

Defrasne à

Près de quatre ans après son dernier podium, le Juras

ÖSTERSUND — (SUÈ)
de notre envoyée spéciale

À LA MANIÈRE d'un skieur acrobatique, Vincent Defrasne franchit la ligne d'arrivée en s'autorisant quelques figures artistiques sur les skis. De petits bons, discrets, mais suffisamment visibles pour que tout le monde remarque que cette deuxième place revêt une valeur particulière. D'ailleurs, pour saluer la performance du Jurassien en poursuite, les entraîneurs français du tir, les deux « JP », Jean-Paul Giachino et Jean-Pierre Amat ont abandonné leurs jumelles pour aller applaudir le héros du jour en bord de piste. Car, à vingt-huit ans, Vincent n'est pas un abonné des podiums, à la différence du leader français, Raphaël Poirée. Jusqu'à ce dimanche suédois à Östersund, il n'en avait visité que deux depuis ses débuts en Coupe du monde en 1999.

C'est pour fêter ce bonheur particulier, que Defrasne, à peine remis de ses efforts, se précipita sur son portable pour annoncer la bonne nouvelle à sa belle, devant sa télé en France. Cette même madame Defrasne qui, voilà près de quatre ans, confessa les doutes de son futur mari. En débutant sa saison 2001-2002 par une improbable 83^e place en sprint, le jeune homme se demandait s'il était bien à sa place dans ce petit monde du biathlon. « Je me suis dit que j'étais trop nul. Que j'allais peut-être arrêter », se souvient-il aujourd'hui. Heureusement, quelques jours après ce coup de blues, « Vini » se ressaisit. Le 13 décembre 2001 en Slovénie, il termina troisième de l'individuelle derrière... Raphaël Poirée. « J'avais mis beaucoup

d'enjeux sur cette course, avoue-t-il quatre ans après. J'avais la hargne, c'était comme un sursaut d'orgueil... » Un mois plus tard, Defrasne en remit une couche avec une deuxième place en Allemagne en mass start. Las, ce résultat prometteur resta sans lendemain au moment des Jeux de Salt Lake City, où le Français dut se contenter du bronze en relais pour atténuer ses déceptions personnelles.

« Je ne vais pas m'emballer »

Quatre ans ont passé et Vincent Defrasne pointe de nouveau le bout de son bonnet blanc au meilleur moment, à l'aube d'un nouvel hiver olympique. « Cette deuxième place est beaucoup plus maîtrisée que mes deux premiers podiums, glisse l'heureux homme. À cette époque, j'étais plus foufou. Aujourd'hui, je possède un vécu qui fait que je maîtrise mieux les choses. » Avec son chapelet de quatrième places, parfois source de doutes, ses périodes de stagnation éclaircies par un ou deux bons classements relançant toujours sa motivation, Defrasne s'est construit à son rythme. « Cet été, j'ai senti que Vincent avait franchi un cap, note Jean-Pierre Giachino, l'un des coaches tricolores au tir. Cela se voyait dans son comportement, il y avait plus de confiance. Je crois que ces "échecs" de l'an dernier, ces occasions qu'il a manquées de monter sur le podium, lui permettent aujourd'hui d'être là. » Durant cet été, le Jurassien de Pontarlier a surtout tout mis en œuvre pour ne pas rater cet hiver capital. Techniquement, en s'employant à travailler encore plus son tir ; physiquement et

mentalement. Ce podium d'Östersund a peut-être aussi été favorisé par le travail qu'il s'est imposé avec une psychologue spécialisée dans la préparation mentale, Stéphanie Bozzetto, la sœur du champion de snowboard, Mathieu.

« J'avais noté que certaines pensées m'embêtaient en course, raconte Vincent. Je suis donc allé chercher une personne extérieure au groupe. Mais elle n'a rien à voir avec ces gourous qui se présentent comme le Messie. Ensemble, on a fait un gros travail d'analyse puis, depuis le mois de septembre, de visualisation. »

Souvent fébrile lors du dernier tir debout, Defrasne n'a pas craqué hier, ratant seulement sa dernière balle, pour une excellente note de 19/20. Et qu'importe, finalement, si cette cible manquée l'a peut-être privé de la victoire, revenue à l'autre roi de Norvège, Ole-Einar Björndalen. Sa magnifique remontée — puisqu'il comptait 45" de retard sur la tête après le sprint de la veille — suffit à son bonheur. « Non, ça ne m'embête pas de ne pas avoir gagné, affirme-t-il. Plus que la dernière balle ratée, je retiens les 19 autres que j'ai mises dedans. Ce podium peut m'aider à progresser. Il arrive au bon moment pour me motiver pour la suite. Je suis super content, tout simplement. Mais je ne vais pas m'emballer pour autant car en biathlon, si on s'emballa, on est mauvais. Je dois rester dans un esprit de travail, une logique de progression. » Pour continuer à éprouver ce bonheur retrouvé. Quatre ans après. Et surtout, à la bonne heure.

ANNE LADOUCE

Un beau tir groupé

Defrasne à la bonne heu

Près de quatre ans après son dernier podium, le Jurassien a retrouvé hier en Suède les joies d'une deuxième

ÖSTERSUND - (SUE)
de notre envoyée spéciale

À LA MANIÈRE d'un skieur acrobatique, Vincent Defrasne franchit la ligne d'arrivée en s'autorisant quelques figures artistiques sur les skis. De petits bonds, discrets, mais suffisamment visibles pour que tout le monde remarque que cette deuxième place revêt une valeur particulière. D'ailleurs, pour saluer la performance du Jurassien en poursuite, les entraîneurs français du tir, les deux « JP », Jean-Paul Giachino et Jean-Pierre Amat ont abandonné leurs jumelles pour aller applaudir le héros du jour en bord de piste. Car, à vingt-huit ans, Vincent n'est pas un abonné des podiums, à la différence du leader français, Raphaël Poirée. Jusqu'à ce dimanche suédois à Östersund, il n'avait visité que deux depuis ses débuts en Coupe du monde en 1999.

C'est pour fêter ce bonheur particulier, que Defrasne, à peine remis de ses efforts, se précipita sur son portable pour annoncer la bonne nouvelle à sa belle, devant sa télé en France. Cette même madame Defrasne qui, voilà près de quatre ans, confiait les coutures de son futur mari. En débutant sa saison 2001-2002 par une improbable 83^e place en sprint, le jeune homme se demandait s'il était bien à sa place dans ce petit monde du biathlon. « Je me suis dit que j'étais trop nul. Que j'allais peut-être arrêter », se souvient-il aujourd'hui. Heureusement, quelques jours après ce coup de blues, « Vini » se ressaisit. Le 13 décembre 2001 en Slovénie, il termina troisième de l'individuelle derrière... Raphaël Poirée. « J'avais mis beaucoup

d'enjeu sur cette course, woué-t-il quatre ans après. J'avais la hargne, c'était comme un sur-saut d'orgueil... » Un mois plus tard, Defrasne en remît une couche avec une deuxième place en Allemagne en mass start. Là, ce résultat prometteur resta sans lendemain au moment des Jeux de Salt Lake City, où le Français dut se contenter du bronze en relais pour atténuer ses déceptions personnelles.

« Je ne vais pas m'emballer »

Quatre ans ont passé et Vincent Defrasne pointe de nouveau le bout de son bonnet blanc au meilleur moment, à l'aube d'un nouvel hiver olympique. « Cette deuxième place est beaucoup plus malicieuse que mes deux premiers podiums, glisse l'heureux homme. À cette époque, j'étais plus foufou. Aujourd'hui, je possède un vécu qui fait que je maîtrise mieux les choses. » Avec son chapelet de quatrièmes places, parfois source de doutes, ses périodes de stagnation éclaircies par un ou deux bons classements relayant toujours sa motivation, Defrasne s'est construit à son rythme.

« Cet été, j'ai senti que Vincent avait franchi un cap, note Jean-Pierre Giachino, l'un des coaches titulaires au tir. Cela se voyait dans son comportement, il y avait plus de confiance. Je crois que ces « échecs » de l'an dernier, ces occasions qu'il a manquées de monter sur le podium, lui permettent aujourd'hui d'être là. »

Durant cet été, le Jurassien de Pontarlier a surtout tout mis en œuvre pour ne pas rater cet hiver capital. Technique-ment, en s'employant à travailler encore plus son tir ; physiquement et

mentalement. Ce podium d'Östersund a peut-être aussi été favorisé par le travail qu'il s'est imposé avec une psychologue spécialisée dans la préparation mentale, Stéphanie Bozzetto, la sœur du champion de snowboard, Mathieu.

« J'avais noté que certaines pensées m'embêtaient en course, raconte Vincent. Je suis donc allé chercher une personne extérieure au groupe. Mais elle n'a rien à voir avec ces gourgous qui se présentent comme le Messie. Ensemble, on a fait un gros travail d'analyse puis, depuis le mois de septembre, de visualisation. »

Souvent fébrile lors du dernier tir debout, Defrasne n'a pas craqué hier, ratant seulement sa dernière balle, pour une excellente note de 19/20. Et qu'il importe, finalement, si cette cible manquée l'a peut-être privé de la victoire, revenue à l'autorité de Norvège, Ole-Einar Bjørndalen. Sa magistrique remontée – puisqu'il comptait 45^e de retard sur la tête après le sprint de la veille – suffit à son bonheur. « Non, ça ne m'embête pas de ne pas avoir gagné, affirme-t-il. Plus que la dernière balle ratée, je retiens les 19 autres que j'ai mises dedans. Ce podium peut m'aider à progresser. Il arrive au bon moment pour me motiver pour la suite. Je suis super content, tout simplement. Mais je ne vais pas m'emballer pour autant car en biathlon, si on s'emballe, on est mauvais. Je dois rester dans un esprit de travail, une logique de progression. » Pour continuer à éprouver ce bonheur retrouvé. Quatre ans après. Et surtout, à la bonne heure.

ANNE LADOUCE

