

# DÉCRYPTAGE

# SKI NAUTIQUE

## Le portrait des figures

Sauts, rotations... C'est aussi ça, le ski nautique. Nicolas Le Forestier nous décrit sa discipline avant les Championnats du monde qui débutent lundi en Italie

Par Valérie Blanc



JEAN-MARC FAURE/WOODMOLDOLO

### LA FIGURE

La figure réalisée ici par Nicolas Le Forestier est un « Moebius », un saut périlleux arrière avec une vrille de 360° d'avant en avant et un passage de main. Une des figures les plus techniques et les plus

cotées (800 points). Le Forestier : « C'est un enchaînement de deux boucles. Le saut périlleux part de la vague droite vers la vague gauche et la vrille tourne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Il faut prendre assez de

hauteur et de vitesse pour avoir le temps de réaliser correctement les figures et le passage de main. Le truc est de lâcher le palonnier une fois que le corps est à l'horizontale pour s'enrouler et le récupérer dans le dos avec l'autre

main tout en préparant la réception. On essaie d'atterrir légèrement en carre vers l'extérieur pour continuer à avoir de la vitesse et ainsi enchaîner d'autres figures. »

### L'ÉVOLUTION DE LA DISCIPLINE

Nicolas Le Forestier : « Dans les années 80, l'épreuve de figures était la discipline reine du ski nautique. Mais comme les figuristes ne réalisaient alors que des mouvements en rotation,

elle a vite perdu de sa popularité et a même commencé à disparaître du programme de certaines compétitions. Les skieurs ont donc dû enrichir leur répertoire et inventer de nouvelles figures plus spectaculaires, en intégrant

notamment des sauts périlleux. Ces derniers présentent en fait moins de risque techniquement parlant, car même si on se retrouve la tête en bas, les deux mains restent en permanence sur le palonnier. Pendant les

rotations, en revanche, il faut lâcher la corde pour la récupérer dans le dos. Le risque de chute est omniprésent. Aujourd'hui, les skieurs réalisent des sauts périlleux avec une rotation de 360° et un passage de main. »

### L'ÉPREUVE

L'épreuve de figures consiste en deux runs de vingt secondes chacun pendant lesquelles le skieur tente de réaliser le plus grand nombre de figures (entre 12 et 15 pour les meilleurs). Il ne peut répéter deux fois la même. Le premier passage se réalise généralement corde en main, la deuxième corde au pied. Avant de s'élancer, le figuriste remet au jury une « feuille de parcours » avec les enchaînements qu'il compte réaliser et l'ordre dans lequel il va les présenter. Des points sont accordés par cinq juges pour chaque figure en fonction de la difficulté, le vainqueur étant celui qui totalise le plus grand nombre de points.

### NICOLAS LE FORESTIER

Né le 30 mars 1973  
1,76 m, 82 kg  
Ingénieur informatique. Quintuple champion d'Europe de figures, six fois champion de France, vainqueur de l'US Masters à plusieurs reprises, actuel recordman du monde de la spécialité (12 220 points), le Français court encore après le titre de champion du monde (trois fois deuxième) qu'il espère décrocher cette semaine à Recetto, en Italie.

### L'ÉQUIPEMENT

#### LE BATEAU

Il développe une puissance de 350 chevaux minimum, et est doté d'un couple de traction suffisamment important pour pouvoir garder une vitesse constante – 30-35 km/h – pendant tout le parcours. Il est équipé d'un mât dont le haut est à 1,10 m au-dessus de l'eau et sa coque en V forme dans son sillage deux vagues d'une vingtaine de centimètres sur lesquelles le skieur prend impulsion pour réaliser les figures.

#### LA CORDE

Elle mesure environ 13 m de long. Le palonnier dispose d'une bride dans laquelle le skieur peut insérer son pied pour réaliser les figures corde au pied.

#### LE MONOSKI

Dépourvu de dérive pour faciliter les pivotements, sa planche mesure 1,10 m de long pour 28 cm de large. Le pied avant se place dans l'axe du ski, le pied arrière est décalé de 45° environ. La fixation avant est une chausse inspirée du roller, la fixation arrière est une simple patte en caoutchouc qui permet de se dégager rapidement en cas de chute.

# DÉCRYPTAGE

## PATINAGE

### Tours de force givrés

Sarah Abitbol et Stéphane Bernadis nous livrent les ficelles du triple axel lancé, le saut le plus difficile au monde. Actuellement les seuls capables de le maîtriser, ils veulent le tenter cette saison. Pourquoi pas au Trophée Lalique aujourd'hui ?

Par Claire Riou

#### LE TRIPLE AXEL, UN SAUT MYTHIQUE

C'est d'abord un axel, c'est-à-dire le seul saut dans lequel le patineur part vers l'avant et retombe en arrière, ce qui entraîne déjà des risques de chute. Trois axels consécutifs, effectués en trois rotations et demie, représentent pour l'exécutant un vol de 8,50 m, ce qui rend la réception très dangereuse. Cette figure s'est pourtant banalisée chez les hommes, dont la puissance musculaire est plus grande. Le Canadien Vern Taylor a été le premier patineur à l'avoir réussie en 1978. La Japonaise Midori Hito, aujourd'hui retirée de la compétition, a été la première patineuse à l'accomplir en 1989.



#### 3 LA RÉCEPTION

À la réception du saut, la cheville de Sarah encaisse entre 220 et 440 kg (5 à 10 fois son poids, selon l'angle de la réception). Sarah tente à chaque entraînement deux doubles axels puis deux triples. Sa cheville droite encaisse donc plus d'une tonne. « J'ai beau avoir des jambes puissantes, c'est une limite que j'évite de dépasser », reconnaît-elle.

#### 2 TROIS TOURS ET DEMI EN L'AIR

Il existe une période d'adaptation pendant laquelle le patineur perd ses repères dans l'espace. Il n'arrive plus à s'orienter et ne sait plus combien de tours il a fait, ni dans quel sens il doit tourner. « Par exemple, lors des JO de Nagano, j'ai fait les trois rotations du triple axel, mais j'ai "retourné" la réception », confie

Sarah. Pour passer ce cap, elle s'est beaucoup entraînée avec Thierry Cérez, champion de France 1998 et spécialiste du triple axel. « Il me conseille et on discute des sensations que procure ce "vol". »

#### OÙ PLACER LE TRIPLE AXEL DANS L'ENCHAÎNEMENT ?

« Notre chute au Grand Prix de Lyon (en 1999) nous a fait comprendre que l'axel venait trop loin dans le programme (en quatrième position). On était trop fatigués, raconte Stéphane. Mais comme on s'était fait peur, on a mis de côté le triple axel pendant un an. » Ils l'ont repris il y a six mois, avec l'aide de leur entraîneur, Stanislas Leonovitch. Cette saison, le triple axel viendra en deuxième élément, à la 40<sup>e</sup> seconde du programme libre, juste après un saut plus simple qui leur servira d'échauffement. « Nous le tenterons à chaque compétition pour l'"homologuer" dans notre tête, afin d'être prêts pour les Championnats du monde (au Japon, à Nagano, en mars 2002). On se bat d'abord contre nous-mêmes. »

#### ET SI LA FIGURE NE PASSE PAS ?

Le risque existe. En tentant de mettre au point un quadruple salchow lancé, les doubles champions du monde et d'Europe russes, Elena Berezhnaïa et Anton Sikharulidze, ont déréglé tous leurs autres sauts et leur chorégraphie. Leur saison noire a cessé quand ils ont abandonné le quadruple. Pour éviter pareille mésaventure, Stéphane et Sarah ont leur stratégie. Ils travaillent un jour les sauts, le lendemain les éléments artistiques. « On les mélange le moins possible pour éviter de les associer mentalement. Comme ça, si un saut est réussi, c'est un bonus qui va nous faire patiner encore mieux le reste du programme. S'il est raté, on ne reste pas bloqué dessus. Pour l'instant, ça marche, on n'a jamais eu de trous de mémoire. »

#### SARAH ET STÉPHANE EN BREF

Stéphane Bernadis, 27 ans, 1,80 m, 80 kg. Sarah Abitbol, 26 ans, 1,50 m, 44 kg. Patinent ensemble depuis 1992. Huit fois champions de France, 3 fois médaillés de bronze aux Championnats d'Europe (1998, 99, 2001), 6<sup>e</sup> aux JO de Nagano en 1998, médaillés de bronze aux Championnats du monde 2000.

#### 1 COMMENT STÉPHANE LANCE SARAH

« Dès notre rencontre (en 1992), j'ai remarqué que Sarah avait un don inhabituel pour le double axel », se souvient Stéphane. Mais elle n'a pas la force nécessaire pour un triple. Son partenaire a alors l'idée de la « lancer », astuce permise par les juges. Il la met au défi d'essayer. Avec l'aide de Jean-Roland Racle, leur entraîneur à l'époque,

ils tâtonneront seulement quinze jours. « Je dois toujours attendre Sarah, sinon, elle a l'impression que je la balance dans le vide. Quand elle n'est pas prête, elle se raidit, je le sens en un quart de seconde et j'arrête tout, précise Stéphane. Heureusement, elle ne pèse que 44 kg. Je la lance quand même à 1,20 m, 1,40 m du sol. » En stage cet été, chez Tatiana Tarasova (l'entraîneur du champion

du monde Alexei Yagudin), ils ont d'abord répété au sol, dans du sable. Après s'être mis d'accord sur le départ du saut, ils ont suivi Nicolai Morozov, l'assistant de Tatiana, qui leur a montré les mouvements sur la glace.

# DÉCRYPTAGE

## GYM Comment lâcher la barre

À la barre fixe, passer un « Kolman » ne s'improvise pas. Yann Cucherat décompose cette figure avant les Championnats de France, à Metz, ce week-end

Par Véronique Bury. Photo Jean-Marie Favre/Wooloomooloo

### DU KOVACS AU KOLMAN

Fin des années 70 : Peter Kovacs, un Hongrois, lâche les mains de sa barre fixe et passe un salto arrière groupé au-dessus. On le copie peu jusqu'au début des années 90, où les gymnastes le déclinent en position carpée (jambes tendues serrées). 1992 : Lojze Kolman, un Slovène, présente pour la première fois ce lâcher avec une vrille en bonus. Aujourd'hui, le « Kovacs » est incontournable, mais peu de gymnastes tentent le « Kolman » (ou « Kovacs vrille »), figure classée au plus haut niveau de difficulté dans le code de pointage (0,10 point de bonification). Une autre variante existe : le Kovacs vrille corps tendu, que l'Italien Igor Cassina a réalisé en novembre dernier aux Championnats du monde.

### 1 PRENDRE DE LA VITESSE

Yann effectue deux tours autour de la barre (« soleils ») : il a ajouté un grand tour supplémentaire (« soleil de préparation ») pour gagner de la vitesse avant d'attaquer le « soleil préliminaire » (ici sur la photo).

### YANN CUCHERAT

- ▶ Né le 2 octobre 1979 ; 1,71 m, 69 kg.
- ▶ Sixième en finale des barres parallèles aux JO de Sydney.
- ▶ Quatrième par équipes aux Championnats du monde 2001.
- ▶ Passe le Kovacs groupé depuis 1994.
- ▶ Après trois mois d'entraînement, passe le Kovacs vrille (Kolman) pour la première fois aux Internationaux de Bercy en mars 2001.

### 2 MONTER TRÈS HAUT

En descendant, Yann « casse » le corps. Cette fermeture permet une extension maximale du corps une fois qu'il est à la verticale de la barre. L'extension lui permet ensuite de provoquer un fouetté des pointes de pied. Cette phase détermine la courbe que prendra ensuite le lâcher. Le but est de monter le plus haut possible au-dessus de la barre, mais sans s'en éloigner, pour la rattraper après le salto arrière. Pendant la descente puis la remontée, le corps reste « gainé », solidement fermé.

### 3 LÂCHER LA BARRE

Yann lâche la barre en donnant une impulsion des bras. « Au moment de lâcher, je pense à rentrer ma tête pour rester au-dessus de la barre. Si j'ai tendance à tirer trop vite la tête en arrière, c'est-à-dire à anticiper le salto pour voir la barre plus tôt, ça va m'éloigner et je ne rattraperai pas. »



### 4 EN L'AIR, RÉALISER UN SALTO ARRIÈRE ET UNE VRILLE

Pour un Kovacs groupé, le gymnaste perd un court instant la barre des yeux. Pour un Kolman (photo), Yann garde le regard sur elle durant toute la phase d'envol, c'est ce qui lui permet de déclencher la rotation longitudinale durant le salto arrière. L'Ukrainien Beresch, vice-champion du monde, réalise la vrille longitudinale avant le salto arrière. Yann, lui, effectue sa vrille par deux demi-tours pendant le salto arrière. Il finit sa vrille en rattrapant la barre une main à la fois.

### 5 RATTRAPER LA BARRE

Le Kovacs vrille est réussi lorsque les deux mains rattrapent la barre. Tant que le gymnaste n'est pas passé à la verticale sous la barre sans lâcher, il n'est pas sûr de ne pas chuter.

### QUAND PLACER CE LÂCHER DANS UN MOUVEMENT ?

Yann Cucherat place le Kolman au début de son mouvement. « Je préfère faire la grosse difficulté au début pour me concentrer ensuite sur les autres éléments. Le lâcher est déterminant : si on rattrape, le mouvement est presque terminé. Si on tombe, il faut le recommencer. Sur le reste du mouvement, si on fait une erreur, on peut toujours se rattraper en évitant la chute. »

### ET SI ON CHUTE ?

Aux Championnats du monde en novembre dernier, Yann a chuté. « Je rattrape la barre une main à la fois, et cela peut parfois me jouer des tours. Là, ma manique s'est mal replacée et j'ai lâché une fois en bas. Je n'étais pas sûr de le refaire, parce que je prenais le risque d'une autre chute, alors que ma note comptait dans le total de l'équipe. Mais si je ne le refaisais pas, je perdais 0,40 point pour le lâcher. » Alors, Yann a recommencé son lâcher, en le rattrapant.

# DÉCRYPTAGE LONGBOARD *Faite* pour la descente

La longboard, skate de descente, est encore confidentielle en France. Revue des rudiments, du matériel et de la sécurité

Par Valérie Blanc. Photos Jean-Marc Favre/Wooloomooloo

La longboard est une descendante du skateboard plus résolument vouée à la descente. Si les premiers skates artisanaux remontent à 1960, la longboard, elle, arrive sur le marché au début des années 90, aux USA d'abord. C'est plus tard qu'on la trouve sur nos terres. En 1997, Hervé Pellarin (photo)



en acquiert une. Vingt-cinq ans de pratique du skate l'aident rapidement à la maîtriser. Il rallie nombre d'adeptes à cette jeune discipline et, dès 1998, l'effet longboard se développe. Des compétitions s'organisent aux quatre coins de l'Europe, où l'on retrouve souvent Hervé sur les podiums. Mais la France est à la traîne. Alors Hervé et ses amis créent, en 1999, l'association D 173 (du nom de la route qu'il fréquente régulièrement) et, largement appuyé par la municipalité d'Argonay (village de 2 000 âmes en Haute-Savoie), y ouvre, de manière régulière et en toute légalité, la première route au monde dédiée à l'entraînement et à des compétitions de longboard. Le sérieux de l'association

et la qualité du parcours vont permettre à la D 173 d'être connue dans le monde entier puisque, les 8 et 9 juin 2002, une étape de la Coupe du monde de longboard y sera organisée, au même titre que celles des mégapoles Le Cap et San Francisco !

## PRATIQUE

Pour plus d'informations sur l'association D 173 : [d173@wanadoo.fr](mailto:d173@wanadoo.fr) ou <http://www.chez.com/d173>  
La longboard est rattachée à la Fédération française de roller-skating (FFRS).

## L'ACTION

La longboard, dans une descente de type moyen, permet allégrement de filer jusqu'à 70 km/h. Pour ralentir, le pratiquant fera quelques petits virages secs. Cette technique permet également de se positionner en extérieur. À l'entrée du virage, positionné en extérieur, il se baisse en se mettant le plus bas possible et sur l'avant. Jamais il ne perd de vue la sortie. Quant à la position sur la planche, elle est propre à chacun selon ses affinités et son ressenti. Hervé Pellarin (ci-contre) s'aide de son bassin et de ses bras pour l'équilibre. Après avoir parcouru 1/3 de l'extérieur, il rentre vers l'intérieur pour ressortir en extérieur et continuer sa course.

## LA SÉCURITÉ

Il y a peu d'accidents provoquant des fractures, mais plutôt des chutes sur le bitume occasionnant des brûlures. Néanmoins, pour une bonne sécurité, la pratique de la longboard doit toujours se faire avec les quatre éléments de base.

### CASQUE

Pour protéger le visage et les dents, il est absolument recommandé de le prendre avec mentonnière.

### COMBINAISON INTÉGRALE

Dans le cas d'une pratique à haut niveau, le rider privilégiera la combinaison intégrale en cuir avec genouillères et coudières. Du fait que ce vêtement ne fait pas de plis, le rider aura une meilleure pénétration dans l'air, donc une vitesse plus grande.

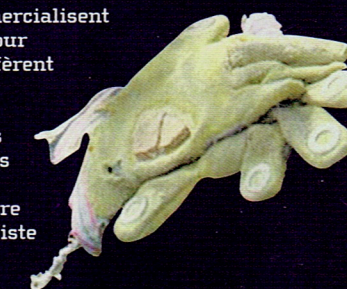
### GENOUILLÈRES ET COUDIÈRES

Comme pour beaucoup d'autres sports, ces deux éléments servent à protéger les articulations des chocs, donc à éviter les fractures en cas de chute.

### LES GANTS

Même si certaines marques commercialisent des gants spécialement conçus pour la longboard, les pratiquants préfèrent les fabriquer eux-mêmes.

Comme la main est souvent posée à terre, les gants doivent être très résistants. Pour ce faire, des gants de jardinage sont incrustés de morceaux de carrelage, de pierre ou encore de Teflon. Une paire résiste à environ 500 kilomètres de pratique.



## APPRENTISSAGE

Il n'existe pas d'école. Mais la longboard n'est pas un sport sans risque. Il est donc préférable de débiter avec des personnes sachant en faire.

## LA LONGBOARD LA PLANCHE

Aucune mesure type n'existe. Les modèles mesurent de 85 à 120 cm de long et de 17 à 22 cm de large. Si l'on pratique sur une route étroite, on privilégie une planche courte au rayon de braquage assez petit permettant ainsi de mieux tourner. Parallèlement, sur route large, on opte pour une planche plus longue qui est plus stable. Quant aux matériaux utilisés, là encore seul le ressenti du rider pousse à opter pour un modèle en bois, en bois et fibre, ou en aluminium. La différence ne se fait que sur la souplesse quelle que soit la finition. Une longboard souple est plus confortable pour le carving (virage et slalom) tandis qu'une planche plus rigide s'adapte mieux à la descente et à la vitesse du fait d'une meilleure précision.

## LES ROUES

On trouve différents modèles toujours fabriqués en uréthane. De 60 à 85 mm de diamètre, les petites roues servent à la balade tandis que les grosses, ayant un plus gros développement, sont utilisées pour la vitesse.

# DÉCRYPTAGE SKI ACROBATIQUE

## Comment on bosse

Tout ce qu'il faut savoir avant l'étape de Coupe du monde d'Oberstdorf, ce samedi, décisive avant les Jeux. Démonstration en pente douce avec Laurent Nioi

Par Karen Pallandre-Allais (ex-membre de l'équipe de France)

### LES BRAS

Les bras rythment et équilibrent le virage à condition qu'ils soient toujours parfaitement placés « devant » le buste du skieur. Ils permettent aussi d'assurer une stabilisation lors de l'envol et de la réception du saut, en offrant un appui supplémentaire.

### LES SAUTS

Le niveau technique flirtant actuellement avec la perfection, c'est en « saut » que les meilleurs mondiaux (ici Johann Grégoire) tentent de se démarquer. Ils rivalisent donc de créativité et d'engagement. Chaque saison, apparaissent de nouveaux sauts intégrant une association de figures toujours plus complexes (nouveaux crus 2001-2002 : 360° ou 720° avec figure(s) dans le mouvement), évidemment très spectaculaire ! Les sauts sont généralement doubles ou triples pour les filles (deux ou trois figures appelées



« manœuvres » lors d'un même saut, ce qui nécessite une prise de hauteur et de risque importante) ou triples ou quadruples pour les garçons.

### CLASSEMENT ET NOTATION

Les juges notent la prestation du skieur entre les banderoles qui délimitent la piste. Le skieur ne doit pas sortir de cet espace. La note finale est le résultat de trois composantes :  
— Les notes techniques comptent pour 50 % du résultat (style et silhouette du skieur, forme des virages, respect de la trajectoire, rythme, fautes éventuelles). La notation se fait sur l'ensemble de la descente à l'exception des sauts.  
— Les notes saut comptent pour 25 % du résultat (figures elles-mêmes : hauteur, complexité et réalisation ; qualité de la prise

d'élan ; qualité de la réception). Il est obligatoire de réaliser deux sauts différents dans la descente (dans le cas contraire les juges ne notent qu'un des deux sauts).  
— La note vitesse, comptant pour 25 % de la note, est sanctionnée par le chronomètre. Ce temps est étalonné afin d'être traduit en points. La note la plus élevée désigne le vainqueur. Si le système de notation paraît complexe, il est cependant aisé pour un spectateur, même novice, d'identifier les plus belles descentes.

### CONCENTRATION

La durée d'un « run » (passage) est d'environ trente secondes, la concentration est très intense. Durant sa descente, le skieur suit précisément la trajectoire qu'il a repérée et mémorisée. Il exécute ses sauts comme décidé avant son départ. Aujourd'hui, une seule faute éloigne le skieur du podium, seule option possible : une prestation parfaite et plus spectaculaire que celle des concurrents.

### LE « SINGLE »

C'est la formule de course retenue pour les Jeux Olympiques. Chaque coureur effectue individuellement sa descente. Les douze premiers des éliminatoires sont sélectionnés pour la finale. Les coureurs partent alors dans l'ordre inverse de leur classement pour une nouvelle compétition qui consacra le vainqueur. Il existe une autre formule, le parallèle, où deux coureurs descendent simultanément et celui qui obtient les meilleures notes est qualifié pour le tour suivant.

### L'après-Grospiron

Personnage emblématique du ski de bosses, il n'a pas à rougir de ses successeurs. Moins médiatisé pour d'obscures raisons, le ski de bosses poursuit néanmoins ses moissons de médailles. Champions et championne du monde : Stéphane Yonnet en 2001, Johann Grégoire en 1999, Candice Gilg en 1997 ; vainqueurs du classement général de la Coupe du monde : Tony Hemery en 1999 et 1997, Candice Gilg en 1996 et 1997. Les victoires et podiums en Coupe du monde se comptent par dizaines depuis 1995.

### LES JAMBES

Les jambes absorbent l'intégralité des chocs tel un amortisseur. Puissance, tonicité et vélocité sont des qualités musculaires indispensables afin de conserver un contact « ski-neige » et d'anticiper le virage suivant (garant d'un bon contrôle de la vitesse).

### LES SKIS

Les skis sont un compromis de grande maniabilité (permettant des virages à rayons extrêmement courts) et de grande solidité pouvant supporter des atterrissages d'une hauteur de 4 à 5 mètres sur une surface non plane. Ils sont donc très

« nerveux » et spécifiquement renforcés. Leur taille est généralement de 170 cm pour les femmes et de 180 cm pour les hommes.

### LE BUSTE

Le haut du corps conserve une position « d'attaque » de la bosse indépendamment du travail des jambes (pour éviter les déséquilibres). Un gainage parfait des abdominaux et des dorsaux est capital.

### LES BOSSES

Naturelles il y a encore quelques années, les bosses sont désormais préparées par des engins de damage. Ces derniers modèlent des « hoops » (bosses artificielles impraticables pour des skieurs non initiés). La

longueur de la piste varie entre 220 et 270 mètres et peut atteindre une pente maximale de 32°. Cette caractéristique offre par ailleurs au spectateur une visibilité de l'ensemble du parcours.

### LES BÂTONS

Les bâtons sont très courts car ils sont plantés à la cime des bosses alors que le skieur est « au fond ».



WUOLCHOCOLO



# DÉCRYPTAGE SNOWBOARD

## Le half-pipe

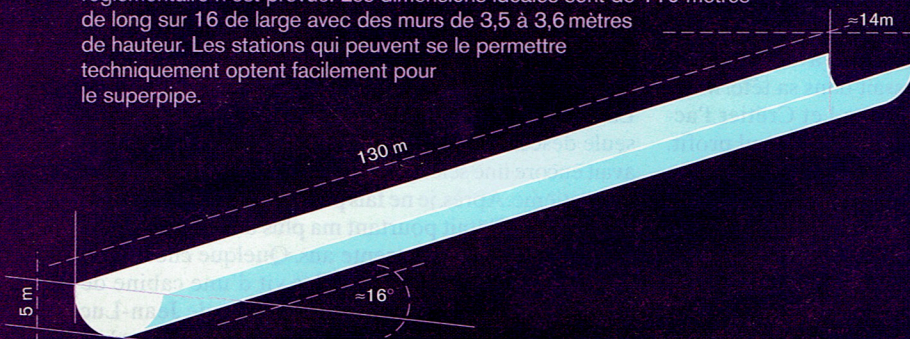
Comment se fabrique un half-pipe, cette rampe de neige conçue pour l'épreuve de snowboard du même nom

Par Valérie Blanc



WOODLOO/WOODLOO

**PIPE ET SUPER-PIPE** Sur les compétitions (Jeux Olympiques ou Coupe du monde), les half-pipes sont des super-pipes. Ils respectent des normes : 130 mètres de long, entre 13 et 15 de large avec des murs de 5 mètres de haut et un degré de pente entre 15 et 17 %. C'est celui qui permet les plus beaux tricks (figures). Pour les snowparks que vous trouverez dans vos stations pendant les vacances, aucune mesure réglementaire n'est prévue. Les dimensions idéales sont de 110 mètres de long sur 16 de large avec des murs de 3,5 à 3,6 mètres de hauteur. Les stations qui peuvent se le permettre techniquement optent facilement pour le superpipe.



### LE HALF-PIPE AUX JEUX

Les vingt concurrentes disputeront les épreuves de half-pipe sur le site de Park City ce dimanche à partir de midi (heure locale). L'épreuve des hommes (ils seront 35) est prévue lundi 11. Cinq juges notent chaque run (enchaînement) sur un total de 10 points. Ils prennent en compte la technique, les rotations, la hauteur d'exécution des figures et les réceptions. Après avoir disputé un premier run, les six meilleurs accèdent à la finale. Les autres disputent un autre run, ce qui en qualifie six supplémentaires pour la finale. En finale, les rieurs passent deux runs et seul le meilleur est compté.

### TAILLÉ DANS LA NEIGE OU DANS LA MONTAGNE

Il faut une quinzaine de jours pour ériger un half-pipe comme celui-ci, à Tignes. Il est l'œuvre de Christophe Bouzon, ancien snowboarder pro et un des premiers « shapers » de pipe. Il existe deux façons de construire un pipe : le pipe terrassé monté à l'aide de remblais de terre (idéal pour les stations peu enneigées et sans batterie de canons à neige) ou le pipe directement taillé dans la neige. Cette deuxième option est la plus utilisée. Elle permet de ne pas abîmer la montagne et de disparaître à la fonte des neiges.

### UNE COURBE SCULPTÉE À LA MACHINE

La première phase de la construction d'un half-pipe consiste à mettre la neige en place latéralement en formant de gros murs massifs. Ensuite, des escaliers sont creusés le long de ces murs pour dégrossir l'ensemble et faciliter l'accès de la machine pour la dernière étape de la construction. Entre alors en jeu un engin spécialisé (à Tignes, c'est la Snow Turbo). Il se fixe à l'avant d'une dameuse et permet de sculpter la courbe tout en remontant la neige. Le half-pipe offre ainsi une courbe régulière.

### LA NEIGE : NI TROP DURE, NI TROP MOLLE

La qualité de la neige est le paramètre essentiel du half-pipe. Artificielle ou naturelle (ce qui ne change rien en termes de sensations), elle conditionne la qualité du pipe. Trop radoucie par la chaleur, la neige est impraticable et donne beaucoup moins d'élan. Trop dure, elle devient dangereuse lors des réceptions. Pour garder une qualité optimale le plus longtemps possible dans la journée, il est important que le half-pipe soit à l'ombre le matin.

### LE COPING : POUR LES FIGURES

C'est l'arête supérieure du half-pipe. La qualité du coping conditionne la réalisation de la figure engagée. Le plus important est un coping parfaitement droit sur toute la longueur. Il faut aussi qu'il soit parfaitement parallèle à celui du mur opposé. En effet, s'il tourne, il décale de la courbe et fait atterrir sur le plat. Comme les autres parties du pipe, il n'apprécie guère la chaleur.

### LA VERTICALE, LE MOTEUR DU PIPE

Une bonne verticale demande moins d'impulsion et permet aussi de reposer où l'on a décollé. Plus la pente est engagée, plus la verticale est prononcée, plus impressionnantes et plus hautes seront les figures. Une bonne verticale est assez rare. C'est la caractéristique qui donne la mesure du travail du shaper. Dans les super-pipes, la verticale plus prononcée permet de monter plus haut, d'assurer ainsi une bonne rotation en l'air et d'atterrir dans la courbe et non sur le plat.



# DÉCRYPTAGE

## ROLLER *Style* pro de la rampe

Leçon de roller agressif avec le champion français Taig Khris, à l'occasion d'une figure réalisée en compétition sur la rampe de Palavas

Par Valérie Blanc. Photo Wooloomooloo



FLORENCE AUVANDYSTADT

À vingt-neuf ans, Taig Khris comptabilise plus de vingt ans de patins. Plus volontiers tourné vers la rampe, il y fait ses armes au fil du temps pour s'offrir en 2001 le privilège de rafler tous les titres et de gagner toutes les compétitions importantes : X-Games, Gravity Games, European X-Games, mais aussi Bercy (cinquième titre d'affilée) et les Championnats du monde, un grand chelem du roller qu'il compte bien réitérer en 2002. Pour cela, il prépare en secret une nouvelle figure totalement inédite et un record du monde de hauteur au-dessus d'une rampe spécialement construite pour l'occasion.

### LA RAMPE

La rampe, pour laquelle aucune norme de taille n'existe, se décompose en trois parties : le plat, la courbe et le coping (arête de fer sur le haut de la courbe). Si le plat n'a pas changé depuis le début des rampes, la courbe, elle, est passée de 3,30 m à 3,70 m de hauteur en moyenne. Ces centimètres gagnés permettent une phase de préparation de la figure plus importante, mais aussi de décoller plus haut. Grâce à la dernière partie de la courbe appelée la verticale, d'environ 1,50 m, le rider n'a pas d'effort violent à fournir pour s'envoler dans les airs, puisque c'est elle par sa hauteur qui l'aide à se propulser tout en douceur. Le contrôle de la figure étant ainsi mieux géré, l'atterrissage est lui aussi beaucoup plus facile à contrôler.

### LE REVÊTEMENT

La surface doit être roulante et non pas glissante. Pour ce faire, la structure métallique de la rampe est recouverte d'un bois contreplaqué. Aujourd'hui, on teste un nouveau revêtement inusable, mélange de bois et de plastique, qui devrait bientôt remplacer le contreplaqué, performant mais trop vite usé. Les rampes étant toutes différentes, chacune d'entre elles est une découverte pour le rider qui a besoin d'un temps d'adaptation pour s'y produire. Mais cela permet, selon Taig Khris, de garder une part de créativité.



### LES PATINS

Pour la rampe, ils sont de type agressif (par opposition au patin fitness, adapté à la balade). Destiné à un usage plus violent, le roller agressif est largement renforcé et maintient fermement les chevilles. Étudié dans le but de rouler sur une surface lisse à grande vitesse, sa base est beaucoup plus près du sol qu'un roller traditionnel. Fabriqué en plastique, permettant ainsi de mieux se contenir face aux chocs, il pèse environ 1,5 kg. Voué à des exercices plus freestyle, donc destiné à une clientèle plus jeune, le roller agressif se différencie aussi par un look beaucoup plus recherché.

### LES ROUES

Les roues de roller agressif sont petites. Plus plates que des roues traditionnelles, elles sont faites pour rouler droit avec une stabilité parfaite. Elles sont très dures et réalisées dans une gomme spéciale qui leur donne la rigidité recherchée et l'aisance pour rouler. Le matériau utilisé leur permet aussi, et ceci est primordial, de ne pas être glissantes.

### LA SÉCURITÉ

Tout est proposé, rien n'est imposé. Seul point commun : le port du casque. Un champion de haut niveau, adapte les objets de sécurité en fonction de ses faiblesses. Ainsi, genouillères, coudières, protège-hanche peuvent être portés ou non selon les cas. Bien évidemment, le néophyte aura tout intérêt, dans ses premières heures, à se protéger au maximum !

### LA FIGURE

La figure que réalise Taig Khris se nomme lit kang. Le principe est de tourner dans le sens inverse du sens normal (un switch en langage roller). Pour ce faire, il se lance dans la rampe, pousse dans la descente et se laisse aller à la montée. Ayant ainsi atteint environ 35 km/h avec une seule prise d'élan, il peut s'envoler à environ 1 mètre au-dessus du coping. Durant cet envol, il positionne son buste face au ciel, tient son patin gauche avec sa main gauche et maintient son équilibre avec le bras droit, le tout dans le but de garder sa jambe droite tendue le plus longtemps possible. Pour repartir de face dans la courbe, il donne un coup de bassin qui le replace dans l'axe et lui permet d'atterrir en douceur.