

L'arrivée d'Alex et Louis à Sotchi mardi.

Le voyage, quand même assez long, s'est bien déroulé, donc pas trop de fatigue pour notre athlète, son coach et toute l'équipe.

Louis et les farteurs s'ennuient déjà de leur « bus de fartage ». Ils ont en effet dû recourir à la bonne vieille méthode de transport des skis dans des sacs ... Des dizaines ... C'est bon, ça leur a fait faire de l'exercice et leur a probablement rappelé de « bons » souvenirs.

Alex et les autres skieurs de l'équipe (ils sont huit) logent dans un chalet. J'ai eu la chance de faire un tour guidé virtuel par Skype. « Le gros luxe » ... Tout y est : salon, fauteuils confortables, mobilier adéquat et télé. De plus, de leur balcon, nos locataires ont le droit à une vue imprenable sur les montagnes du Caucase ...

Seul petit hic, le temps requis, une heure, pour se rendre au site d'entraînement, dont une certaine partie à pieds. Louis s'en occupe, alors, « pas de soucis », ça va se régler rapidement.

Il semble par ailleurs que la « business » de location de frigo et de router soit assez bonne: pour la durée du séjour en Russie on pouvait louer un frigo pour \$3 000.00, oui, TROIS MILLE DOLLARS CANADIENS! Pour l'accès privé à Internet, \$5 000.00! À moins finalement que ça soit des roubles... Je vais leur dire de vérifier sur la facture, on ne sait jamais, ça leur permettrait de mettre plus d'argent sur le fartage :)

Tout est donc on ne peut plus à point.

Les installations de skis quant à elles sont superbes (IMG_5046 (2)). Les conditions de glisse semblent particulièrement rapides. La météo pour la semaine prochaine s'annonce par contre on ne peut plus déprimante: de la pluie ☹.

Le fartage pourrait alors de nouveau voler la vedette. Des commentaires de Sacha (Bergeron, notre abitibien farteur)* résumant assez bien la situation: «Le défi sera très particulier, car Sotchi est l'une des places les plus compliquées pour le fartage des skis, en raison, un peu comme à Whistler, des conditions climatiques très changeantes et de l'humidité. De plus, la moitié du parcours là-bas est à l'ombre, l'autre moitié au soleil. Autre facteur important, un grand mur de béton a un impact sur la façon dont le soleil frappe sur le parcours; il peut y avoir une différence de 4 ou 5 degrés entre un endroit de la piste et un autre, a fait remarquer Bergeron. Nous devons donc trouver la bonne stratégie et le bon compromis dans notre fartage.» L'humidité dont Sacha parle va être probablement élevée à cause de la proximité de la mer Noire dont l'eau est en plus salée!

Retour maintenant sur les dodos dont le nombre final n'était pas encore établi. Étant donné que c'est la date de la première compétition à laquelle Alex allait participer qui est à la base du fameux calcul, tant que la date de cette première compétition n'était pas connue, je n'étais pas en mesure de vous faire part du chiffre magique.

Je vous l'annonce donc en grande primeur, il ne reste plus que quatre dodos (compte tenu de l'heure de la compétition, on pourrait plutôt parler de trois et demi)! Et oui, Alex va finalement participer au skiathlon, selon moi l'épreuve des épreuves. C'est LA course des mordus, une

course qui exige à la fois des habiletés au niveau technique -le premier 15 km se fait en style classique, le deuxième en style libre (« skate »)- et un « cardio » hors pair. Pas besoin de vous dire que je pense qu'Alex a les capacités requises pour obtenir un excellent résultat.

C'est la performance d'Alex à Toblach samedi lors du 15 km individuel qui a contribué fortement à faire pencher la balance en faveur de sa présence au skiathlon. Vous vous rappelez sûrement qu'Alex, même encore un peu fatigué, a fini cinquième et a su récupérer rapidement pour l'épreuve sprint du lendemain lors de laquelle il a obtenu le deuxième meilleur résultat des 30 premiers coureurs de la course de la veille.

Le skiathlon de dimanche étant une épreuve très exigeante, la récupération pour l'épreuve sprint qui se tiendra mardi était une considération importante. Il semble que la forme d'Alex soit à son « peak » et qu'il puisse donc se permettre de prendre part aux deux épreuves, le skiathlon et le sprint individuel.

Pour ce qui est des autres épreuves, les décisions se prendront au fur et à mesure.

Participation assez probable au 15 km départ individuel où encore là les résultats de Toblach vont assurément influencer la décision.

Incertaine encore la participation au relais 4 X 10 km compte tenu que Lenny, la « quatrième roue » de l'équipe, n'a apparemment pas entièrement repris sa forme suite à ses problèmes de genou de cette année.

Pour ce qui est du « team sprint » il semble assuré qu'Alex sera là avec Devon. Les succès en sprint lors des deux derniers Championnats du monde (médaille d'or de Devon et Alex en 2011, médaille de bronze pour Alex en 2013) ont de toute évidence contribué à cette décision, sans compter qu'Alex et Devon auront pu profiter de deux jours de repos avant l'épreuve. De plus, Devon a démontré lors des dernières semaines que sa forme des beaux jours semblaient revenir. Bonne nouvelle pour nos deux comparses!

Et en clôture des Jeux, participation quasi assurée à l'épreuve « reine », le 50 km. Les raisons? Le prestige rattaché à une médaille obtenue lors de cette compétition.

Pour ce qui est des stratégies spécifiques à chaque course (utilisation de l'effet « slingshot » dans les virages, positionnement intérieur ou extérieur dans les descentes et leurs courbes prononcées, tentatives d'échappée, etc.), il est prématuré selon Louis d'établir tout de suite ce qu'Alex fera. Plusieurs facteurs entrent en considération lorsque vient d'établir la stratégie comme par exemple les conditions de glisse. Les choix se feront donc la veille des courses.

Vous retrouverez l'horaire des compétitions dans le fichier Sotchi 2014 ski de fond (9 heures de décalage).

Voici maintenant l'horaire des compétitions d'Alex présentés à TVASports (en différé, donc à des heures plus « décentes ») :

9 février 10h30 skiathlon

11 février 19 à 20h sprint

14 février 21h30 à 22h30 15 km classique

16 février 21h30 à 23h - relais
19 février 14h30 à 15h30 - sprint en équipe
23 février 10h30 à 13h - 50 km

En prime, l'horaire des athlètes québécois dans le fichier Excel.

Pour ce qui est en terminant des objectifs d'Alex aux Jeux : un podium, rien de moins!

Bons Jeux!

* Extrait d'un article de L'Abitibi Express : <http://www.abitibiexpress.ca/Sports/2014-02-05/article-3603934/Sacha-Bergeron-a-de-la-pression-a-Sotchi%3A-Pour-nous,-les-farteurs,-cest-tres-excitant!/1>

Denis Villeneuve
Agent d'Alex Harvey
418-572-3699
alexharvey.ca

