



VOILE - Filière Olympique: Dériveurs en double et Planche à Voile

JO du 16 juillet 2005, article 713, page 3538

Une première étape réussie le week-end dernier lors de la MED CUP 2013 à Marseille pour l'équipe du CER LR

Sortie de la préparation hivernale l'équipe du CER LR attendait beaucoup de cette première étape à Marseille, à l'image de Mélanie JARIEL 2^{ème} de la sélection ISAF 2012 et 3^{ème} au championnat d'Europe ISAF 2012.

La MED CUP est une épreuve de 3 jours qui a lieu chaque année en février. Seulement cette année, elle sélectionnait à la prochaine étape de sélection de Quiberon début mai. Seul les 10 premières filles et 12 premiers garçons se retrouveront du 9 au 12 mai à L'ENV où seront sélectionnés 2 filles et 2 garçons dont 1 fille et 1 garçon représenteront la France au championnat du Monde ISAF du 13 au 20 juillet à Limassol en Chypres, et 1 fille et 1 garçon au championnat d'Europe ISAF du 3 au 9 août à Tavira au Portugal.



Arnaud BILLET qui conserve ici à la Med Cup 2013 son titre de coupe de France RSX olympique.

Une première pré-sélection toute nouvelle, importante et surtout très tôt dans la saison qui a demandé d'adapter la stratégie de préparation des coureurs sur cette étape.

Une stratégie de préparation différente qui émane d'une collaboration entre le CREPS la ligue de voile et le CER. En effet, nous avons d'abord démarré par un stage de ligue organisé sur le site qui a permis de retrouver l'ensemble des CER et les meilleurs Français de la discipline mais aussi de prendre les repères sur le plan d'eau très technique de la rade de Marseille. Ce stage d'affutage de 4 jours s'est déroulé du samedi au mardi qui précède la compétition.

A l'issue de ce stage nous sommes rentré sur Montpellier pour retrouver, Mercredi, Romaric LINARES (le préparateur physique du CER LR) au CREPS de Montpellier. Nous avons pu bénéficier juste après la séance de récupération en salle de musculation proposé par Romaric, de l'unité de récupération et de son bassin froid « grrr très froid... »

Le jeudi, la veille de l'épreuve, la stratégie était de faire en fonction de la météo. Celle-ci s'est avérée payante car après plusieurs départs, les coureurs ont pu prendre confiance et se méfier des pièges à éviter.

Le vendredi, après la fin des inscriptions nous partons sur l'eau pour la première manche et unique manche du jour dans des conditions de vent faible et très aléatoires. Une première manche qui profite à Mélanie qui prend la tête de la course et finit première de sa catégorie.

Le samedi le vent du nord le matin souffle entre 10 et 12 nœuds faiblissant dans la journée le comité de course profite pour envoyer 2 manches le matin suivi d'un retour à terre et une manche l'après-midi après la bascule du thermique. A l'issue de cette journée le suspense est de taille car Igor est classé

Centre d'**E**xcellence **R**égional du **L**anguedoc-**R**oussillon

Courrier: CER / YCMC - Avenue Samuel Bassaget 34280 CARNON +33 3 6 8 8 3 7 1 9 9 2 - coordinateur@cerlr.fr

Siege Social: M I B I - Rue du mas de Verchant - 34000 MONTPELLIER





VOILE - Filière Olympique: Dériveurs en double et Planche à Voile

JO du 16 juillet 2005, article 713, page 3538

13^{ème} à égalité de point avec le 12^{ème} et le 14^{ème} et donc pas sélectionné car seul les 12 premiers seront qualifiés. Mélanie elle aussi retrouve à la seconde place à seulement 1 point de la 1^{ère}. Tout va se jouer dimanche matin seulement les conditions sont faibles et nous devons attendre à terre qu'une légère brise finisse par remplir la rade. Le comité décide alors d'envoyer une dernière manche dans un vent très faible où Mélanie et Igor donne toute leur énergie pour arracher la 1^{ère} place pour Mélanie et la qualification pour Igor.



Mélanie JARIEL 1^{ère} jeune confirme sa position de leader en jeune et devra confirmer cette place sur le rang mondial à Hyères lors de la World Cup du 20 au 27 avril prochain.

Toute l'équipe, les plus jeunes comme les moins jeunes ont brillés à l'image de Delphine JARIEL qui sous l'œil attentif de son entraîneur François BOVIS, gagne haut la main en 293OD et finit 3^{ème} au classement général avec les garçons. Arnaud BILLET qui réalise lui aussi une très belle régates en finissant 1^{er} en RSX 9,5 olympique et à souligner la belle remonté d'Alicia MATHEN, la belle performance de Paul SULTANA et surtout les podiums réalisés par l'ensemble des jeunes du groupe compétition du Yacht club de Mauguio-Carnon.

Un grand bravo à eux et tous nos encouragements à Eugénie RICARD membre de l'équipe de France olympique et anciennement membre du CER LR, qui est actuellement 16^{ème} au championnat du Monde Olympique à BUIZOS au Brésil après avoir été classé 3^{ème} à l'issu des 2 premières journées et qui vient de réaliser hier une manche de 2^{ème} et de 9^{ème} ☺ Allez Eugénie.....

Tous nos remerciements vont au CREPS de Montpellier qui nous aide chaque année à devenir meilleur dans la préparation de nos sportifs, à la ligue de voile pour son aide sur le stage de préparation et à tous les acteurs indispensables à la réalisation de cette performance notre préparateur physique, les parents, le club de Maugio-Carnon, les intervenants du CREPS et son service du haut niveau ainsi qu'à notre équipe dynamique dirigeante ☺

A bientôt pour la suite,

Fabien CADET

C e n t r e d' E x c e l l e n c e R é g i o n a l d u L a n g u e d o c - R o u s s i l l o n

Courrier: CER / YCMC - Avenue Samuel Bassaget 34280 CARNON + 3 3 6 8 8 3 7 1 9 9 2 - coordinateur@cerlr.fr

Siege Social: M I B I - Rue du mas de Verchant - 34000 MONTPELLIER

