

Après le CREPS, que sommes-nous devenus ?

Gabriel SKOCZEK-BERNARD



Gabriel Skoczek-Bernard ne en 1991, membre du CER Voile du Languedoc-Roussillon de la saison 2005-2006 à 2008-2009, membre du Pole France de Marseille et de l'équipe de France Espoir 2009-2010 en 470 (dériveur Olympique à 2 équipiers).

Palmarès en 420 :

3^{ème} aux championnats d'Europe jeune en 2007 et 2009.
20^{ème} et 8^{ème} aux championnats du monde 2008 et 2009.
Vice-champion de France 2009.
Vice-champion du Monde ISAF 2009.
1^{er} du classement national des coureurs 2008 et 2009.

Palmarès en 470 :

Sélectionné en rond or à chaque World Cup de la saison en cours.
24^{ème} (4^{ème} français) à la Semaine Olympique Française de Hyères.

Gabriel, que retiens-tu de ta formation au CER ?

Je pense avoir reçu une formation complète et bien encadrée tant sur le plan physique, et sportif qu'au plan scolaire. Pour preuve ma réussite au bac (mention Assez bien) et une saison sportive 2008-2009 très complète. La stabilité de l'encadrement à tous les niveaux a été un avantage par rapport à ce qui m'est proposé cette année.

As-tu des regrets sur ta carrière de 420 ?

Compte-tenu des résultats je ne peux pas avoir trop de regrets. Evidemment mon dernier départ au France (NDLR, Gabriel et son équipier Thibaut Soler sont en tête tout le championnat et perdent le titre lors de la dernière manche à cause d'un départ prématuré) me laisse des regrets car pour ma dernière régates avec Thibaut et en 420, ce n'est pas la fin espérée. Mais c'était un préambule au vrai haut niveau ou chaque détail compte.

Comment juges-tu des attitudes et ton entraînement de 420 au vu de ce que tu vis en 470 cette saison ?

En 420 en étant plus jeune, j'étais parfois moins impliqué dans mes entraînements même si une fois sur l'eau j'étais à fond. La plus grande différence est sur la durée de navigation par séance et sur les pertes de temps notamment dans la préparation du matériel qui empiète sur l'entraînement. Par contre le travail collectif et les échanges avec mes partenaires du CER a été très positif et se retrouve dans le fonctionnement du groupe à Marseille (NDLR: 2 des 5 bateaux du pole sont issus du CER).

Penses-tu avoir pris de l'avance ou du retard lors de ton passage au CER par rapport aux exigences physiques en préparation olympique ?

Le suivi proposé par le CREPS et Romaric m'a permis d'arriver en 470 au niveau. Ceci m'a permis une adaptation rapide au 470. Par contre en cours de saison, avec un suivi plus éparpillé, j'ai senti que le nouveau bateau ne me permettait pas le moindre relâchement qu'il fallait que je m'y remette. Ce que j'ai fait avec un nouveau programme élaboré par Romaric LINARES en préparation physique.

Extrait du Numéro 7 – Septembre 2010 – CREPS de Montpellier

Cette année tu t'es réorienté scolairement. Cela t'as t'il perturbé? Est ce que cela aurait pu être anticipé dès l'année dernière ?

Je ne pense pas avoir été perturbé par ceci. J'ai fait un choix mais je savais que je n'avais pas de certitudes donc le fait de changer a toujours été d'actualité pour moi. Les questionnements de la saison dernière ont été nombreux mais finalement pas concluants. Heureusement que j'ai un bac général qui m'offre plusieurs possibilités.

Propos recueillis par : Fabien CADET

