

« Pas une course facile »

Malaga

De Notre envoyée spéciale

Yaël Natel

« Avez-vous déjà la tête à cette finale ?

Demain un peu plus (*jeudi*), non je ne veux pas être trop top dans l'épreuve, mon énergie je la garde pour la course. Mentalement tu peux vite te fatiguer avant une grande échéance alors j'en profite pour être avec mes proches. Même si je suis sérieux dans les moments de préparation.

Que changent pour vous toutes les modifications d'horaires, de lieux de départ et de finish. La possible annulation ?

Rien. On vit cela avant toutes les courses la météo ou la blessure peuvent t'obliger à rester chez toi. Cette fois c'est un virus ! Bien tu restes cool et tu te prépares pour être au maximum.

Les forfaits de PASQUAL MEITURE et PINTO HERDAZERTYGUI, les spécialistes et régionaux de l'épreuve cela change quoi pour vous ?

Ca enlève des favoris, et des espoirs à mes amis espagnols mais ça n'empêchera pas les autres d'être là. Il faut rester très humble parce que sur 532km ça peut très vite devenir un enfer pour tout le monde. Contrairement à ce que l'on pourrait penser, ce n'est pas une course facile pour moi. Si je prends ça trop à la légère, je vais droit dans le mur. Et cette saison, j'ai pris pas mal de mur en pleine face. Je ne suis pas un sur homme, je joue avec mes limites mais je sais qu'un jour elles me mettront à terre si je ne fais pas le travail qu'il faut pour être avec les meilleurs.

Quand MIKE KLOSER dit qu'il n'est pas capable de rivaliser avec vous mentalement sur une épreuve de plus de 300km..

(*Il coupe*). C'est le numéro un mondial Mike en no limits 150km, nous sommes amis sauf en course ou on sera en guerre. Il ne sous-estime pas la difficulté de refouler la douleur physique grâce à ton mental. Il se rend compte que courir 200km, ça ne se fait pas comme courir 300km. Et qu'il y a un monde au delà de 400km, et un univers lorsque tu dépasse les 500km. Et une galaxie sur une course de plus de

1000km comme la Trans Catalunya. Et moi j'arrive ici avec une préparation foncière pour la « Senda » qui a été annulée, j'aurai donc les armes pour la lutte physique après le mental...Il m'a rarement trahit.

Comment gérer ce statut de favori puisque invaincu sur les courses de plus de 350km depuis 2006 ?

Je dois vivre avec. Je viens avec mes armes et mes faiblesses tous n'auront qu'un seul souhait m'abattre c'est la beauté du sport. Le vainqueur est perçu comme un type extraordinaire alors que l'on a juste fait notre boulot. Mes sponsors me payent pour faire de bonnes performances, cela m'offre des privilèges. Je suis conscient d'avoir beaucoup de chance de vivre de belles aventures sportives. Mes les résultats ne sont que le fruit de mon travail quotidien alors l'objectif est de bien

faire comme à chaque fois après la gagne il faut être présent au bon moment, être solide, et avoir de la chance.

Et comment vous sentez-vous à moins de cinq jours du départ ?

Je suis de mieux en mieux. L'envie monte avec la pression. Je suis prêt physiquement, je serai au top dimanche et à 150% lundi. J'ai confiance en Jack (*Grunningen, son coach*), il dit que je suis au top. Je ne doute pas de mes capacités à être fort. Maintenant dans deux jours je vais me mettre dans ma bulle et là j'aurai l'âme d'un destructeur. »

Pour Helvétia sports ©...



Andalucía 2007, Evito Garcia est l'intouchable record

Andalucía último Trail

ÚLTIMO TRAIL 532 KM MÁLAGA - CÁDIZ

Sábado 25 Julio 2009

FINALES EUROPEAS 2009

ULTRA TRAIL NO LIMITS TROPHY

