

LEFEBVRE : C'EST LA PLUS BIZARRE, JE N'AI JAMAIS ETE BIEN

Il est arrivé en conférence de presse avec le sourire aux lèvres et le regard déterminé, stigmates de lutte et symboles d'une journée chaotique. Mais Ludovic Lefebvre a su oublier les incidents et forcer son destin pour remporter en solitaire le Cataluna ultra Trail. Sorti vainqueur pour la deuxième fois de la course catalane, Ludovic Lefebvre n'est pas vraiment blasé. «C'était la plus bizarre», raconte-t-il, les yeux encore humides d'émotion. «Le plus important était de ne pas mourir, de survivre, de remettre les choses en place, et surtout de remettre jack à sa place, le numéro un des coaches.»

« Ludovic Lefebvre, cette deuxième victoire sur le cataluna avec cette arrivée en solitaire, c'est un peu votre chef-d'œuvre ?

Non non. C'est la plus bizarre. Je n'ai jamais été bien sur cette course. J'ai mal à la jambe et au bras gauche depuis une chute en stage après l'Alpina. Cela a été dur dans la tête. Je me disais : «Ça ne le fait pas, ça ne le fait pas. » Ensuite, pendant deux cent kilomètres tout le monde à refuser de courir vite. La météo, le vent, la neige rien de bon pour moi et toujours dans la tête «Ça ne le fait pas, ça ne le fait pas. J'ai finalement contré une attaque des Barca à Berga même si ne c'était pas le bon moment. Je n'avais pas de très bonnes sensations mais les autres devaient être encore plus mal. Je pars sur les hauteurs de Ripoll et après j'arrache seconde par seconde sur les derniers kilomètres.

Quand avez-vous compris que Mike Kloser et Franck Neveu ne pouvez suivre votre rythme?

Juste avant Castellfolit de la Roca, Mike et Franck sont avec moi à l'attaque. On arrive sur le mur et je reste à 80% au cardio, Franck décroche une première fois nous nous retrouvons à deux. On le laisse revenir, la deuxième fois je n'ai rien vu pour Franck. C'est impossible de regarder derrière quand on est sur un mur. En plus, il y avait tellement de monde. J'attaque avant la sortie du secteur. Après, je regarde deux trois fois derrière. Je vois que j'ai cinq, puis dix secondes d'avance. Je marque le pas pour qu'ils recollent pour comprendre pourquoi ils lâchent. Et sur le deuxième mur ou tu dois être à 110% pour aller en haut, ils ne peuvent suivre le tempo et franck m'a dit « elle est pour toi ludw go go go... » Ensuite, je me bats pour chaque seconde. Mike et Franck sont des grands ultra. Cette course, c'est une belle publicité pour l'ultra trail no limits.

Etait-ce votre objectif d'éviter l'arrivée en groupe dans cette échappée de plus de vingt coureurs ?

C'était impossible d'attendre l'arrivée sans rien faire. Attendre n'aurait pas été intelligent. Il y avait les coéquipiers du Barca chez eux, Lucas et les US ne voulaient pas travailler. Revivre l'Alpina pour voir le Barca faire un deux trois, dans cinq semaines nous aurions eu à faire la même chose chez nous !

Cette victoire et l'émergence d'un athlète comme Lucas Bavaro vont-elles vous pousser à changer votre profil de coureur pour vous concentrer sur les courses longues ?

C'est déjà ce que je faisais. J'ai déjà gagné plusieurs courses de plus de 500km. C'est mon histoire et cela sera encore mon avenir. C'est naturel pour moi de travailler dur pour ce type de course. C'est plus compliqué de limiter les efforts pour se concentrer sur un sprint de 150km. J'ai deux objectifs distincts dans ma saison : le challenge d'Ultimate (L'Alpina Race, Le Cataluna Ultra Trail, L'Ultimate Swiss Run et L'Andalucia Ultimate Trail) puis la Senda mais elle est annulée alors je songe à revenir sur la Trans Catalunya . Au printemps, je néglige un peu les courses de moyennes distances.

Pour la finale en Andalousie, j'essaierai encore cet été de faire une place sur le podium et au pire dans les dix. Mais dans cinq semaines, L'ultimate swiss run sera la course de ma vie, même si il n'y a que 320km.



Aviez-vous plus de pression cette année après votre début de saison sans grande victoire et le succès de votre coéquipier Abel Verrano sur l'Ultra Trail d'Urgell la semaine dernière ?

J'ai ressenti moins de pression que l'an dernier où on disait que le cataluna était ma dernière chance pour gagner une belle course. Cette saison, j'étais bien dès la première course (quatrième sur l'ultra jura swiss défit). J'ai toujours eu de bonnes sensations et j'étais présent dans le final sur toutes les épreuves. Ici je n'ai jamais été bien, et je n'ai fait la course que sur 122km. Cette victoire, je ne pense pas qu'elle restera un grand souvenir, l'Alpina m'a offert plus de joie et de fierté (encore une quatrième place). Bien que jusque là, c'était une saison réussie. Désormais, elle est très réussie. C'est la cerise sur le gâteau. [Sur la rivalité au HSA] C'était surtout un problème dans la presse. Abel (Veranno) est un très bon ami. Et moi, je ne suis pas quelqu'un de compliqué.

Finalement, le Cataluna semble vous convenir mieux que l'Alpina?

Pour moi, il n'y a pas de différence. C'est des objectifs d'une saison où il faut que je sois au sommet de ma force sur toutes les courses. C'est un peu le même type de course : de très longues journées où le plus important est de ne pas mourir, de survivre, de survivre. Apparemment, les Pyrénées me réussissent mieux, même si je ne sais pas exactement pourquoi, car sur l'Alpina il faisait chaud, et ici le soleil je ne l'ai eu que sur les 30 derniers kilomètres, et encore une fois je n'ai jamais été bien.

Que vous a dit Jack Grunningen ?

Rien, pour le moment lui et moi, on se demande encore pourquoi tout le monde a refusé la course ? Pourquoi ils m'ont offert cette victoire ? Alors que je n'avais pas les jambes pour souffrir et surtout pour la gagne..... (Un long silence). Maintenant on fera le point demain comme toujours, et je dois faire disparaître cette douleur au mollet gauche. Il me reste cinq semaines pour être au top.

Comment allez-vous célébrer cette victoire ?

Je vais boire un « cok » avec mon fils demain, car il y a droit que lorsque je gagne une course et depuis septembre 2008, il commence à trouver que son Dad est un peu nul. (Rires).

Propos recueillis par Yaël Natel , à Girona