LE SPORTIF DU MOIS

Benjamin, la passion du vélo

C'est un sport écologique, qui demande de la volonté, du courage et de l'effort. De quoi motiver Benjamin, 18 ans... Rencontre avec notre sportif du mois.

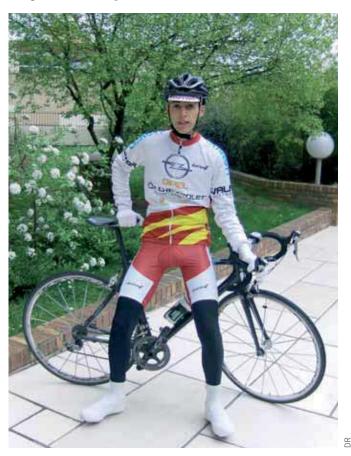
habitude, les garçons de 13 ans supplient leur père de les emmener jouer au football. Benjamin, lui, a demandé qu'on l'inscrive au vélo... Le vrai vélo avec les compètes, le peloton et les reliefs. Pas vraiment classique! Aujourd'hui âgé de 18 ans, il ne regrette pas: «Je retrouve mes potes, c'est sympa. J'aime l'ambiance, faire des tactiques. Et puis, il y a la satisfaction de faire une place. L'an dernier, en départemental, j'ai réussi de belles perfomances. »

Cycliste de père en fils

Qu'est-ce qui l'a poussé si jeune vers le cyclisme? Avec toutes les récentes affaires de dopage, la petite reine n'a pas une image très glamour. L'exemple de son père, Didier, qui pratique ce sport depuis l'âge de 15 ans, n'est certainement pas anodin: «On est un peu cycliste de père en fils car c'est un sport hyper dur. Il faut apprendre à aimer souffrir et même en amateur, c'est un milieu fermé », explique Didier. Les rêves de gloire ne sont pas non plus étrangers à cette passion : «J'ai toujours rêvé de passer professionnel, mais bon, le niveau est trop élevé », confie Benjamin.

Il se donne pourtant les moyens de ses ambitions. Avec cinq à six entraînements par

Vous êtes sportif(ve)?
Vous avez une passion
pour un sport ?
N'hésitez pas à nous
contacter pour en parler.



semaine (entre 10 et 15 heures sans compter la course), une bonne hygiène de vie et un peu de musculation, le vélo version Benjamin ressemble plus à un mode de vie qu'à un sport loisir. Il faut quand même être motivé pour partir à 8 heures le dimanche matin quand le thermomètre affiche -3°C. Didier précise un brin fataliste : «Si on veut garder un certain niveau, arriver à prendre du plaisir, sortir avec les copains, il faut rouler quasiment tout le temps. Je ne sais pas si les débutants peuvent prendre du plaisir car il vient de la souffrance. Il faut du temps pour apprendre à aimer se faire mal. Ce n'est pas du masochisme, c'est une satisfaction physiologique. On est content d'avoir repoussé ses limites. Après l'effort, on ressent une grande sérénité. »

Attention aux chutes

Comme il n'y a pas de club au KB, Benjamin s'est inscrit à Thiais. Il roule le plus souvent dans la vallée de Chevreuse ou sur une boucle de 5 km autour du MIN de Rungis où près de 200 cyclistes du sud de la capitale se donnent régulièrement rendez-vous dans le but d'éviter les voitures, le principal danger avec les chutes... que Benjamin connaît bien. Il s'est déjà fait un épanchement de synovie au genou après une glissade sur une plaque de verglas. Aussi, prend-il un peu de recul sur son implication : «Je me dis parfois que le cyclisme est trop exigeant. En ce moment, je sature un peu car j'en ai trop fait pendant l'hiver. Parfois, oui, j'ai l'impression de me couper des autres. Nous sommes juste amateurs, l'important, c'est de ne pas se prendre la tête. »

WILLIAM BEUVE-MÉRY

DU NOUVEAU POUR, "SPORT EN LIBERTE"

Du 18 mai au 22 juin, le Service des sports propose des cours de roller gratuits et sans inscription, en initiation ou en perfectionnement, le dimanche de 10h à 12h30 dans le cadre de "Sport en liberté" à la Halle des sports. Apportez vos rollers. Rens.: 01 49 60 54 94.

HANDBALL

A trois journées du terme, le CSAKB est 9° avec un match de plus que ses deux poursuivants directs. Pour être sûr de se maintenir, il faut être 10°. La 11° place donne lieu à un match de barrage pour la relégation. Ça va être chaud! Prochain match à domicile, le 24 mai à 20h30, au gymnase Jacques-Ducasse.

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Sous la tutelle d'Agnès Bruneau, trois filles de 13 ans du CSAKB ont réussi l'exploit de se qualifier pour les championnats de France de GR. Doriane Couratier, Mona Bodin, Solenn Rondini iront donc à Besançon les 17 et 18 mai. Bravo et bonne chance!

TENNIS DE TABLE

Les Kremlinoises ont réalisé une contre-performance en s'inclinant à domicile (2-4) face à Lys-Lannoy. Elles demeurent 4° à 3 journées de la fin et ne seront pas inquiétées par la relégation mais l'Europe sera difficile à aller chercher.

Match à domicile : mardi 13 mai, contre Evreux. A 19h, au Cosec Elisabeth-Purkart.

FUTSAL

Premiers de leur poule, les footballers de United, récents finalistes de la Coupe de France, sont sur la bonne voie pour disputer les play-off et le titre de champion de France.

Mai 2008 17