

Handball

Les Bleus à Tignes, une évidence sur la route de l'or olympique

Les champions olympiques en titre sont en Haute-Tarentaise depuis jeudi pour le premier stage de préparation aux Jeux de Paris. L'équipe de France n'a pas choisi la station de Tignes par hasard.

D'ailleurs, en préambule et avant de toucher le ballon, les joueurs et le staff ont eu un gros morceau à avaler ce samedi matin : la partie finale (à partir du Forêt au-dessus de Val d'Isère) du col de l'Iseran. Pas simple pour les gabarits du collectif tricolore, qui ont su s'arracher pour atteindre le sommet avec détermination.

« C'est un très bon dérivatif qui fait appel à la cohésion du groupe. Pour un sport d'intérieur comme le nôtre, c'est parfait, ça change vraiment de notre quotidien », assure l'entraîneur adjoint des Bleus Erick Mathé, qui avait repéré et validé toutes les activités et le programme en compagnie du sélectionneur.

De son côté, l'arrière gauche du Barça formé à Chambéry Timothy Nguessan était heureux d'être là : « Il y a les montagnes, la fraîcheur, du calme, ça fait du bien ».



Melvyn Richardson (avec le ballon) et les Bleus ont offert une séance d'entraînement au public de Tignes. Photo Le DL/Thierry Guillot

N. Karabatic : « (L'Iseran) 1h30 de grande souffrance »

« Je connais Tignes pour être venu avec le PSG il y a deux ans. Après, le vélo c'est très bien. Mais le col de l'Iseran, c'est très dur. Nous sommes allés au bout de l'effort. 1h30 de grande souffrance », raconte, amusé, la star de l'équipe de

France Nikola Karabatic.

Guillaume Gille, qui réside depuis longtemps en Savoie, ajoute : « Nous bénéficions d'un environnement naturel exceptionnel. L'altitude mettra les organismes à rude épreuve et rendra chaque effort plus difficile. La meilleure des manières de nous préparer pour les Jeux. Je suis ravi de notre collaboration qui s'inscrit dans une longue tradition. Lorsqu'il

a été question de trouver l'endroit idoine qui correspondait parfaitement à nos exigences, dans la quête d'une nouvelle médaille d'or, à domicile, pour le hand français, le choix de Tignes s'est imposé ».

En or à Pékin (2008), Londres (2012) et Tokyo (2021) et argentés à Rio (2016), les Français connaissent le prix à payer pour tutoyer l'excellence et se hisser sur la plus haute marche

Repères ▶ Les dates à retenir

● **Les stages**
À Tignes, jusqu'au 5 juillet.
À Créteil (Maison du hand) du 8 au 17 juillet.

● **Matchs de préparation**
13 juillet (17h40) : Allemagne - France à Dortmund (17h40) ; 17 juillet (18h) : France - Croatie à Chartres.

● **Jeux Olympiques**
Tour préliminaire (Paris) : 27 juillet (21 h) : Danemark - France ; 29 juillet (19 h) : France - Norvège ; 31 juillet (19 h) : France - Égypte ; 2 août (11 h) : Argentine - France ; 4 août (16 h) : Hongrie - France.

Si la France est qualifiée - **Tableau final (Villeneuve-d'Ascq)** : 7 août : quarts de finale ; 9 août : Demi-finales ; 11 août : Places 3-4 et finale.

du podium. Un nouveau succès olympique, à ne surtout pas banaliser, passera par un bon stage savoyard. Le message semble être passé.

● **Gauthier Castaldi**

Ultra-trail

Seul ou à plusieurs : comment courir la Chartreuse Terminorum

En solitaire ou en petits groupes : les stratégies sont différentes pour dompter la Chartreuse Terminorum. Les coureurs se réunissent en fonction des niveaux, de la vitesse et préfèrent parfois rester seuls. Tour d'horizon des différentes stratégies.

En groupe ou en solo, l'objectif est le même : finir la Chartreuse Terminorum. Les 40 concurrents de cette course épique dans le massif de la Chartreuse (300 km, 25 000 m de dénivelé) sont tous partis vendredi au petit matin pour aller chercher les 14 livres dans la forêt et réaliser les cinq boucles dans les temps impartis (16 heures chacune). Pour ça, la stratégie fait partie intégrante

du jeu. Seul ou à plusieurs ? Les coureurs rencontrés sont unanimes. « L'entraide c'est vraiment important parce que quand quelqu'un a un coup de mou, les autres motivent car cela arrive forcément sur une course de 10h/12h. Petit à petit ça revient, alors c'est chacun son tour », explique Nicolas Moyroud, un des cinq à avoir terminé l'édition 2023 et qui a arrêté à la fin de la deuxième boucle.

François-Xavier Berthet : « J'étais un peu trop chaud bouillant »

Sur le parcours, il s'est vite retrouvé en tête avec Maxime Gauduin et François Devaux, toujours en tête dans cette Terminorum alors que l'orage a

éclaté samedi soir à Saint-Pierre-de-Chartreuse.

Le trio a passé pas mal de temps ensemble sur les sentiers chartroussins. « Souvent, on galère un peu à trouver les livres. On jardine pas mal tout autour et quand on n'est pas trop lucide, quelqu'un peut nous aider à trouver la voie », reprend Maxime Gauduin, qui a lui aussi abandonné à cause d'un orteil douloureux... Le troisième membre du trio François Devaux est donc parti seul en tête. Une bonne chose ? Demandons à François-Xavier Berthet, qui est reparti seul dans la deuxième boucle, dans la nuit noire. « J'étais un peu trop chaud bouillant au début, j'ai fait la première montée un peu fort. J'ai rejoint un collègue et on s'est



De gauche à droite : François Devaux, Maxime Gauduin et Nicolas Moyroud lors de la première boucle de la Chartreuse Terminorum. Seul le premier est parti pour une troisième boucle. Photo Le DL/Benoît Lagneux

vachement aidé pendant la nuit pour trouver les bouquins », résume l'Isérois. Lui et Etienne Chazal sont d'ailleurs repartis ensemble, preuve que l'entente marche bien... Jusqu'à quand ? « Dans la cinquième boucle, il faut être tout seul. Parce qu'à la fin, c'est la gagne », conclut Nicolas Moyroud, finisher 2023.

● **Louis André et Anne-Lyse Raymond**

▶ La course à suivre sur notre site

Sur les 40 partants, ils sont neuf à être partis samedi dans la troisième boucle de la Chartreuse Terminorum qui doit se terminer ce dimanche matin à 7h24. Pour savoir combien ont réussi à réaliser la boucle, suivez notre live sur notre site internet.