mail : agencap@aol.com - www.agenceducapantibes.com



AGENCE DU CAP D'ANTIBES

Since 1925

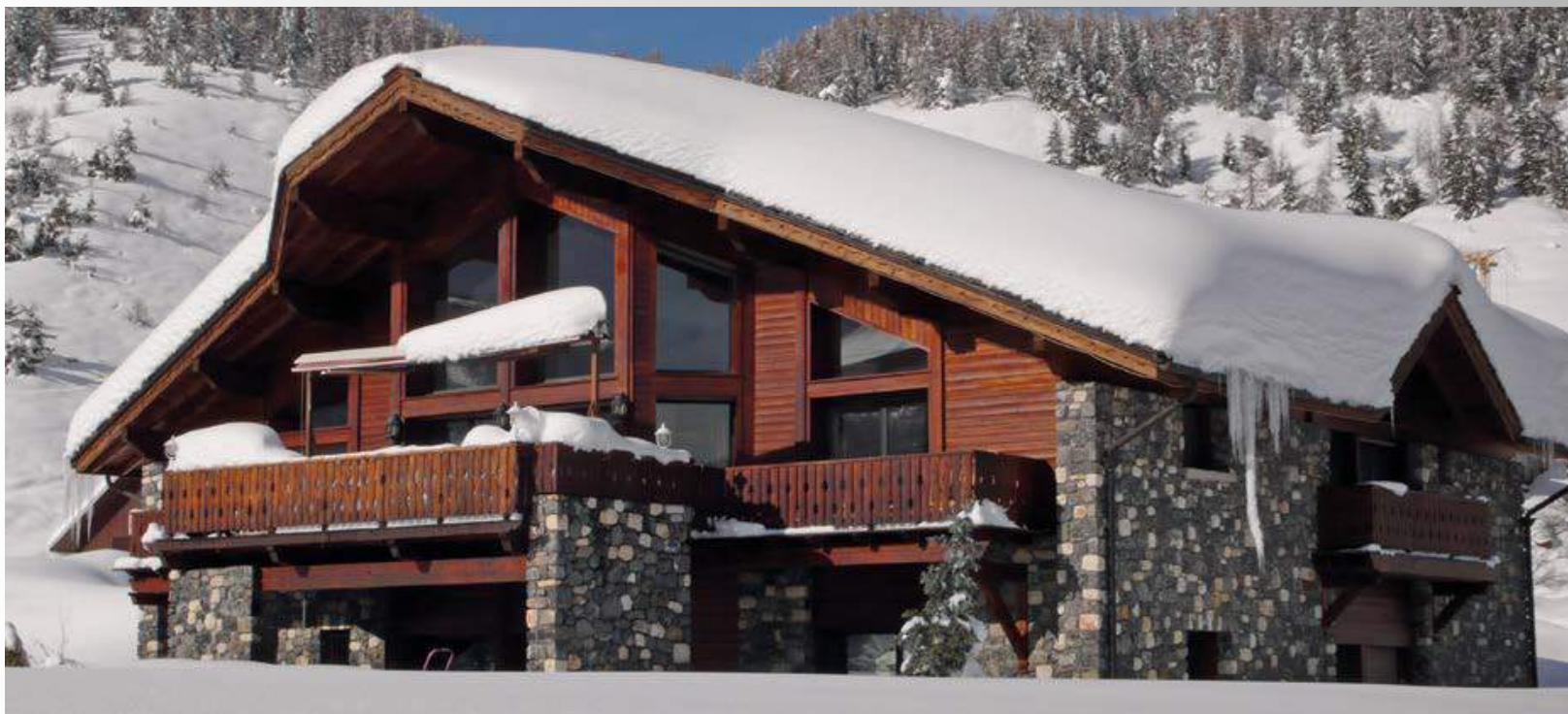


AURON

Splendide chalet au pied des pistes, d'une superficie d'environ 580 m² sur un terrain de 1300 m². Il se compose d'une cuisine équipée, une salle à manger, un coin feux, 5 chambres (3 au RDC et 2 à l'étage). Une grande bibliothèque à l'étage avec superbe vue panoramique sur la montagne. Buanderie équipée + atelier indépendant. Salle de sport avec sauna, hammam, sanarium, piscine, jacuzzi (accès direct du sauna dans la neige). Logement de fonction indépendant de 3 pièces (67m²). grande terrasse avec barbecue face aux pistes de ski. 2 cheminées traversantes, répartition de chaleur sur tout le chalet, façade centrale vitrée, chauffage par soleil entrant toute l'année + chaufferie fioul.

Splendid chalet in front of the ski slopes, 580 sqm living space on 1300 sqm land. Made up of a fitted kitchen, a dining room with fire place, 5 bedrooms (3 at the ground floor & 2 upstairs). A large library upstairs with beautiful panoramic view on the mountains. A fitted laundry room + separated atelier. Fitness room with sauna, hammam, sanarium, swimming pool, Jacuzzi (direct access from the sauna to the snow). Independent 3 rooms staff apartment of 67 sqm. Large terrace with barbecue in front of the slopes. 2 fireplaces with heat distribution in the whole chalet, central glazed façade, heating by incoming sun the entire year + fioul boiler.

2 650 000 € - Réf : ADC 246



SOMMAIRE



CES ÉQUIPES QUI MONTENT

- AS MONACO FOOTBALL
- L'ÉTOILE DE MONACO
- AS MONACO TENNIS DE TABLE
- MONACO BASKET ASSOCIATION
- AS MONACO VOLLEY



MONTE-CARLO PADEL MASTER

- LA PREMIÈRE À MONACO
- AMATEURS ET PROS UNIS AUTOUR DE LA BALLE JAUNE
- JUAN-MARTIN DIAZ, PORTRAIT DU NUMÉRO UN HISTORIQUE



ACADÉMIE PRINCESSE GRACE

- L'ÉCOLE DES DANSEURS
- LUCA MASALA, RENCONTRE AVEC MONSIEUR LE DIRECTEUR



PALERMO CUP ET CLASSIC WEEK

- ALFREDO RICCI, "MON OBJECTIF PREMIER EST TOUJOURS LA SÉCURITÉ"
- LA JEUNESSE MONÉGASQUE À LA BARRE
- A BORD DU MOONBEAM III
- RÉGATE HISTORIQUE



JACQUES BOISSY PLONGEUR DE MONACO

- BOISSY VU PAR GÉRARD AUBERT
- MICHEL AUBÉRY RACONTE

8 LES MOTS DU SPORT

- NOS CONSEILS LECTURE

10 PLEIN CADRE

- LE SPORT EN IMAGES GRAND FORMAT

26 ACADÉMIE INTERNATIONALE D'ARTS MARTIAUX

- LES ENFANTS EN INTIATION

36 INTERVIEW

- DR JACK MICHEL, MÉDECIN DU SPORT

38 INTERVIEW

- SÉVERINE OLIVIÉ, DIÉTÉTICIENNE

46 SOCIÉTÉ NAUTIQUE DE MONACO

- TOURNÉS VERS L'AVENIR

62 SPECIAL OLYMPICS

- LE RÊVE AMÉRICAIN

66 INTERVIEW

- LAURENT SOLER, CHAMBELLAN DU PRINCE

75 CAHIER SPÉCIAL

- AS MONACO FOOTBALL

Principauté de Monaco, une pédagogie pour l'Europe

Dans une négociation, chacun apprend un peu de l'autre. La singularité économique et culturelle de Monaco n'est pas sans intérêt pour redynamiser l'Europe. Tour d'horizon des discussions entre l'Union et la Principauté par deux grands témoins de ces négociations, Jean-Dominique Giuliani, président de la fondation Robert Schuman, et Stéphane Rozès, président de Cap, professeur à Sciences-Po Paris et à HEC.

Question : En quoi l'Union Européenne est-elle un enjeu pour la Principauté de Monaco ?

Jean-Dominique Giuliani : Les discussions entre Monaco et l'Union européenne portent sur une forme d'association spécifique qui permet de respecter l'identité et les règles de la Principauté, ainsi qu'un développement économique harmonieux, au bénéfice des deux parties. Dans le détail, Monaco n'a pas accepté de transférer sa souveraineté à l'Union européenne. La Principauté n'a pas voulu remettre en cause ses spécificités, notamment son droit d'établissement spécifique ainsi que la préférence nationale pour les emplois sur le sol monégasque. Elle est ici légitime, puisque la population locale est « minoritaire chez elle » en quelque sorte. Ces dispositions révèlent aussi les immenses qualités d'accueil de Monaco.

Stéphane Rozès : Au plan économique, Monaco est complètement inséré dans le monde. Les leaders économiques et d'opinion le repèrent, le perçoivent et l'approuvent : les deux tiers agrèent à l'idée que Monaco a une place à part dans le monde, selon une étude récente. Ceux qui étaient exposés à la campagne de promotion de l'an passé sont aux trois quarts de cet avis. Cela veut dire que Monaco dans son rapport à l'extérieur a des relations d'ouverture et d'échange. Et en même temps Monaco est insérée dans l'Europe. L'Union est dans un processus où ses normes vont être de plus en plus précises. Le paradoxe serait que Monaco soit peu à peu entravée par ces normes. Il est tout à fait décisif pour Monaco de pouvoir avoir une relation avec l'Union qui préserve, c'est le statut d'association, la cohérence de son modèle. Car ce qui fait le dynamisme d'une économie c'est une cohérence entre ce qu'elle est culturellement, son identité, son économie, et son modèle institutionnel, en l'occurrence princier.



Stéphane Rozès et Jean-Dominique Giuliani conseillent la principauté sur les questions européennes.

Question : Du point de vue de l'Union Européenne, quel est la place de Monaco ?

Stéphane Rozès : Monaco est une chance pour l'Europe parce elle est distincte. L'avancée de l'association avec l'UE est décisive, pour des raisons économiques et pour des raisons culturelles. L'Europe est un paradoxe. C'est une chance mais ces dernières années il y a des volontés de repli. Elles naissent d'une tension : les peuples pensent qu'ils doivent choisir entre leur identité et la survie économique. Un accord en bonne et due forme, à la fois respectueux des intérêts de l'Europe et de Monaco, peut être une pédagogie pour l'Europe. Il ferait apparaître son génie qui est, depuis des siècles, de faire du commun à partir du divers. Et non pas sembler fusionner la diversité culturelle des peuples pour en faire du commun. Donc c'est un enjeu non seulement économique mais culturel pour l'Europe.

Jean-Dominique Giuliani : Avec cent vingt nationalités sur deux kilomètres carrés, avec un système bancaire branché sur le système européen mais ouvert sur le monde, avec un tourisme, des arts, de la culture, des sports et une industrie de pointe sur un si petit territoire, les monégasques sont vraiment très attractifs. En réalité, Monaco est une sorte de perle sur la rive sud de l'Europe Méditerranéenne. Sur le plan moral, des enjeux d'avenir, l'environnement – on connaît l'engagement du Prince souverain et de ses prédécesseurs en faveur de la lutte contre le réchauffement climatique – la dimension maritime qui me paraît essentielle pour l'Europe et pour le monde entier et qui à Monaco s'incarne dans

la recherche, dans le musée océanographique et dans des activités économiques de pointe.

Question : Quelles sont les étapes à venir ?

Jean-Dominique Giuliani : Des efforts considérables ont été faits depuis plusieurs décennies pour appliquer les grands principes de l'OCDE et du Conseil de l'Europe. Mais il y a des trous dans cette réglementation qui peuvent être un jour préjudiciables pour Monaco elle-même. Il faut en matière de droit toujours préciser les choses. Aussi des négociations sont en cours entre la commission européenne pour que Monaco profite à plein des ressorts de l'Union douanière et des marchés. Ce n'est pas tout à fait le cas aujourd'hui parce qu'un certain nombre de textes sont interprétés différemment ici ou là en Europe. Cette négociation va durer longtemps car elle est technique, car Monaco veut conserver ses spécificités. On peut compter sur le Prince souverain et le gouvernement monégasque pour négocier correctement. En tout cas ils ont pris la bonne voie.

Stéphane Rozès : Chacun a intérêt à ce qu'il en sorte un compromis équilibré. Ce qui va être tout à fait passionnant, c'est que comme dans tout échange, chacun va apprendre à connaître un tout petit peu l'autre. Du côté de l'UE, il y a la pensée des règles et des procédures, qui par le haut doivent prévaloir. Du côté de la Principauté, elle va arguer de sa singularité qui fait son succès.

Retrouvez l'intégralité de cette interview en vidéo sur : <http://www.monacochannel.mc/>

Back to business

Terminés le farniente estival, les barbecues au bord de la piscine et les apéritifs nocturnes à rallonge sur la terrasse. Il est désormais temps de se remettre au travail. Si nos chères petites têtes blondes ont (re)pris le chemin de l'école au début du mois de septembre, nos sportifs ont, eux, repris le chemin de l'entraînement et de la compétition.

Un retour aux terrains, parquets et autres salles qui sonne comme la fameuse madeleine de Proust, chacun ayant un souvenir précis lié à l'odeur du terrain, du vestiaire, du ballon ou tout autre élément associé à sa pratique. Cette chose si particulière qui lui a manqué pendant la coupure estivale.

Cette nouvelle saison 2015/16 s'annonce d'ailleurs palpitante pour le sport en Principauté. Le retour de l'AS Monaco Basket en Pro A rappellera les grandes affiches d'antan, 25 après sa dernière participation au championnat de l'élite française. L'AS Monaco football semble partir sur les mêmes dispositions que la saison dernière. Puisse-t-elle la finir de la même manière.

Mais au-delà des deux têtes d'affiches du sport monégasque, nombreuses sont les équipes qui s'appêtent à découvrir de nouvelles joutes.

Beaucoup d'évènements sportifs d'envergure vont également avoir lieu dans les prochains mois, choses que nous ne manquerons pas d'évoquer dans nos colonnes lors de nos éditions futures.

De quoi, cette année encore, passer une saison sportive pleine de rebondissements, de joies, de peines, mais surtout d'émotions.

Romain Chardan

CODE SPORT MONACO

- Edité par SAM EDICOM "Le Roqueville" Bat C - 20 Bd Princesse Charlotte - 98000 MONACO
Tél : (+377) 97 97 06 27 - Fax : (+377) 97 97 06 28 - contact@sam-edicom.com
- Editeur & Directeur de la publication : Jean-Marc MORENO - moreno@sam-edicom.com
- Journalistes : Romain CHARDAN - redac@codesportmonaco.com & Aurore TEODORO - redac2@codesportmonaco.com
- Comité de rédaction : Sabine TOESCA, Marc TOESCA, Jean-Marc MORENO
- Secrétaire de rédaction : Cathy MORENO contact@codesportmonaco.com
- Publicité : Jean-Marc MORENO moreno@sam-edicom.com commercial@codesportmonaco.com
- Graphisme, photogravure & illustrations : Anthony HOUAL
- Impression : Groupe Riccobono • Reproduction, même partielle, interdite sans l'autorisation de CODE SPORT MONACO



Organisé par l'Académie Internationale d'Arts Martiaux de MONACO
 en partenariat avec les Académies Internationales de Krav-Maga de Monaco et d'Arts Martiaux de Cap-d'Ail
 et présenté par CPMC Claude Pouget Monte-Carlo



STAGE
SELF-DÉFENSE
KRAV MAGA
DARREN
LEVINE

N°1
MONDIAL!



▶ **LUNDI 23 NOVEMBRE 2015**
CAP D'AIL (06)

▶ **MARDI 24 NOVEMBRE 2015**
MONACO

STAGES MIXTES
 DIFFERENTS HORAIRES
 ET CATEGORIES

ENFANTS 5/7 ANS *
 ENFANTS 8/13 ANS *
 ADOS +14 ANS
 ADULTES



TARIFS 2 JOURS : de 50* à 90 € - 1 JOUR : de 30* à 50 €
 PRE INSCRIPTION OBLIGATOIRE - PLACES LIMITEES - BULLETIN D'INSCRIPTION sur
WWW.MONACO-ARTS-MARTIAUX.COM - Tel. +377 (0)6 07 93 31 36

ACADEMIE INTERNATIONALE D'ARTS MARTIAUX DE MONACO

Agréée par le Gouvernement Princier



KICK-BOXING
MUAYTHAI / BOXE-THAI
SELF-DEFENSE KRAV-MAGA
BOXES GHINDISE, AMERICAINE - PANGRABE - GRAPPLING

COURS*

pour TOUTES et TOUS
 ADULTES - ADOS
 ENFANTS dès 3 ans
 DÉBUTANTS
 CONFIRMÉS
 Stade Louis II



L'excellence d'une direction technique MULTI-DIPLÔMÉE D'ÉTAT (10 disciplines) avec

CLAUDE POUGET

Expert en Arts Martiaux, Ceinture noire 8^e Degré Kick-Boxing,
 6^e Dan Karaté, Krav-Maga, 10^e Khan Boxe-Thai...



Cours Découverte
GRATUIT!
 (certificat médical)



Dès 3 ans
 Baby Arts
 Martiaux
 éducatifs

jumelée à L'ACADÉMIE INTERNATIONALE D'ARTS MARTIAUX DE CAP D'AIL

*COURS INDIVIDUELS (SUR DEMANDE) AU CENTRE INTERNATIONAL ARTS MARTIAUX DE MONACO CLAUDE POUGET

Tél. **06 07 93 31 36**

WWW.MONACO-ARTS-MARTIAUX.COM

LES MOTS DU SPORT

S eaquas as vel ipsus aperat repellibus ipsamustis dus, in p
quo dellum es eos corioruptas volende rioruptatur am lo
vel ipsumquam qui cus molupienim autae vellit, num
eate iderum ersped quam que ped quostibus et aut ips
remo omnibus quat. Quis et ut voluptass

"PARLONS VÉLO"

Par Marc Madiot
- Editions Talent
Sport - 19 euros

Dans cet ouvrage qui est un long entretien entre Marc Madiot, manager général de l'équipe de la Française des Jeux et président de la Ligue Nationale de Cyclisme, et Mathieu Coureau,

reporter sportif, le dirigeant parle sans retenue. Au cours de cette interview XXL, l'homme originaire de la Mayenne évoque sans détour ses relations difficiles avec l'Union Cycliste Internationale tout comme celles parfois houleuses qu'il entretient avec certains dirigeants du monde du vélo. A la fois franc et authentique, il n'hésite pas à monter au créneau pour défendre son sport.



"PIRELLI, LE CALENDRIER 50 ANS ET PLUS"

Par Philippe Daverio, édition multilingue, -
Éditions Taschen - 49,90 euros

Le calendrier Pirelli est sans doute l'un des plus attendus chaque année. Mais qui se souvient qu'à ses débuts, il n'était qu'un cadeau pensé par la filiale marketing de la société ? Offert aux clients importants de la marque ou à des célébrités, il a mis à l'honneur les plus belles femmes du monde parmi lesquelles Heidi Klum, Laetitia Casta, Milla Jovovich, Gisele Bündchen ou encore Adriana Lima, pour ne citer que les plus connues. Pour sublimer la beauté de ces femmes, les plus grands photographes ont usé de leurs objectifs comme Helmut Newton, Richard Avedon, Peter Lindbergh ou Sarah Moon. Chaque année, le shooting prenait place dans une ville, permettant de sillonner le monde entier. Pour fêter ses 50 ans, Taschen propose une rétrospective complète, comportant des photos inédites, des images de coulisses, la version 1963 qui n'est jamais sortie mais aussi des images censurées à leur époque. De quoi découvrir ou redécouvrir ce grand classique des calendriers. Avec, en prime, un entretien avec les directeurs artistiques Derek Forsyth et Martyn Walsh.

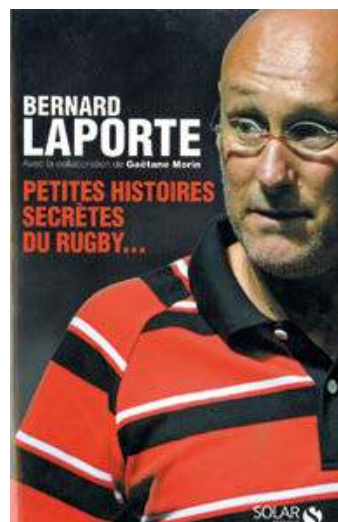


Jacques Verdier
avec Marcel Rufo
**CES ÉMOTIONS
SPORTIVES
QUI NOUS FONT
GRANDIR**

"CES ÉMOTIONS SPORTIVES QUI NOUS FONT GRANDIR"

Par Jacques Verdier et Marcel Rufo
- Editions Flammarion -
18 euros
Et si les émotions que l'on peut ressentir durant un effort sportif

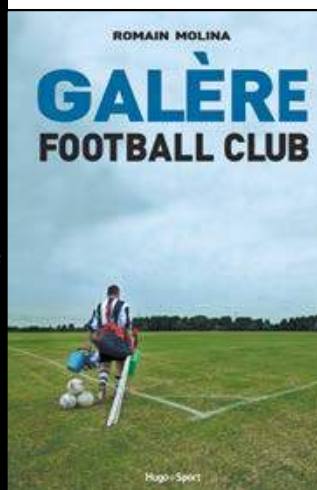
nous permettraient d'en ressortir grandi ? C'est en substance la question que se pose Jacques Verdier, directeur du Midi Olympique et Marcel Rufo, pédopsychiatre et amateur de sport. Tous les sports sont ici pris en compte, que ce soit l'athlétisme, le tennis, le judo, les sports collectifs, etc. Les auteurs parlent ici du sport comme d'un révélateur d'émotions, d'une école de la vie en somme, où l'on apprend que tout est à portée de main du moment que l'on est capable de se dépasser, de se surpasser.



"PETITES HISTOIRES SECRÈTES DU RUGBY"

Par Bernard Laporte, avec Gaëtane Morin
- Solar Editions - 14,90 euros
Entraîneur emblématique du XV de France et du Rugby Club Toulonnais, Bernard Laporte n'est pas

qui dans le milieu de l'ovalie. Après trois couronnes européennes consécutives, celui qui a été champion de France comme joueur avec Bègles livre ici un ouvrage sincère, derrière les portes habituellement fermées des vestiaires. L'envers du décor décrit par Laporte permet ainsi de vivre d'un peu plus près un derby ou une phase finale, mais aussi des "séances de motivation" parfois musclées. Quelques informations inédites sont parsemées dans le livre, comme cette journée où l'ancien secrétaire d'Etat aux sports a bien failli quitter la cité portuaire du Var.



"GALÈRE FOOTBALL CLUB"

Par Romain Molina
- Editions Hugo Sport - 16,95 euros
Dans le football, les sommes pour les transferts ont de quoi en faire pâlir plus d'un. On parle souvent des contrats signés par les joueurs qui leur rapportent plusieurs centaines de milliers d'euros par an, voire

de millions pour les meilleurs. Mais on ne parle pas de ceux qui se perdent dans les méandres des transferts, allant de club en club et de pays en pays dans l'espoir d'atteindre un jour les hautes sphères du football. Galère Football Club, c'est l'histoire de 11 joueurs qui ont décidé de confier leur histoire à Romain Molina. Des histoires qui emmèneront le lecteur en Israël, au Portugal, au Luxembourg, à Chypre ou encore en Irak. Des histoires qui montrent que le milieu du football n'est pas aussi rose qu'il paraît.

Vous **accompagner** aux étapes clés de la vie de votre **patrimoine** et de votre **entreprise**



23 boulevard Princesse Charlotte
MC 98000 MONACO
Tél : 00 377 93 10 53 53

Les belles promesses de Lisa

Elle est à l'orée de ses 21 printemps et ne pratique le jet ski en compétition que depuis deux ans. Mais cela n'a pas empêché la jeune Lisa Caussin-Battaglia de s'adjuger la deuxième place lors de la coupe du monde de jet à bras qui a eu lieu à Doncaster (Angleterre) cet été. Une deuxième place qui avait laissé quelques regrets à la jeune fille alors que cette dernière était en tête à l'issue des deux premières manches (la course se disputait en trois manches). Mais ce fut une belle expérience pour l'étudiante en philosophie qui vise clairement de belles performances en championnat du monde la saison prochaine. Récemment reconnue comme sportive de haut niveau, la pensionnaire du Roca Jet Club de Monaco était d'ailleurs en tête du championnat régional avant la dernière épreuve qui s'est tenue le 27 septembre dernier*.

*Le magazine devant être bouclé avant cette dernière épreuve, nous n'étions pas en mesure de fournir les résultats finaux du championnat régional de jet à bras.





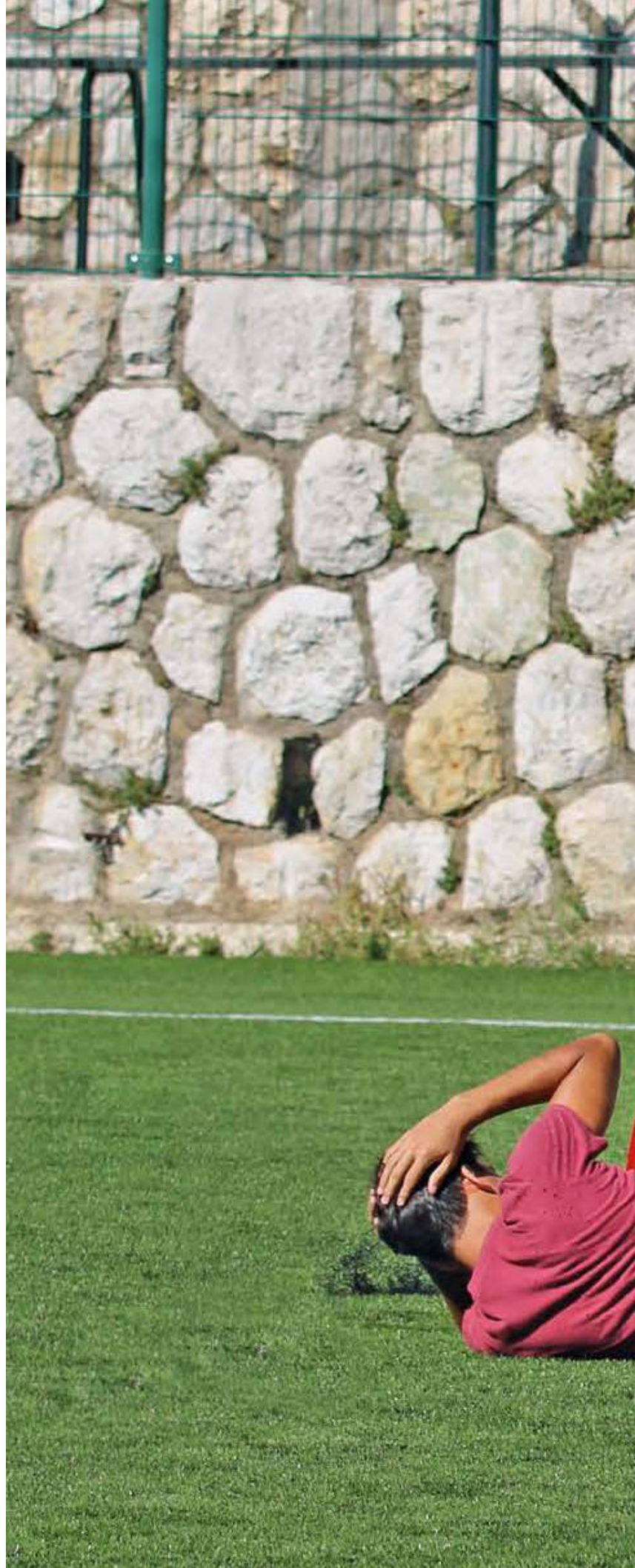
MAIRIE DE MONACO

6666

Reprise de Gala

Une légende à l'ASM Rugby

Alors que l'AS Monaco rugby reprenait les chemins des terrains d'entraînement le 5 septembre dernier, c'est une pléiade d'invités de marque qui était présente. Pour fêter les 20 ans de la victoire de l'Afrique du Sud lors de la Coupe du Monde de 1995, ce n'est autre que le capitaine de l'époque, François Pienaar, qui était sur place. L'ancien "Springbok" a même abandonné les chaussures pour aller faire quelques phases de jeu avec les jeunes licenciés asémistes. Assisté de quelques anciens tels que Aubin Hueber ou Yannick Jauzion, l'extroisième ligne a ainsi foulé le synthétique de La Turbie Village après avoir échangé avec les jeunes au cours d'un moment de questions/réponses organisé par le club. Une soirée a ensuite eu lieu au cours de laquelle une vente aux enchères de maillots et un repas ont pu permettre aux personnes présentes d'échanger avec celui qui fait figure de légende.





BASKET



CES ÉQUIPES QUI MONTENT

POUR DE NOUVELLES AVENTURES

Par Romain Chardan - Photos : Erika Tanaka, Romain Chardan et DR



TENNIS DE TABLE

GYM



RUGBY

L'ASM rugby n'a appris que tardivement qu'il allait évoluer en Honneur cette saison. Compte tenu de nos dates de bouclage et de la publication de la nouvelle, nous n'avons pu traiter cette montée dans ce dossier. Chose qui sera faite dans notre prochaine édition.



FOOT

BASKET

L'ASM basket évoluera en Pro A cette saison. N'ayant pu rencontrer les dirigeants dans les temps, nous reviendrons sur leur accession au plus haut niveau du basket français dans notre prochain numéro.

La saison dernière a été riche en émotions pour les sportifs de la Principauté. Comme chaque année, les différents championnats ont réservé leur lot de montées et de descentes. Que ce soit du tennis de table, de la gymnastique, du basket-ball, du football ou encore du volley, dix équipes de Monaco évoluent à un étage supérieur cette saison. L'occasion de revenir sur leur saison passée, mais aussi d'évoquer celle qui débute et les ambitions qui les accompagnent.



VOLLEY



À JAMAIS LES PREMIERS

Grégory Campi et son groupe ont validé leur montée en DHR à l'issue de la saison 2014/15. Une première pour la section amateur de l'AS Monaco Football. Et leur soif de victoires n'a pas l'air d'être étanchée.



Grégory Campi n'est pas homme à manier la langue de bois. Le parlé est franc, direct, sans fioritures. Un peu comme ses causeries d'avant-match ou le discours qu'il tient à ses joueurs. Et ce, que ce soit au moment de les recruter ou tout au long de la saison. Depuis quatre ans qu'il a pris le poste d'entraîneur de l'équipe 3 de l'AS Monaco, cet ancien milieu de terrain professionnel a su faire étalage de ses qualités de coach, mais aussi de meneur d'hommes. La preuve ? Un titre de champion de PhB et une victoire en coupe Côte d'Azur dès sa première année. "On a aussi été champion la saison suivante en PhA, mais nous avons eu un retrait de points à cause du plan anti-violence." Un règlement spécifique au football amateur qui sanctionne les clubs dont les joueurs atteignent un certain nombre de cartons au fil de la saison. Troisièmes l'an dernier, les coéquipiers du capitaine Kévin Ménez n'ont pas raté le wagon pour la DHR la saison dernière. "On est resté dans la même dynamique et la même ambiance que les années précédentes, en respectant des règles

de vie et on a réussi quelque chose d'extraordinaire", raconte Campi.

Une aventure humaine

L'objectif était clair au début du dernier exercice. "On s'est regardé dans les yeux au début de la saison, on savait que ce serait compliqué et c'est là que mes garçons ont su sortir le meilleur d'eux-mêmes. Je n'ai pris que des joueurs à la mentalité exceptionnelle", explique l'ancien joueur de Lille. Une saison dont le bilan flatteur (20 victoires, 2 nuls, 4 défaites, et un titre de meilleur entraîneur de l'année pour Campi) peut masquer certaines difficultés. "En décembre on perd deux matches d'affilée mais on n'a jamais paniqué, on savait ce qu'on devait faire. J'ai vraiment des hommes avec moi, parce qu'on n'a pas pris de cartons inutilement alors qu'on s'est fait insulter, on a pris des coups, mais on répondait dans le bon sens du terme", se remémore le coach. Pour souder son groupe, Grégory Campi n'a d'ailleurs pas hésité à leur prévoir quelques activités en dehors du ballon rond au cours de la saison. "On va s'entraîner à la Blackout Academy, on fait des randonnées



au président Michel Aubéry, qui, "même s'il n'est pas toujours avec nous parce qu'il est très pris, dès que je l'appelle après les matches, il est déjà au courant du score et des cartons." Cependant, ce groupe-là a perdu l'un de ses plus fidèles soutiens en fin de saison. Alors qu'il allait fêter sa quarantième année de dirigeant au club, Christian Campi, le père de Grégory, est gravement tombé malade en cours de saison. "Il m'a toujours suivi dans ma carrière. Il était

là quand j'ai signé mon premier contrat pro, il a toujours été avec nous depuis 4 ans. Il a attendu jusqu'au dernier moment qu'on soit champion. Il est parti trois jours après le titre. Et tout le monde lui a rendu hommage au dernier match contre Pégomas." Un match au cours duquel de nombreux VIP étaient présents, avec un invité de marque en la personne du Prince Albert II.

Ambition

Le titre de PhA validé, Campi pensait déjà à la saison d'après. Avec peu de moyens, "on était le seul club de PhA qui ne donnait pas de fixe ni de défraiement aux joueurs. Il n'y a que des primes de match", il va donc falloir cravacher cette saison dans un championnat où les déplacements seront plus longs. "On ne connaît pas la catégorie et ce serait présomptueux de viser le titre. Mais quand je commence quelque chose, c'est pour le gagner. Il y a 26 matches à jouer, je vais partir pour gagner les 26," annonce Campi, fidèle à son état d'esprit. Ce qui ne sera pas forcément facile. "Il y aura des déplacements à Toulon ou à Marseille, où il n'est jamais simple d'aller jouer avec le maillot de l'AS Monaco." Avec le retour de Stéphane Porato, revenu après une expérience au Qatar, et l'arrivée de six nouveaux joueurs, le groupe s'est donc étoffé à l'inter-saison. Suffisant pour une nouvelle montée express ? On l'espère en tout cas.



ou on va à la foire ensemble, comme pour les matches de l'ASM." Un point primordial selon Grégory Campi. "On voit les choses et les joueurs d'une autre manière. Ça peut faire un peu cliché, mais pour le coup c'est la réalité, c'est comme une grande famille, avec le référent, le capitaine, Kévin Ménez, qui fait ça à la perfection. Il a été opéré du genou et ne pouvait pas être sur le terrain, mais il n'a jamais lâché pour autant."

Au nom du père

Si la saison a été belle sur le plan sportif, elle a aussi été riche en émotions. Jan Koller avait décidé de prendre le rôle d'adjoint, mais il a finalement rechaussé les crampons en cours de saison. Ce qui avait valu le déplacement de l'émission J+1 pour un reportage au cœur d'un match face à l'AS Cannes. "On voulait rendre hommage à Jan. Mais on est mené 2-0, on revient à 2-1, on prend le troisième, puis on revient à 3-3 avant de gagner 4-3 à la 96^e minute. On s'est dit qu'on était solide, on n'a rien lâché." De quoi souder un peu plus un groupe qui l'était déjà et donner satisfaction aux fidèles suiveurs de cette équipe. Comme





GYMNASTIQUE

LA PISTE AUX ÉTOILES

L'Étoile de Monaco accède enfin à la Division Nationale 1, soit l'antichambre du Top 12, plus haute division française. Un succès qui couronne le travail d'un groupe, mais aussi celui mis en place par Thierry Aymes depuis son arrivée au club il y a 10 ans.



En gymnastique artistique, le chemin est long pour se hisser au sommet du niveau national. L'équipe de gymnastes de l'Étoile de Monaco en sait quelque chose. Mais en fin de saison dernière, la récompense est arrivée, et ce malgré la blessure au genou de Kevin Crovetto quelques semaines avant la finale. "On est très content parce que cela faisait trois ans qu'on était en deuxième division et qu'on ratait la montée pour pas grand chose", note Thierry Aymes, l'entraîneur général du club. Arrivé il y a 10 ans, le natif d'Ollioules avait alors récupéré une grande partie de l'équipe qu'il coache

encore aujourd'hui. "Ce sont eux que j'ai eus en premier, ils avaient 10-12 ans à l'époque, donc cette montée est l'aboutissement de tout le travail effectué jusqu'ici. Ce sont nos gyms à nous, sans aucun étranger." Un point dont il est fier, car, à l'inverse d'autres clubs qui font matcher des étrangers pour réussir de bonnes performances sur ces compétitions nationales, Thierry Aymes mise sur la formation au sein du club. "Aller chercher un étranger, pour moi, ça n'a aucun intérêt. Je préfère faire monter des jeunes qui s'entraînent au quotidien avec nous."

Un groupe ambitieux

Neuf gyms composaient le groupe de l'an dernier et seront encore là cette année (Kevin Crovetto, Loris Racca, Lilian Piotte, Nicolas Pollano, Andrea Velizzoni, Yann Franc de Ferriere, Julien Gobaux, Paul Alexis Ranc et Frédéric Unternaehr, absent de la photo). Mais en compétition, seuls les six titulaires s'en vont. Et l'ambition était forte chez les coéquipiers de Kevin Crovetto. Avec la montée comme objectif affiché, le coach était confiant compte tenu du potentiel de son groupe. "J'ai six titulaires et à la base j'avais un groupe de 9. Je ne fais pas de préférences, mon rôle est de prendre les meilleurs pour avoir l'équipe la plus forte possible." Et quand les choses sont claires dès le début, les soucis d'ego sont inexistantes. D'autant que ce qui transpire de ce groupe, c'est la bonne entente générale qui y règne. Un point sur lequel le coach n'est pas étranger, notamment en vue de la finale. "Pour la préparation à la finale de division nationale, j'ai fait en sorte que pendant un mois et demi, tout le monde s'entraîne en même temps. Faire cela crée une émulation. Même si ce n'est pas toujours facile et qu'ils peuvent parfois avoir des différends, cela finit toujours par renforcer les liens."

On monte ensemble

Réussir à avoir tout son groupe en même temps n'est pas chose aisée pour Thierry Aymes. "J'en ai un qui est en quatrième année de médecine, un



pompier professionnel, un fait des études d'avocat, un autre des études internationales, un est osthéo, deux sont en fac de sport, donc les emplois du temps sont très différents." Cependant, la montée en ligne de mire a motivé tout le monde. D'autant que si la saison avait très bien commencé, un problème aurait rapidement pu enrayer la machine. Sans passer par les cases des compétitions régionales et départementales du fait de leur présence en division 2, les étoilistes ont impressionné lors de la qualification de zone. "Sur cette épreuve, les gars ont démontré qu'on avait un très gros potentiel. On fait 320 points, ce qui est énorme parce que ça correspond au 9^e de Top 12. Ça a été le premier clou de planté pour nous. Parce que ceux qui ne sont pas en zone avec nous se sont posés des questions sur la notation, mais on n'a pas été noté au-dessus, on a été noté correctement, comme les autres." Sauf qu'à la suite de cette compétition, Kevin Crovetto voit son

genou le lâcher. "La saison avait commencé avec de grosses ambitions et en une semaine, tout s'est un peu effondré. Quand il y en a un qui se blesse, ça fait toujours douter les autres." Et si au départ l'impact de cet évènement a été négatif psychologiquement sur les garçons, il s'est avéré être une force pour la suite. "Après ça, les gars se sont remis en selle et se sont dit qu'ils devaient réussir à monter pour y être tous ensemble."

Le Top 12 dans le viseur

Avec les trois premiers clubs qui monteront en Top 12, la lutte sera féroce la saison prochaine. "Noisy-le-Grand, qui est un très grand club français, Montceau-Les-Mines, qui est monté avec nous et Avignon seront des adversaires importants. C'est du très bon niveau national, mais si tu as deux étrangers très forts, ça peut changer la donne. Mais l'objectif est qu'ils montent car j'aimerais bien que ces gars puissent faire une saison en Top 12. Ce serait une belle récompense." D'autant qu'en DN1, le nombre d'étrangers dans les équipes est limité à deux, "ce qui permet d'éviter les surprises", note Thierry Aymes. Et en terme de surprise, l'Étoile de Monaco n'est pas en reste. "Quand on a gagné en fin de saison dernière, ils ont gagné tous ensemble. Et Kevin est monté sur le podium avec eux, même si on n'avait pas trop le droit." Espérons qu'ils remontent tous à nouveau sur le podium en fin de saison.



ASCENSEUR ÉMOTIONNEL

L'année passée a été riche en rebondissements pour l'AS Monaco tennis de table. Les équipes 2, 3 et 4 ont toute connu une descente dans la division inférieure avant de réussir à remonter à l'issue de la deuxième partie de saison.



En tennis de table, bon nombre de divisions voient leur saison coupée en deux parties. Les montées et descentes aux échelons inférieurs et supérieurs arrivent donc à deux reprises. Pratique pour monter de deux étages dès lors que l'on en a les moyens. Mais cela peut aussi permettre aux équipes ayant connu des accidents de parcours de se rattraper à l'issue de la deuxième phase. C'est exactement dans ce cas de figure que se sont trouvées trois équipes de l'AS Monaco tennis de table lors de l'exercice 2014/15, alors qu'elles avaient réussi à accéder à l'étage supérieur à l'issue de la saison 2013/14. "L'objectif était la montée pour toutes ces équipes", relate Eric André, l'entraîneur général du club. "Les équipes 2, 3 et 4 étaient descendues en fin de première phase (décembre 2014) à cause de blessures, de défections de joueurs ou de manque de moyens, notamment pour l'équipe féminine qui a dû s'arrêter en cours de saison. Donc l'année a été un peu compliquée."

Remaniement

Pour chaque équipe, il est nécessaire d'avoir 4 joueurs. "J'essaye, en début d'année, de faire

les groupes et de prévoir deux remplaçants à chaque fois. Mais il arrive toujours des moments où il ne sont pas là et il faut alors aller puiser dans les autres équipes, ce qui donne un jonglage permanent," explique Eric André. Et pour ne pas faciliter les choses, le coach de l'AS Monaco tennis de table a dû composer avec une multitude de blessures, toutes intervenues sur la même période. "Plusieurs joueurs se sont blessés au même moment et on a essayé de puiser dans les équipes d'en dessous pour se maintenir. Malheureusement, ça ne s'est pas bien passé puisque toutes celles concernées sont descendues. Chez les filles, deux se sont blessées. Comme nous n'en avons que 5, nous n'avons pas pu continuer."

Retour de flamme

Après les mauvais résultats de la phase une, il a fallu trouver les ressources nécessaires pour remotiver un groupe touché par ces descentes. "Quand on descend d'une division, ça ne fait pas plaisir. J'ai donc tout un travail psychologique à faire pendant les vacances de Noël pour les remobiliser et leur faire comprendre que la remontée est à leur portée. Ce n'est pas évident pour eux parce que j'ai deux joueurs qui avaient



Un peu de nouveauté

La saison qui s'annonce doit donc être celle de la confirmation. Si les équipes 3 et 4 (régionale 2 et pré-régionale) vont avant tout viser le maintien, "j'espère et je suppose qu'on devrait réussir", l'équipe 2 va, comme la première, viser la montée. Pour ce faire, coach André annonce des renforts. "J'ai deux joueurs qui sont arrivés et qui vont pouvoir être plus performants que les deux quatrièmes de chaque équipe. Pour la 2, ça devrait arriver si tout le monde joue le jeu, sauf incident. Après rien n'est fait, parce que je sais que les autres clubs se sont également renforcés. L'équipe première va essayer de rééditer le parcours de l'an dernier, car ils ne sont pas montés pour un petit set." Cette saison 2015/16 marque également l'arrivée d'une nouvelle équipe au sein du club, qui débutera en départementale 4. Un souhait de longue date qui se concrétise grâce à la montée en pré-régionale de la départementale 1. "La départementale se joue le vendredi soir et nous n'avons qu'une salle pour cette compétition. Comme la D1 est montée en pré-régionale, on a pu se lancer avec cette nouvelle équipe." Il faudra cependant que la pré-régionale se maintienne en décembre pour que cette D4 puisse aller au bout de sa saison.

évolué en N1 avec l'équipe 1 qui ont dû redescendre en équipe 2. Et les remotiver, ce n'est pas simple." Au final, alors que tout semblait mal embarqué, le vent s'est mis à tourner et les choses sont allées dans le bon sens. La régionale 1 est d'ailleurs assez facilement revenue en pré-nationale, à l'exception d'un match qui fut relativement disputé. Pour la pré-régionale et la départementale 1, la tâche s'est avérée un peu plus difficile, comme l'explique l'entraîneur général du club. "La pré-région, ça a été un plus compliqué parce qu'on a quand même fait tourner pas mal de joueurs. Tant bien que mal, on a réussi à combler le trou pour être au complet. Il y a eu la moitié des matches qui ont été un peu plus durs, parce qu'on ne savait pas trop à quoi s'en tenir par rapport aux équipes qu'on avait en face au vu des effectifs qu'on mettait. Finalement ça s'est bien débloqué, les joueurs ont fait l'effort de jouer le jeu et tout s'est mis en place. Pour la départementale 1, sur 2-3 matches ça a été un peu plus compliqué, parce que la D1, c'est beaucoup de joueurs qui sont bloqués par leur travail. Mais dans l'ensemble, je dirais que les piliers des équipes ont tenu la barre et le reste a fait le maximum." De quoi revenir au point de départ de la saison 2013/14.





BASKET

LE MBA NE S'ARRÊTE PLUS

Le Monaco Basket Association avance à toute allure. En validant sa montée pour la Nationale 2, l'équipe féminine gravit un échelon de plus à une vitesse folle pour se retrouver dans la même division que l'AS Monaco basket. De quoi assister cette année à un beau derby, parmi tant d'autres.



Eric Elena a lancé son club en 2009. L'équipe féminine senior avait alors débuté en pré-excellence. Six ans plus tard, elle s'attaque à un nouveau championnat, à un niveau qu'elle atteint pour la première fois avec cette arrivée en Nationale 2. Une progression folle qui récompense le travail fourni depuis plusieurs années par ce passionné de basket et ses équipes. D'autant que cette accession répond à l'objectif annoncé du club en début de saison dernière, comme l'explique Olga Tarasenko, la coach de cette équipe. "On visait la montée et on a réussi, donc le bilan est positif.

Même si l'objectif a été atteint, la saison n'a pas été facile alors qu'au départ, ça s'annonçait plus simple que ça ne l'a été." Malgré sa création toute récente, le MBA cru 2014/15 pouvait s'appuyer sur un recrutement de circonstance dans l'optique de la montée. Avec 5 joueuses qui étaient restées de la saison précédente, le club a fait en sorte de renforcer son équipe avec des joueuses hors mutations car il était limité à trois éléments mutés. Malgré tout, ces arrivées n'ont pas suffi à assurer un effectif large car les blessures sont venues perturber la saison des joueuses.

Blessures et victoires

"J'avais signé une intérieure, Jeanne Senghor, mais elle revenait d'un accouchement et n'a pas pu reprendre tout de suite, donc je ne l'ai eue que deux mois plus tard et on a eu quelques blessures de joueuses importantes, mais on a su gérer ça". D'autant que ces blessures ne sont pas forcément intervenues lors de matches de l'équipe première. "On a aussi une équipe en départementale. Je leur ai prêté des joueuses sur deux matches, mais elles se sont blessées aussi. Mais ces difficultés ne rendent la montée que plus belle." Car au départ, même si la montée était l'objectif annoncé du

club, les choses n'ont pas forcément marché tout de suite. A mi-parcours, les filles du président Elena n'étaient que 3^{es} avec notamment quatre défaites au compteur. Dont deux qui figurent parmi les pires moments de la saison selon Olga Tarasenko. "On perd à la maison contre Nîmes (60-63), qui jouait la montée et contre Rognac (52-55). Ces deux matches consécutifs, nous les avons perdus alors que l'on menait de +15 et +17 et que l'on était à la maison. Après la mi-temps, les deux fois, ce n'est pas la même équipe qui est revenue et je n'ai pas réussi à trouver la solution. C'est très difficile à gérer en tant qu'entraîneur."

Orgueil et ascension

Malgré cette entrée en matière délicate pour un candidat à la montée, le MBA va redresser la barre en deuxième partie de saison pour s'offrir une place en play-offs, avec quelques revanches au passage. "Nous avons réussi une série de 11 victoires consécutives, mais ce n'était pas encore suffisant pour la montée, parce qu'il fallait que les autres équipes perdent." Et si les astres se sont alignés comme il le fallait pour donner au MBA sa chance de rejoindre la N2, les coéquipières de Jeanne Senghor ont fait ce qu'il fallait. "Lors du match retour à Nîmes, où il y avait beaucoup de pression, une joueuse majeure se claque à l'échauffement. Ça a été un match très serré, très défensif, mais on a réussi à l'emporter de 4 points, ce qui nous a permis d'aller en play-offs", se remémore celle qui a coaché en LNF. Une fois leur présence en play-offs assurée, les licenciées du MBA devaient encore en découdre avec une équipe invaincue de la saison pour viser la montée. "On perd à la maison contre Caluire, qui était notre adversaire pour la montée. Au match retour, on mène de 16 points à la mi-temps.



On l'emporte finalement avec six points d'avance, ce qui nous donne accès à la N2", explique Olga Tarasenko. Cela reste cependant insuffisant pour remporter le titre de champion de N3.

Objectif jeunesse

Après avoir perdu plusieurs joueuses, puisque seulement 4 sont restées de la saison dernière, il a fallu recruter pour former un groupe compétitif en vue de la N2. Mais comme l'an dernier, le MBA n'a eu droit qu'à 3 mutations. "On ne sera que 7 l'an prochain, ce qui sera notre plus grande difficulté. En plus des 4 joueuses qui restaient, j'ai pris les 3 mutées auxquelles j'ai droit. Pour compléter le groupe, il y a deux filles qui vont jouer avec l'équipe 2 mais qui s'entraîneront avec nous. Comme elles sont mutées, elles ne pourront jouer qu'en cas de blessure d'une autre dans ce cas. Et j'en ai une dixième, mais elle reprend tout doucement après un accident de voiture,

donc nous l'aurons sûrement pour la deuxième partie de championnat." La plus vieille joueuse de l'effectif ayant 26 ans, c'est un effectif rajeuni qui va évoluer cette saison sous les ordres d'Olga Tarasenko. Et l'expérience de leur coach leur sera plus que profitable, notamment dans l'approche des derbys qui seront légion cette année. "Il y aura le gros face à l'AS Monaco, qui devrait nous permettre d'avoir du monde dans les deux salles, mais il y a aussi St-Laurent-du-Var, Roquebrune et le Cavigal de Nice. Ça va être un championnat assez homogène, donc on ne sait pas trop où l'on se situe par rapport aux autres." Face à cette incertitude, l'objectif sera donc d'abord de se maintenir, avant, pourquoi pas, d'accrocher les play-offs en vue d'une montée express. Mais il ne faut pas brûler les étapes, même si l'ambition est là. "Je suis mon président. Il faut y aller pas à pas, ne pas sauter d'étapes. Mais si tout va bien, je voudrais bien monter en N1."



L'ENVOL DES VOLLEYEURS

L'équipe réserve senior de l'AS Monaco volley-ball connaît, elle aussi, une belle série de montées. Passés de la Régionale 2 à la Nationale 3 en trois saisons, les joueurs de Gilles Brillant ne comptent pas s'arrêter en si bon chemin.

S'ils continuent à ce rythme-là, on ne sait pas trop où les volleyeurs de l'équipe 2 de l'AS Monaco vont bien pouvoir s'arrêter. Car en validant leur ticket pour la N3 la saison dernière, les protégés de Gilles Brillant ont assuré une nouvelle montée express après leurs accessions à la Régionale 2 puis à la Régionale 1. Fort d'un groupe qui se connaît parfaitement, le coach asémiste semble fier du travail accompli jusqu'ici. "On a réalisé une très bonne saison l'an dernier. On était un promu de Régionale

2 où l'on avait fait 16 victoires en 16 matches, et sur la saison dernière, on en remporte 16 sur 18, donc on reste vraiment sur deux très belles saisons. Cela a été rendu encore plus beau par nos deux victoires lors du tournoi de qualification à Mâcon pour valider notre montée en Nationale 3."

Une saison rondement menée

Une nouvelle saison réussie donc, qui répond à l'objectif annoncé au moment de la reprise à l'été 2014. "La montée était l'objectif de départ,

c'est ce qu'on cherchait à faire. On a un effectif de jeunes formés au club, avec un joueur, Christophe Ulivieri, qui descendait de N2. Avec cet effectif, on avait l'ambition d'aller le plus loin possible. Aucun joueur n'est rémunéré. On avait un seul et unique concurrent, Grasse. On a remporté nos deux rencontres contre eux ce qui nous a permis de finir premier." Cependant, il a fallu resserrer les boulons après deux défaites consécutives qui auraient pu faire plus mal si elles avaient eu lieu contre d'autres équipes. "On a connu des déboires parce qu'on avait trop de





des 30 ans. Ce sont deux générations qui se sont succédé, mais deux générations complémentaires. Sur les douze joueurs de l'effectif, il n'y en a que deux qui n'ont pas été formés au club, un Italien et un qui venait de Cagnes." L'ambiance est telle que, compte tenu de leurs emplois du temps professionnels, deux joueurs de la N2 de la saison 2014/15 ont décidé de descendre d'un échelon national pour aller jouer en N3.

Effectif et ambition

Car cette montée en N3 n'est pas une fin en soi. Pour affronter les joutes nationales qui attendent les volleyeurs de l'ASM, Gilles Brillant a apporté quelques retouches à un effectif bien rodé, mais qui perd quelques-unes de ses gâchettes. Ainsi, Frédéric Waltz risque de mettre entre parenthèses l'aventure volley pour raisons professionnelles, tandis que l'équipier transalpin va, lui, se consacrer à la vie active. En revanche, ce sont deux renforts de poids qui vont rejoindre les rangs de la N3. Evoluant l'an passé en N2, Franck Gopcevic et Henri Authier vont tous deux descendre d'un échelon. Si le premier "a fait un choix du cœur pour revenir en N3 avec des copains de son ancienne équipe", dit le coach, Authier est lui descendu car son emploi du temps professionnel ne lui permettait de s'investir autant que ce que le demande le jeu en N2. Avec eux, la N3 de l'ASM volley semble armée pour "faire mieux que se maintenir. C'est l'objectif", annonce Gilles Brillant. "L'idée est de faire du mieux qu'on pourra."

confiance en nous et on perd deux matches. Je crois que le pire moment de la saison est sans doute ce match contre Antibes où l'on perd 3-0. On arrive là-bas les mains dans les poches, on prend se 3-0 où on ne comprend pas ce qui se passe. On sortait d'une défaite face à Nice, et ça a été la goutte d'eau, il nous fallait nous ressaisir", explique le coach. Car pour monter, il fallait absolument finir en haut du classement et devant Grasse, autre candidat annoncé à la montée. Si Antibes constitue un mauvais souvenir pour Gilles Brillant, Grasse est tout l'inverse. "Le plus fort moment de la saison, c'est le match retour contre Grasse, chez eux. On arrivait avec l'équipe au complet, mais ils avaient récupéré un joueur de Toulon (N2), un gros joueur, qui a fini

la saison avec eux. On partait défaitiste, parce qu'ils étaient revanchards. On avait gagné 3-0 à l'aller, mais on a réussi à tenir et gagner 3-1. Il a fallu être très fort en équipe, très sérieux. C'est "le" match de la saison, et si on le gagnait, on savait qu'il y avait de fortes chances de finir premier."

Récompense

Cette montée, si elle récompense le club pour le travail accompli, elle en est surtout une pour les joueurs. Un groupe de copains tous ou presque formés à l'ASM et qui jouent donc ensemble depuis pas mal d'années. "C'est un collectif fort. Ils se connaissent très bien, pour certains depuis 10 ans. On a un bon bloc défensif mais on n'a pas de stars en attaque ou de mec qui mesure 2 mètres. La qualité de cette équipe, c'est la défense et la réception. La moitié du groupe a aux alentours de 23 ans, l'autre partie tourne autour



ACADÉMIE INTERNATIONALE D'ARTS MARTIAUX DE MONACO

DISCIPLINES D'ADULTES, JEUX D'ENFANTS

L'heure de la rentrée a également sonné à l'Académie Internationale d'Arts Martiaux de Monaco. Claude Pouget, qui a récemment obtenu le 8^e grade de sa ceinture noire en kick-boxing, accueille dans son école et dès cinq ans les pitchouns curieux de découvrir les arts martiaux tout en s'amusant.

Par Aurore Teodoro - Photos : Académie internationale d'arts martiaux de Monaco



directeur technique et fondateur de l'académie. "L'enseignement est adapté en fonction du public. Pour le cours des 5-7 ans, la priorité, ce ne sont pas les considérations d'adulte, mais les jeux d'éveil qui vont progressivement nous amener à des exercices de mise en situation".

Enseignement adapté

Un aperçu, adapté à leur âge donc, où chacun trouve son compte. Le petit Andy, presque six ans, est, lui, attiré par la boxe. Pour Matilda, c'était plutôt le self-défense. Ce jour-là, cette jolie poupée de 7 ans, un peu timide, faisait d'ailleurs sa première rentrée, sous les yeux de Tony, son papa, un ancien cadre de l'association. "Aujourd'hui, c'est la relève qui arrive" explique Tony, pas peu fier. "Je l'ai inscrite à ce cours simplement parce qu'elle m'a demandé. Elle voulait pour pouvoir se défendre".

"Ces quatre disciplines sont tout à fait complémentaires, et présentent chacune des qualités spécifiques et communes très intéressantes pour les enfants, tant dans leur fonctionnement physiologique que psychomoteur. Sans compter qu'elles possèdent des valeurs communes, des valeurs éthiques, que l'on retrouve d'ailleurs dans toutes les pratiques martiales", explique Claude Pouget.

Et la formule satisfait la maman d'Emile, petit garçon actif de 5 ans, fan des Tortues Ninja et des sports de combat. "Cela lui correspond bien et lui permet à la fois de se défouler et d'imiter ses super héros. Avoir plusieurs disciplines, réunies dans un seul cours, permet d'avoir une vision d'ensemble. Pour des petits qui débutent, c'est bien car cela leur permettra plus tard de choisir ce qui les intéresse".

Devant les portes de la salle de boxe du Stade Louis-II, l'effervescence se faisait sentir. Une quinzaine de petites têtes blondes, âgées de cinq à sept ans, effectuaient ce mardi-là leur rentrée à l'Académie Internationale d'Arts martiaux de Monaco. D'un côté, les experts de l'an dernier attendaient impatiemment la reprise de leur cours. De l'autre, il y avait ceux qui, plus excités qu'anxieux, s'apprêtaient à découvrir la nouvelle activité qui animera toute l'année leur mardi et jeudi.

Et, ce n'est pas seulement à une discipline, mais à quatre que seront initiés les enfants tout au long de l'année : muay-thaï (boxe thaïlandaise), kick-boxing, self-défense et krav maga. Des disciplines de combat qui peuvent surprendre pour de si petits pit-chous. Mais si, étymologiquement, les arts martiaux viennent de la guerre, "ils ont par la suite évolué au-delà de cet aspect guerrier, évoquant avant tout l'éthique et l'épanouissement personnel, et pour les enfants, les valeurs éducatives", rappelle Claude Pouget,





Discipline, respect, politesse

Sur les tatamis, il est l'heure de se mettre en place. Les pitchouns y retrouvent leur enseignant Julien, ceinture noire 3^e Dan de la Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées (F.F.K.D.A.), assisté aujourd'hui par Carlos. Rituel oblige, la séance débute toujours par le salut. "Le plus important, c'est la discipline, le respect et la politesse", rappelle Claude Pougget aux jeunes bambins, avant que ces derniers n'entament leur séance d'échauffements.

Et si les gestes sont les mêmes que pour les aînés, les mots, eux, sont tout autre. Les sauts sur place transforment les petites têtes blondes en sauteuses, tandis que les étirements des adducteurs deviennent, eux, "la position de Spiderman". "Allez un coup de poing à la Obélix", propose ensuite Julien, tout en montrant le geste qui, pratiqué avec l'innocence de la jeunesse, ne ressemble plus à un uppercut du droit, mais bel et bien à un geste du héros un peu gauche de Goscinny et Uderzo.

Du côté des petits, la formule semble bien fonctionner. A l'âge où il est parfois difficile de canaliser son énergie, la concentration est bel et bien là, comme en témoignent les regards attentifs et les langues qui sortent involontairement de leur bouche. "Allez, on met les mains dans les cheveux", engage Julien, lors de l'échauffement des bras. "Mais moi j'ai pas de cheveux", lui



répond spontanément un de ses jeunes apprentis, un peu désarçonné. "Attends, tu en as déjà plus que moi", le taquine gentiment son enseignant, en lui remontrant le mouvement.

Enseignement ludique

"Il faut être assez créatif car un enfant se lasse vite. Si on fait toujours les mêmes jeux, les mêmes trames, une grande lassitude s'installe" explique Julien, diplômé d'Etat depuis dix ans, qui possède par ailleurs une licence spécialisée en éducation et psychomotricité. "Il faut réorienter, par rapport à une discipline de combat pugilistique, un jeu ou des éléments qu'ils connaissent déjà, notamment par la société : "Jacques a dit", "un-deux-trois soleil", "loup glacé"... "

Et le "loup glacé", au programme de ce jour, prend une toute autre dimension que celui pratiqué dans les cours d'école. Le but du jeu ? Le canidé, sous la forme de Carlos et de Julien armés de frites en mousse, doit toucher les pitchouns,

qui se figent, les mains jointes et tendues en avant. Ensuite, il revient à leur petits camarades de les délivrer. Mais attention, pas n'importe comment. Avec un geste de la main d'abord, puis avec le genou. "On les oriente vers ce que l'on veut qu'ils apprennent. A respecter les règles d'abord, puisqu'il y a un jeu et un but à atteindre. Puis à faire une acquisition motrice, car pour se délivrer, il faut une habileté motrice. On les amène à faire un élément souhaité, ici deux poings ou deux mains, un ou deux genoux", souligne l'entraîneur, qui introduira au fur et à mesure de l'année des exercices toujours plus complexes.

Et c'est bien ce côté ludique, qui fait toute la richesse de cette initiation, tant pour les enfants que pour leurs parents. "Je veux que tous mes enfants fassent du kick-boxing ou du self-défense. C'est important qu'ils sachent se défendre, notamment pour après quand ils partent faire leurs études. Ma plus grande, qui pratique depuis l'âge de 9 ans, a par exemple réussi à se défaire d'une agression et à partir. C'est un réflexe que l'on ne peut pas avoir si on n'a pas d'entraînement, parce qu'on est en stress, voire en panique", explique Jennifer, la maman de Mila, elle-même passionnée d'arts martiaux. "Il faut répéter mille fois un mouvement pour que cela rentre. Là, ils jouent en même temps qu'ils apprennent. C'est le plus important."

Pour toute information :
www.monaco-arts-martiaux.com



PRINCESSE IMMOBILIER
ANOTHER SPIRIT OF LUXURY ESTATE

EZE-SUR-MER. VILLA 300 M²



MONTE-CARLO PADEL MASTER

PREMIÈRE BALLE

Pour la première fois, un tournoi international de padel a eu lieu à Monaco. Du 8 au 13 septembre, les meilleurs joueurs du monde se sont affrontés sous le chapiteau de Fontvieille. Et des centaines de personnes ont pu découvrir cette discipline qui ne demande qu'à prendre son envol en Europe.

Dossier réalisé par Romain Chardan - Photos : MC International Sports.





(Ci-dessous) Le Prince Albert II s'est rendu au tournoi où il a reçu une raquette des mains de Juan Martin Diaz et a ensuite assisté à un match en compagnie de Didier Deschamps et Fabrice Pastor, notamment.



point de compter plus de 4 millions de pratiquants pour le seul royaume du roi Felipe VI. S'il manque encore de notoriété chez ses voisins européens, le padel commence à prendre doucement, notamment en Italie, mais aussi en France où la Fédération Française de Tennis a décidé de le prendre sous son aile. Preuve de cette avancée, la présence d'un terrain aux abords des courts de Roland Garros lors de la dernière édition du Grand Chelem parisien. Autre évènement important, le récent accord intervenu entre le World Padel Tour et la Fédération Internationale de Padel le 15 septembre dernier. Il va permettre de commencer à unifier les classements des deux entités, mais aussi de réunir sous une même bannière un monde encore séparé en deux aujourd'hui, même si cela prendra plus de temps. De quoi, sans aucun doute, faire avancer le padel au niveau mondial.

Un tournoi pour trois ans au moins

En France, un premier tournoi avait eu lieu à Toulouse sur la place du Capitole il y a environ 15 ans. Mais à Monaco, c'est bel et bien la première fois que le padel posait ses valises. Des valises qui sont d'ailleurs là pour trois ans puisque Fabrice Pastor a acquis les droits pour cette durée. Et pour cette première tentative, le but était d'organiser un tournoi dans les règles de l'art, sans accroc afin que tout se passe bien. Avec, si possible, le spectacle au rendez-vous. Le

Du padel ? À Monaco ? Tout à fait. Et ce 6 jours durant. Et il n'est nullement question ici de stand up paddle, cette pratique qui consiste à être debout sur une planche et avancer à l'aide d'une pagaie. Nous parlons bel et bien de ce sport de raquette se pratiquant sur terrain en synthétique, saupoudré de sable, le tout dans une sorte de cage mêlant parois transparentes et grillage. Une pratique hyper populaire en Espagne, mais dont la naissance se situe en Amérique du Sud, et plus précisément au Mexique. Après s'être professionnalisé en Argentine, le padel est arrivé dans la péninsule ibérique, où il a pris un essor considérable au



moins que l'on puisse dire, c'est que la mission a été accomplie. Fabrice Pastor avait pour ainsi dire mis les petits plats dans les grands pour cette première monégasque. Il déclarait d'ailleurs dans nos colonnes (CSM18) qu'organiser "un tournoi de padel chez (moi) est un rêve". Le chapiteau de Fontvieille s'est ainsi littéralement transformé le temps de quelques jours. Exit la piste ronde et les gradins qui l'entourent aux trois-quarts. A la place, un espace VIP à l'entrée, dans des tons de rouge, blanc et gris. Au centre, un terrain de padel, bordé par des tribunes derrière les deux fonds de court. De quoi assister confortablement au spectacle proposé.

Matches de haute volée

Comme le veut le règlement, des qualifications ont été organisées en Espagne et en France afin que les vainqueurs puissent tenter d'atteindre les seizièmes de finale du tournoi. Parmi les joueurs issus de ce tour qualificatif disputé à Sophia-Antipolis, on pouvait notamment retrouver Fabrice Pastor, organisateur du tournoi, ainsi que Nalle Grinda. Connu pour avoir effectué un passage dans la télé-réalité "Nice People", il y a une dizaine d'années sur TF1, il a surtout été le numéro un français du padel et capitaine de l'équipe de France. Mais leur passé de joueur professionnel ne leur a pas suffi pour réussir à se hisser au tour suivant. Alors que ce sport est majoritairement dominé par les Espagnols et

Argentins, le Monte-Carlo Padel Master n'a pas dérogé à la règle. Les classements mondiaux ont d'ailleurs été respectés, même si une petite surprise a failli créer la sensation. Au stade des huitièmes de finale, la paire Allemandi (n°10)-Lamperti (n°12) s'est faite surprendre par le duo composé de Marcello Jardim (n°30) et Juan Lebron Chinoca (passé de la 45^e à la 34^e place grâce à ce tournoi). La logique a ensuite été respectée, avec des matches d'une grande intensité. Lors des quarts de finale, le public a eu le loisir d'assister à une partie de plus de 3 heures, "un record absolu selon moi", note Fabrice Pastor. Les demi-finales et la finale ont assuré un spectacle de grande facture, le top 8 mondial s'étant donné rendez-vous en demi-finale.

Les joueurs avaient régulièrement à sortir du court pour remiser la balle, certains prenant le point de cette manière, ce qui est, avouons-le, assez spectaculaire. Un spectacle qui fut d'ailleurs grandement assuré par Francisco Navarro Compan, surnommé Paquito et qui fut désigné meilleur joueur du tournoi. Un titre qu'il a disputé jusqu'au bout contre Fernando Belasteguin, l'actuel numéro un mondial et vainqueur du Monte-Carlo Padel Master en compagnie de Pablo Lima.

Le public s'essaye au padel

Mais le spectacle n'était pas seulement à l'intérieur du chapiteau. Un court avait été mis en

place à l'extérieur. Sur ce dernier, l'on pouvait y voir des pros venir y taper quelques balles, mais aussi des passants s'essayer au padel. Un succès inattendu pour Fabrice Pastor. "J'ai entendu tout le temps des "oh, ah", j'ai vu beaucoup de gens jouer sur le court extérieur, ce qui m'a fait plaisir, et beaucoup de sociétés ont demandé à jouer sur ce terrain, donc maintenant il faut continuer, qu'on ouvre un club, et que le padel s'installe définitivement." Une école de padel, la Nito Brea padel school, est d'ailleurs en projet et devrait ouvrir à Monaco en 2016.

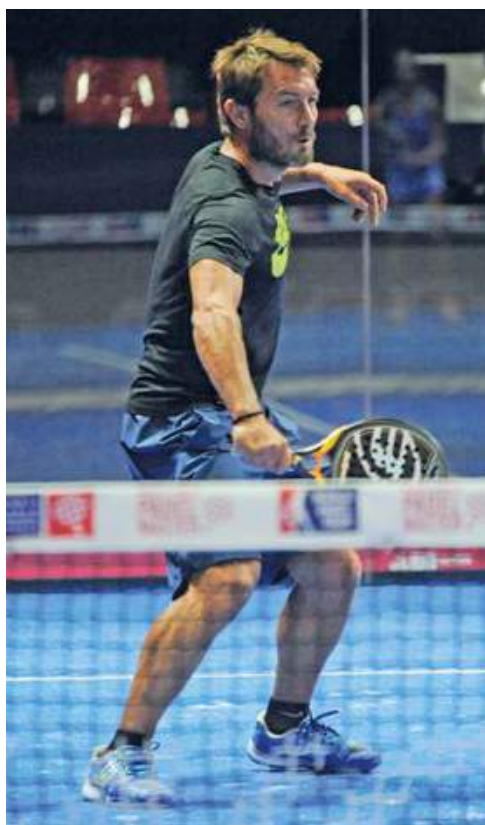
LES FILLES EN EXHIBITION

Dans tout Master du World Padel Tour, un tournoi féminin se joue en parallèle du tournoi masculin. Pour ne pas trop en faire cette année, la version féminine a été réduite à un match d'exhibition entre les numéros unes mondiales, les jumelles Mapi et Majo Sanchez Alayeto, et un duo composé de Marta Marrero (n°3) et Marta Ortega (n°9). Leur opposition a donné au public un match très serré, que les jumelles ont remporté au tie break puisque le match ne se jouait qu'en un seul set. Cependant, le tournoi féminin aura bien lieu l'an prochain, parole de Fabrice Pastor. "J'étais très content, parce que je trouve que les gens devaient voir les femmes jouer. Cela devient de plus en plus agressif, surtout à la volée et au smash, donc je pense qu'on aura un bon tournoi l'année prochaine."

PADEL PRO-AM

LES STARS TAPENT LA BALLE

En marge de la compétition officielle qui se déroulait du 8 au 13 septembre, deux tournois mêlant joueurs professionnels et amateurs ont eu lieu sous le chapiteau de Fontvieille. Si la compétition était là, la bonne humeur l'a emporté sur le reste.



Il n'est pas rare de voir pareille chose lors de certains événements de tennis. Entre les tournois des légendes et ceux pour les célébrités, les amateurs de la petite balle jaune ont généralement l'occasion d'aller démontrer leurs qualités sur certains courts. Pour le padel, les matches se jouant en double, Fabrice Pastor, organisateur de Monte-Carlo Padel Master, a eu l'idée d'associer des joueurs professionnels à des amateurs pour pimenter les choses. Mais aussi pour offrir un moment de partage à ces personnalités qui apprécient cette pratique venue d'Espagne. Au menu, plusieurs anciens sportifs de haut niveau, à l'image de Cyril Rool et Sylvain Legwinski, tous deux anciens footballeurs professionnels, Didier Deschamps, actuel sélectionneur de l'équipe de France de football, Thomas Johansson, ancien joueur de tennis professionnel, vainqueur de l'Open d'Australie en 2002 ou encore Šarūnas Marčiulionis, ancien basketteur lituanien.

Deux tournois, deux vainqueurs

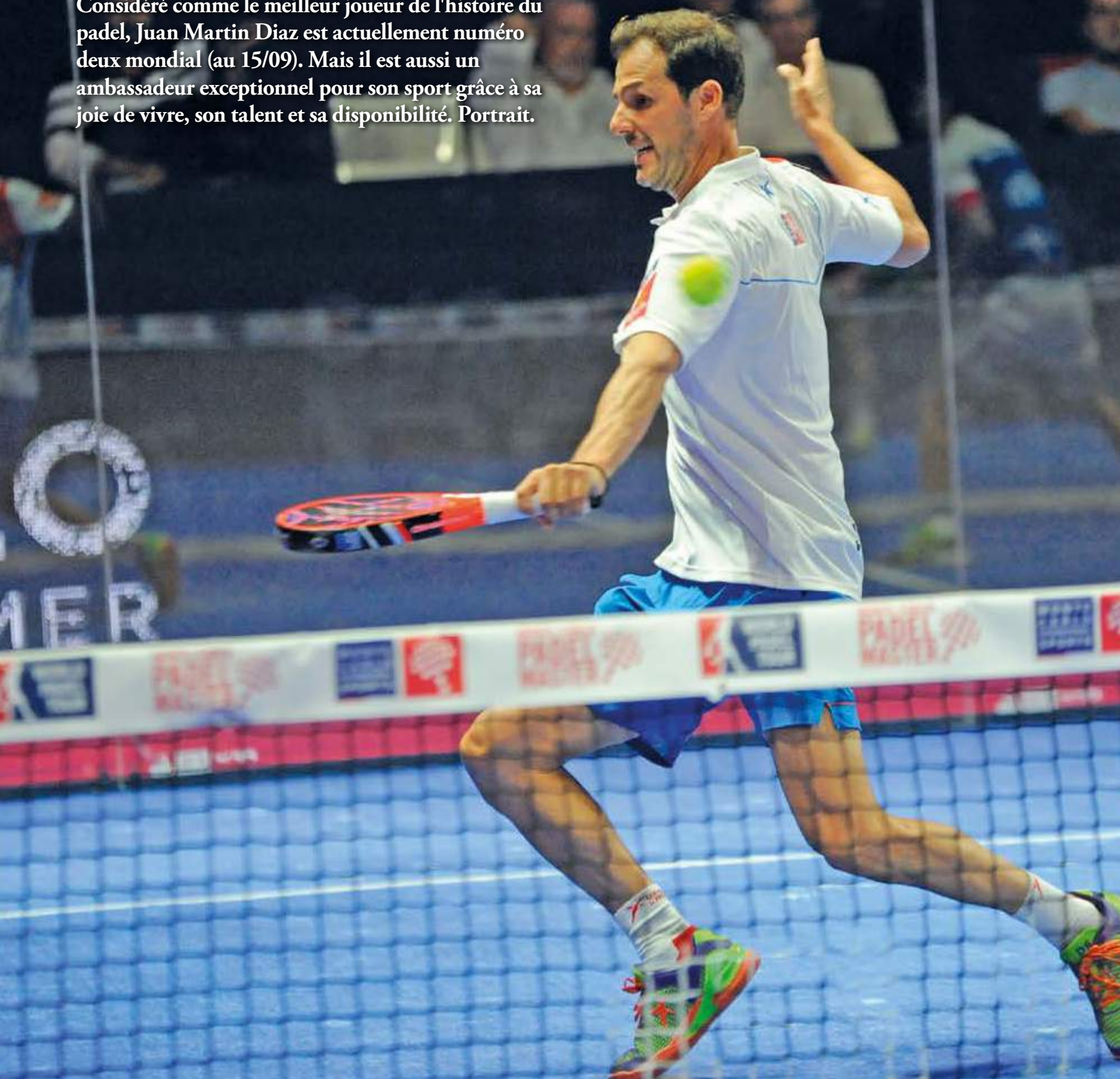
De façon à ce que tout le monde puisse profiter de la fête, deux petits tournois étaient ainsi

organisés. Le premier avait lieu le vendredi matin, en préambule des quarts de finale. C'est d'ailleurs lors de cette matinée que Cyril Rool et Sylvain Legwinski se sont illustrés raquette à la main. L'ancien latéral gauche, notamment passé par l'OGC Nice, l'AS Monaco ou l'Olympique de Marseille s'est montré très adroit pour remporter la finale. "J'ai découvert ce sport en jouant avec Fabrice (Pastor) et on s'est pris au jeu. On est une bande de 7-8 à jouer régulièrement. J'ai eu la chance de faire la même chose en Argentine, où j'ai joué quelques jours avec Juan Mieres (n°8 mondial). Les joueurs sont très disponibles et c'est un sport très ludique. On peut jouer tous les jours et avec les enfants, on s'amuse tout de suite", note l'ancien footeux. Le dimanche, c'est Fabrice Pastor, associé à Juan Martin Diaz qui l'a emporté. "J'étais ravi puisque j'ai gagné. C'était un match très dur contre Thomas Johansson. J'ai la chance d'avoir Juan Martin qui m'a fait l'amitié de jouer avec moi", a commenté celui qui était 85^e joueur mondial à l'époque du Padel Pro Tour. De quoi assurer une belle promotion pour une discipline qui n'attend que de prendre son envol.

JUAN MARTIN DIAZ

L'AMBASSADEUR

Considéré comme le meilleur joueur de l'histoire du padel, Juan Martin Diaz est actuellement numéro deux mondial (au 15/09). Mais il est aussi un ambassadeur exceptionnel pour son sport grâce à sa joie de vivre, son talent et sa disponibilité. Portrait.





Martin Diaz jouait avec Javier Porrás, qui est aujourd'hui le directeur du World Padel Tour. A la fin de leur association, le longiligne Argentin a trouvé le partenaire idéal en la personne de Fernando Belasteguín.

Domination sans partage

Durant plus de dix ans, les deux comparses vont marcher sur le monde du padel, remportant notamment 22 tournois consécutifs entre septembre 2005 et mai 2007. Imprenables sur les courts, les deux hommes n'ont pourtant pas tissé de liens d'amitié au-delà. "De 2002 jusqu'à la fin d'année dernière, nous avons été numéros 1. Nous avons beaucoup de respect l'un pour l'autre, mais nous n'avons pas d'affinités particulières en dehors du court. Nous avons des discussions dans le cadre de notre travail, mais c'est tout", confie Diaz. Et en fin d'année dernière, la séparation arrive. "C'est parce que je suis vieux", lâche Juan Martin dans un éclat de rires. "Il a vu en Pablo Lima une meilleure option pour lui et il a voulu changer." Depuis, Juan Martin Diaz a tenté une association avec Juani Mieres, mais cela n'a pas fonctionné. C'est donc avec Maxi Sanchez qu'il évolue désormais. "C'est une nouvelle étape, différente. Cela fait trois tournois (avant celui de Monaco) que l'on joue ensemble et tout se passe bien, même si des fois j'aimerais que Maxi soit aussi fort que "Bela" (Fernando Belasteguín), mais c'est difficile." D'ailleurs, les deux anciens partenaires se sont déjà recroisés à plusieurs reprises sur les courts. "Lors des trois derniers tournois, nous avons été en finale contre Bela, mais on a perdu à chaque fois."

La vie après le padel

Même si la longévité des sportifs est plus élevée dans le padel que dans d'autres sports, Juan Martin Diaz sait que les années sont désormais comptées. "Cette année et l'année prochaine je serai encore là. Ensuite, on verra. J'ai une vie magnifique et je ne pourrai sans doute pas en avoir une meilleure, mais il faut bien que ça s'arrête." Papa de trois enfants de 11, 9 et 4 ans, "aucun ne joue au padel, mon fils fait du water-polo et ma fille danse", celui qui peut s'avérer être un véritable show-man compte ainsi profiter de sa famille. Car s'il aime les voyages, il regrette de ne pas pouvoir faire venir femme et enfants à chaque fois, et préfère donc "les faire pour les vacances (rires)". Surtout, il pourra de nouveau pratiquer le tennis, qu'il n'a pas complètement abandonné. "Mais je ne gagne toujours pas (rires)".

Aussi loin que l'on remonte dans l'histoire du sport, et ce quelle pratique que ce soit, l'on retrouve toujours des noms associés à ces disciplines. Bien souvent, ce ne sont pas les noms de dirigeants, mais bel et bien ceux de joueurs qui ont marqué leur sport en leur temps. A n'en pas douter, Juan Martin Diaz fait partie de cette caste. D'ici quelques années, quand on évoquera l'histoire du padel lorsque ce dernier aura percé dans le monde entier, le nom de Juan Martin devrait ressortir régulièrement. Car à 39 ans, il continue d'étaler sa classe sur comme en dehors des courts. Et ce même s'il n'a pas encore gagné de tournoi en 2015.

Des débuts difficiles

D'autant que le padel n'a pas forcément été le premier sport vers lequel s'est tourné le natif de Mar Del Plata, en Argentine. "Au début, je jouais au tennis. J'ai commencé le padel lorsque j'avais 12 ans", se souvient Juan Martin Diaz. Alors que le tennis lui demande beaucoup d'investissement, sans pour autant en ressentir les bénéfices, le jeune homme voit l'arrivée d'un terrain de padel à son club un jour qu'il se rend à l'entraînement. "Lorsque j'ai commencé à jouer au padel, j'ai tout de suite apprécié. J'ai rapidement perdu ma motivation pour le tennis, mais j'ai continué le padel." Et bien lui en a pris. Dans ce sport qui lui

plaît pour son aspect "dynamique, qui fait beaucoup travailler le physique et la tête", le jeune Diaz est assidu aux entraînements et cela paie lors des tournois. Le déclic intervient d'ailleurs assez vite. "A 15 ans, j'ai remporté un tournoi de première catégorie dans ma ville natale. C'est à ce moment-là que j'ai compris que je pouvais m'investir dans le padel et y devenir professionnel. On peut dire que j'ai grandi en même temps que le padel, parce que lorsque j'ai commencé, ça n'avait rien à voir avec aujourd'hui."

Espagne, études, passage chez les pros

Agé de 16 ans seulement, Juan Martin Diaz passe pro, mais continue ses études en Amérique du Sud. Ce n'est qu'à son arrivée en Espagne, alors qu'il a 21 ans, que les choses vont s'accélérer. Pour autant, tout n'a pas été simple au départ. Car il y a près de 20 ans, vivre du padel n'était pas aussi simple qu'aujourd'hui, et ce même en Espagne où ce sport est roi. "A l'époque, je jouais mais je devais également donner des cours pour gagner de l'argent", précise celui que l'on surnomme El Galleguito. Mais pourquoi ce surnom d'ailleurs ? "Mon père est de Galice (une région au nord-ouest de l'Espagne). Quand il est arrivé en Argentine, on l'appelait le "Gallejo" (le Galicien). Donc pour moi, c'était le petit Galicien, el Galleguito." A ses débuts en Espagne, Juan

"LE DIALOGUE ENTRE PATIENT

Le docteur Jack Michel est le responsable du centre médico-sportif de Monaco. Médecin du sport, il explique quelles sont les pratiques idéales pour la reprise d'activités sportives et donne quelques conseils pour éviter les blessures.

Texte et photos : Romain Chardan.



Les fortes chaleurs passées, le temps redevient idéal pour reprendre une activité physique. Mais il ne faut pas pour autant se lancer dans le sport à corps perdu, sous peine de se blesser.

Comment s'y prendre idéalement pour se remettre au sport après une coupure ?

Il faut prendre en compte la durée et la cause de l'interruption. Il y a ceux qui ont arrêté à cause

d'une blessure ou d'une maladie, par manque de temps, en raison d'obligations professionnelles ou personnelles, ou à cause d'une grossesse. L'arrêt de la pratique sportive peut être de quelques semaines ou mois à plusieurs années. Les conseils de reprises doivent tenir compte de tous ces paramètres auxquels il faut ajouter l'âge du pratiquant.

Quels sont justement ces conseils ?

Quelle que soit la raison pour laquelle vous avez dû arrêter de faire du sport, il faut que la reprise se fasse progressivement en tenant compte de

vos ressentis et du rythme de votre organisme. Il ne faut pas hésiter à se faire accompagner, en prenant conseil auprès d'un club, de ses coaches ou entraîneur et surtout prendre l'avis d'un médecin du sport ou de votre médecin traitant. Bien entendu, l'intensité de la reprise tiendra compte de l'âge et du niveau de pratique, qu'il soit débutant ou compétiteur. L'arrêt de toutes les pratiques sportives engendre une perte de la condition physique (cardio-vasculaire, force, vitesse, endurance, souplesse). Il faut planifier une évolution quantitative et qualitative.

ET MEDECIN EST IMPORTANT"

Y-a-t-il un risque avec les anciens sportifs qui y reviennent ?

Il faut absolument mettre en garde les anciens sportifs qui désirent reprendre après une longue inactivité. Ils pensent en effet pouvoir pratiquer leur sport comme à leur plus jeune âge, sans prendre en compte que leur état général s'est modifié suite à une prise de poids, la consommation de substances telles que le tabac qui expose à des risques cardiaques accrus.

Quelles sont les pratiques idéales dans le cadre d'un retour au sport ?

Il ne faut jamais reprendre le sport par une activité que l'on ne connaît pas. A vous de choisir selon votre niveau, votre pratique antérieure, la connaissance de vos limites et votre tempérament. La reprise en groupe peut être motivante mais dangereuse si on n'a pas le niveau du groupe. Être seul présente l'avantage d'être plus à l'écoute de son corps. Il faut privilégier les sports non violents. Varier son activité est une bonne démarche. De la marche, de la course à pied, du vélo ou de la natation. Une reprise multi-activités permet de travailler l'ensemble des muscles et de bien reconditionner son système cardio-respiratoire.

Le risque de blessure est-il très important ?

La reprise trop rapide peut entraîner des blessures. Éviter les sports de contact au profit de sports tels que la marche, la course à pied, le vélo, la natation ou la musculation avec des intensités modérées est une bonne chose. L'augmentation des charges de travail se fera sur 4 à 6 semaines. Les blessures musculaires et tendineuses sont souvent le fait d'une reprise à des intensités trop élevées. Chez les sportifs de plus de trente ans, les accidents cardio-vasculaires peuvent survenir en fonction de risques multiples comme l'hérédité, le surpoids, un désordre biologique, la consommation de toxiques (tabac, alcool, etc). Un check-up chez le médecin du sport ou familial est indispensable.

Beaucoup de personnes

vont courir et se rendent dans les salles de sport. Quels sont les risques de blessures dans ces deux pratiques ?



La course à pied est un sport excellent et facile d'accès pour tout le monde. Cependant, les chocs sont très importants et les risques de blessures tendineuses, musculaires et articulaires sont élevés. Il est important d'avoir du bon matériel, notamment au niveau des chaussures et de courir sur un sol souple de préférence. Pour les personnes en surcharge pondérale, la course n'est pas l'activité idéale et la salle de sport peut être une bonne alternative. Les activités y sont variées et permettent une reprise au cours de laquelle l'ensemble des fonctions de l'organisme est sollicité. Il ne faut pas hésiter à demander des conseils à des professionnels qui vous guideront dans l'utilisation des matériels et pourront vous suivre dans votre progression. Comme pour la course, les risques de blessures musculaires et tendineuses sont à craindre si les charges de travail sont trop importantes.

Comment préserver au mieux les articulations ?

Un matériel inapproprié et un mauvais geste peuvent être la cause de blessures. Chaque sportif

à une morphologie différente. La consultation avec un médecin du sport peut permettre de déceler des défauts et de juger de l'opportunité de les corriger par un port de semelles ou un choix de matériel par exemple. Dans les magasins de sport spécialisés, de plus en plus de techniciens peuvent apporter des conseils aux pratiquants selon leur niveau et leurs caractéristiques morphologiques.

Comment définissez-vous les conseils donnés en fonction de l'âge de votre patient ?

Avec l'âge, les performances diminuent et les capacités aussi. Mais ce n'est certainement pas une raison pour arrêter le sport qui est toujours très bénéfique. Il faut adapter sa pratique à son âge et demander conseil auprès d'un médecin. Pour faire simple, on peut distinguer 5 catégories d'âges. Avant 7 puis de 7 à 12 ans, de 13 à 17 ans, de 18 à 35 ans et après 35 ans.

Qu'est-ce qui change d'une catégorie à l'autre ?

La consultation sera différente selon ces tranches d'âge. Chez le jeune enfant et l'adolescent, une attention particulière sera portée sur la croissance et les modifications importantes qui en résultent. Selon le niveau de pratique, des pathologies de croissance sont souvent observées avec pour conséquences des conseils d'adaptation de la pratique sportive. Chez l'adulte jeune, c'est à ce moment-là que l'on est le plus fort, le plus rapide, le plus endurant. Mais c'est aussi à cette période que commencent à venir de petites fragilités, comme les problèmes musculaires qui étaient autrefois rarissimes ou des blessures plus ou moins graves. A l'approche de la quarantaine, il faut savoir être raisonnable. La consultation prendra en compte les risques cardio-vasculaires et demandera, dans certains cas, la réalisation d'examens complémentaires. Le médecin décidera selon ces différents paramètres et en fonction de ce que lui rapporte le sportif.

C'est-à-dire ?

Ce qui est important, c'est le dialogue entre le patient sportif et son médecin pour la recherche de facteurs de risques, d'antécédents familiaux et personnels, de contre-indication ou de limitation à la pratique du sport.

SÉVERINE OLIVIÉ

"IL NE FAUT PAS DE RÉGIME RESTRICTIF"

Diététicienne et nutritionniste du sport en Principauté, Séverine Olivié a notamment suivi l'AS Monaco football durant quelques saisons.

Texte et photos : Romain Chardan





Les dangers de la surconsommation de compléments alimentaires à l'utilisation des barres et boissons énergisantes, Séverine

Olivié nous donne ici quelques conseils dans le cadre de la nutrition sportive.

Dans quel cadre

s'applique la nutrition du sport ?

Il faut voir quels types d'exercices et quelles fréquences sont concernés. Une personne qui fait une à deux séances par semaine n'aura pas de besoins supérieurs à ceux de la population générale. Pour quelqu'un qui s'entraîne 4 à 5 fois par semaine et une à deux fois par jour, les besoins sont plus spécifiques. Il y aura donc ceux liés à l'individu (âge, sexe) et ceux liés à l'exercice, où le type d'effort rentre notamment en ligne de compte. Si c'est un sport d'endurance ou de force par exemple, où les apports en terme de protéine ou de glucide ne sont pas les mêmes.

Quels sont justement ces besoins dans le cadre de pratiques comme le running ou les exercices de type cardio ou musculation ?

Les apports protéiques sont importants car, notamment pour les sportifs de force, on est souvent dans un surdosage, avec des doses qui dépassent de 2 à 3 fois les recommandations. Ils (les sportifs) vont manger beaucoup de viande, de poisson, d'œufs et produits laitiers et vont ajouter à ça des protéines en poudre. Bien souvent, jusqu'à 3 fois par jour. Ce qui fait 2 à 3 grammes de protéines par kilo de poids et par jour, alors que l'AFSSA (aujourd'hui ANSES, Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) recommandait 1,3 à 1,5 gramme par kilo de poids et par jour dans un rapport de 2007. Cela peut monter jusqu'à 2,5 grammes dans un contexte où l'on veut augmenter sa masse musculaire. Dans ce cas, il ne faut pas aller au-delà de six mois et rester sous contrôle médical est recommandé. En pratique, ce n'est pas du tout ce qu'on voit car les sportifs vont se renseigner sur internet.

Quels en sont les risques pour le corps humain ?

C'est surtout au niveau de la fonction rénale. Dans ce genre de régime, où les féculents et les fruits sont souvent absents, on est dans un apport calorique restrictif, et dans ce contexte-là, les

protéines sont dégradées pour fournir de l'énergie alors qu'elles ne sont initialement pas faites pour ça. Ce qui produit des déchets azotés, de l'acide urique qui doivent être excrétés par les reins, et les reins devront drainer toutes ces protéines.

Certains compléments alimentaires sont recommandés. Cela peut être utile ?

Il faut d'abord évaluer - par le biais de bilan alimentaire et éventuellement un bilan sanguin - s'il y a des déficits d'apport et les corriger, en priorité avec des aliments naturels. Ensuite, éventuellement, recourir à l'utilisation de compléments à des doses nutritionnelles. Mais ça ne doit pas être systématique et surtout pas à des doses supra-nutritionnelles. Or, bien souvent, ils sont pris de façon systématique, en cure ou tous les jours où tout est mélangé. Dans certains cas, comme pour le fer, à forte dose, et avec de la vitamine C, vous avez un effet qui peut être pro-oxydant. Le bêta-carotène, dont on parle peut-être moins, peut devenir ennuyeux chez les fumeurs en terme de cancer si l'on dépasse une certaine dose. Les compléments alimentaires ne sont pas anodins.

Que pensez-vous des barres et boissons énergétiques ?

Tout dépend de leur utilisation. Quelqu'un qui fait un footing n'a pas besoin de ce genre de choses. En buvant de l'eau jusqu'au départ et à l'arrivée d'une course d'une heure, il va restaurer ses pertes hydriques. Pour une personne qui fait du triathlon ou une préparation à un marathon, ce qui implique des efforts sur une longue durée et à des fréquences plus répétées, je dirais qu'en terme d'apport au cours de la course, on a des besoins justifiés. La boisson énergétique va ainsi apporter de l'eau, des sels minéraux, mais aussi des glucides exogènes. C'est-à-dire des sucres qui vont être oxydés au cours de l'exercice afin d'épargner vos réserves. L'idée est donc de retarder au maximum l'épuisement de ces réserves de glycogène. La boisson énergétique pour ces personnes qui pratiquent l'endurance, c'est même une nécessité pour être performant. Mais ça ne doit pas être pour autant utilisé de manière systématique. Par exemple, une personne qui s'entraînerait de manière intense en musculation n'en a pas besoin. Car en cas d'utilisation de ces boissons, de façon récurrente, il risque même d'augmenter sa masse grasse, car il n'utilisera pas tout le sucre présent.

Comment faire pour bien

s'alimenter quand on fait du sport, que ce soit en loisir ou à un certain niveau ?

Il faut tout d'abord voir la fréquence. Pour une pratique allant d'une à deux fois par semaine, cela relève de l'alimentation de la population générale. Si l'on est sur des fréquences plus importantes, il faut être sûr d'avoir une alimentation à la fois diversifiée et équilibrée, afin d'équilibrer les dépenses. Sur les périodes de reprise, par exemple, il y a, pendant une quinzaine de jours, des besoins légèrement accrus de protéines. Dans les erreurs que j'observe, il y a la question d'avoir une bonne répartition journalière. Les gens ont bien appris qu'il fallait un peu de protéines, manger des légumes, des fruits etc. Mais je vois souvent des gens qui ne prennent pas de petit-déjeuner, qui vont s'entraîner entre midi et deux au détriment d'un repas, ou qui vont le prendre après le sport, mais ce ne sera que du snacking. Un sandwich, il n'y a pas de soucis, mais il vaut mieux éviter de le faire 5 fois par semaine. Il faut aussi rééquilibrer son alimentation sur la journée. Si on mange un sandwich le midi, il faut privilégier une viande ou un poisson le soir, avec des légumes. Il faudra par contre diminuer les féculents. Et pour finir des fruits frais. En fonction du planning, il peut aussi être intéressant de prévoir des collations.

Quelles sont les erreurs

que vous retrouvez le plus souvent ?

La mauvaise hydratation, car on ne boit pas forcément au bon moment, mais aussi dans le choix des boissons. On remarque de gros consommateurs de sodas light chez les sportifs et non sportifs. Qu'elles soient light ou pas, ce ne sont pas des boissons faites pour le quotidien. On note aussi régulièrement une alimentation déstructurée, avec l'absence de petit-déjeuner, un repas de midi très monotone ou incomplet, et un repas du soir où l'on grignote.

Faire du sport fait réellement perdre du poids ?

Un sédentaire qui se met à une activité physique va perdre un peu parce qu'il augmente sa dépense, mais finalement ça va rapidement se stabiliser. Donc il faut avoir un régime alimentaire contrôlé et une activité physique régulière et adaptée. Les deux apportent un résultat optimal. Il ne faut pas de régime restrictif, quelle que soit la pratique. Il ne faut pas non plus exclure des groupements d'aliments, sauf raison médicale.



ACADÉMIE PRINCESSE GRACE

LA "CASA MIA", MAISON ÉTOILÉE

Les jeunes danseurs de l'Académie Princesse Grace n'ont pas échappé à la règle. Quelques jours après les élèves monégasques, c'était au tour des 41 apprentis de faire leur retour sur les parquets de l'école dirigée par Luca Masala.

Par Aurore Teodoro - Photos : Alice Blangero, Max Masala.



ici que chez eux pendant leur scolarité. C'est pour cela qu'on essaie de toujours garder cet esprit-là, qu'ils se sentent ici comme dans leur deuxième maison", explique Luca Masala, le directeur artistique de l'enseignement et de la pédagogie, lui-même ancien élève de l'Académie.

Des cours en langue maternelle

Cette année, ce sont 41 élèves, tous âgés de 13 à 18 ans, qui ont fait leur rentrée à l'Académie Princesse Grace. "En moyenne, sept nouveaux danseurs arrivent chaque année. Je ne veux prendre que des jeunes qui, j'estime, ont ce qu'il faut pour être danseur. Ce n'est pas une question de taille, de pied,

d'élasticité mais principalement de ce qu'ils ont à donner lorsqu'ils dansent", précise Luca Masala. "Quand il regarde un spectacle, le public a envie d'être touché pendant quelques secondes. On peut avoir un physique fantastique mais il faut qu'il y ait ce fil qui attache le cœur à l'œil".

Pour sélectionner ces perles rares, l'Académie organise des stages et auditions, tout au long de l'année. Son directeur s'appuie également sur le "Youth American Grand Prix", dont il est un des membres du jury depuis 2009. "C'est le plus grand concours de danse organisé à travers le monde, ils organisent des semi-finales sur les cinq continents. Tous les directeurs des plus grandes écoles sont invités en tant que jury. On n'y gagne pas vraiment de prix, mais plutôt une bourse d'études ou son entrée dans une école", souligne Luca Masala qui, par ce biais, auditionne chaque année des milliers de jeunes espoirs. "Plus de 7 000 en moyenne. Et c'est là où je trouve beaucoup d'élèves".

Dans les couloirs de l'école, ils viennent ainsi des quatre coins du monde : Italie, Portugal, Brésil, Japon, Israël... Avec une quinzaine de nationalités, l'Académie est un microcosme très cosmopolite qui demande une organisation rigoureuse. "La majorité des écoles de danse enseignent dans leur langue", explique Luca Masala. "Je suis parti à onze ans de ma famille. J'ai changé trois fois de pays pendant ma scolarité. Je trouve cela très difficile de dire : "je

La "Casa Mia" - "Ma maison" en italien. Le nom de baptême de la somptueuse villa rose de style Belle Epoque, à la vue imprenable et au patio unique en son genre, qui accueille depuis 1975 l'Académie de danse Princesse Grace, n'aurait pu être mieux choisi tant il s'en dégage une atmosphère chaleureuse et particulière.

Il faut dire que, durant les quatre ans que dure la scolarité, la "Casa Mia" deviendra réellement pour les jeunes danseurs un deuxième foyer. "Ils mangent ici, ils dorment ici. Ils y ont leurs cours scolaires et de danse. Ils passent plus de temps







sont encadrés par une équipe enseignante, tous d'anciens danseurs passés par les plus grands ballets du monde. "Et c'est là toute la force de l'Académie ! Tous savent ce que veut dire partir jeune de chez soi, d'être danseur et d'avoir une carrière. Ils connaissent ainsi la raison pour laquelle on se bat dans ce milieu difficile", explique le directeur, qui dispense lui-même quelques cours à ses étudiants. "Les élèves ont souvent des moments difficiles, des moments de doute, où ils se demandent si cela en vaut vraiment la peine. Seul quelqu'un qui a connu cela sait si ça vaut la peine".



vais faire la troisième en allemand, la seconde en français et la première en italien. Alors j'ai opté pour organiser les cours de chaque élève en fonction de sa langue maternelle". Ainsi, durant toute leur scolarité en Principauté, chaque élève suit des cours par correspondance tout en bénéficiant d'un suivi personnalisé, "d'une à deux heures par jour", avec un professeur parlant sa langue maternelle. "Ils doivent s'inscrire dans un lycée de leur pays d'origine qui nous enverra tous les cours et les devoirs. Les professeurs qui viennent les aident à comprendre le programme. Et chaque année, ils doivent passer leurs examens, et surtout les réussir, sinon ils ne passeront pas leurs examens en danse", prévient Luca Masala. "C'est très important d'avoir un titre d'étude. En 2015, il est impensable de ne pas avoir le bac". Et la stratégie paie, puisque cette année, deux élèves de l'Académie ont obtenu leur baccalauréat avec mention bien et très bien.

La danse se décline en français

Pas question pour autant de négliger la langue de Molière. "Quand les élèves arrivent à Monaco, la première chose que je veux c'est qu'ils apprennent l'anglais, car c'est la langue la plus facile à apprendre. Et après, ils reçoivent des cours de français". Un point qui tient d'autant plus à cœur au directeur que tout le vocabulaire de la danse s'exprime en français, et ce, quelque soit le pays où l'on se trouve.

Car, avant tout, c'est bien au rythme des pas chassés, arabesques et autres pas de bourrées que ces futurs danseurs évolueront pendant quatre ans. Au programme, cours de danse classique, contemporaine, ateliers de danse de caractère (russe, flamenco) sans oublier les cours de musique et de théâtre, méthodes pilates, cours de corps de ballet et d'histoire de la danse... Une formation complète durant laquelle ils

Un emploi pour tous les diplômés

Les élèves bénéficient également du rapprochement de leur institution avec celle des Ballets monégasques. Car, depuis 2011, ces deux entités, autrefois "très séparées", sont officiellement regroupées, avec le Monaco Dance Forum, au sein d'une même structure, La Compagnie des Ballets de Monte-Carlo, dirigée par Jean-Christophe Maillot, dont la présidente est la Princesse Caroline. "Nous sommes tous une famille, c'était important que les élèves puissent être en contact avec des danseurs professionnels pour entrer en contact réel et direct avec ce monde." Cette année, certains d'entre-eux participeront d'ailleurs au spectacle "Casse-Noisettes Compagnie" des Ballets de Monte-Carlo, qui se tiendra du 29 décembre au 4 janvier au Grimaldi Forum. Un premier aperçu avant le grand saut dans le monde professionnel, qui s'inscrira sans aucun doute dans la lignée de leur aînés. "Tous les élèves que l'on a diplômés ont aujourd'hui des postes dans des compagnies professionnelles".



"VIVRE LA VIE D'UN AUTRE PENDANT QUELQUES SECONDES"

Luca Masala nous a ouvert les portes de son bureau. Avec simplicité et spontanéité, il évoque cette passion pour la danse qui l'anime depuis plus de trente ans, et qui l'a amené depuis sa Sardaigne natale jusqu'en Principauté.

Par Aurore Teodoro – Photos : Alice Blangero, Max Masala



Lorsqu'il reprend les rênes de l'Académie de danse Princesse Grace en 2009, Luca Masala n'arrive pas totalement en territoire inconnu. Presque vingt ans jour pour jour après y avoir terminé sa dernière année d'études, il revient en Principauté pour endosser le costume de directeur. "Avoir vécu un an dans cette école, cela m'a permis à la fois de comprendre son potentiel, ce qu'elle pouvait faire pour les élèves mais aussi ce que représentait Monaco", explique Luca Masala. Un poste qu'il occupe maintenant depuis six ans, toujours avec la même passion, fort de son premier passage mais surtout de sa riche carrière de danseur.

Ses débuts, il s'en souvient comme si c'était hier. Il n'avait pourtant que onze ans. "Un jour, je suis allé chercher ma sœur à son cours de danse. J'ai ouvert une porte. Je n'aurais pas dû, c'était interdit. Il y avait un cours de danse de caractère. Il y avait des mecs qui faisaient des grands sauts", se rappelle le danseur italien. Trois jours après, sa maman l'inscrit à son tour.

De Milan à Monaco

"Mais à l'école, j'étais la fillette qui faisait de la danse. Alors, après six mois, j'ai voulu arrêter pour faire du football", confie Luca Masala. Bien heureusement, son père n'est pas dupe. Et l'oblige à annoncer lui-même sa décision à son directeur. "J'avais très peur de lui, mais j'ai pris mon courage à deux mains. Lui non plus n'était pas bête. Il a commencé par crier."

C'est là que sa carrière et celle de sa sœur prennent un véritable tournant. Car si cette conversation convainc le jeune danseur, elle fut aussi un déclic pour son père. "Le directeur lui avait dit que l'on serait des futurs stars. C'est là qu'il a décidé que nous passerions les auditions à la Scala de Milan, la meilleure école en Italie", se souvient le danseur.



bien fait qu'en trois heures, on a vécu une vie". Puis, celui du Roméo de Juliette. A travers les personnages qu'il interprète, Luca Masala confie "vivre la vie d'un autre pendant quelques secondes". C'est d'ailleurs la première réponse qu'il donne un jour, lors d'une audition, quand on lui demande pourquoi il veut danser. "Mais c'était un peu ça, pas parce que ma vie ne me plaisait pas, mais parce qu'on est Roméo. C'est super", explique le danseur.

Secrets de danse, secrets de vie

Aujourd'hui, quand on lui pose la même question, après vingt-ans de carrière, le danseur retient avant tout ces moments de "partage". A l'image de ce souvenir, lui-aussi rattaché à "La Dame aux Camélias". "Alors que je quittais le théâtre de Munich, sous la neige, ce grand monsieur d'environ 80 ans s'approche de moi dans la nuit et me dit en allemand : "je voulais vous remercier, c'est la septième fois que je vois ce spectacle. Depuis la mort de ma femme l'année dernière, c'est le seul moment où j'ai vécu". Ça, c'est la raison pour laquelle je dansais. La carrière d'un danseur s'arrête à ça. "

Et c'est cette passion qu'il veut désormais transmettre à ses jeunes élèves de l'Académie Princesse Grace, où il a posé ses valises en 2009, lorsque Jean-Christophe Maillot lui demande de diriger la prestigieuse école monégasque. "Ici, on essaie de les faire grandir en tant qu'être humain. C'est une de nos responsabilités, l'Académie n'est pas juste là pour donner des cours de danse. Avec les enfants, ce ne sont plus seulement des secrets de danse mais des secrets de vie que l'on partage".

Lors de l'audition à Milan, Luca et Gioia se mesurent à 1 200 autres candidats. Pour quatre places. "Ils nous ont pris tous les deux. Et heureusement parce que je pense qu'on aurait eu une autre vie". Pendant quelques années, le frère et la sœur foulent les mêmes parquets. Après trois ans passés dans la prestigieuse école italienne, tous deux rejoignent l'American Ballet de New York. Puis, en 1987, alors que sa sœur rejoint le Royal Ballet des Flandres, Luca intègre l'Académie Princesse Grace, où il effectue sa dernière année d'études, avant d'intégrer à son tour le ballet belge, à l'âge de 17 ans.

La "Dame aux Camélias"

"Je suis devenu premier danseur assez jeune. J'ai joué les plus grands rôles du répertoire classique, participé à beaucoup de créations." Cette "belle carrière, très forte", le conduit trois ans plus tard à Nancy, puis au Hessisches Staatstheater de Wiesbaden où il dansera notamment "Roméo et Juliette", "Le Lac des cygnes", "Casse-Noisette". En 1995, il rejoint le Bayerisches Staatsballett à Munich en tant que danseur soliste invité, avant d'intégrer un mois plus tard la compagnie où il interprète les compositions de grands chorégraphes - Hans van Manen, Jiri Kylián, John Neumeier, William Forsythe - et danse dans de prestigieux théâtres, le Kirov, la Scala de Milan... En 2000, il rejoint le Capitole de Toulouse, où il fait ses premières armes en tant que chorégraphe, avant de raccrocher ses pointes en 2008 et devenir maître de ballet. "J'ai eu une carrière qui n'a pas été très longue au final - j'aurais pu danser plus - mais je voulais finir quand j'étais encore physiquement à 100%", explique le danseur.

Son plus beau rôle ? Armand Duval dans "La Dame aux Camélias" de John Neumeier. "C'est un ballet que j'ai beaucoup dansé. Il est tellement





SOCIÉTÉ NAUTIQUE DE MONACO

LES RAMEURS PRENNENT LE LARGE

Alors que la Société nautique de Monaco s'apprête à prendre part à la régata "San Remo – Monaco" le 25 octobre prochain, le club est désormais résolument tourné vers son avenir, et notamment les championnats du monde d'aviron qui se dérouleront l'année prochaine en Principauté.

Par Aurore Teodoro – Photos : Aurore Teodoro, Société Nautique de Monaco, Médias aviron.

C'est l'un des deux grands événements annuels organisés par la Société nautique de Monaco. Un rendez-vous incontournable pour la centaine de rameurs, venus des quatre coins de l'Europe participer à la 12^e édition de la San Remo – Monaco. Le dimanche 25 octobre, dès 9h, une quinzaine d'équipages, composés de quatre rameurs et d'un barreur, s'élanceront des rives de la cité voisine de Ligurie. 32km à la force des bras pour une arrivée en Principauté prévue entre 11h30 et 12h30 selon les conditions ... "et surtout les rameurs", souffle malicieusement Gérard Vivaldi, président de la Société nautique de Monaco.

La naissance de cette course (2004), le président, membre du club depuis 1959, s'en rappelle comme si c'était hier. "Un jour, le président de San Remo, qui était à Monaco pour une réunion sur le challenge Prince Albert II (chaque année en février, ndlr), a dit "mais pourquoi on ne viendrait pas en bateau ?" On l'a fait une première fois, puis une deuxième. Et puis on s'est dit : bon allez on le fait chaque année ! Au début, on devait alterner le lieu de départ, mais en fin de compte, tout le monde préfère arriver à Monaco".

Il faut dire que "les longues distances, nous aimons bien en Principauté", se rappelle Gérard Vivaldi. "En 1972, Monaco a établi le

record du tour du Lac Léman - 160km - en une seule fois. Ils ont mis 15h et des poussières, avec le même équipage qui, toutes les deux heures, se relayait". Alors 32 km, qui plus est le long d'une des plus belles côtes du monde, bagatelle !

Nouveaux bâtiments, nouveaux adhérents

Et effectivement, le club d'aviron de la Principauté, né en 1888 sous le nom des Sociétés des Régates, tient lui-aussi la distance. Depuis quelques mois, il connaît même une nouvelle jeunesse puisqu'entre juin 2014 et août 2015, il est passé de 170 à 285 licenciés. Sans compter le nombre de ses membres sympathisants qui,



lac de Saint-Cassien (Var). Et le programme est chargé. "Les adultes viennent généralement entre midi et deux ou le soir, le samedi matin et maintenant le dimanche matin. Le samedi, nous avons la sortie d'initiation des adultes ici et les entraînements hebdomadaires à Saint-Cassien, pour l'aviron de rivière et de compétition". Sans compter les déplacements pour les compétitions, les entraînements des jeunes et les 850 scolaires de l'Education nationale que le club initie chaque année. "Les trois moniteurs ont beaucoup de travail", confirme Gérard Vivaldi.

Et le club ne compte pas s'arrêter en si bon chemin. Outre l'ambition de recruter un quatrième entraîneur - "on essaie mais les finances ne suivent pas" – son président a des projets plein la tête, toujours dans la lignée de "l'esprit rameur". "Nous aimerions former des rameurs et aussi des équipes non seulement de compétition mais également d'aviron pour tous", confie-t-il. Il souhaiterait également créer et développer l'activité randonnée. "Il y a des sites magnifiques pour faire des randonnées à la fois en mer comme à l'intérieur de la France".

Le club ambitionne également d'organiser de nouvelles épreuves sportives. A l'heure actuelle, il organise deux régates : la San Remo – Monaco et le Challenge Albert II, qui a réuni

lui, a presque triplé. Un regain de vitalité, auquel le déménagement dans les nouveaux locaux du Yacht Club, ne semble pas étranger. "Beaucoup de gens s'inscrivaient au club, venaient une fois et ne revenaient plus. Il n'y avait pas de vestiaires pour les recevoir, il fallait traverser la route avec les bateaux et il n'y avait pas assez d'entraîneurs. Ce n'était pas commode du tout", explique Gérard Vivaldi. "Maintenant, avec la belle salle de musculation, l'accès



facile au ponton, des vestiaires modernes et l'entraîneur supplémentaire que l'on a embauché, beaucoup d'adultes viennent. On a, à peu près, une vingtaine de jeunes et quatre-vingt adultes en plus."

Des membres qui pratiquent aussi bien l'aviron de mer, que celui de rivière car rappelons-le, la Société nautique de Monaco est un club mixte. "Au sein des licenciés, tous pratiquent les deux. La mer nous sert dans un premier temps à initier, à dégrossir les gens. Puis ceux qui veulent faire de l'aviron très technique s'initient à la rivière, tout en continuant la mer", explique Gérard Vivaldi.

Les membres partagent donc leur temps entre la Méditerranée qui s'étend au pied de la Principauté et leur deuxième base nautique, sur le





cette année 125 équipages. "Nous voudrions en faire bien davantage, des petites, surtout l'hiver afin d'attirer des rameurs étrangers à Monaco. Sans compter l'organisation de stages. Nous avons des installations qui en font rêver pas mal, alors autant les utiliser !"

Des championnats du monde à Monaco

En attendant, toute l'attention de la Société nautique est désormais tournée vers les championnats du monde des clubs d'aviron, que Monaco accueillera en octobre 2016. Une première pour la Principauté qui verra débarquer sur son plan d'eau près de 200 équipages et 700 rameurs d'une trentaine de nationalités. "C'est un championnat du monde de plus en plus compétitif car les rameurs sont toujours plus à s'entraîner pour ce rendez-vous en parallèle de l'aviron olympique".



S'ils attirent la crème de la crème, ces championnats sont pourtant tout récents. A l'inverse de l'aviron de mer, pratiqué jusque dans les années 70, avant que la montée de l'aviron de rivière ne la fasse tomber en désuétude. "Ce n'est que depuis 1990, et le rameur Gérard D'Abouville qui a lancé les traversées en solitaire que cette discipline a repris force et vigueur, avec des bateaux vraiment conçus pour la mer. Cela a pris tellement d'ampleur que la

Fédération internationale a créé en 2007 les premiers championnats du monde", rappelle Gérard Vivaldi.

A un an du grand événement, l'heure est d'ores et déjà à la logistique. Le parcours, lui, est déjà établi. Similaire à celui du Challenge Prince Albert II, il se dirigera soit vers l'est, devant la réserve et le musée océanographique, soit vers l'ouest, à l'abri du Cap Martin en

cas de météo peu clémente. "Et si la mer est vraiment très mauvaise (pour des raisons de sécurité, les compétitions ne peuvent se tenir au-delà d'une mer force 3), là on aura des problèmes", plaisante le président. Dans l'immédiat, ce dernier "se focalise sur l'organisation afin que ces championnats soient parfaits", explique-t-il, avant de lancer un appel : "il nous faudrait une soixantaine de bénévoles...". Avis aux amateurs !

MAGNUS KONOW A/S

OSLO



ITA
14594

ATI
14294

ITA
86

ATI
88

FRA
43639

Energies-Groupe



2GE7147D



YACHT CLUB DE MONACO

HISSEZ! HAUT!

La voile a été à l'honneur cet été, à l'occasion de deux des plus grands événements sportifs du Yacht Club de Monaco. Du 21 au 26 août, c'est la Palermo – Monte-Carlo, régata hauturière (en haute mer) de 437 mille nautiques, qui a emmené équipages et embarcations dans une course de vitesse depuis la Sardaigne jusqu'en Principauté. Puis, début septembre, retour à la Belle Epoque avec la 12^e édition de la biennale Monaco Classic Week – Belle Classe. Plus d'une centaine de vieux gréments (voiliers classiques, dinghies, 15M JI, canots automobiles) ont montré leurs atouts et leur savoir-faire sur le plan d'eau monégasque.

Dossier réalisé par Aurore Teodoro - Photos : Andrea Carloni, Stefano Gattini, Alessandro Trovati.



"MON OBJECTIF PREMIER EST TOUJOURS LA SÉCURITÉ"

Pour Alfredo Ricci, la Palermo - Monte-Carlo a encore tenu toutes ses promesses. Avec deux records battus cette année, le temps de traversée et nombre d'équipages engagés, cette 11^e édition est sans aucun doute, pour son directeur de course, la meilleure édition à ce jour.



Alfredo Ricci (photo ci-contre) a la voile et la mer dans le sang. Troisième génération d'une famille de marins, la mer est, depuis ses quatre ans, son terrain de jeu. Cet "umpire" (arbitre) international, qui a notamment arbitré deux Jeux Olympiques et une coupe America, est depuis 2011, le directeur de course de la Palermo - Monte-Carlo.

Quel est le rôle d'un directeur de course ?

Mon objectif premier est toujours la sécurité, c'est le point le plus important dans l'organisation d'une telle régata. Quand on organise

une régata hauturière depuis Mondello (Sicile) jusqu'à Monaco, en passant par le checkpoint de Porto Cervo (nord-est de la Sardaigne), il y a beaucoup plus de choses qui peuvent mal tourner que lors d'une course côtière. Pour cette raison, nous avons un partenaire, Inter-matica, qui équipe tous les bateaux d'un tracker satellite. Cela nous permet de tout savoir et de suivre toutes les unités : la vitesse du bateau, sa distance depuis Porto Cervo, la distance qu'il reste à parcourir jusqu'au point d'arrivée, les bateaux qui sont autour. Ce système nous permet d'ailleurs de proposer au public un site internet qui lui permet également de suivre la progression des équipages en direct. C'est un outil intéressant pour promouvoir la voile, et la rendre accessible au reste du monde.

Comment se déroule la course ?

Le jour du départ de Mondello, les bateaux effectuent une parade d'un mile nautique devant les spectateurs avant de revenir sur la ligne de départ. Puis ils s'élancent en direction de Porto Cervo. Là-bas, ils doivent passer un checkpoint obligatoire, situé en face de la marina. Et après cela, seule la ligne d'arrivée, à Monaco, compte. Les équipages sont libres de choisir s'ils veulent contourner la Corse par la droite ou par la gauche.

POUR ÊTRE CONFORME

Le certificat de jauge ou de conformité permet d'évaluer les performances relatives de voiliers de taille et de conception différentes et de déterminer le handicap sportif de chacun. Le classement final d'une régata est ensuite établi en compensant le temps réel par un facteur de correction.



Si le tracé est libre, chaque équipage doit avoir une stratégie pour arriver au plus vite ? La première chose qu'ils vérifient, ce sont les prévisions météorologiques. Il ne faut pas oublier que ces équipages sont professionnels, et parmi les meilleurs. Regardons le parcours du vainqueur, Esmitt Europa 2 (battant pavillon du Yacht Club de Monaco, ndlr), déjà vainqueur d'une précédente édition : à un moment, après avoir quitté la Corse, il vire sur la droite. Une alerte météo leur a indiqué que s'ils se dirigeaient droit vers Monte-Carlo, ils s'engouffreraient dans ce que nous appelons une bulle anticyclonique. Et qu'en gardant cette direction pendant un moment, cette pression se dissiperait grâce à l'arrivée d'une nouvelle brise. Cela ressemble un peu à de la magie, mais de toute évidence, la météo, c'est un peu cela. C'est pour cela qu'on les appelle des prévisions et non pas des certitudes (rires) ! Mais, c'est un équipage de haut niveau. Ils ont essayé et réussi. Ils ont contourné cette bulle et sont arrivés à Monaco en très bon état.

Comment sont sélectionnés les équipages ?

Tout d'abord, les bateaux doivent avoir quelques spécificités techniques. Ils doivent mesurer au moins 9,5 mètres de long. C'est obligatoire, nous ne pouvons pas prendre des bateaux plus courts pour ce type de course. Ensuite, les équipages doivent également présenter un certificat de conformité valide (voir encadré).

Comment s'est passée la course ?

Cette année, nous avons une agréable petite brise venant du sud qui a poussé les petits navires beaucoup plus vite. La course a commencé le 21 août à midi. L'heure limite d'arrivée était fixée le 26 à 12h. Tous les bateaux sont arrivés avant 22h30 le 25 août. Seulement quatre équipes ont abandonné, ce qui est vraiment peu pour une course hautière de ce genre. Cela veut dire que les gens savent maintenant que leur bateau doit être préparé correctement, qu'ils doivent s'entourer du bon équipage et qu'il faut

être correctement préparé. Mais, les équipages ont également dû affronter quelques orages durant la course.

Quels sont les points délicats à gérer ?

Les Bouches de Bonifacio, ce bras de mer qui sépare la Sardaigne de la Corse. S'il y a du vent là-bas, de l'ordre 35 à 55 nœuds, les vagues peuvent être géantes, comme on ne pourrait pas l'imaginer en Méditerranée.

Des jeunes de la section sportive ont pris part à la course, quel regard portez-vous sur leur participation ?

Je me rappelle quand j'avais leur âge et que je réalisais cela avec ma famille. C'est quelque chose que l'on ne peut décrire. On est tellement heureux, tellement impliqués dans la vie du bateau. La performance de ces jeunes est une belle récompense pour eux. Ils le méritent, cela ne fait aucun doute.





Yacht Club de Monaco
TASCA



PALERMO - MONTE-CARLO

LES JEUNES DANS LE SILLAGE DES PLUS GRANDS

Embarqués à bord de l'Uunet, le bateau du navigateur Philippe Monnet, les sept jeunes de la section sportive du Yacht Club ont créé la surprise en terminant à la 4^e place de cette 11^e édition de la Palermo – Monte-Carlo.



C'est une belle récompense pour ces sept apprentis régatiers, âgés de 11 à 17 ans qui, pour la plupart, réalisaient là leur baptême du feu. "C'était la première fois qu'ils sortaient en mer aussi longtemps, pour une navigation hauturière, sans voir la terre, et de nuit et qui plus est sur une course de 500 miles", confirme Philippe Leret, responsable de la section sportive du Yacht Club, qui encadrerait ces jeunes moussaillons aux côtés de ses collègues Guillaume Dubos et Olivier Roinson et du navigateur Philippe Monnet. D'autant que leur début de course ne leur laissait présager un tel résultat.

"Nous avons pris un peu de retard au début", confirme le responsable de la section sportive. Dimanche, au passage des Bouches de Bonifacio, ils occupaient la 8^e place. Le premier équipage arrivait alors en Principauté. "La compétition les a boostés. C'était un facteur supplémentaire, durant les deux derniers jours, de voir qu'on avait rattrapé les adversaires, qu'on les avait doublés et maintenu l'écart. C'était très motivant". Et cette motivation s'est avérée payante, puisque moins d'une journée après, ils franchissaient à leur tour la ligne d'arrivée, grappillant dans le même laps de temps quatre places au classement.



au passage des Bouches de Bonifacio, où on a éclaté le spi". La nuit précédant l'arrivée à Monaco, l'équipage a également subi de forts orages. "Même si on était en toute sécurité, c'était quand même angoissant. Pour n'importe quel marin, qu'il soit jeune ou expérimenté", confie Thierry Leret.

Attraper le virus

La course fut intense, mais toujours en toute sécurité pour ces apprentis marins, qui ont pu bénéficier de l'expérience de leurs encadrants. "Notre rôle avant tout, c'était d'assurer la sécurité et l'application des consignes, tout en les mettant en situation", rappelle le responsable de la section sportive. "Le but du jeu n'était pas la performance ou la place. On voulait qu'ils mordent à l'hameçon. Qu'ils découvrent la course au large et qu'ils attrapent le virus".



des décisions stratégiques. "On les a fait participer aux choix tactiques de météo, à savoir si on devait passer à l'est ou à l'ouest de la Corse, prendre plus de vent ou jouer la sécurité". Un choix qui s'est avéré décisif dans l'issue de la course. "On a vu que les adversaires avaient pris une option. On a pris le risque d'en prendre une autre, qui a été payante. Et les concurrents se sont alignés derrière nous, voyant qu'on prenait la meilleure option. Ils se sont mis dans notre sillage pour nous suivre, et aussi pour passer les orages sans encombre".

Soumis aux caprices de la Méditerranée, l'équipage est passé par toutes les conditions météorologiques possibles. "Très peu de vent au début, puis du vent de face, du vent de portant aussi. Nous avons eu du vent très fort, surtout

A l'arrivée, la mission semble accomplie. "Les jeunes étaient ravis. Ils sont tout à fait conscients qu'ils ont vécu une expérience humaine incroyable et de la performance qu'ils ont réalisé. Ils sont contents d'en avoir bavé et d'en être sortis". Un sentiment partagé par leur encadrant, agréablement surpris de l'état d'esprit de ces jeunes licenciés du Yacht Club. "Il y avait une solidarité entre eux, une convivialité qui est rare. Il n'y a pas eu un seul accroc malgré l'espace clos", raconte Thierry Leret qui aimerait faire participer tous les jeunes de la section sportive à cette régates. "Toute l'année, on les amène à la compétition, on les forme à la voile. Là, on leur donne une dimension supplémentaire avec la course au large". De quoi susciter quelques vocations.

1. voile que l'on hisse à l'avant d'un voilier lorsque le vent souffle depuis l'arrière

Des équipiers à part entière

De la motivation, donc, mais aussi beaucoup de travail. Car s'ils étaient coachés par des professionnels aguerris, pas question pour autant pour les jeunes de faire de la figuration à bord. "Ils ont participé aux quarts toutes les 3 heures, de jour comme de nuit, ainsi qu'à toutes les manoeuvres sur le pont. On leur a appris à faire le point sur la navigation, faire des points sur les cartes, à se repérer en mer et utiliser des appareils. Ils ont également fait des quarts de barres. C'était des équipiers à part entière", souligne Thierry Leret. Et comme les professionnels, ils ont dû prendre



QUAND LE MOONBEAM III RÉGATE



Durant quatre jours, la Principauté a vécu au rythme des régates quotidiennes de la Classic Week. Cette année, nous avons embarqué à bord du Moonbeam of Fife III, un cotre aurique de 1903 (voilier à un mât), afin de vous faire découvrir de l'intérieur une régate d'un voilier de tradition.

Sur le Quai Louis-II, l'effervescence était palpable alors que les yachts de tradition s'apprêtaient à s'élancer pour leur régate, la première de cette 12^e édition de la Classic Week. Amarré devant le nouveau bâtiment du Yacht Club, l'équipage du Moonbeam III ne faisait pas exception. D'autant que cette année, l'enjeu était de taille pour ce navire de 31 mètres au mât unique et à la voile quadrangulaire, qui avait une revanche à prendre sur l'Elena de London, vainqueur de l'édition 2013.

A chacun son poste

C'est au large du musée océanographique que le départ était donné. Un départ qui



s'effectuait au fur et à mesure, en fonction des catégories de bateaux. Chacun s'activait à son poste afin de préparer le départ en attendant son tour. Et si le Moonbeam accueillait en ce jour quelques invités, il y avait, à bord, du travail pour tout le monde, comme le rappelait le capitaine, Erwan Noblet. Car la voile, c'est avant tout un travail d'équipe. "Tout le monde a un rôle essentiel pour faire avancer le bateau", note Louis Heckly, le tacticien du navire. Et la répartition des rôles se fait de l'avant à l'arrière. Si le premier homme du bateau s'occupe de "toutes les connexions entre les voiles de vent", il doit également envoyer et affaler le spi (voile hissée à l'avant du navire quand le vent vient par derrière)", explique le

tacticien. Parmi les matelots, on trouve également ceux qui s'occupent des voiles, derrière le mât. "Un ou deux réglés par voile, pour les trois voiles à l'avant : le clin foc, qui est la plus haute, le foc au milieu et la trinquette," détaille Louis Heckly. On trouve également le barreur, à savoir le capitaine, et le tacticien, dont le rôle est d'observer le parcours et décider de la stratégie de course à adopter. En tout, c'est un équipage de 15 personnes qui œuvre à la bonne tenue de la course.

Départ loupé

Tout ce petit monde en place, le départ s'annonçait sous de bons auspices sur le plan d'eau monégasque. "Le vent était plutôt à droite. On voulait protéger ce côté et être le bateau le plus à droite. On s'était bien positionné et on pouvait fermer la porte à la bouée", raconte le tacticien. Malheureusement, un autre concurrent bafouait les règles de priorité, forçant le Moonbeam à reculer pour éviter la collision. La conséquence est importante puisque l'équipage de Erwan Noblet vient de rater le départ. Mais tout n'était pas encore perdu pour autant. L'objectif était alors de "naviguer aussi vite qu'on le pouvait pour perdre le moins de distance possible sur l'Elena. En tenant compte des temps compensés, la victoire peut se jouer à une seconde près", explique le tacticien. A



mesure que le navire se rapprochait de la première bouée au milieu de la baie de Monaco, Heckly se montrait encore confiant. "C'est du vent de près donc le bateau est assez à l'aise." L'homme avait vu juste puisqu'au point de contrôle de cette bouée, le Moonbeam n'est qu'à 2 minutes 50 de l'Elena. Le vent était alors moins dans l'axe de la voile, ce qui correspondait mieux à l'Elena, qui prenait une avance définitive sur le Moonbeam malgré des tentatives de manœuvres pour réduire cet écart de la part de l'équipage du capitaine Noblet.

Prise de risque

Aux abords de la deuxième bouée, placée en face de Cap d'Ail, l'écart était déjà de 9 minutes. C'est alors que Louis Heckly s'est décidé à prendre des risques, une chose nécessaire selon lui "pour gagner". A bord, les grandes manœuvres se mettaient en place. "Je vois plus de vent au fond de la baie, envoi le spi, pour descendre au fond de la baie, au plus près du vent", demandait le tacticien. A bord, Nathalie,

en charge de ce poste, donnait le rythme. "Spi, Spi", indiquait-elle régulièrement pour plus ou moins de mou. "Un spi se règle en permanence pour que le bateau soit propulsif. Il faut toujours le choquer, c'est-à-dire le lâcher, ou le border (tendre la voile) suivant l'angle que l'on prend par rapport au vent et surtout là où on veut aller", précise le stratège. D'autant que cette tentative a porté ses fruits. Le retard était en effet partiellement rattrapé aux abords de la dernière bouée, au large du Larvotto. A ce moment-là, le voilier était "dans les temps pour une éventuelle victoire", précise Heckly. Et même si à ce moment les grands vents étaient tombés, après cette dernière bouée, dont le passage fut délicat, la brise s'engouffrait de nouveau dans la voile et leur permettait d'avancer. Malgré l'écart qui séparait toujours les deux navires, le temps compensé grâce au certificat de handicap a permis au Moonbeam de ravir la victoire à leur concurrent. Au classement final, le Moonbeam a terminé deuxième derrière le Elena après deux courses.



CLASSIC WEEK

CLASSE À PART

Du 9 au 13 septembre, la 12^e édition de la Monaco Classic Week a réuni les plus beaux bâtiments à voile. Parmi ces bateaux d'exception, la classe des 15M JI s'est une nouvelle fois illustrée.



Avoir les bateaux qui paraient dans l'enceinte du Port Hercule, on se serait cru propulsé dans le passé, il y a environ un siècle. Pendant cinq jours, la 12^e édition de la Monaco Classic Week entraînait avec elle passionnés et visiteurs à la Belle Epoque, le temps d'un véritable ballet nautique, auquel ont participé plus d'une centaine de voiliers, canots automobiles, dinghies et autres motor-yachts. Cette année, pour la 12^e édition de sa régates biennale, le Yacht Club fêtait un anniversaire un peu particulier. Le point de départ d'une belle aventure, débutée il y a 20 ans, lors de l'arrivée en Principauté de son vaisseau amiral, Tuiga. Et si la date est symbolique pour le Yacht Club, elle ne l'est pas moins pour cette classe des 15 Mètre jauge internationale (15MJI) qui bénéficie depuis lors d'une deuxième jeunesse.

Un peu d'histoire

Tuiga, Mariska, Hispania et The Lady Anne sont les seuls survivants connus à ce jour de cette classe de voiliers qui a connu son âge d'or au début du siècle dernier. Les quatre derniers d'une série de vingt unités toutes droit sorties des chantiers européens entre 1907 et 1917. Tous les quatre nés de l'imagination du Britannique William Fife, un des plus grands architectes navals européens de l'époque, qui, à lui seul, concevra

près de la moitié de cette série des 15 Mètre. Une classe au nom bien trompeur d'ailleurs. Car si leur nom évoque bien une mesure métrique, la réalité, elle, est tout autre. Et la longueur de ces bateaux avoisine même plutôt les 23 mètres. Car le "mètre jauge internationale" renvoie non pas à la taille réelle du bateau mais à sa catégorie. Une catégorie issue d'une savante formule mathématique, créée en 1906 lorsque les acteurs du yachting décident de créer une classification commune dans le monde, qui prend en compte les nombreuses caractéristiques du voilier afin de permettre une répartition des navires selon leur taille. Et si cette classification universelle fait les beaux jours des Mètre-Boat, la modification de la jauge et la croissante popularité des 12M JI, notamment, éclipsent les 15MJI durant de nombreuses décennies.

Une régates à part

Retour à notre époque. Quand les routes de ces quatre bateaux d'exception se croisent de nouveau, peu de temps après la restauration d'Hispania en 2011, près d'un siècle s'est passé depuis leur dernière rencontre. Et en 2012, le quatuor se fédère et crée la "15 Meter Class Association", avec pour objectif, non seulement la coordination de leur programme d'entraînement, mais également l'organisation d'un circuit de régates communes. Un championnat



Mariska survole le débat

Et dès mercredi, premier jour de course, c'est Mariska, le vainqueur des deux précédents trophées, qui prend la tête de cette étape monégasque, pour ne plus la lâcher. Partis avec un vent favorable - 11 nœuds de vent d'est - sud-est - mais sans Hispania, obligé d'abandonner pour cause de problèmes techniques, le trio de compétiteurs voit dans un premier temps The Lady Anne prendre la tête, avant d'être rattrapé par Mariska, qui conservera son avance jusqu'à la ligne d'arrivée.

Le vendredi, tandis que la régata des yachts de tradition était annulée faute de vent, on retrouvait tout de même ce carré d'as sur le plan d'eau monégasque le temps d'un parcours réduit, mais suffisant pour permettre à Mariska de conforter son avance, en remportant la manche. Ces derniers pouvaient naviguer puisqu'un faible vent suffit à les faire avancer. Samedi, pour la der, Eole était de retour. Le départ était donné par 15 nœuds établis permettant au quatuor de régater ensemble à deux reprises. Troisième sur ses terres, mais vainqueur de la première manche remportée à Palma de Majorque (14-16 août 2015), rien n'était perdu pour le vaisseau amiral du Yacht Club, Tuiga. D'autant que sa victoire par la suite à Portofino (18-20 septembre) lui a permis de prendre la tête du classement général. Tout se jouera désormais à St-Tropez (du 26/09 au 04/10) pour la victoire finale.

composé de quatre manches, en Méditerranée, récompensé par le "15 Meter Class Association Annual Trophy." C'était d'ailleurs dans le cadre de la deuxième étape de ce championnat que le quatuor a posé ses valises en Principauté. Et à classe à part, régata à part pour les 15M JI. Tandis que d'un côté, l'on pouvait observer les courses classiques évoluer le long de la baie, le carré d'as, lui, s'affrontait sur un circuit bien précis.

"Les 15M JI ont un parcours en forme de banane, de type olympique, très différent de celui des yachts classiques", explique Philippe Enel, président du comité de course pour les 15M JI. "C'est un parcours au vent, c'est-à-dire qu'ils montent au vent, redescendent sous le vent et font deux tours."

"IL ÉTAIT UNE FOIS EN AMÉRIQUE"

Special Olympics Monaco a participé aux derniers Jeux Mondiaux Special Olympics qui étaient organisés à Los Angeles du 25 juillet au 2 août derniers. Avec 23 médailles, les athlètes de la Principauté ont largement rempli leur contrat.

Par Romain Chardan - Photos : Special Olympics Los Angeles et DR.



A l'image des Jeux Olympiques, les Jeux Mondiaux Special Olympics ont lieu tous les deux ans. Comme les JO, ils alternent entre jeux d'hiver et jeux d'été. En 2013, un an avant Sochi, les athlètes de SO Monaco étaient à Pyeongchang, en Corée du Sud, pour leurs jeux d'hiver. Cette année, c'est à Los Angeles qu'ils se sont rendus. "Au départ, ça devait être à Sao Paulo, mais la perte d'un sponsor les a poussés à annuler. C'est ainsi que Los Angeles a récupéré l'organisation pour cette année", précise Marco Muratori, directeur de Special Olympics Monaco et chef de délégation à "L.A." Avec 27 athlètes présents sur place et 12 accompagnants, les représentants de la Principauté ont glané 23 médailles, dont quatre en équitation et six

en tennis (voir encadré). Un total au-delà des objectifs fixés avant le départ, puisque l'équipe de SO Monaco visait "18 médailles." Un bilan qui récompense plusieurs années de travail et de préparation de ces jeux.

Préparation et entraînements

Car partir aux Jeux Mondiaux Special Olympics requiert une sacrée organisation. "Ne serait-ce que pour les billets d'avion, il faut s'y prendre un an à l'avance", précise Marco Muratori. S'il n'y avait que ça, ce serait très simple. "Il y a neuf mois de travail à fond, après il y a toujours des petites choses à faire avant." Durant la période préparatoire, il faut notamment trouver des équipements, des fonds, préparer les dossiers médicaux, ce qui peut parfois s'avérer long

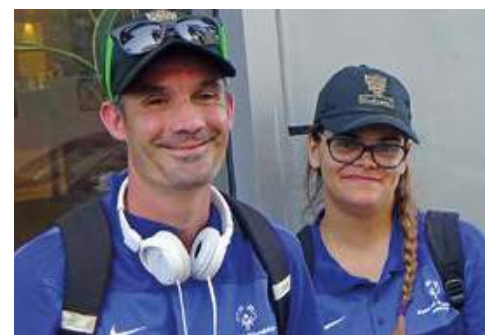


SO Monaco ont séjourné les premiers jours à Beverly Hills, qui était leur "host town", leur ville d'accueil. De quoi leur permettre de s'entraîner le matin et de visiter l'après-midi. "On a été choisi par Beverly Hills, les gens étaient très sympas. On a été dans des lieux tops. On a fait un petit pique-nique à l'américaine, on a visité une sorte de sanctuaire en centre-ville qui a été transformé en galerie d'art. On a également assisté à un petit concert en centre-ville, c'était super", rappelle le directeur de SO Monaco. Mais pas question de chômer. Suite à ces premiers jours de découverte, le groupe s'est scindé en deux pour rejoindre le camp de base de chacun sur les deux universités. Ce qui n'est pas pour faciliter la tâche des accompagnants, comme l'explique Marco Muratori. "Pour l'ambiance c'est difficile parce que les jeunes aiment bien se raconter ce qu'ils ont fait dans la journée, leur médaille, etc. Quand les uns voient les médailles des autres, ils sont encore plus motivés pour leur prochaine épreuve. Et pour nous, c'est plus simple d'être tous ensemble pour nos réunions."



et fastidieux. "Ici, un dossier médical tient en quatre pages. Aux Etats-Unis, ils sont sur neuf pages", explique le directeur de SO Monaco. Mais comme pour toute association, l'argent redevient rapidement le nerf de la guerre. Et cette année, Muratori et ses équipes ont pu compter sur des soutiens inattendus. "Il se trouve que Marin Cilic a fait une exhibition lors du Monte-Carlo Rolex Masters. La moitié des fonds récoltés était pour nous, l'autre pour Fight Aids. On voyait les sportifs dans un autre contexte. Jérôme Seguin a fait un tournoi de tennis avec des raquettes vintage et les fonds étaient pour nous cette année. Il y a une dame chez qui on va travailler qui a décidé de nous payer les tenues de vélo. LAS Monaco nous a aidé d'un point de vue maillots", détaille l'ancien footballeur. Autre soutien, celui du groupe Jardiniers FC. Ces supporters pas comme les autres rendus célèbres l'an dernier après un passage chez J+1, émission sur le football de Canal+, ont décidé d'aider SO Monaco. "Ils se font agresser à Marseille et on leur vole leur bâche. Des gens leur ont dit qu'ils la leur payaient. Mais eux ont dit non et ont préféré que l'argent que les gens étaient prêts à leur donner soit pour nous. Ça nous a rapporté quelque chose comme 800 euros."

moment, trois sportifs et une coach n'ont pu partir. "On a eu des petits soucis au départ avec un petit gars qui a fait une crise d'épilepsie et une jeune fille qui a fait une crise d'angoisse. Trois n'ont pas pu venir. C'est dommage parce que ça anéantit 3 ans de préparation pour eux", explique Marco Muratori. Quelques heures d'avion plus tard, tout ce petit groupe fait donc son entrée aux Etats-Unis. Mais avant de rejoindre les campus des universités USC et UCLA, les équipes de



Beverly Hills avant UCLA et USC

Une fois les fonds et tout le matériel pour partir réunis, il était temps de décoller. Mais au dernier

Divisionning

Alors que la compétition se rapproche, il faut d'abord passer par l'étape du "divisionning". Mais, le divisionning c'est quoi au fait ? "Ce sont des essais où vous devez sauter, courir, nager, jouer pour voir quel niveau vous avez. Mais on commence sur internet avant même de partir en y déclarant les athlètes. Pendant trois ans, on envoie des résultats. Par exemple, pour l'athlétisme sur le 100 mètres, j'envoie quatre tests, qui sont additionnés avec ceux que vous faites en divisionning. Ils les divisent par six. Si vous faites plus de 20% de votre résultat en finale, vous êtes disqualifiés." Cette classification permet ainsi d'éviter qu'il y ait des tricheries dans le but d'obtenir plus de médailles pour certaines nations. Une fois les catégories définies, il est temps de passer à la compétition, la vraie. Et, hormis les footballeurs, tous les autres athlètes ont eu des épreuves chaque jour. "Dans les sports où on a fait le plus de médailles, on était très bien parti, ensuite on a flanché. Le niveau a beaucoup augmenté. En athlétisme, on fait 2 médailles d'or le premier jour, sur 10 000 mètres et au lancer de poids. Ensuite, on a eu que des bonnes performances, mais pas de médailles." Et dans ces cas-là, le discours des coaches est important, car il permet aux jeunes de relativiser en se focalisant sur la bonne partie du résultat obtenu. "C'est à nous de trouver le bon discours quand ils ne font pas de médaille mais qu'ils battent leur record. On a un garçon qui joue au foot, il ne savait pas marcher il y a 15 ans. C'est un mec qui est méritant, un joueur de devoir. Il ne peut pas jouer en équipe première. Mais il est toujours là aux entraînements." Et pour récompenser l'investissement du jeune homme, Marco Muratori et ses équipes ont décidé de l'intégrer au groupe d'athlétisme pour qu'il participe aux Jeux. Six mois d'entraînements sur 100 et 200 mètres notamment, pour une 4^e place au 100m et une



5^e au 200. "Il améliore son 100m de 3 secondes et son 200m d'une seconde. Il était déçu de ne pas faire de médaille, mais on lui a montré qu'il avait amélioré ses temps alors que ça ne fait que six mois qu'il court."

Coup de cœur

Nombreuses ont été ces performances où les athlètes de SO Monaco n'ont pas forcément ramené une médaille, mais où ils ont amélioré leur meilleur temps. La belle surprise est d'ailleurs venue de l'équitation où quatre médailles ont récompensé cette première aux Jeux. Certaines médailles auraient sans doute pu venir se rajouter à la liste, mais comme l'explique Muratori, ce ne sont pas forcément les meilleurs qui partent. "On essaye de faire partir tout le monde, parce que quand ils s'entraînent, il y a la carotte au bout et tout le monde doit la toucher. En natation, les deux meilleurs ne sont pas venus parce qu'ils font du ski et qu'ils vont aller faire les championnats du monde dans les prochains mois. Et nous avons des quotas fixés par l'organisation que l'on doit respecter. Par exemple, en natation, nous avons autant de nageurs que l'Italie ou la France." Des quotas qui sont calculés en fonction du travail effectué par les différents pays. Ce qui, pour la Principauté, est une preuve de la qualité de ce qui est fait par SO Monaco. Mais les récompenses interviennent aussi par le biais de certaines émotions. Ce fut notamment le cas de Marco Muratori, pour qui une médaille a eu un impact tout particulier. "Ce n'est pas parce que c'est le plus ancien, ni parce que c'est le fils de la présidente, mais la médaille de Philippe Calmes, c'est peut-être celle à laquelle on s'attendait le moins. Il courait le 5 000 mètres (cyclisme). Aux 2 000 mètres, il est 6^e à 50 mètres, ce qui est énorme. Au virage, le 3^e tombe et fait tomber les autres. Donc Philippe est 2^e. Mon responsable du cyclisme part à la sortie du tunnel, mais moi je n'entends rien, et je vois deux gars arriver. Là,

LE TABLEAU DES MÉDAILLES

Avec 23 médailles au compteur, les athlètes de SO Monaco ont réalisé de très beaux Jeux. Dans le détail, voici ce que ça donne. Il y a eu 7 médailles d'or pour **Stéphane Kelal** (10 000 mètres, course à pied), **Thibaut Viale** (lancer de poids), **Denis Lupo** (50 mètres nage libre), **Amandine Roubaud** (judo, +76 kg), **Steve Demaria** (simple messieurs, tennis, niveau 2), **Steve Demaria et Jody Onnis** (tennis, double messieurs, niveau 1) et **Jérôme Bender et Christophe Mateu** (double messieurs, tennis, niveau 4). A cela s'ajoutent 8 médailles d'argent pour **Jody Onnis** (simple messieurs, tennis, niveau 1), **Agnes Danna et Sandra Franco** (double dames, tennis de table), **Frédéric Alexandre, Marco Bertola, Sébastien Bocchi, Salim Chaffar, Saverio Cuneo, Allan Dequenne, Stéphane Mencarelli, Frédéric Orrado, Jonathan Rommel et Pierre Vanclaveren** (football à 7 unifié), **Elsa Clément** par trois fois (dressage, dressage anglais et parcours en équitation), **Julien Renaudat** (parcours, équitation) et **Stéphane Polin** (50 mètres dos). Huit médailles de bronze viennent clôturer les comptes, avec **Jérôme Bender** (simple messieurs, tennis, niveau 4), **Christophe Mateu** (simple messieurs, tennis, niveau 3), **Agnes Danna** (simple dame, tennis de table), **Philippe Calmes** (5 km, course, cyclisme), **Anthony Tournier** (10 km, contre la montre, cyclisme), **Clément Collon** (+70kg, judo), **Olivier Agullo** (50 mètres nage libre), **Olivier Agullo, Denis Lupo, Stéphane Polin et Carine Lecestre** (relais 4x 25m, natation).

je me dis zut, pour la dernière il aurait mérité. Au bout de quelques secondes, je le vois arriver, il était 3^e, et là j'ai eu la chair de poule."

Une belle aventure

Au final, cette 13^e édition des jeux d'été a surtout été une belle aventure. "Le bilan est positif, il l'est toujours. Que ce soit pour un éducateur, un responsable, un athlète, c'est toujours positif. Parfois on se rend compte de la chance qu'on a au quotidien. Il y a toujours un échange." Une belle aventure qui est également à mettre au crédit de la présidente, Mireille Calmes. "Elle fait tout ce qu'elle peut et donne beaucoup d'elle-même depuis 35 ans. Elle, son mari et l'ancien directeur m'ont inculqué le respect des gars. Aujourd'hui, c'est plus une passion qu'un travail", confie Marco Muratori. Et en récompense du travail accompli, toute la délégation partie à Los Angeles a été reçue à la mairie pour y être félicitée. Mireille Calmes et Marco Muratori ont, eux, reçu la médaille des sports de la mairie.



CHATEAU PEYRASSOL



HUIT SIÈCLES D'HÉRITAGE
TOURNÉ VERS L'EXCELLENCE

“Peyrassol” commanderie templière
83340 FLASSANS/ISSOLE (04 94 69 71 02)
Dégustation, table d'hôtes, visite des caves
et du parc de sculptures (7/7 jours)

www.peyrassol.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

"LA THÉORIE DU THÉ"

Le Colonel Laurent Soler est un militaire de cœur et de carrière. De cœur, parce qu'il a très jeune voulu épouser cette voie, en s'engageant dès l'obtention de son baccalauréat dans un régiment de parachutistes de l'est de la France. Trente ans de carrière au cours de laquelle il a gravi les échelons un à un pour atteindre celui de commandant, passant également quelque temps dans le renseignement militaire.

Par Jean-Marc Moreno - Photos : DR

La vie de l'homme dépend de sa volonté; sans volonté, elle serait abandonnée au hasard. Cette citation de Confucius conviendrait parfaitement à Laurent Soler promu colonel par le Souverain. De par ses choix professionnels au sein de l'armée jusqu'à ses fonctions actuelles, en passant par ses sports de prédilection, le pourcentage laissé au hasard est inversement proportionnel à sa volonté de bien faire. Prendre de la hauteur afin d'avoir une vue globale de la situation (parachutisme), respecter les courbes de la route afin d'en éviter les sorties (rallye automobile) jusqu'à appréhender l'inconnu dans un élément qui n'est pas nôtre (plongée sous-marine), telles sont les principales vertus (et bien d'autres) nécessaires au rôle du Chambellan. Ça tombe bien, le Colonel Soler les possède toutes avec un petit plus qui font les grandes personnes : l'humilité.

Comment êtes-vous arrivé à Monaco ?

Je suis arrivé à Monaco, il y a 3 ans exactement, le 1^{er} septembre 2012. Pendant les deux premières années, j'ai été aide de camp de Monseigneur, et depuis septembre dernier (2014), je suis Chambellan. J'ai toujours été passionné et très intéressé par la Principauté, par les Princes de Monaco, c'est un univers qui me faisait rêver. Après deux tentatives avortées concernant des projets professionnels, le Colonel Lebegue m'a appelé il y a 3 ans et demi pour me proposer d'être aide de camp de Monseigneur.

Que représente le sport pour vous ?

Pour moi, c'est la vie. Je pense que lorsque l'on est capable de faire des efforts, qu'on est capable d'aller au delà de soi-même, on a un meilleur



Laurent Soler, S.A.S le Prince Albert II et Pierre Frolla.

équilibre, une meilleure confiance en soi. Une des clés du succès c'est d'avoir confiance en soi, et il faut être capable de se préparer, et un sportif se prépare et c'est pour cela qu'il passe mieux. On gagne avec le cœur, avec la volonté, et on gagne en étant sûr de soi. Et c'est ça que véhicule le sport. Je pense que les gens qui vont très mal, quelques fois, on leur demande de faire du sport, c'est une des thérapies qui peut permettre d'aller mieux. Au quotidien, je travaille beaucoup, et avec plaisir, mais quand je commence à être fatigué, à avoir l'esprit un peu embrumé, ma soupape c'est le sport. J'en fais évidemment moins que lorsque j'étais dans les forces spéciales. J'essaie de courir, de faire un petit peu de musculation, mais surtout je fais de la plongée. J'ai commencé à en faire ici, avec Pierre Frolla, à l'Ecole Bleue. Je continue

aujourd'hui avec le C.E.S.M.M. à Fontvieille où il y a une très belle équipe, familiale et très sympathique. La plongée me permet paradoxalement de me vider la tête sous l'eau.

Vous êtes-vous déjà trouvé au bord de la rupture ?

Oui bien sûr, dans les forces spéciales, lorsque j'étais dans des pays difficiles. Il y a des moments de doutes, des moments où il a fallu vraiment prendre sur soi, dans des embuscades ou dans des moments difficiles avec des camarades qui furent touchés. En plongée, j'ai eu la chance d'être toujours bien encadré. Pierre Frolla a toujours été là pour me tenir la main, si je puis dire, et puis je n'ai pas un grand niveau en plongée. Auprès du Prince, il y a eu également des situations difficiles.



de ma voiture quand il passe devant les côtes de Monaco. J'aime aussi les gros bateaux comme le Yersin qui est à la fois un yacht et un bateau océanographique. J'ai d'ailleurs eu la chance de partir avec le Prince Souverain pour une croisière d'exploration, qui nous a ramenés au port de Monaco fin septembre.

Quelle est la journée idéale pour vous ?

La journée idéale, c'est un bon petit-déjeuner, aller vers le port de Fontvieille, prendre mon semi-rigide avec ma famille pour partir faire du snorkeling (randonnée sous-marine). C'est aussi faire un pique-nique dans une jolie crique de nos côtes, me retrouver avec ma famille et mes amis le soir autour d'un dîner pour débriefier la journée. Je crois que ce qui est important c'est de faire les choses et de les faire également avec des gens que l'on aime. Je me remémore souvent l'histoire de l'homme du désert qui m'expliquait comment faire un bon thé. Pour un bon thé, il faut de l'eau bouillante, du sucre, de la menthe mais surtout il faut des amis. Je crois en ça, c'est une vertu qui pour moi est importante.

Vous pouvez nous parler de votre famille ?

Je suis séparé, j'ai une grande fille, Caroline, qui travaille en Suisse aujourd'hui, qui est une passionnée de ski nautique, de wake-board, de tous les sports marins. Elle est tombée dedans lorsqu'elle était petite. Et puis j'ai un garçon qui s'appelle Thomas, qui est avec sa maman en Lorraine, là où était mon régiment entre Strasbourg et Nancy, qui est également un passionné de ski nautique, de bateaux. Il a d'ailleurs passé son permis bateau l'année dernière au Yacht Club. J'ai deux beaux enfants qui sont ce que j'ai fait de mieux dans ma vie et qui comme moi sont passionnés de mer, de bateaux et de plongée.

Vous venez de la même région

que le Colonel Fringant. Si Luc Fringant et Laurent Soler se retrouvaient dans quelques années, que pourraient-ils se raconter ?

Ils se raconteraient sûrement des histoires de vieux soldats ayant servi sur le lac de Constance (en Allemagne) durant de nombreuses années ou d'aide de camp et de chambellans peut-être. Ils se diront qu'ils ont eu beaucoup de chance dans leur vie professionnelle de servir un beau régiment ainsi qu'une famille princière magnifique, et qu'ils en ont eu aussi dans leur vie familiale.

Cette année le fut plus particulièrement, ce qui correspond à ma prise de fonction comme Chambellan.

C'est-à-dire ?

J'ai eu la chance que les événements se sont multipliés, la chance d'avoir deux petits Princes qui sont nés, ça veut dire qu'il faut les présenter à la population, les baptiser, les entourer. Notre Prince Albert a fêté ses dix ans de règne, il fallait donc organiser toutes ces festivités, et dans tout ça, la vie continue. Au palais, notre Souverain part beaucoup, et tout ça demande beaucoup d'organisation et de déplacements et effectivement, je dois dire qu'au mois de juillet, juste avant de partir en vacances, je me suis dit "bon sang, il est temps que je parte en vacances." D'ailleurs, le Souverain m'a

dit, "vous partez en vacances ?" Je lui ai demandé si j'avais une mauvaise mine, il m'a dit, "pas du tout, mais il faut partir en vacances de temps en temps", donc je ne sais pas ce qu'il fallait en conclure (rires).

Vous avez une passion pour les bateaux. Lesquels vous plaisent le plus ?

Moi ce que je préfère finalement dans la mer, c'est l'endroit où l'eau vient embrasser la côte, le rivage. Sur le rivage, on se baigne, on fait de la plongée sous-marine, on fait du ski nautique, tous ces sports me plaisent beaucoup. J'aime les bateaux coques open, les semi-rigides, ces styles de bateaux. J'aime également les voiliers, c'est une passion aussi. Je suis en admiration devant Tuiga. A chaque fois qu'il se déplace, je descends

PLONGÉE

- JACQUES BOISSY : "GÉRARD, MIO PALMO "

Gérard Aubert a bien connu Jacques Boissy. Plongeur de Monaco, ce dernier a eu une vie courte mais bien remplie. A l'occasion de la sortie du livre d'Aubert racontant la vie de Boissy, nous avons rencontré l'auteur afin de revenir sur celui qui a été une figure du (s)port de Monaco dans les années 50.

Par Romain Chardan - Photos : DR





Gérard Aubert

A une époque où le port de Monaco n'a rien à voir avec ce qu'il est aujourd'hui, il y avait un plongeur qui sillonnait les fonds marins à la recherche d'un trésor. Ami de tous, Jacques Boissy a eu le temps de marquer une époque, un quartier, un pays, avant de trouver la mort à l'âge de 36 ans dans l'implosion d'un sous-marin autonome qu'il testait au large du musée océanographique.

Comment avez-vous connu Jacques Boissy ?

Je l'ai rencontré grâce à mon père, à l'âge de 8 ans. Mon papa partait faire les ouvertures de casinos et la première fois qu'il est parti, c'était à Marrakech (Maroc). J'étais à l'école Stanislas à Nice en internat et les week-ends je rentrais chez ma grand-mère à Monaco. Jacques Boissy étant l'ami d'enfance de mon père, ils étaient pratiquement comme des frères. Mon père lui avait demandé de s'occuper de moi. L'hiver on montait au ski avec sa vieille 4 cv et l'été j'étais tout le temps à bord de son bateau, qui était situé à la darse nord à côté du bar le Calypso que mon père avait créé.

Dans votre livre, vous parlez de lui comme un tuteur, un père spirituel, c'est ce qu'il a été pour vous ?

Jacques était un fin pédagogue car sans le savoir il m'a inculqué beaucoup de choses dans la vie : la droiture, l'honnêteté, l'ouverture d'esprit et de cœur. Il a vraiment été un tuteur et c'était un père spirituel car il m'a appris beaucoup de choses, il m'a donné beaucoup d'initiatives à prendre. Ensuite à part la confiance, Jacques était généreux avec tout le monde. Il m'a appris la plongée, le ski qui à l'époque n'était pas démocratisé du tout. On montait avec sa 4cv à Auron, on s'arrêtait quatre fois sur la route pour mettre de l'eau parce qu'elle fumait, il était habillé en noir comme un curé, c'était très drôle. Jacques m'a appris ce que

mon père n'a pas pu faire parce qu'il était absent pour son travail.

Justement, vous avez dû vivre beaucoup d'aventures avec lui, comme votre père n'est-ce pas ?

J'en ai une qui est drôle. Je n'y ai pas participé, mais je l'ai tellement entendue. Ils sont allés en Corse pour faire sauter une épave dans le Golfe de Santa Manza près de Porto-Vecchio. À l'époque, il y avait beaucoup de bateaux qui avaient coulé en Corse et il y avait du matériel militaire qui traînait dans le maquis et sur les plages. Donc ils ont eu une indication pour trouver une épave, pas très profonde d'ailleurs. Leur but était de récupérer le cuivre pour le revendre. Ils n'avaient rien et se sont préparés avec un matériel assez succinct et limité, bricolé par leurs soins. Car Jacques était un bricoleur, il avait des idées, il les mettait en pratique avec peu de moyens. Ils n'avaient que leur courage, leur envie et leur détermination. Après plusieurs essais et détonations qui ne donnaient rien, Jacques a dit à mon père, "Dédé, mets une charge plus importante." Mon père a mis un truc énorme et Jacques est descendu placer cette charge où il fallait.

Ont-ils finalement réussi ?

Ils se sont mis sur le bateau tous les deux avant la mise à feu et à ce moment-là, un petit caprice de la météo a fait que le courant et le vent ont changé et leur bateau s'est retrouvé à l'aplomb de l'épave.

Au moment de la mise à feu, ils étaient au-dessus. Lors de l'explosion, tout est parti ! Eux, le bateau, le compresseur. D'autant que le bateau leur avait été prêté par des insulaires corses. Ils sont rentrés à la nage et avaient tout perdu. Mais ils se sont réconfortés le soir avec la musique et la myrte.

Vous évoquez également la pêche d'un requin dans le port dans votre ouvrage ?

Ils avaient 15-16 ans. Le requin s'était un peu perdu et à l'époque il n'y avait pas autant de bateaux, l'eau était claire. Les pêcheurs présents ont essayé de l'avoir, avec leurs tridents et leurs fourches, mais ils n'y arrivaient pas parce que le requin était à 1 ou 2 mètres sous l'eau. Et il mesurait environ 3 mètres. Jacques et mon père se sont regardés, ils ont compris et ils sont vite partis en courant chercher l'arbalète à la maison et sont revenus. Et mon père était très téméraire, très gonflé, et il dit à Jacques, "je me mets à l'eau et je le tire." Il l'a eu en un seul coup. Ils se sont fait un peu insulter par les pêcheurs, car ils leur ont enlevé leur boulot, et finalement ça s'est terminé en bonne amitié, ils leur ont prêté un charreton pour pouvoir porter le requin au marché.

Comment lui est venue cette passion pour la plongée ?

Il y avait un plongeur à Monaco, Laurent Giordano. Suite à une première sortie en mer avec lui, il a découvert une panthère de bronze qui était



Jacques Boissy au cours de ses nombreuses sorties en mer a découvert de nombreuses antiquités romaines, notamment des amphores (photo en bas à gauche).



Ici, lors d'une remise de médailles faite par le Prince Rainier-III.

dans les fonds et tout de suite Jacques, ses yeux se sont illuminés. Il était jeune, il avait 16 ans à peu près, il était fasciné par ce qui se passait sous la mer. Dans son esprit de jeune homme, il pensait toujours découvrir le coffre-fort des pirates. Son but est devenu une passion sous la mer et il s'est mis à plonger. Au début il commençait à faire le scaphandre lourd dans le port et c'était contraignant, c'était limité dans les mouvements. Il lui fallait quelqu'un et au début je tournais la roue comme dans "Le Grand Bleu" mais ça se limitait à quelques plongées car c'était précis et dangereux.

Est-ce que l'on peut le considérer comme un pionnier de l'exploration sous-marine ?

Oui à l'époque c'était un pionnier parce que les gens ne plongeaient pas encore. Il y avait Jacques-Yves Cousteau et Emile Gagnan qui commençaient à travailler. Mais Jacques avait inventé son scooter sous-marin, et Cousteau l'a utilisé dans "Le Monde du Silence". Il avait un scooter pour être tracté sous l'eau, pour éviter de se fatiguer et il l'avait en tête et donc il l'a fabriqué. Son but ultime, c'était de découvrir les trésors des flibustiers. Il avait une vision du monde de gamin, toujours étonné, toujours surpris. Je suis très observateur, je me nourris un petit peu des détails des choses, c'est pour ça que dans le livre j'ai réussi à recoller les morceaux et lui c'était pareil. Quand il y avait des nouveautés,

quand la Calypso (le bateau de J-Y Cousteau) venait à Monaco, il montait à bord, il regardait. Je voyais qu'il essayait de récupérer des idées.

Dans ses premières inventions, vous parlez du cigare des mers, qui est son premier sous-marin ?

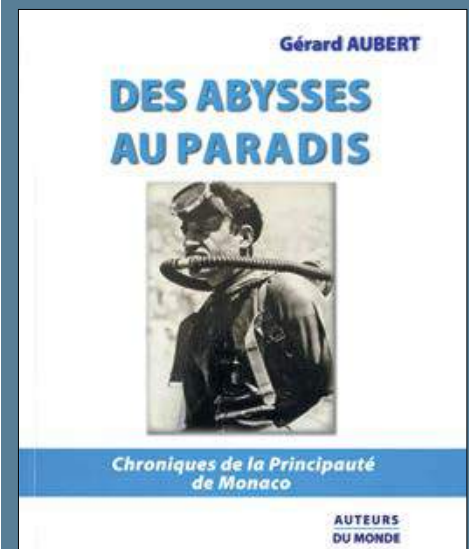
Absolument. C'était un caisson de décompression qu'il avait récupéré et qu'il a commencé à modifier. Il l'a appelé cigare parce que ça ressemblait vraiment à un cigare. Il a mis une écouteille devant avec deux ou trois hublots, un système de palonnier pour faire comme un requin, des ailerons sur le côté et avec ça il se faisait tracter par son bateau. Il était au sec, et comme il était très minutieux, très précieux dans ses idées, il mettait toujours une petite bouteille d'oxygène ou un masque en plus. Il avait fait un système pour que la porte s'ouvre de manière à sortir facilement. Il s'en est servi pour être tracté sur le fond, pour chercher des épaves, et après ils l'ont appelé la cafetière parce qu'il a rajouté une tourelle où il était assis au lieu d'être couché. Il avait une vision circulaire plus importante et avait plus de place.

Qu'a découvert Jacques Boissy ?

Il a découvert beaucoup d'amphores. A l'époque de l'antiquité romaine, beaucoup de bateaux longeaient les côtes, mais s'échouaient parfois à cause du vent, ce qui fait que leur cargaison

JACQUES BOISSY, SA VIE, SON ŒUVRE

Gérard Aubert a pu suivre les aventures de Jacques Boissy au plus près. Entre ses souvenirs et ceux des proches qu'il a recueillis, il livre ici un ouvrage complet sur la vie courte mais remplie du plongeur Jacques Boissy. De ses débuts dans la grande bleue jusqu'à l'épisode tragique de son décès, en passant par ses décorations par le Prince Rainier-III ou la récente inauguration d'un espace portant son nom à Monaco, chaque lecteur pourra se rendre compte de l'homme qu'était Jacques Boissy ligne après ligne, page après page - 39 euros.





Ci-dessus, la stèle érigée en l'honneur de Jacques Boissy sur l'allée qui porte son nom.

coulait. Certains, qui transportaient notamment du vin, du blé, se sont échoués au large de Monaco, en face de ce qui est aujourd'hui le Larvotto. Pour économiser un peu la plongée, Jacques faisait dérouler 15 mètres de chaîne et s'asseyait sur l'ancre, pour se faire traîner par le bateau. Un jour où j'y étais, il a découvert des morceaux d'amphores et en plongeant, il en a trouvé plusieurs qui étaient intactes. Il en a offert une au Prince Rainier. Il a découvert beaucoup de choses comme des ancres romaines aussi, de la vaisselle d'époque, mais il ne tirait aucun profit de rien.

Quelle était la relation de Jacques Boissy avec la famille princière ?

Le Prince Rainier a eu envie de plonger, et il n'y avait pas mieux que Jacques Boissy, c'est comme ça que tout a commencé. Ils allaient ensuite faire des plongées devant le tir au pigeon et comme le Prince Rainier a pris plaisir à plonger

avec lui, il l'emmenait souvent en croisière avec lui sur le Deo Juvante. Un jour, Jacques est venu me voir pour me dire qu'il partait en croisière avec le Prince et la Princesse. Il avait été acheté quelques vêtements pour la durée du voyage, notamment une paire de mocassins noirs. Il était sur la cale de halage et il attendait avec son sac pour embarquer. Je le vois alors prendre ses chaussures, les mettre à l'envers et les frotter au sol. Je lui ai demandé ce qu'il faisait. Il m'a alors répondu, "je ne veux pas qu'on voit qu'elles sont neuves" (rires). Le Prince Rainier l'appréciait, il a été décoré plusieurs fois par le souverain (ordre de St-Charles notamment).

Et avec Cousteau ?

Cousteau était particulier, un peu hautain, un peu scientifique. Il considérait Jacques par dessus son épaule. Après il s'est rendu compte qu'il avait de très bonnes idées, que c'était quelqu'un qu'il fallait découvrir. Il a connu Cousteau, toute l'équipe de la Calypso, Bébér Falco qui était un personnage unique.

A-t-il trouvé ce trésor tant recherché ?

Non, on ne le trouve jamais. Mais le trésor, c'est surtout les rencontres qu'il a pu faire. Sa richesse était là. Des rencontres avec le Prince Rainier, avec Cousteau et puis aussi ses découvertes. Il avait une certaine aura dans le milieu sous-marin. Sa richesse était au fond du cœur. L'important, c'est qu'il a pu transmettre cela.

Une chose qui vous a marquée en particulier ?

Je faisais mon service militaire en Allemagne, dans les blindés et je ne venais pas souvent en permission. Il y avait 23 heures de train, c'était beaucoup trop long. Et un jour, je me vois arriver Jacques. Il était venu en voiture et m'a demandé au planton de la caserne. Je me suis mis à pleurer en le voyant. Je lui demandé ce qu'il faisait là et il m'a répondu qu'il "venait voir comment ça se passe". J'ai eu une permission pour la journée. Quelques mois plus tard, il est mort. Quand il est décédé, j'étais à l'armée, mais ils ne m'ont pas laissé venir.

Quelle est aujourd'hui la première idée qui vous vient quand vous pensez à lui ?

Sa bonté et sa générosité. Il a vraiment été un exemple pour moi.



"SON CHIEN BUVAIT LA BIÈRE"

Michel Aubéry, président de la section amateur de l'AS Monaco football a bien connu Jacques Boissy. Ami d'enfance de Gérard Aubert, ils ont construit ensemble un radeau. De quoi en retirer un savoureux récit.

Par Romain Chardan - Photos : DR



n'arrivait pas à le sortir par la porte parce qu'il était trop grand. On a donc dû le démonter en partie, pour le remonter dans la rue. On l'a ensuite porté à 4 jusqu'au port en passant par la rue Grimaldi.

Il a flotté ?

On avait mis des anses, comme si on avait un brancard. Une fois dans le port, on a installé la voile, c'était un drap que j'avais piqué à ma mère. Il n'a servi à rien, mais ça faisait très radeau de la méduse. On pouvait naviguer et pour nous, traverser le port, c'était un peu comme traverser la méditerranée. On l'avait amarré dans un coin du port, et un beau jour, il n'y était plus. J'étais parti en vacances une dizaine de jours et à mon retour, Gérard m'a appris la disparition du radeau. On avait dû nous l'embarquer.

Dans sa jeunesse, Michel Aubéry et ses trois amis passaient beaucoup de temps au port de Monaco. De quoi leur permettre d'être auprès du plongeur Jacques Boissy.

Comment l'avez-vous connu ?

Je suis ami d'enfance avec Gérard Aubert. J'habitais rue Grimaldi, et le Calypso, le bar de son père, c'était le lieu de rendez-vous. On se retrouvait là, on jouait au water-polo le soir, il y avait une super ambiance. On était 4 copains d'enfance, avec Jacky Gaggino, Jean-Claude Degiovanni, Gérard et moi. On était plus ou moins tous de la même année et on habitait tous au même endroit. On avait monté une équipe de foot au Calypso, mais Jacques ne jouait pas. Il avait un chien, qui s'appelait Bobby, il buvait la bière. Jacques l'appelait, il venait, et il lui donnait la bière et le chien aimait ça !

Quels sont vos souvenirs avec lui ?

Quand je pense à lui, je pense à son bateau,

l'Épave, qui avait brûlé sur le port. Ce blockhaus où on allait souvent où il était toujours en train de bricoler. On trouvait de tout dedans. Il y avait beaucoup d'amphores. Je le voyais au bar, au Calypso, et il partait à son blockhaus, parce qu'il donnait sur la terrasse du Calypso. Après sa mort, les parents de Gérard l'ont récupéré pour en faire la réserve du bar. Il nous emmenait au ski, à Auron, dans sa vieille 4cv verte. Je me rappelle qu'il avait sauvé quelques vies humaines, des gens qui étaient en train de se noyer. C'était un type adorable, toujours disponible, qui bossait très bien.

Il y a aussi l'histoire du radeau ?

On était tout jeune. C'était avant que Jacques décède. On devait avoir 13 ans et on avait construit cela dans la cour de chez moi. Jacques nous avait conseillés. On avait pris des bidons rouges de 150 litres. A l'époque il n'y avait pas de portable ou d'ordinateur, on trouvait de quoi s'amuser avec un rien. Il était grand comme la table qui est là (il nous montre sa table de travail dans son atelier de peinture). On l'a monté, mais on



RADIOMONACO

MUSIC & NEWS 95.4

PLACE
ROYALE

9H-9H30



FRANCK HERMANN

Première radio en Principauté sur les CSP+*

radio-monaco.com





Vos œuvres d'art sous haute-protection.

AS MONACO

♦♦♦ football



LEONARDO JARDIM
LE MÉTHODIQUE

BERNARDO SILVA
LE MAESTRO



À DÉCOUVRIR AUSSI...

LIGUE EUROPA
MONACO FACE À SON HISTOIRE

TENUE
DANS LES COULISSES
DE LA CONFECTION
DES MAILLOTS



FEDCOM

AFFLELOU

TRIANGLE
INTERIM

AS MONACO  **Football Store**

AS MONACO

Football Store

CONÇU POUR BRILLER



JARDINS D'APOLLINE

1 Promenade Honoré II
98000 Monaco

+377 97 77 74 74

ASMONACO.COM

A close-up profile photograph of Leonardo Jardim, looking towards the right. He is wearing a dark suit jacket, a white shirt, and a red tie. The background is a blurred stadium setting.

LEONARDO JARDIM

"LA MÉTHODOLOGIE ÉCOLOGIQUE"

En poste depuis plus d'un an maintenant, Leonardo Jardim a su faire taire les sceptiques après un exercice 2014/15 particulièrement réussi. A quelques jours de l'entrée en lice de l'AS Monaco en Ligue Europa (le 17 septembre dernier, face à Anderlecht, 1-1), nous avons rencontré le coach.*

Dossier réalisé par Romain Chardan - Photos : Stéphane Senaux/ AS Monaco et AS Monaco.

Mercato, ambitions en championnat comme en Ligue Europa ou encore la méthode qu'il a mise en place, Leonardo Jardim évoque tout cela. Le tout en français et avec le sourire.

Il y a eu beaucoup de mouvements cet été, vous attendiez-vous à autant de départs de joueurs importants ? La moitié des titulaires de l'an dernier sont partis. Mais c'est aussi une partie du projet du

club, car il faut arriver à faire venir de jeunes joueurs à l'équipe. C'est un projet difficile, car ce n'est pas simple de faire en sorte que les jeunes soient rapidement au niveau, je n'ai pas de baguette magique. Je parle toujours avec les gens pour leur dire qu'il leur faut un ou deux ans pour être au niveau, mais en même temps, nous avons la responsabilité de jouer avec le maillot de l'AS Monaco.

Il y a eu un recrutement massif au milieu de terrain. Êtes-vous satisfait ? Aviez-vous demandé à renforcer ce secteur de jeu ?

Les joueurs recrutés cet été, je ne parle pas de Coentrao et El Sharaawy qui ont déjà joué à un bon niveau, mais les autres jeunes sont des joueurs avec beaucoup de potentiel, mais ils ne sont pas encore prêts. Ils ont besoin de progresser pour arriver à un bon niveau et nous aider pour cette année ou l'an prochain. Le recrutement est basé sur des jeunes joueurs qui ne sont pas encore prêts mais qui ont les qualités pour progresser. Nous avons besoin de temps pour faire que cette jeunesse avance. C'est peut être plus simple d'acheter des joueurs prêts et faire une grosse équipe, mais ce n'est pas notre projet.

Le recrutement a été porté sur l'offensif. Était-ce un souhait de votre part ?

Il y a aussi plus de joueurs offensifs qui sont partis, c'est pour ça que leurs remplaçants ont un profil plus offensif. Falcao, James et Rivière sont partis en début de saison dernière. Cette saison, ce sont Martial, Valère (Germain), Matheus, Alain Traoré, Carrasco. Cela fait 6-7 joueurs offensifs qui sont partis. C'est pour ça que le recrutement s'est fait sur des postes plus offensifs. Nous avons aussi recruté Coentrao pour compenser le départ de Kurzawa. Pour Abdennour, on va donner la possibilité à un jeune de la CFA et au milieu on a recruté Adama (Traoré) et Pasalic pour combler les places laissées par Kondogbia et Alain Traoré.

Vous connaissez bien le championnat de France désormais. Que pensez-vous de la Ligue 1 ?



C'est un championnat très compétitif, parce que les équipes jouent toujours à fond. Elles sont très physiques. On voit beaucoup de joueurs venus d'Afrique, costauds, qui aiment les duels et cela donne beaucoup d'intensité à la ligue française. Je crois, qu'à part Paris, il y a 5-6 bonnes équipes qui vont jouer pour les places européennes, comme Marseille, Saint-Etienne, Bordeaux, Monaco et Lyon. Après, c'est difficile de dire ce que vont faire les autres équipes, parce que certaines débutent très bien la saison et perdent leurs forces. On ne peut rien prédire. C'est un bon championnat que j'aime beaucoup parce qu'il faut toujours jouer à fond pour battre les adversaires, il n'y a pas de matches faciles.

Votre calendrier est très chargé jusqu'en janvier. Quelles sont vos ambitions pour la Ligue Europa ?
L'ambition, c'est de finir dans les deux premiers pour atteindre les seizièmes de finale. Ces deux mois sont très difficiles pour nous. Nous avons cette jeunesse qui arrive et qui n'est pas encore prête, on a deux-trois garçons qui sont des joueurs clés qui ne sont pas en grande forme parce qu'ils n'ont pas réellement eu de vacances. Mais notre objectif reste de jouer à fond les deux compétitions (championnat et Ligue Europa) pour être dans les 5 premiers en décembre et être dans les deux de Ligue Europa. Pour la deuxième partie de saison, il nous faut finir le plus haut possible.



Vous évoquez un travail

psychologique avec les joueurs. C'est quelque chose d'important pour vous ?

Oui, nous faisons par exemple du 5 contre 5. Sur un exercice de frappe, il y a 5 frappes pour un groupe et 5 pour un autre. Je vais regarder le groupe qui marque le plus de buts. L'équipe qui en marque le plus va faire 5 minutes de course, celle qui en fait moins fera 20 minutes de course. Cela travaille la compétition et leur inculque l'habitude de jouer pour gagner et de s'entraîner pour gagner.

* L'interview a été réalisée le 8 septembre. Entre-temps, l'AS Monaco a battu le Gazélec Ajaccio (0-1), fait match nul contre Anderlecht (1-1), perdu contre Lorient (2-3) et l'a emporté à Montpellier (3-2).

Que pensez-vous

de vos adversaires dans votre groupe de Ligue Europa ?

Tottenham est l'équipe la plus forte. Anderlecht est une très bonne équipe, qui est habituée à jouer la Champions League ou la Ligue Europa, avec un groupe de joueurs d'expérience. Je ne connais pas trop l'autre équipe (Qarabag), mais en même temps, j'y suis attentif. Ils ont battu les Young Boys de Berne 4-0 (sur l'ensemble des deux matches, 1-0 puis 3-0), et les Young Boys ne sont pas une mauvaise équipe. Je pense que c'est un groupe de qualité, mais qui semble être le moins favori des quatre.

Vous aviez dit avant la réception

de Lille (0-0, 2^e journée de L1) que vous aviez la même méthode que l'an dernier. Quelle est cette méthode ?

Notre méthode de travail c'est une méthode globale, qui inclut toutes les choses importantes. Nous essayons de travailler le foot dans son habitat, c'est-à-dire sur le terrain. Nous ne travaillons pas à la montagne, ou autre chose. Comme pour la condition physique, je pense que c'est important de la travailler sur le terrain, avec des situations de matches, des situations de possession du ballon, de frappes, avec les combinaisons. En même temps, l'aspect psychologique se travaille de la même manière, avec des matches,

en faisant de la compétition entre deux joueurs, entre cinq joueurs, entre deux équipes. Mettre ces situations de compétitions, c'est important pour nous, pour former les joueurs pour jouer en compétition. C'est important aussi de travailler les spécificités de chaque position.

C'est-à-dire ?

Les jeunes arrivent, ils ont des qualités, mais ils ont besoin de faire un travail spécifique à leur poste. Un bon latéral n'a peut-être pas besoin de bien frapper au but, mais il a besoin de très bien centrer. Le défenseur central n'a peut-être pas besoin de bien centrer, mais il doit avoir un bon jeu de tête. Un milieu offensif n'a pas besoin de gagner beaucoup de duels de la tête, mais il doit bien jouer, ne pas rater de passes, bien frapper de l'extérieur de la surface.

Vous faites beaucoup

de travail spécifique en fonction des postes avec les joueurs ?

Oui. Il faut travailler les choses que chacun a besoin. Ils travaillent tous ensemble, mais ils ont des besoins différents. Nous avons cette méthodologie. Je l'appelle la méthodologie écologique, parce que pour tout travail, l'habitat c'est le terrain, avec le ballon. C'est pour ça que c'est le foot. J'ai besoin de toujours travailler avec le ballon, parce que le ballon, c'est le plus important dans un match.



A full-page photograph of Bernardo Silva in action for AS Monaco. He is wearing a white and red jersey with 'PEDCOM' on the front, white shorts with '10' and 'OREZZA' on them, and yellow and black cleats. He is dribbling a white Adidas football on a green pitch. In the background, a blurred stadium crowd and a large white sign with the word 'ÖNKÜT' are visible.

BERNARDO SILVA

TETE PLEINE AUX PIEDS D'OR

Arrivé sur la pointe des pieds à l'été 2014 à Monaco, Bernardo Silva a su séduire ses dirigeants, mais aussi le monde du foot à force de prestations XXL. Prolongé en début de saison après avoir été acquis définitivement en mars dernier, le petit Portugais doit désormais confirmer sa première année à l'AS Monaco.

Nous sommes contents que Bernardo Silva nous rejoigne. Nous le suivons depuis longtemps car il fait partie des grands talents du futur du football portugais. Il va pouvoir ainsi apprendre aux côtés de nos joueurs d'expérience et nous apporter toutes ses qualités." Voilà ce qu'avait déclaré Vadim Vasilyev lors de la signature en prêt de Bernardo Silva le 9 août 2014. Le vice-président et directeur général de l'AS Monaco ne se doutait sans doute pas que ses paroles seraient si prophétiques. Car en une seule saison, le petit prodige formé au Benfica Lisbonne a fait du côté droit sa chose. En attendant de prendre l'axe ? C'est visiblement ce que souhaite le coach, mais il estime que c'est encore un peu tôt, puisqu'il a déclaré il y a quelques semaines qu'il "pourrait être notre numéro 10 axial, mais il lui manque encore la qualité de décision nécessaire."

Un Euro de haut vol

Cet été, le natif de Lisbonne a disputé l'Euro U21 avec les espoirs portugais. Une

compétition, durant laquelle il a justement évolué en numéro 10, terminant à deux reprises homme du match. Celui qui a appris aux côtés de Pablo Aimar et qui a pour idole Rui Costa a d'ailleurs réalisé un véritable récital lors de la victoire 5-0 contre les Allemands, faisant étalage de sa classe, de sa vista et de ses qualités de finition. Car le bonhomme sait se montrer décisif, comme en témoignent ses 9 buts inscrits la saison passée. Par deux fois, il a d'ailleurs donné la victoire à l'ASM dans le derby face à Nice. Les deux fois, c'était à l'Allianz Riviera, le 20 février dernier pour la 26^e journée et le 9 août pour la 1^{re} journée de l'exercice 2015/16. Cependant, l'Euro a laissé des traces. Revenu blessé, il n'a, de surcroît, pas eu beaucoup de vacances puisqu'il n'a pu couper que 10 jours. Encore en manque de rythme au mois de septembre, il devrait sans aucun doute retrouver plus de consistance et d'allant dans les semaines à venir.

Métronome

Car un Bernardo en forme, c'est une assurance de jeu et de résultats pour l'AS Monaco.

Prolongé jusqu'en 2020 avant le début de la saison, il confirme match après match tous les espoirs placés en lui. Et ce, dès son plus jeune âge. Alors qu'il évoluait encore en équipes de jeunes avec le Benfica Lisbonne, son entraîneur de l'époque, Fernando Chalana, le comparait régulièrement à Rui Costa, ex-meneur de jeu de la sélection portugaise et du Milan AC notamment. Mais il lui avait surtout trouvé un surnom, celui de "Messizinho", soit le petit Messi. Flatteur, mais pas totalement usurpé lorsqu'on le voit évoluer sur le terrain. Pas de quoi faire prendre la grosse tête à ce jeune homme qui se veut assez discret. A son arrivée, on pouvait d'ailleurs le croiser dans les rues de Monaco, se baladant tranquillement à la découverte de son nouvel univers. Et s'il a autant la tête sur les épaules, c'est à ses parents qu'il le doit, comme il l'a expliqué sur le site de l'UEFA lors de l'Euro U21. "Ce n'est peut-être pas eux qui m'ont appris à jouer au football, mais ils étaient là pour moi jour après jour. Ils m'ont inculqué leur discipline, et ça, c'est aussi important que le talent pour réussir dans le football."

Aller de l'avant

Adroit des deux pieds et doté d'une belle patte gauche, celui qui cherche constamment des solutions vers l'avant est aussi une tête bien pleine. S'exprimant régulièrement dans un anglais à faire pâlir un natif de la Perfide Albion, Bernardo Silva a cependant dû mettre ses études entre parenthèses. "J'ai tout fait pour poursuivre mes études d'économie et de droit européen mais à 19 ans, c'est devenu compliqué à cause du foot. Pour l'esprit, c'était formidable", déclarait-il à Libération un soir d'hiver à la sortie des couloirs du stade de Villeneuve D'Asq. Intelligent le garçon ? Assurément. Et bon joueur aussi. Lors d'une de ses dernières interviews, il expliquait avoir eu plaisir à jouer contre un Andrea Pirlo à qui "il est très difficile de prendre la balle", ou encore contre Gianelli Imbula (ex-OM, aujourd'hui à Porto). Fan inconditionnel de Zinédine "Zizou" Zidane, il prend un peu plus de consistance chaque semaine qui passe. Danger constant pour les défenses adverses, il ne lui manque plus qu'à s'émanciper de son côté droit, celui qu'il préfère, pour enfin prendre l'axe comme semble le souhaiter son coach. Avec le numéro 10 sur les épaules cette saison, c'est déjà un premier pas de fait...



L'AS MONACO

ET LA "PETITE" EUROPE

Voilà 10 ans que l'AS Monaco n'avait pas connu les joutes de la Ligue Europa. Son retour dans cette compétition y marque aussi sa 10^e participation. Morceaux choisis.



Ici face à Hambourg lors de la campagne 1996/97 face à Hambourg.

(alors capitaine) allaient cependant s'incliner au deuxième tour face au Lokomotiv Sofia, club de première division bulgare. Défaits en Bulgarie 4 à 2, les Monégasques l'emportaient bien au retour (2-1), mais cela était insuffisant pour rattraper les erreurs de l'aller. Cette équipe, alors notamment composée de Roger Milla, Delio Onnis, Rolland Courbis, Dominique Bijotat, Jean-Luc Ettori, Albert Emon ou encore André Amitrano, l'actuel entraîneur des gardiens, finirait ainsi 4^e en championnat, comme lors de l'exercice précédent et remportait la troisième coupe de France de l'histoire du club.

La plus belle

Après plusieurs éliminations aux premiers tours de l'UEFA (1981/82, 1984/85, 1990/91, 1995/96), l'AS Monaco entamait sa sixième participation à la coupe UEFA lors de la saison 1996/97. Alors entraîné par Jean Tigana, le club comptait parmi ses troupes quelques grands noms à venir ou confirmés du football, parmi lesquels Fabien Barthez, Sonny Anderson, Enzo Scifo, Ali Benarbia,

L'AS Monaco a une histoire assez riche et mouvementée avec le football européen. Avant la saison 2015/16, le club de la Principauté avait d'ailleurs déjà disputé 159 rencontres, toutes compétitions européennes confondues (Champions League, Ligue Europa et la défunte coupe des coupes), pour un bilan de 69 victoires, 39 nuls et 51 défaites. En Europa League, Monaco facture 48 matches (26v, 9n, 13d). Leur aventure dans la "C3" a d'ailleurs commencé lors de la saison 1979/80.

La première C3

Lors de l'exercice 1979/80, l'AS Monaco entamait sa cinquième campagne européenne, mais la première dans celle que l'on appelait à l'époque la coupe UEFA. Quatrième de Division 1 la saison précédente, les coéquipiers de Jeannot Petit



De gauche à droite, en haut :

Jean-Luc Ettori, Bernard Gardon, Thierry Ninot, Rolland Courbis, Alfred Vitalis, Alain Moizan.

De gauche à droite en bas : Christian Dalger, Jean Petit, Roger Milla, Roger Ricort, Delio Onnis.



Victor Ikpeba face à Hambourg en 1996/97.



David Trezeguet lors de la saison 1998/99.



Bruno Irles en 1996/97.

Victor Ikpeba, Thierry Henry, ainsi qu'un certain David Trezeguet qui poussait alors les portes du monde professionnel. Après avoir disposé de Hutnik, un club polonais au premier tour, la bande à Di Meco surclassait chez eux les Allemands de Mönchengladbach (victoire 4-2 à l'aller) lors du deuxième tour. La défaite à la maison (0-1) au retour n'empêchait pas l'AS Monaco de continuer et de s'envoler vers les quarts de finale après avoir disposé d'Hambourg (3-0 / 2-0). C'est alors que Newcastle se dressait sur leur route. Les Monégasques s'imposaient 1-0 à St-James Park avant d'en coller trois autres aux "Magpies" au Louis-II. L'aventure s'arrêta cependant en demi-finale (1-3 / 1-0) face à l'Inter Milan de Djorkaeff, Pagliuca, Zanetti, Zamorano ou encore Paul Ince. L'AS Monaco remporta cette année-là son sixième titre de champion de France.

Le rendez-vous raté

C'est un choix qui peut paraître paradoxal, Monaco s'étant arrêté au stade des huitièmes de finale lors de la saison 1999/2000. Une chute

face au Real Majorque (4-2 score cumulé) qui allait lui-même tomber face à Galatasaray en quarts, futur vainqueur de l'épreuve. Pour Monaco, cela aurait pu être une année fabuleuse, puisque un septième titre de champion de France s'est ajouté au palmarès du club en fin de saison. Mais c'est aussi une année marquée par la génération dorée de l'ASM, avec des joueurs comme Ludovic Giuly, Marco Simone, Philippe Christanval, Willy Sagnol, Marcelo Gallardo ou encore Rafael Marquez. C'est d'ailleurs à cette saison que remonte le dernier titre de champion de France du club.

La dernière à 10 ans

Après une élimination en phase qualificative de Ligue des Champions face au Betis Séville, Monaco se retrouvait donc pour la neuvième fois en Coupe de l'UEFA. Le club princier se qualifiait sans encombre pour la phase de poules en disposant des Hollandais de Willem II (victoires 2-0 à l'aller et 3-1 au retour). Placée dans le groupe A avec Hambourg, le Slavia Prague, le



Marco Grassi en 1996/97.

CSKA Sofia et le Viking CF, l'ASM s'emparait de la première place de son groupe en l'emportant à tous ses matches, sauf face au Viking CF (défaite 1-0 en Norvège). A l'époque, le tour de groupe ne se jouait que sur une phase aller. En seizièmes de finale, Monaco se retrouvait donc contre les Suisses de Bâle. Défait 1-0 à l'extérieur et ne pouvant faire mieux que le nul au retour, l'aventure connut une fin prématurée.

La bonne pour cette année ?

Opposés à Tottenham, Anderlecht et les inconnus de Qarabag, les joueurs de Leonardo Jardim pourraient donc avoir leur carte à jouer cette saison. Et ce même si le plateau de la Ligue Europa est chaque année un peu plus relevé. Après leur bon parcours en Champions League la saison dernière, nul doute que les Monégasques auront à cœur de rééditer un parcours du même niveau dans une compétition considérée comme la petite sœur de la C1.



Ici lors de la saison 1999/00, avec Trezeguet, Djetou, Riise et Simone.

LE CALENDRIER DE L'ASM EN LIGUE EUROPA

- 17/09 - RSC Anderlecht vs AS Monaco (1-1)
- 01/10 - AS Monaco vs Tottenham HSF
- 22/10 - AS Monaco vs Qarabag FK
- 05/11 - Qarabag FK vs AS Monaco
- 26/11 - AS Monaco vs RSC Anderlecht
- 10/12 - Tottenham HSF vs AS Monaco

UNE HISTOIRE DE MAILLOTS

Chaque année, les nouveaux maillots sont présentés au fil des semaines qui précèdent le début de la nouvelle saison. Un moment bien souvent très attendu par les supporters des différents clubs. Mais comment les maillots sont-ils réinventés chaque année ?

Une partie rouge, l'autre blanche et cette fameuse diagonale. C'est ainsi qu'est immuablement fait le maillot domicile de l'AS Monaco. Une singularité de plus pour le club de la Principauté qui se signale par bien des aspects des autres clubs de Ligue 1. Après être passée par divers équipementiers (Adidas, Macron, Puma notamment), l'AS Monaco est revenue chez Nike à l'orée de la saison dernière. "Dans le sport, Nike est le leader en termes de nouveautés, de marquages, de finitions. Ils sont, de manière générale, des précurseurs dans le domaine du sport", explique Frédéric Matéi, directeur de la boutique de l'AS Monaco.

Leadership

L'élaboration des nouveaux maillots est le fruit d'une collaboration entre le club et son équipementier. L'un propose, l'autre dispose. C'est, en somme, ce qui résume le mieux les échanges entre les deux entités. "C'est Nike qui nous fait différentes propositions. La décision se prend d'un commun accord. On essaye d'apporter de la nouveauté, sachant que sur le maillot domicile, la diagonale est inamovible. Donc le but du jeu, c'est d'apporter des petites touches, des petits changements qui permettent d'améliorer le maillot, sans en changer complètement le visuel. En fonction des choix, on peut demander à retravailler un ou plusieurs modèles en fonction de ce qui peut nous sembler utile. Mais d'une manière générale, c'est Nike qui fait des propositions." Et si une certaine liberté est laissée à l'équipementier, notamment en ce qui concerne le troisième maillot, le domicile constitue, lui, une petite difficulté. Un problème qui serait cependant l'affaire de tous les clubs. "Globalement, ce problème-là est général pour toutes les équipes. Le maillot domicile a bien souvent été lancé depuis des décennies, c'est l'image du club. Il y a une difficulté supplémentaire sachant qu'on ne peut pas sortir un maillot domicile du jour au lendemain qui n'a plus rien à voir avec l'ADN du club. D'autant que pour nous, ce maillot



domicile a été dessiné par Grace Kelly, donc il a une vraie histoire, un vrai symbole, et il est magnifique. Il se distingue véritablement de tous les autres maillots. Faire en sorte de garder l'aspect traditionnel sur le domicile rend la chose un peu plus difficile, mais donne plus de possibilités sur le maillot extérieur ou le 3^e maillot."

Innovation

C'est d'ailleurs souvent ce troisième maillot qui peut diviser les supporters. Les équipementiers regorgent d'imagination et n'hésitent pas à tenter. Si l'AS Monaco dispose d'une tenue domicile rouge et blanche et bien souvent d'un maillot extérieur blanc, la troisième tunique peut, elle, arborer des couleurs bien différentes. L'an dernier, c'est un maillot sur deux tons de bleu que les joueurs portaient. "L'objectif de Nike et de l'AS Monaco, c'est de retrouver sur le maillot domicile, comme sur le maillot extérieur, une histoire qui rappelle la Principauté. L'an dernier, cela représentait la mer, ici, sur la Côte d'Azur." Pour cette saison, c'est un maillot foncé aux liserés et écritures dorées qui a été confectionné. "Le bleu nuit représente le tunnel traversé par le Grand Prix de Monaco", précise Frédéric Matéi.

Gardien

Le club et l'équipementier effectuent en moyenne quatre à six rencontres sur la saison afin d'arriver au produit fini. Chaque département du club est représenté lors de ces réunions, mais les joueurs ne sont généralement pas vraiment consultés. Sauf un. Le gardien de but, qui est, lui, un peu à part. "Il y a tout un panel de couleurs qui nous est proposé. Mais chez nous, bien souvent, le dernier choix se fait par rapport à la volonté du gardien." Un côté privilégié pour ces portiers souvent bien seuls dans leur surface. Mais pour proposer un maillot à la hauteur des espérances des supporters, le club et l'équipementier sont d'ores et déjà en train de plancher sur les tenues 2016/17. Alors, à votre avis, comment sera le prochain ?

**TOUTE
L'ACTUALITÉ
DU SPORT
DE MONACO
ET DE LA
CÔTE D'AZUR
SUR LE WEB**

WWW.CODESPORT.FR

ACTUALITES ♦ EVENEMENTS

INTERVIEWS ♦ BREVES ♦ REPORTAGES



CODE SPORT



@CODESPORT



LE STRATO

Courchevel 1850 - Luxury hotel

☆☆☆☆☆

Tél. : 0033 (0) 479 415 160 - Fax : 0033 (0) 479 415 170
Site Web : www.hotelstrato.com - Email : info@hotelstrato.com

