

➤ LE COIN D'ALEXIS

Il l'a fait. Alexis Pinturault a remporté le classement général de la Coupe du monde. Coach corner, passionné de ski de compétition, se régale et change de nom. Il devient un coin d'Alexis, le temps d'un article pour vous présenter quelques pistes d'échanges autour d'un verre et fêter cette belle victoire.

Messieurs Killy, Alphand, Pinturault et Madame Jacot sont les vainqueurs français de la Coupe du monde de ski au général. Tout en restant respectueux, le football n'a brodé que deux étoiles sur son maillot... Un artiste résistant nous dirait : « On peut rire de tout mais pas pour rien ! » Peut-on comparer ces trajectoires exceptionnelles qui entraînent la performance ? C'est sûrement possible. Cependant, chaque trajectoire est unique, elle demeure propre à un sport, à son époque et surtout, elle appartient à ses acteurs. Nous nous proposons de nous intéresser à la trajectoire d'Alexis dès les années FIS. Nous illustrons notre propos de données chiffrées, d'anecdotes et de gestuelles techniques.

Pascal Silvestre



Entraîneur de l'équipe hommes et directeur technique alpin du comité de ski de Savoie, Pascal Silvestre a également été chef du groupe Coupe d'Europe et technique Coupe du monde dames. Un fin technicien qui a le sens du partage.

il était une fois ...



► UNE TRAJECTOIRE

► DES DONNÉES CHIFFRÉES AVEC LES POINTS FIS DE 2006 À 2021

Il est alors difficile de comparer les athlètes de générations différentes même avec des données objectives et chiffrées. Les valeurs des points Fis tout comme leur système de calcul ont évolué depuis dix ans (pénalités, additifs de circuits...). Il faut éplucher le RIS (règlements internationaux) pour maîtriser ces notions... Coach corner vous a présenté les points Fis en 2014 et les nouvelles pénalités en 2018. Nous pouvons seulement observer les tendances. Nous nous sommes appuyés sur les listes Fis depuis 2006, les points coupe du Monde (CM) et d'Europe (CE), le classement dans l'année d'âge (CAA) et les résultats sur les grands événements championnats du Monde et Jeux Olympiques.

► DES FAITS MARQUANTS

Lors de sa première saison 2007-08, Alexis finit avec des points Fis similaires dans les quatre disciplines. Pour un jeune skieur, il s'agit d'une entrée dans le concert international, **classique et polyvalente**. Lorsque nous observons son classement mondial dans l'année d'âge, ses rangs ne sont pas exceptionnels. Son meilleur rang se trouve en DH et SG. Des qualités vitesse semblent présentes. L'avenir le confirmera avec une victoire en SG (Lenzerheide 2014). Ensuite, **ses classements vont descendre très rapidement** pour atteindre des valeurs de haut niveau dès la saison 2009-2010

notamment en slalom (10,0 points) et plus particulièrement en 2010-2011 (6,48 en géant, 5,5 en slalom).

Sur cette période 2006-2011, Alexis a enchaîné, club, district de la Tarentaise, équipe comité de Savoie, équipes de France. **Il n'a guère sauté d'étapes**.

Félicitations aux staffs qui ont accompagné cette rapide ascension ! Pour finir, son projet sportif s'appuie sur une dimension physique très solide, **il joue les premiers rôles en Coupe du monde** depuis plus de dix ans dans un minimum de quatre disciplines.

FAITS MARQUANTS	SAISON	DH	GS	SL	SG	CA	Général	TP
CAA après une première année FIS	2007-2008	26	47	67	19	NC	-	-
CAA après trois années FIS	2010-2011	2	1	6	11	1	-	-
Classement général en première année CE	2009-2010	19	27	12	NC	6	19	-
Classement général en deuxième année CE	2010-2011	1	2	1	8	NC	1	-
Championnats du Monde Junior (Garmisch)	2009	18	1	DNF	13	-	-	-
Classement général durant la première année CM	2010-2011	NC	22	NC	NC	30	54	-
Année CM (Meilleurs rangs dans les 30 premiers)	2006-2021	NC	1	6	8	1	1	-
Podiums lors Grands Événements : Mondiaux et JO	2008-2021	0	4	0	0	3	-	2

► DES INFORMATIONS, DES ANECDOTES OU DES DÉTAILS QUI COMPTENT

Ces faits marquants devront s'approfondir par des échanges avec les acteurs de terrain. Dans cette logique, nous vous proposons trois éclairages qui illustrent de belle manière cette trajectoire.



Son premier départ en Coupe du monde (géant d'Are 2009), sa première épreuve aux Jeux Olympiques (combiné Sotchi 2014), sa première Coupe d'Europe (géant Madesimo 2014), son premier départ aux championnats du monde (super-G Garmisch 2011) se sont terminés par un abandon. Alexis est un skieur qui engage. Il est là pour gagner. Il a fait transpirer quelques supporters sur le bord des pistes que ce soit en U16, à la deuxième manche du slalom des mondiaux juniors à Chamonix (2010) ou à Kranjska Gora cette année. Pour gagner le gros globe, il a su apprendre de ces erreurs, et capitaliser les points pour le classement de la Coupe du monde.



Il attaque à Cerro Castor en Argentine sa première course Fis en août 2006. Il débute en hémisphère sud. Nous connaissons l'importance d'une préparation estivale à Ushuaia. Alexis a su profiter de projets sportifs forts.



Alexis est un coureur qui sait gagner : 62 premières places et 72 places de deuxième ou de troisième au cours de sa carrière (source FIS). On retrouve des statistiques similaires chez Marcel Hircher. Il gagne le géant des Mondiaux juniors en 2009 devant l'Autrichien, épreuve qu'il gagnera une nouvelle fois à Crans-Montana en 2011. Il a aussi cette capacité à se projeter rapidement vers les courses à venir.

Faits marquants basés sur des données chiffrées ou simples anecdotes lourdes de sens, nous esquissons la trajectoire d'Alexis. Elle reste une ligne de course gagnante personnelle et impossible à copier. Elle peut simplement nous inspirer.

▶ UNE TECHNIQUE MODERNE ET TRADITIONNELLE

Alexis maîtrise les fondamentaux notamment le pilotage autour du pied extérieur, l'élaboration des trajectoires dans toutes les disciplines et les attitudes équilibrées et centrées. Il est capable de « jouer intérieur » aidé par un bagage physique complet notamment dans les qualités de force vitesse. Il est surtout capable de varier ses temps d'appuis avant, pendant et autour de la porte. Nous avons le choix avec les nombreux éléments techniques réussis par Alexis.

S'il ne devait en rester qu'un, ce serait le positionnement du buste. Nous vous proposons quelques images dans toutes les disciplines. **Un haut du corps tenu, légèrement placé (« cassé ») vers l'avant, orienté vers le ski extérieur est devenu sa marque de fabrique.** Il cherche ainsi à éviter les déséquilibres arrière en affinant les équilibrations latérales. Ces attitudes de buste sécurisent son ski et sont en relation avec un projet de performance autour de la polyvalence.

Vous pouvez regarder d'autres athlètes pour vous élaborer votre avis. Odermatt, Schwarz, voire Braathen utilisent des gestuelles de buste parfois différentes. Avec ce niveau d'expertise, la technique s'individualise. Vous avez aussi noté que les placements dynamiques du buste sont propres à chaque discipline (le haut du corps un peu droit du slalomeur contraste avec celui plus profilé du descendeur.).



▶ Un buste tenu et relâché au service des trajectoires et des disciplines.

▶ LE PILOTE D'UNE ENTREPRISE QUI GAGNE À TRAVERS LE MONDE

Au bout de la route, le skieur sera seul dans son portillon. Il reste maître de son destin skis aux pieds. Il l'a choisi dès le plus jeune âge, ce chemin, en vivant son projet, accompagné et guidé par son environnement. Il est semé d'embûches et d'instantanés magiques. Alexis a suivi cette piste, il l'a d'abord apprivoisée puis il l'a transformée en l'adaptant à ses choix et ses objectifs sportifs. Il est un des premiers skieurs masculins français à jouer dans cette cour des costauds du sport d'aujourd'hui.

Son projet s'appuie sur **un choix de pistes variées et préparées pour les exigences de la Coupe du monde.** Aujourd'hui, Reiteralm en Autriche et ses multiples possibilités hivernales ; hier, des enchaînements La Parva au Chili (groupe vitesse) – Ushuaia en Argentine (équipe technique) ; les pistes sont et deviennent la clef des performances en ski alpin. L'été dernier, à Zermatt, nous avons assisté à la mise en place, pour Beat Feuz, de la piste de descente. L'entraînement sur neige est optimisé, les scooters et parfois les hélicoptères remplacent les téléskis et les minibus.

Il a su surtout **s'entourer d'une équipe qu'il finance en partie (communication, préparation physique, techniciens, entraîneurs ...)**, des personnes de confiance, centrées sur le ski où chacun possède son rôle. Sur les courses et sur certains entraînements, il s'appuie efficacement sur les équipes de France.

Je vous invite à regarder **le film de Stephan Lacas : Vision, la quête de l'excellence d'Alexis.** Vous partagerez le quotidien de l'équipe tout en découvrant la recherche de la variété, le souci du détail, l'envie de réussir et le plaisir de skier du champion.

▶ LA POLYVALENCE AU GOÛT DU JOUR

Alexis est un athlète polyvalent et il gagne. Cette polyvalence s'est construite sur les pistes variées de Courchevel et sur des multiples terrains de sport (tennis, football...). Dès les premières années Fis, il semble posséder le bagage ski pour jouer avec les coureurs capables de gagner dans plusieurs disciplines. Espérons que cette réussite suscite des vocations. L'air du temps réussit aux spécialistes. Malheureusement, nous observons des choix centrés sur une ou deux disciplines chez les plus jeunes. Cette polyvalence couplée avec les résultats permet d'enchaîner aussi les départs et de rebondir lors de contre-performance. Elle reste surtout la base de la formation de nos skieurs.

Son projet prend une autre dimension avec la création de sa propre structure. C'est le choix raisonné d'un homme libre. Ski Chrono après un 100 % Fourcade vous propose un numéro spécial sur Alexis Pinturault, nous attendons avec impatience et plaisir leurs successeurs.

Aupa

