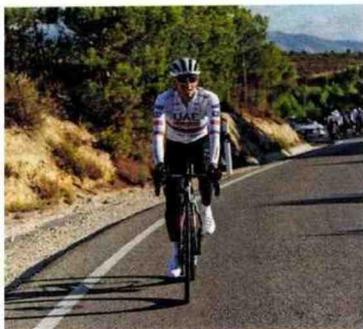




LE BRIEF

**ENTRE TEIDE ET SIERRA NEVADA
LA RUÉE VERS L'OR**

L'Espagne reste le camp de base des cyclistes. Jusqu'à fin mai, de nombreuses « cartes postales » en provenance de la Sierra Nevada (à droite) ont garni les réseaux sociaux. Un vélo posé contre un mur de neige pour célébrer l'ascension du Pico Veleta pour Primoz Roglic (42 km à 3 300 m d'altitude), une publication Strava pour fêter une sortie de six heures avec 5 206 mètres de dénivelé par Remco Evenepoel. L'Andalousie a récupéré une grande partie du peloton, qui a passé l'hiver sur les flancs du volcan Teide, aux Canaries. La Sierra Nevada permet de travailler en altitude sous un ciel clément en cette période. Tadej Pogacar y a précédé ses futurs rivaux du Tour dès la fin mars. Trois semaines de séjour minimum sont nécessaires pour tirer bénéfice de l'exposition en hypoxie (en dette d'oxygène) à la redescente.

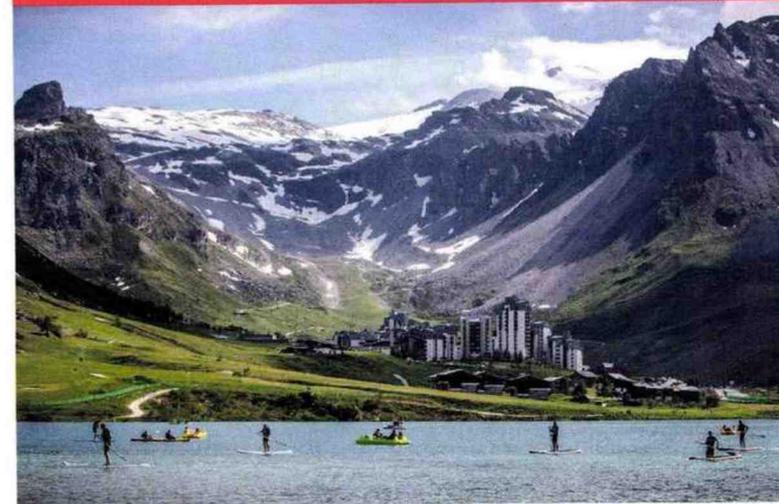


**ISOLA 2000
POGACAR EN VOISIN**

Cette année plus que jamais, Isola 2000 est « le » lieu stratégique d'approche du Tour. La station offre une proximité avec tous les cols qui seront escaladés par les coureurs de la Grande Boucle les 19 et 20 juillet prochains : la Couillote, la Colmiane, la Bonette et la Lombarde, ultime ascension menant vers Isola 2000. Pour ces raisons, Tadej Pogacar (ci-dessus) a choisi d'y camper son stage terminal, dix jours après la fin du Tour d'Italie. Résident monégasque, le Slovène peut même s'offrir un aller-retour à la maison dans la journée s'il le souhaite. Après une première semaine en solitaire, le coureur sera rejoint par ses équipiers prévus pour l'épauler sur le Tour. Ils pourront y croiser une multitude d'autres pros en stage individuel, parmi lesquels Guillaume Martin, dont l'équipe Cofidis est une habituée des lieux.



Faim de stages
Avant le Tour, les stars du peloton auront passé plus de temps en altitude qu'en compétition. Cartographie de leurs « spots » préférés.
PAR EDDY PIZZARDINI



TIGNES ROGLIC DANS SON DOMAINE

Grosse affluence en perspective dans la station savoyarde avec Primoz Roglic comme ambassadeur. L'ancien sauteur à ski y a ses habitudes depuis 2020 et, après y avoir séjourné cet hiver pour s'adonner au ski de randonnée, il rejoindra son chalet du bord de lac à 1 800 m d'altitude au soir de l'ultime étape du Dauphiné, vite rejoint par ses équipiers de Bora-Hansgrohe. Les locaux ne s'étonnent plus de voir le Slovène courir à pied le matin avant de plonger dans le lac pour un bain à 10 degrés ! Son ancienne équipe, Visma-Lease a Bike, a elle aussi gardé ses habitudes dans la station tignarde. Malgré les graves blessures causées par sa chute dans le Tour du Pays Basque (fractures de la clavicule gauche et de plusieurs côtes, contusion pulmonaire et pneumothorax), le double vainqueur du Tour Jonas Vingegaard est arrivé dans la station en éclaireur dès le 28 mai après s'être testé à Majorque. Il faudra aux coureurs, en revanche, patienter jusqu'au 15 juin pour escalader l'Iseran à 2 777 m d'altitude, le col étant encore fermé à la circulation.

Alain Beryll / L'Équipe - UAE Team Emirates / Fizza - Sébastien Boudet / L'Équipe