

# SPORT santé

BIMESTRIEL DU SPORT AIXOIS N°336 / FEVRIER - MARS 2020 / 4 €

SPORTIF du MOIS  
Trophée

FRANCE  
SPORT

## SPÉCIAL CHALLENGES 2019

agl services  
eurlirent



Souleimane Mohammadi

Boxing Club Larbi Mohammadi



Une fête dans l'esprit  
du "Sport pour Valeur"



# aixmaville



[aixenprovence.fr](http://aixenprovence.fr)



## En toute subjectivité

Une fois encore, notre premier numéro de l'année consacre une place importante au palmarès de Sport-Santé, avec la remise des Challenges AGL Services / Eurlirent 2019. Cela fait plus de 45 ans qu'il en va ainsi. Nous ne sommes pas très doués pour le changement, nous le reconnaissons volontiers. Nous faisons toujours un peu la même chose, sans vraiment nous préoccuper de savoir si ce la peut être interprété comme une force ou une faiblesse. Et si nous nous efforçons d'être le plus juste possible dans l'évaluation des performances et mérites des uns et des autres, on pourra toujours nous critiquer sur certains choix de lauréats et nous l'accepterons volontiers. N'avons-nous pas répété ici même que nous assumions notre part de subjectivité dans un domaine où d'autres ne cessent de prétendre à l'objectivité ?

Ainsi, en consacrant 12 pages (dont la couverture), à notre palmarès 2019, nous avons conscience de faire un choix rédactionnel tout à fait orienté et subjectif. Nous aurions pu résumer notre manifestation en une page ou deux, comme nous le faisons pour d'autres événements. Mais nous passerions alors à côté de l'essentiel, à savoir mettre en valeur les lauréats de notre palmarès et toutes les personnes qui contribuent au bon déroulement de la manifestation (voir les remerciements page 15). D'ailleurs, tous les organes de presse, du plus petit au plus grand, exercent le même droit à une information orientée. Surtout concernant des événements qui portent le nom ou l'empreinte du média concerné.

En ce qui nous concerne, nous n'avons pas pour objectif de faire reconnaître notre palmarès comme un grand événement du sport aixois. Nous voulons simplement continuer à proposer un « truc » qui offre l'avantage de pouvoir adresser un petit clin d'œil à des gens qui font la vie des clubs sportifs aixois. Un « truc » qui permet de rassembler un joli réseau de copains et d'amateurs du sport à l'occasion d'une réunion conviviale. Et l'édition 2019 du palmarès Sport-Santé « Challenges AGL Services Eurlirent », aura encore atteint cet objectif, dans le cadre confortable et chaleureux du siège social du Crédit Agricole Alpes Provence. C'est du moins ce qui ressort des nombreux témoignages (... plus ou moins objectifs ?) qui nous ont été adressés. Et nous encourageant... à « ne rien changer ».

Antoine Crespi

**SPORT**  
santé

14, Rue Pavillon – 13100 Aix-en-Provence  
Tél. 04 42 38 42 37 / 06 84 16 82 24  
sport-sante@wanadoo.fr

[www.sport-sante-magazine.fr](http://www.sport-sante-magazine.fr)

**Directeur de la publication :** Antoine Crespi.

**Conseiller :** Philippe Bouëdo.

**Photos :** S. Sauvage, A. Crespi, A. Tarditi, S. Richet.

**Réalisation graphique :** Patricia Dedieu  
Tél. 06 12 39 99 11 - pat.dedieu@orange.fr

**Imprimerie : Esmenjaud**  
5 ZI Pré de l'Aube - 13240 Septèmes-les-Vallons  
Tél. 04 91 46 20 71 - Fax 04 91 09 53 40  
spi.communication@wanadoo.fr

**Routage :** AMD (Marseille)

**Publiée par :** AIX-PRESSE  
S.A.R.L. au capital de 304,90 €  
Durée de 99 ans à partir du 21.9.1972  
Commission paritaire : renouvellement en cours  
Dépôt légal à parution



## A la Une

La photo finale de la remise des Challenges AGL Services / Eurlirent 2019 sur la scène du Crédit Agricole Alpes-Provence. Accroupis (de g. à dr.) : Adrien Warion, Matthieu Ong, Sébastien Monneret, Jérémy Niflore (sportifs de l'année Sports "co"), Bernard Soulas. En haut : Alex Kiatibian, Muriel Hurtis, Frédéric Gracianette, Jérôme Fernandez, Alexandre Donsimoni, Silvi Uttara (sportive de l'année volley) et Franck Maria. En bas, la remise du Prix "Le Sport pour Valeur" à Léa Filippi-Lemaître des mains de Benjamin Legrand. (Photos Sylvain Sauvage)

## Sommaire

Sport-Santé n°336

- 4 Fred Paquet, le cœur "Argo"
- 6 David Michel, spontanément
- 7 Spécial Palmarès 2019
- 8 Le Cinq majeur sports "co"
- 9 Equipes de l'année
- 10 Prix spéciaux
- 11 Dirigeants de l'année
- 12 Entraîneurs de l'année
- 13 Educateurs de l'année
- 14 Petits espoirs prometteurs
- 15 En marge du palmarès
- 16 Trophée des Sports 2019
- 17 Tournois judo et escrime
- 18 La belle envolée de la GPA
- 19 La médaille de Manon Poulain
- 22 Rencontre : Jean-Pierre Sicot
- 24 L'élite à Puyricard et Puyloubier
- 25 Oliver Knight à l'AVCA
- 26 Sport et nutrition
- 27 Human fab, l'autre dimension
- 28 Les Chinois à Prépa-Sports
- 29 Des petits-enfants qui bougent
- 30 Challenge AGL Services / Eurlirent
- 32 Trophée : Souleiman Mohammadi

IL A ETE APPELE A LA DIRECTION DE PROVENCE RUGBY

## Frédéric Paquet le cœur "Argo"

L'annonce de son arrivée à Provence Rugby, au poste de directeur général, a fait grand bruit et n'a pas manqué de surprendre. Car Frédéric Paquet est avant tout une référence dans le monde du football professionnel. Il a en effet assumé la direction générale des grands clubs de Ligue 1, Lille (durant 15 ans) et Saint-Etienne, non sans avoir, entre les deux, exploité un club de golf en Floride, aux Etats-Unis.

**E**n revanche, il n'a pas été fait référence à ses années vécues dans le sport à Aix et notamment aux Argonautes, le grand club de football américain. C'est pourtant là que Fred Paquet a fait ses classes sous la présidence de Bernard Bonnet. D'abord comme joueur à la carrure impressionnante, au sein de l'équipe qui remporta le Casque de Diamant à la fin des années 80, puis comme cadre de l'équipe dirigeante, plus particulièrement concerné par le secteur communication. Paquet a ainsi évolué aux côtés de ces pionniers du foot US à Aix que furent le regretté Claude

Miraval et son fils Jean-Benoît (aujourd'hui au Canada). "A cette époque, se rappelle Bernard Bonnet, Frédéric Paquet a fait du bon travail à partir de l'idée, que j'ai toujours défendue, qu'un club doit être géré comme une entreprise. Nous partageons de nombreux souvenirs de l'époque. En premier, cette fameuse exhibition effectuée en 1992 au Stade vélodrome de Marseille, à la mi-temps d'un match de l'OM et devant 60.000 spectateurs. La démonstration des Argonautes face aux Ours de Moscou avait été très appréciée du public."



A son arrivée à Aix, Fred Paquet n'a pas manqué de retrouver Bernard Bonnet à déjeuner. La rencontre ne pouvait avoir lieu que "Chez Jo". L'ami Alexandre Cento aura apprécié.

### La renommée des Argonautes

L'entreprise "Argo", à partir du siège installé dans les locaux de la SOGEV, dans la zone artisanale des Milles, a largement rempli ses objectifs à l'époque. Et Frédéric Paquet, un garçon pour lequel Bernard Bonnet confie avoir "beaucoup d'affection", a bien contribué au renom des Argonautes d'Aix, bien au delà de nos frontières. Si un dirigeant peut prétendre avoir mis le pied à l'étrier à Fred Paquet, à l'orée de sa carrière professionnelle, c'est bien ce

grand amoureux du cheval qu'est Bernard Bonnet. Nous nous devons de le rappeler, tandis que l'ancien joueur Argo vient travailler dans un sport où le ballon est ovale... comme dans le foot américain, ce sport dont il fut également président des fédérations française, puis mondiale. Un sport qu'il continue de vivre à travers son club des Argonautes, auquel il ne va pas manquer de donner un petit coup de main, titre bénévole. Quand on a le cœur "Argo"... Bonne chance à Frédéric Paquet pour son retour chez nous et dans sa nouvelle mission à Provence Rugby !



Frédéric Paquet (à g.) en séance de travail aux Argonautes, à la fin des années 80, aux côtés de Claude Miraval, Bernard Bonnet (président) et Jean-Benoît Miraval.

### Le choc

## Franc Tréséné n'est plus

La terrible nouvelle nous est arrivée alors que ce n°336 de Sport-Santé était au bouclage. Franck Tréséné, grande figure du rugby aixois, a succombé à un malaise cardiaque, dans la nuit du 6 au 7 février. Comment imaginer qu'on ne verra plus ce grand gaillard jovial et chaleureux sillonner allègrement les avenues d'Aix sur son scooter ? Avec Franck, c'est une grande figure du sport et particulièrement du rugby qui s'en est allé. Ancien nageur de talent chez les jeunes, du côté de Narbonne, il débuta le rugby avec les cadets de l'ARC en 1981. Cinq ans plus tard, il faisait partie de l'équipe championne de

France de D3, aux côtés de ses frangins Eric et Xavier, sous la coupe d'André Dupouy et pour la plus grande fierté de parents géniaux, le regretté Jeannot et l'admirable Carmen. Après une dizaine d'années passées à Aix, le maillot noir sur ses solides épaules, Franck alla faire un bout de carrière au niveau supérieur, au RC Toulon, club avec lequel il allait remporter le titre de champion de France nationale B et le Challenge des Provinces, en compagnie de son ami Stéphane Guyot. Trois années à Toulon et une saison à Istres plus tard, Franck Tréséné

était revenu à Aix pour apporter sa fougue et son expérience à l'équipe première de l'ARC, alors en D3. Il n'allait plus quitter le stade Maurice-David. Viscéralement attaché à l'ARC, dont il aura porté le maillot durant une vingtaine d'années, Franck resta ensuite dans le giron du PARC à la demande de son grand ami Lucien Simon, tout en travaillant à la direction des sports du Pays d'Aix, jusqu'à ce qu'un pépin de santé l'oblige à ralentir. Franck était un garçon charmant, un brin provocateur et impulsif, mais qui avait le don de mettre de la lumière partout où il passait.



Franck Tréséné sous ce maillot noir qu'il a si longtemps défendu.

## Jean-Luc Esmenjaud



Jean-Luc Esmenjaud (à dr.) tout sourire à l'heure d'arroser le départ à la retraite de son ami Jean-Pierre Constantin, en 2008.

### si discret et fidèle

Des gars comme ça, on n'en rencontre pas à tous les coins de rue. Jean-Luc Esmenjaud n'a certes pas alimenté les pages de Sport-Santé à grands coups d'exploits sportifs, même si nous l'avons vu faire quelques beaux arrêts dans les buts sur un terrain de foot. Mais il a joué un rôle important et durable dans la vie de notre magazine.

Avec cette volonté de rendre service propre à l'imprimerie que son père, Louis Esmenjaud, avait créée en 1947, Jean-Luc n'a cessé de nous accompagner avec une bienveillance discrète, la pudeur n'étant pas la moindre de ses qualités.

Jean-Luc a commencé à travailler au sein de la très renommée imprimerie de Gardanne alors qu'il avait tout juste 16 ans. Un sacré bossueur. Il avait appris à tout faire dans cette entreprise dont il allait prendre la direction à la fin des années 80, à la suite de son père et au sein de laquelle collaboraient également sa sœur Martine et leur mère, Andrée, admirable de courage.

Que de belles années passées à l'accueil de l'imprimerie en compagnie de son fidèle ami Jean-Pierre Constantin ! Une amitié qui dépassait le cadre du bureau. Ces deux-là partageaient également la passion de la pêche et de la chasse (n'est-ce pas Sébastien ?) et le goût des bonnes blagues. Jean-Luc n'était d'ailleurs pas le dernier à "taquiner", sourire "canaille" à l'appui.

Parce qu'il était réservé et avait une sainte horreur des conflits, Jean-Luc évitait de se prendre le bec avec des gens à propos de choses sans importance. Il avait lui-même vécu avec beaucoup de dignité la perte prématurée de son épouse Jocelyne. Mais il avait trouvé ensuite de réels motifs de bonheur avec la naissance de ses deux petits-enfants au foyer de Claire, sa fille unique dont il était si fier.

Lorsque l'enseigne Esmenjaud avait quitté Gardanne en 2010, pour intégrer l'imprimerie de la famille Baude, à Septèmes, Jean-Luc était resté aux commandes de la fabrication avec, comme toujours, la même attention à l'égard de Sport-Santé.

Après son départ anticipé à la retraite, en 2014, nous avons gardé le contact avec ce fidèle copain installé depuis plus de 20 ans à Meyreuil, un village où il s'était impliqué dans diverses associations et où les gens le trouvaient évidemment sympathique.

Jean-Luc Esmenjaud s'en est allé le 29 janvier dernier. Il n'avait que 59 ans et encore beaucoup de belles choses à donner. On ne l'oubliera pas.

## En toute modestie

Bon, vous n'allez pas me croire, mais cette fois-ci je vais m'en prendre au responsable de ce magazine. Ça bouclera le bec à ceux qui pensent que le Méchant, c'est lui... alors que c'est moi le Méchant. C'est vu ?

Je ne vais pas donner de nom, vu que la dernière fois que j'ai fait ça, le magazine s'est vu attaquer en justice. Alors, pas d'embrouilles. Ce que vais dire quand même, c'est que le type en question commence à nous souler. Il est dit clairement dans l'édito qu'il n'aime pas changer les choses, mais quand même !...

Pour ce qui est du palmarès, il continue de nous balancer 12 pages sur le sujet, nous impose la même couverture que les années précédentes avec la photo des lauréats du Challenge, la même mise en page à l'intérieur et la même « musique » pour accompagner le tout. Heureusement que les lauréats, eux, sont différents.

Il faut dire qu'avec lui, le changement ce n'est ni maintenant, ni hier et probablement pas pour demain. Même pour ce qui est de sa bagnole et de son vélo, qui datent du siècle dernier, il dit bien qu'il n'a pas l'intention d'en changer.

Si je n'avais pas peur d'être trop méchant, je dirais qu'il a malgré tout ... et surtout malgré lui, pas mal changé physiquement. Je lui trouve plutôt une sale gueule. Et pour l'avoir vu l'autre jour grimper la côte des Quatre Termes à bicyclette, je peux vous dire qu'il n'est pas près d'être sportif de l'année. A part ça, il n'est pas vraiment méchant et je me demande encore comment on pourrait imaginer qu'il puisse faire ma rubrique. Il n'en a ni le courage, ni le talent. Au cas où il n'apprécierait pas les vacheries que je viens de lui balancer en travers de la figure, je n'ai pas de souci à me faire. Il n'y a aucun risque qu'il me vire. Car il sait que sans moi, ce magazine où lui ne cesse de passer de la pommade aux uns et aux autres, n'aurait en fait aucune saveur. Et je dis ça en toute modestie, bien sûr !

*le Méchant*

### BULLETIN D'ABONNEMENT

à retourner à Sport-Santé  
14, rue Pavillon - 13100 Aix-en-Provence  
accompagné du règlement (par chèque bancaire à l'ordre de Sport-Santé)



NOM : .....

Prénom : ..... Age : .....

Adresse : .....

Tél. : ..... E-mail : .....

Sport(s) pratiqué(s) : ..... Club(s) : .....

Abonnement 1 an : 20 € /  Abonnement de soutien : à partir de 30 €

# David Michel... spontanément

Le buffet du palmarès, c'est lui qui l'offre au titre du Bistrot Méjanes. David remet le couvert d'année en année, comme l'a toujours fait la famille Michel à partir de 2002. Au-delà des remerciements que nous lui devons, nous nous sommes amusés à "croquer" en quelques lignes ce personnage qui sort des sentiers battus.

**L**e garçon n'est pas du genre à tourner autour du pot. David Michel n'a rien du "mouligasse" qui met deux plombes pour gicler des starting blocks ou pour sortir un mot de sa bouche. La tête va vite, le geste tout autant... et il y met toujours du cœur, dans le sport comme ailleurs. Spontanément généreux, parfois impulsif il est vrai, il fait penser à ces footballeurs qui jouent les coups à fond et peuvent même prendre un carton jaune pour excès d'engagement.

Le foot, d'ailleurs, ça lui parle. David y joua longtemps, de la belle époque des jeunes à l'US Puyricard (en compagnie des Philippe Bordreuil, Paul Haddad Parfait, Gilles Sorzana et autre Anthony Amaro), aux années de foot loisir à l'AUCF (avec Olivier Lassalle), en passant par l'équipe de l'école de commerce de Sophia Antipolis. Et le ballon est toujours à l'ordre du jour, vu que ses deux fistons, Paul (7 ans, qui pratique également le judo) et Arthur (4ans) s'agitent déjà sur les pelouses de Puyricard, non sans afficher quelques dispositions d'ailleurs.

## D'un sport à l'autre

C'est cependant au taekwondo, sous la coupe de Philippe

David Michel, une gueule, un look... et un caractère à faire du cinéma.



Encore opérationnel sur le terrain de foot, avec l'AUC, il y a 5 ans.

Bouëdo, que David Michel donna ses premiers coups de pied, dès l'âge de 6 ans, avant de poursuivre jusqu'à la ceinture rouge. Si on ajoute à cela quelques années de tennis au club de la Tour d'Aygosi du président Pierre Garnier, un passage instructif par la salle de boxe du Boxing Club Sextius, à l'adolescence, sous la coupe d'André Baumus, de belles sorties sur les pistes de ski et deux années de cross-fit, il y a seulement quelques années, on comprend mieux l'intérêt que le grand David montre pour le sport, même si des problèmes récurrents de genou l'empêchent aujourd'hui de dépenser dans l'effort une partie de son gros capital énergie.

Voilà pour la partie sportive. En ce qui concerne sa vie professionnelle, David Michel n'a pas vraiment chômé après l'obtention (à l'âge de 22 ans) de son Master 2 Management, option "création d'entreprise innovante", au CERAM business school de Sophia Antipolis, une des 5 plus grandes écoles de commerce (aujourd'hui SKEMA). Sacrée référence ! Avec la société Kamo, agence de communication globale qu'il a fondée en 2006 avec son ami

Pierre "Titi" Chicco, David a multiplié les prestations dans de gros événements, notamment lors des éditions du Mundiavocat de football qui se sont déroulées en Turquie et en Croatie.

Au titre du Bistrot Méjanes, le très populaire restaurant de la Cité du Livre qu'il gère depuis 2012, à la suite de ses parents Marie-Pierre et "Momus" (... et où s'active également sa grande sœur, la joviale Carole), David et son équipe assurent en plus la partie buffet de plusieurs événements sportifs aixois bien connus, auxquels il met un point d'honneur à apporter son savoir-faire... et son savoir servir. On peut citer par exemple La Provençale Sainte-Victoire, l'Iron-Man du Pays d'Aix, la présentation des équipes de l'AVCA, la fête de l'AUC... ou la réception des challenges Sport-Santé AGL Services / Eurlirent. Cette dernière prestation est indiscutablement la plus "enrichissante"... vu que David Michel refuse spontanément et obstinément de la facturer. Sa contribution amicale, évidemment très appréciée de tous les invités au buffet de clôture de notre soirée palmarès, ne mérite-t-elle pas quelque considération ?



8, 10 rue des Allumettes  
13100 Aix en Provence

04 42 91 35 53  
contact@lebistrotmejanes.fr

[www.lebistrotmejanes.fr](http://www.lebistrotmejanes.fr)

**JOURS D'OUVERTURE**  
Du lundi au samedi

CHALLENGE

**aglservices**

CONSEIL ET LOCATION  
LONGUE DURÉE DE VÉHICULES

**eurlirent**

1<sup>er</sup> RÉSEAU DE LOUEURS INDÉPENDANTS

## LE PECHOUX REPREND LA MAIN

Absent du podium de notre palmarès l'an dernier, Erwann Le Pechoux retrouve le titre de "Sportif de l'année" qu'il avait déjà obtenu à six reprises entre 2005 et 2017. L'escrimeur international d'Éscrime du Pays d'Aix devient ainsi le deuxième performeur du "Challenge", à égalité avec le champion de squash Grégory Gaultier (7 titres) et derrière l'inégalable Virginie Dedieu (9 titres).

Erwann Le Pechoux a terminé en tête de notre classement à l'issue d'une année pleine, jalonnée de belles performances au niveau international, notamment au cours du premier semestre 2019, agrémenté d'une victoire en coupe d'Europe des clubs avec ses copains d'Éscrime Pays d'Aix (février), d'une 2<sup>e</sup> place en coupe du monde au Caire (mars), d'un 8<sup>e</sup> titre de champion de France individuel au fleuret (mai) et du très important titre de champion d'Europe par équipe avec la France (juin). Autant de performances qui ont permis à Le Pechoux de devancer le grand espoir de course d'orientation Guilhem Elias, multiple champion de France juniors et triple médaillé

des championnats du monde au Danemark. Rappelons qu'il fut sportif de l'année 2018 à égalité avec Adrien Delenne et Adria Moreno. Le podium du challenge 2019 est complété par la championne du monde de VTT enduro, Isabeau Courdurier. Elle est pour ainsi dire la révélation de l'année 2019 pour avoir aligné 8 victoires sur les 8 épreuves du cham-pionnat du monde. Une

performance qui rejaillit sur Aix VTT, club auquel elle est fidèle depuis ses débuts et qui est présidé par Alexandre Kiatibian (directeur technique : Loïc Paget).

Sur la même ligne au classement qu'Isabeau Courdurier, on retrouve (avec 8 points), l'excellent coureur espagnol Adria Moreno Sala, lui-même suivi de près par ses coéquipiers de l'AVCA, Florent Castellarnau et Simon Carr, ainsi que le crack de l'AUC Badminton, Ronan Labar. D'autres très bons sportifs suivent. Le sport aixois est décidément riche en athlètes de haut niveau.



Erwann Le Pechoux titré pour la 7<sup>e</sup> fois l'année précédant les Jeux Olympiques de Tokyo. Un bon présage ?

### TOP 15 sports individuels

1<sup>er</sup> (14 points)

– Erwann LE PECHOUX  
ESCRIME PAYS D'AIX

2<sup>e</sup> (12 points)

– Guilhem ELIAS  
AC AURELIEN (CO)

3<sup>e</sup> (8 points)

– Isabeau COURDURIER  
AIX VTT

– Adria MORENO SALA  
AVC AIX

5<sup>e</sup> (7 points)

– Florent CASTELLARNAU  
AVC AIX

– Simon CARR  
AVC AIX

– Ronan LABAR  
AUC BADMINTON

8<sup>e</sup> (6 points)

– Thomas JEANNEROT  
PARACHUTE CLUB D'AIX

– Nicolas NAVARRO  
AIX ATHLE PROVENCE

– Léocadie OLLIVIER DE PURY  
PARACHUTE CLUB D'AIX

– Boris PIERRE  
TRIATHL'AIX

12<sup>e</sup> (5 points)

– Jonathan COUANON  
AVC AIX

– Adrien DELENNE  
AC AURELIEN (CO)

– Mariya MITSOVA  
AUC BADMINTON

– Juliette MOINARD  
AUC BADMINTON



Le podium des sports individuels avec (de g. à dr.), en haut : Jean-Marie Moillard, représentant Erwann Le Pechoux, Muriel Hurtis, Cédric Carrez, camarade de team d'Isabeau Courdurier et Pierre Delenne, représentant Guilhem Elias. En bas, Isabeau Courdurier (3<sup>e</sup>), entourée par Alexandre Kiatibian et Loïc Paget.

# Le Cinq majeur en sports "co"



**HANDBALL**

## Matthieu ONG (PAUC Handball)

Il a véritablement éclaté en 2019, année au cours de laquelle il est devenu un titulaire indiscutable au poste d'ailier gauche au sein de l'équipe dirigée par Jérôme Fernandez et qualifiée en coupe d'Europe. La progression de Matthieu est d'autant plus significative qu'il a accompli l'essentiel de sa formation au PAUC.



**WATER-POLO**

## Sébastien MONNERET (PAN Water-polo)

Le meilleur buteur de l'équipe qui a disputé la Ligue des champions en 2019 et terminé l'année à la 2<sup>e</sup> place de l'élite, sans avoir connu la moindre défaite à domicile. Sébastien Monneret, formé et révélé à Aix, puis sélectionné en équipe de France, contribue efficacement à la montée en puissance de l'équipe du PAN, sous la direction d'Alex Donsimoni.



**VOLLEY**

## Silvi UATTARA (Pays d'Aix Venelles VB)

De nationalité russe, elle est venelloise et "Rebelle" dans l'âme. Silvi Uattara a accompli une année 2019 irréprochable en réception-attaque, aux côtés de sa camarade et capitaine Tamara Marke, lauréate du challenge 2018, et sous la direction de Félix André. Encore une belle sportive de l'année "volley" !



**RUGBY**

## Adrien WARION (Provence Rugby)

Il a grandi et bien grandi à Aix depuis l'école de rugby du PARC. A tout juste 19 ans, Adrien Warrion (2,02 m pour 112 kg) s'affirme comme le grand espoir du club. Que ce soit en équipe de France des moins de 20 ans ou au sein de l'équipe pro de Provence Rugby, avec laquelle il a déjà joué ses premiers matchs, Adrien se montre à la hauteur des espoirs placés en lui.



**BASKET**

## Jérémy NIFLORE (BM Aix Venelles)

Un gars du "bâtiment" qui s'avère indispensable au sein de l'équipe seniors du BMAV, laquelle s'est battue toute l'année 2019 pour conserver sa place dans le difficile championnat de Nationale 2. Un challenge que Jérémy Niflore espère mener à bien cette année encore, aux côtés de son petit frère Martin et du grand Cyril Guillaume, avec lequel il partage le poste de capitaine d'équipe.



# Equipe élite de l'année



La coupe de l'équipe de l'année a été remise par Alex Donsimoni, entraîneur des poloïstes (à gauche), à l'imposante équipe du PAUC Handball dirigée par son ami Jérôme Fernandez (à ses côtés). Symbole des bonnes relations entre les coachs des deux meilleures équipes du sport aixois.

## EQUIPE DE HANDBALL DU PAUC

Classée 6<sup>e</sup> de la LNH en fin de saison, l'équipe dirigée par Jérôme Fernandez a encore passé un palier depuis en se qualifiant pour les phases de poule de la coupe d'Europe EHF. Les handballeurs aixois succèdent au titre d'équipe de l'année à leurs camarades poloïstes du PAN, tout aussi performants.

# Equipe jeunes de l'année



## EQUIPE DE WATER-POLO U21 DU PAN

Incontestables champions de France au printemps dernier, les garçons entraînés par Alexandre Colin poursuivent leur avancée cette saison en mode rouleau compresseur. Ils sont invaincus en 2019. Difficile de faire mieux.

Une bonne partie de l'effectif U21 du PAN Water-polo sur a scène du Crédit Agricole, en compagnie de Muriel Hurtis et de l'entraîneur Alexandre Colin (à dr.).

# Prix collectif de l'année

## EQUIPE JUNIORS NATATION ARTISTIQUE DU PAN

Un ballet d'équipe impérial lors des championnats de France, en été comme en hiver 2019. Le groupe est dirigé par Myriam Lignot, ancienne médaillée olympique en duo...avec Virginie Dedieu, aujourd'hui présidente de la section natation artistique du PAN.

Cinq des dix championnes juniors de natation artistique présentes la remise du "Prix collectif" avec le cadre technique Delphine Thuillier et la présidente de club, Virginie Dedieu. Cindy Avier Sauvageot (en haut, à côté de Muriel Hurtis), directrice des agences des Milles et de Luynes du Crédit Agricole, s'est fondue dans le groupe après avoir remis la coupe.



**PRIX SPECIAUX**

# Prix "Le sport pour valeur" du Crédit Agricole Alpes-Provence



La fine équipe du Crédit Agricole Alpes-Provence présente à notre palmarès entoure ici Léa Filippi-Lemaître, lauréate du prix "Le Sport pour Valeur". De gauche à droite : Alex Kiatibian, Cindy Avier-Sauvageot, Benjamin Legrand, Muriel Hurtis, Léo Filippi-Lemaître, Thierry Lavignac, Régis Casale et Thibault Moneyron.

## Léa FILIPPI-LEMAITRE (Aix Athlé Provence)

Elle responsable de la belle école d'athlétisme d'Aix Athlé Provence, club qui a fait résolument le choix de privilégier la formation des jeunes, en s'appuyant sur une équipe d'éducateurs et entraîneurs particulièrement bien composée. Léa Filippi-Lemaître incarne parfaitement cette culture de la formation, mise en valeur récemment avec l'attribution à son club du label "Le Sport pour Valeur"... et sa distinction personnelle au titre du Prix "Le Sport pour Valeur" du Crédit Agricole Alpes Provence.

# Prix de la "Bicyclette bleue"

## Bernard OLIVEROS (Club Handisport Aixois)

Il a décroché deux médailles aux championnats de France de tennis de table en 2019. Bernard Oliveros fait partie de ces sportifs qui conjuguent à merveille le talent, l'esprit de club... et le sens de l'humour. Il est depuis plusieurs années, grâce à sa persévérance, un des leaders de l'équipe compétition du Club Handisport Aixois.

### Prix spécial

**David BARRIOL**, président de l'association des "Bacchantes Aix" qui a réussi de façon magistrale l'organisation de la 2<sup>e</sup> édition de la course des Bacchantes, en collaboration avec Aix Athlé Provence : 1200 participants, une organisation parfaite, une merveilleuse ambiance... de quoi ravir David Barriol et son équipe. Clin d'œil à l'appui.



Deux lauréats pour le "Prix de la Bicyclette Bleue" cher à "Sir Alex" : le champion de tennis de table handisport Bernard Oliveros et le Docteur David Barriol, président des Bacchantes Aix. Avec les compliments de Muriel Hurtis.

# Dirigeants de l'année

## Sébastien FILIPINI

(Pays d'Aix Football Club)

Président depuis 2014 d'un club relancé sous le sigle PAFC (prolongement de l'AS Aixoise). Sébastien Filipini contribue avec détermination à la réalisation du projet de formation porté par une bonne équipe de techniciens, au sein de laquelle Cyril Granon (ancien joueur pro) et Johan Roubault (entraîneur des U17 nationaux), jouent un rôle prépondérant. Défenseur du beau jeu... et du foot féminin, le président Filipini gagne assurément à être connu.

## Raymond MICHEL

(AUC Tennis / Padel)

Figure incontournable et "pagnolesque" du sport aixois, Raymond Michel, alias "Momus", est pour beaucoup dans la progression de la section tennis/padel de l'AUC qui a passé la barre des 540 adhérents. Ancien président de l'AUC Taekwondo et aujourd'hui secrétaire général de l'AUC Aix, Raymond Michel avait accepté la présidence du secteur Tennis "pour rendre service". Et ça, il sait faire, avec la générosité... et le caractère qui le caractérisent. Le résultat est probant.

## Pierre MANUGUERRA

(AUC Badminton)

Un "monument" de l'encadrement du sport aixois. Président de l'AUC Badminton depuis 34 ans, Pierre Manuguerra est à la tête du club qui a fini l'année 2019 en tête du Top 12. Un club formateur, un club organisateur (notamment avec le très réputé tournoi international) et un club où la bonne humeur est une règle de vie. Pierre



Anciens dirigeants et "Dirigeants de l'année" en bonne compagnie. De gauche à droite : Alex Kiatibian, Lucien Simon, Muriel Hurtis, Raymond Michel, Pierre Manuguerra, Claude Lassalle et Sébastien Filipini.

Manuguerra est d'autant plus solide au poste qu'il peut compter en plus sur le soutien familial avec son épouse Catherine, ses enfants Charlotte, Clémence, Samuel et sur sa très tonique belle-sœur Marielle Binet.

Jamais en panne de bonne humeur, Pierre Manuguerra, il est vrai ravi d'être félicité par Muriel Hurtis.



# Organisateur de l'année



## AVC AIX-EN-PROVENCE,

pour l'organisation de la 70<sup>e</sup> Ronde cycliste d'Aix qui a connu un succès retentissant en 2019, avec la présence sur le cours Mirabeau du numéro un mondial Julian Alaphilippe. Une belle réussite pour le président Jean-Daniel Beurrier, le manager Jean-Michel Bourguin et leur équipe.

Thibault Moneyron (à gauche) a remis le prix d'organisateur de l'année à l'AVC Aix, représenté ici par Maurice Besse, Félix Granon, Jean-Louis Catelas, "Momus" et Jean-Michel Bourguin.

# Entraîneurs de l'année

## Alexandre DONSIMONI

(PAN Water-polo)

L'entraîneur aixois le plus performant du nouveau millénaire. Après avoir formé un bon nombre de jeunes poloïstes (équipe minimes championne de France en 2007), Alexandre Donsimoni a pris la direction de l'équipe seniors il y a 12 ans. Résultats : montée en élite en 2010, première qualification en coupe européenne en 2017, première finale du championnat de France en 2018 et nouveau podium en 2019...

Alex bat un record de longévité à la tête de la belle équipe du PAN, qualifiée depuis deux ans en Ligue des champions. Une équipe qui a bouclé l'année 2019 à la 2<sup>ème</sup> place du championnat, sans avoir connu la moindre défaite à domicile. Sacré Alex !

## Nikola GRAHOVAC

(PAUC Handball)

Ancien joueur du club, serviteur fidèle de l'entreprise PAUC Handball, le grand Nikola Grahovac est très impliqué dans la formation du PAUC. Il est entraîneur adjoint de la belle équipe U18, aux côtés de François Cermelj (responsable de la formation du PAUC) et du fidèle Jean-Roch Soliveri. Une équipe U18 qui a disputé les quarts de finale du championnat de France Falconi au printemps dernier. Un bon point pour la formation aixoise... est ses coachs.

## Frédéric LOCQUENEUX

(AUC13 Volley Ball)

L'entraîneur de l'équipe seniors de l'AUC 13 VB qui a accédé au printemps à la Nationale 2 et s'y comporte bien. Fred Locqueneux est d'autant plus indissociable de cette progression qu'il assume le poste d'entraîneur depuis 2011, année de la relance du volley masculin avec la création de l'AVBA (aujourd'hui AUC13VB). Huit années d'un engagement passionné pour un coach "visité" par le volley et très attaché à son "cercle de volleyeurs" présidé par Jean-Louis Riera.



Alex Donsimoni félicité par son confrère du hand, Jérôme Fernandez.



← Nikola Grahovac par Thierry Lavignac.

Fred Locqueneux par Régis Casale.



**EMERAUDE**  
t é l é p h o n e

Téléphonie courants faibles et réseaux d'entreprises

Jean-Marc Schollé

Distributeur Agréé **Aastra**

840, Av. du Camp de Menthe - 13090 Aix-en-Provence

Tél. 04 42 59 62 62 Fax 04 42 59 62 63

E-mail : emeraude@aix-telephone.com

# Educateurs de l'année

## Charlotte ARAGONES

(Gym du Pays d'Aix)

Elle est responsable de la "petite enfance" dans un club particulièrement dynamique dans ce secteur avec quelque 200 bambins de 2 à 5 ans. De quoi faire pour Charlotte Aragones qui participe à toutes les animations : éveil à la gym, passages de livret, organisation de stages, anniversaires, fête de la baby gym à Noël... Oups !

## Samir BOUDOUIA

(Etoile Sportive Milloise)

Il est responsable du foot animation (6-13 ans) à l'ES Milloise et entraîne plus particulièrement les équipes U11 critérium et U12. Au printemps 2019, Samir Boudouïa a amené les U10 en poules finales du Challenge Laggiard. Ancien joueur de l'AS Aixoise (il a également évolué aux Milles aux côtés de l'actuel président Fred Dossetto), Samir joue un rôle énergique dans la formation milloise.

## Rachel DUCASSE

(Triathl'Aix)

Elle est référente de Triathl'Aix pour le dispositif ESE, notamment auprès des internes de l'école Saint-Eloi. Rachel Ducasse, qui n'est autre que l'épouse du président (Jean-Christophe), participe également à toutes les activités du club et notamment à l'encadrement l'école de triathlon, pour la partie vélo, sa spécialité. Ancienne triathlète, elle a le don de communiquer aux jeunes son goût du sport et son sens de l'esprit d'équipe.

## Samia GHAMRI

(Football Club Aixois)

Au sein de la belle équipe d'éducateurs bénévoles du Football Club Aixois, Samia Ghamri joue un rôle essentiel. C'est elle qui a relancé le foot féminin sur le stade de la Molière où elle assure l'entraînement de l'équipe féminine du FCA. Une équipe qui fait le dur apprentissage du championnat seniors. Et tout se passe dans le meilleur esprit.

## Olivier LE TROTIER

(AUC Badminton)

Responsable de la commission jeunes de l'AUC Badminton, Olivier Le Troter se démène comme un diable à tous les niveaux : organisations, accompagnement des enfants sur les compétitions... Ce "super bénévole", selon l'expression du président Manuguerra, est le premier à se mettre à la tâche sur les événements et le dernier à en partir. L'éducation (aussi) par l'exemple.

## Mohamed MAROUCHI

(Luynes Sports)

"Un formateur-né, passionné, rigoureux" (dixit son président Stéphane Banos). Après avoir entraîné les U15 de ligue, Mohamed Marouchi est aujourd'hui à la direction de l'équipe U16 qui a fini l'année à la 3<sup>e</sup> place



Les éducateurs de l'année encadrés par Jacky Pin, Muriel Hurtis, "Sir Alex" et André Guinde.

du championnat (R2). Sa compétence (il est titulaire du BE) et son amour du foot sont très appréciés à Luynes Sports, club dont le secteur formation fait référence et justifie les accords de partenariat avec l'Olympique de Marseille.

## Kevin PIGNOLY

(AUC Football)

Il a relancé le football féminin à l'AUC en compagnie de Gisèle et Caroline Colombier. Kevin Pignoly, coach des seniors féminines, est également adjoint de Mohamed Kharchy pour l'équipe U15 qui joue bien et vise la montée en D1 U16. Le foot féminin est ainsi bien barré à l'AUCF.

## Jean-Marc GIDE

(AUC Judo)

L'homme qui a relancé la dynamique à l'AUC Judo, club dont il assume la direction technique depuis plus de trois ans. Jean-Marc Gide, formateur dans l'âme... et dans la durée (éducateur depuis 37 ans), se donne à fond pour son club qui se situe à la deuxième place du département avec quelque 280 licenciés, dont un tiers au baby judo, un secteur auquel Jean-Marc apporte une attention particulière. Un personnage fort qui n'a pas peur de mouiller... le kimono.

## Angèle MICHEL

(Pays d'Aix Venelles VB)

Figure emblématique du volley féminin à Aix. Ancienne joueuse de Pro A avec l'AUC, puis de Pro B avec Venelles, sous le nom d'Angèle Dechanet, l'épouse de Jean-Marie Michel (autre "allumé" du volley) est depuis 7 ans une des pièces essentielles de la formation venelloise dirigée par son amie "Patou" Vernier. Angèle s'occupe particulièrement de l'équipe des moins de 13 ans du PAVVB... tout en continuant, à

48 ans, à tenir sa place aux côtés des jeunes joueuses de l'équipe N2. Géniale Angèle !

## Jean-Pierre SICOT

(AUC Taekwondo)

Il est arrivé à l'AUC Taekwondo sur la pointe des pieds il y a deux ans, précédé d'une grosse réputation de formateur. N'est-il pas un des pionniers de la discipline en France ? Il participa entre autres à la préparation olympique de Pascal Gentil pour Pékin. Jean-Pierre Sicot est aujourd'hui le directeur sportif d'un club qui, sous son impulsion, se rapproche des 250 licenciés. Ceinture noire 7<sup>e</sup> dan, éducateur dans l'âme, maître Sicot va encore former à Aix des dizaines et des dizaines de taekwondoïstes.

## Ets CHAUVIN

deux sociétés...

## M. CHAUVIN et Fils

"Le confort par l'électricité"

## E.G.E.C.

Toutes installations électriques

...une seule adresse

## VENELLES

104 Av. des Logissons

04 42 54 73 41

# Petits espoirs prometteurs (10-12 ans)

## Spécial "enfants de..."

Pour la catégorie "petits espoirs prometteurs", le choix s'est porté cette année sur dix enfants de sportifs bien connus du sport aixois. Des noms qui parlent...



"Fils ou filles de", ils ont bien mérité les coupes remises par A. Kiatibian et Muriel Hurtis.



L'un d'eux, Lazar Djukanovic, a même réussi à sortir du lot, grâce à cette photo signée Sylvain Sauvage.

### Paul ALBERTO (AS Automobile d'Aix)

Fils de l'ancien bon pilote de Formule 3, Eric Alberto, le petit Paul (12 ans) fait merveille dans les épreuves de karting. Champion de France en 10-13 ans, 6ème du championnat du monde cadets, en Italie, le gamin de Puyricard, qui pratique également le handball à Eguilles, n'a qu'une idée en tête : devenir coureur auto... comme papa.

### Alexis ARMAND (Pays d'Aix Natation)

Son père, Pascal, champion de natation handisport, cycliste, coureur à pied... et inéluctablement triathlète, lui a ouvert la voie. Alexis (10 ans), comme son petit frère Chris (9 ans), fait son apprentissage de la natation au PAN et participe également à des compétitions avec Triathl'Aix. S'il affiche la même volonté que son père, Alexis va faire de belles choses.

### Hugo CADART (Country Club Aixois)

A bientôt dix ans, classé 30/2, le fils de Rodolphe Cadart, boss de Provence Tennis Académie (ancien n° 18 français) donne déjà de belles promesses à l'école de tennis du Country. Avec sa récente victoire aux Masters 13, dans sa catégorie d'âge, ce gamin que ses entraîneurs disent "surprenant d'autonomie", annonce déjà la couleur.

### Paul-Marie CHAUVIN (US Puyricard)

Issu d'une célèbre famille de champions boulistes (son père, Sébastien, remporta entre autres les Masters jeunes et son grand-père, le regretté René Chauvin, a marqué l'histoire du jeu provençal), Paul-Marie préfère quant à lui jouer au foot. Il montre de bonnes dispositions avec l'équipe U 11 de l'US Puyricard... dont son papa est dirigeant. Et il joue également au tennis au Country. A suivre...

### Lazar DJUKANOVIC (PAUC Handball)

Fils de l'ancien et brillant gardien de but du PAUC, Micha Djukanovic, le petit Lazar (qui n'a pas encore 10 ans) montre vite de belles qualités au hand. Il est très dégourdi et joue déjà en U11 et U13 (... mais pas

comme gardien de but). A l'instar de sa grande sœur, Iva (13 ans), volleyeuse très prometteuse du PAVVB, Lazar est bien parti pour faire de belles choses dans le sport, comme papa Micha et maman Jelena (qui pratiqua longtemps la danse traditionnelle serbe).

### Kilian FERNANDEZ (PAN Water-polo)

Fils d'un monstre sacré du handball (on ne présente plus Jérôme Fernandez) et d'une ancienne basketteuse de haut niveau (sous le nom de Stéphanie Braize), Kilian a choisi quant à lui de pratiquer le water-polo. Autant dire que le petit Fernandez (... très grand pour ses 12 ans) possède de sérieux atouts pour bien faire dans ce grand club formateur qu'est le PAN Water-polo... présidé, soit dit en passant, par sa mère.

### Elise PORTA (VTT Passion Venelles)

Maman Isabelle fut championne de Suisse de VTT (descente), une discipline dans laquelle Elise est déjà performante. Avec l'équipe régionale classée 2<sup>e</sup> du championnat de France, la "fille Porta" a notamment terminé 3<sup>e</sup> de l'épreuve de cross-country et du combiné. Egalement en vue dans des épreuves de courses à pied et de duathlon, Elise montre un joli



La mimique de Muriel Hurtis fait sourire Kilian Fernandez.

potentiel pour la plus grande fierté de son ancien poloïste de père, Bernard Porta, dirigeant du PAN et patron de Prépa-Sports.

### Lou THUILLIER

*(Pan Natation artistique)*

Déjà citée parmi les "petits espoirs prometteurs" l'an dernier, Lou Thuillier revient au palmarès comme "fille de...". Sa mère a en effet disputé les Jeux Olympiques d'Atlanta sous le nom de Delphine Maréchal (5<sup>e</sup> avec l'équipe de France... et Virginie Dedieu) et son père, Eric, a fait carrière dans le water-polo. A 12 ans, la petite Thuillier, entraînée cette année par Assia Belaïd Mohammadi, s'affirme comme la meilleure nageuse artistique française de son âge. Une perle.

### Dima VANHE-DEDIEU

*(PAN Water-polo)*

Quand on est l'aîné des deux fils de Virginie Dedieu, la championne la plus titrée de la natation synchronisée française et de l'histoire du sport aixois, on ne peut que bien se tenir dans un bassin. Dima (11 ans) fait partie de ces gamins qui s'éveillent avec passion à la pratique du water-polo. En 2019, sous la coupe de Benjamin Rudent puis Alexandre Colin, Dima Vanhe-Dedieu a déjà montré de belles dispositions pour le polo... laissant les joies de la natation artistique à son petit frère Macéo (8 ans), également très doué.

### Lou VELLIEUX

*(GR Aix)*

Elle a choisi la gymnastique rythmique, une discipline où maman Clémence fut vice-championne de France (en duo avec Jeanne Leborgne), papa Stéphane ayant pour sa part fréquenté les terrains de foot (titré en universitaires avec Sciences Po). La petite Lou Vellieux affiche déjà de bonnes dispositions sous les couleurs de GR Aix, comme en témoigne son récent top 10 au championnat interrégional. Elle montre également la voie à sa petite sœur Romane (8 ans), tout aussi prometteuse.

## En marge du palmarès

## REMERCIEMENTS

### "Cela s'est bien passé", nous a-t-on dit

Les personnes qui n'ont pas pu venir à notre réception du 20 janvier 2020, au siège du Crédit Agricole Alpes-Provence, nous ont posé la question : *"Ça s'est bien passé ?"*

Nous avons répondu simplement que ceux qui étaient présents avaient dit que *"c'était bien"*.

Nous voulons bien le croire, d'autant que nous avons pu apprécier, lors du déroulement de la soirée, le remarquable soutien de toutes les parties concernées. Comment ne pas remercier alors tous ceux qui ont contribué au succès d'une soirée qui compte dans la vie de notre magazine et que nous avons tenu à dédier à la mémoire de Thierry Pomaret, le créateur du concept "Le Sport pour Valeur", sans lequel nous n'aurions pas connu un tel rapprochement entre le monde du sport aixois et le Crédit Agricole Alpes Provence.

– Merci à Alexandre Kiatibian. Il est le partenaire des challenges depuis 21 ans, plus par amitié et générosité que par souci de promouvoir ses enseignes de location autos AGL Services et Eurlirent, supports du palmarès. Sa présence permanente cette année, sur la scène, nous a bien plu.

– Merci au Crédit Agricole Alpes-Provence. Partenaire de notre magazine au titre du "Sport pour Valeur", la direction du CAAP nous a accueillis dans son bel auditorium du siège social, avenue des Trois Cyprès. Une belle et confortable salle d'environ 400 places, doublée d'un espace très agréable pour le buffet de clôture.

Remerciements à Benjamin Legrand, directeur commercial adjoint du secteur Aix-Aubagne, auteur du message d'accueil en ouverture de la cérémonie et à Muriel Hurtis, ambassadrice du "Sport pour Valeur", pour sa présence rayonnante toute la soirée.

Remerciements aux directeurs d'agences qui ont participé à la remise (dans l'ordre d'apparition sur la scène) : Thibault Moneyron (Aix Sextius), Thierry Lavignac (Aix-Cézanne, Monclar, Carnot), Régis Casale (Pont-de-l'Arc, Les Deux Ormes, Palette), Cindy Avier-Sauvageot (Les Milles, Eguilles).

Remerciements au Département Communication du CAAP dirigé par Alexandre Schabel et Chloé Vincenti, avec la précieuse collaboration de Stéphane Boschi et Isabelle Demory.

– Merci à David Michel qui a offert le buffet et l'a animé "sportivement" avec son équipe du

Bistrot Méjanes (voir notre article p.6).

– Merci aux personnalités qui ont participé à la remise des prix, notamment à ces grands messieurs du sport qu'ont été – et restent – Jacky Pin, André Guinde, Claude Lassalle et Lucien Simon... Et merci également aux personnalités concernées par les prochaines élections municipales et qui savaient qu'à ce titre ils ne seraient pas invités à venir sur la scène de l'auditorium, ni même cités au micro, selon une règle que nous respectons depuis toujours. Ils sont venus par sympathie pour les sportifs et en toute discrétion. Tout le monde a apprécié.

– Merci aux cadres techniques et dirigeants qui ont assuré la présentation des sportifs de l'année en sports "co". A savoir : Jérôme Fernandez, entraîneur du PAUC (Matthieu Ong) ; Alexandre Donsimoni, entraîneur du PAN Water-polo (Sébastien Monneret) ; Bernard Soulas, président du Pays d'Aix Venelles VB (Silvi Uattara) ; Frédéric Gracianette, directeur du centre de formation de Provence Rugby (Adrien Warrion) ; et Franck Maria, dirigeant des seniors du BMAV (Jérémy Niflore).

– Merci aux copains qui ont représenté les deux sportifs de haut niveau absents, Jean-Marie Moillard (Le Pechoux) et Pierre Delenne (Guilhem Elias)... ou présents, Loïc Paget, Cédric Carrez (Courdurier).

– Merci à Virginie Dedieu, la recordwoman des titres de "Sportive de l'année", aujourd'hui présidente de la natation artistique du PAN, toujours fidèle (... comme ses parents) à notre réception.

– Merci à Sylvain Sauvage, qui assure à titre amical toute la partie photos de la soirée. Il a été très applaudi à sa venue sur la scène (pour la photo d'ensemble).

– Merci aux "prestataires" sur scène, François Martinez, en pro du micro ; Gilles Tabarant, coéquipier fidèle, sorte de régisseur du protocole ; et Claudine, responsable de la distribution des challenges.

– Merci aux partenaires qui s'associent à leur façon aux palmarès, aux donateurs Jean-Marie Guillaume (50 places des Cinémas Aixois), à la famille Baude, de l'imprimerie Esmenjaud (cartons d'invitation).

– Merci aux lauréats, ponctuels au rendez-vous (3 absences seulement pour 41 titres décernés) et aux entraîneurs présents avec leurs équipes, notamment Jérôme Fernandez (PAUC Handball), Alexandre Colin (PAN Water-polo) et Delphine Thuillier (PAN Natation artistique). Au total, ce sont 91 personnes qui sont montées sur la scène du Crédit Agricole.

– Merci au public, venu en nombre (environ 350 personnes) et particulièrement respectueux du palmarès. Avec un petit clin d'œil particulier à notre ami chirurgien Olivier Dufour. Obrigado amigo !

*Dans l'auditorium du Crédit Agricole, spacieux, confortable et convivial.*



# Une soirée sur grand écran



Beaucoup de monde à l'honneur sur la scène du gymnase du Val de l'Arc.

Un duo d'animateurs très apprécié, composé de Nathalie Vincent et Guilhem Guirado. Le capitaine de l'équipe de France de rugby a joué le jeu à fond.

Les Trophées des Sports de la ville d'Aix 2019 ont rassemblé, le 9 décembre dernier, un bon millier de personnes dans le gymnase du Val de l'Arc, transformé pour l'occasion en véritable salle de spectacle. Sur la scène, des dizaines de sportifs et dirigeants ont eu droit aux honneurs et, pour certains d'entre eux, à la mise en valeur de leurs activités sur grand écran, grâce aux vidéos qui constituent l'un des points forts de la soirée. Une soirée présidée par l'adjoint aux sports Francis Taulan, plus détendu que jamais et animée de belle façon par la pétillante

Nathalie Vincent, en duo avec un parrain d'envergure et très sympathique en la personne de Guilhem Guirado, capitaine de l'équipe de France de rugby de la dernière Coupe du monde. En résumé, une belle rencontre pour le monde sportif aixois, clôturée par le grand buffet offert par l'hôtel Campanile Pont-de-l'Arc.

Naomi Akakpo, l'espoir d'Aix Athlé Provence (médaillée de bronze du 100m haies aux championnats de France juniors) a fait partie des sportifs mis en lumière lors des Trophées des Sports 2019.



Depuis 1972

## CARTIER

DEMENAGEMENTS

Votre solution déménagement clé en main !

Spécialiste Meubles & Objets d'Art - Garde Meubles - Pianos

37 Bd du Roi René - 13100 Aix-en-Provence - Tél. 04 42 21 43 08  
Fax. 04 42 96 38 52 - E-mail : aaacartiersa@aol.com

Visitez notre site sur [www.demenagement-cartier.com](http://www.demenagement-cartier.com)



# Les Aixois à l'épreuve

**D**ans une compétition aussi relevée que le tournoi international d'Aix, les judokas juniors aixois présents cette année ont évidemment été mis à rude épreuve... mais ils ont au moins eu le mérite d'être là. Pour cette 36<sup>e</sup> édition, dans un gymnase du Val de l'Arc surchauffé, le représentant n°1 de l'AUC, Johann Pietrosino, n'a pu passer le premier tour, dominé par un camarade du JC Venellois et du pôle. Cela n'a pas vraiment enchanté son entraîneur Jean-Marc Gide, lequel a jugé sévèrement que *"Johann n'avait pas été suffisamment combatif et avait abordé ce combat comme s'il s'agissait d'une séance d'entraînement."*

## La détermination de Massyl Benelhadj

Le coach de l'AUC a en revanche apprécié le comportement du jeune Massyl Benelhadj, un cadet 3<sup>e</sup> année qui s'est donné le droit de disputer trois combats en allant remporter son match de repêchage par ippon (deux wazari). *"Lui a au moins montré de l'envie"*, a souligné Jean-Marc Gide.



Contrairement aux apparences, Pietrosino n'a pas réussi à prendre le dessus au premier combat. Cela laisse perplexe son entraîneur, Jean-Marc Gide (à droite).

© S. Sauvage

## Ils ont leur ceinture noire

L'AUC Judo compte trois ceintures noires de plus. Elles ont été remises aux intéressés lors de la cérémonie des vœux du Comité départemental présidée par Jean-Paul Coche. Il s'agit des jeunes Massyl Benelhadj (16 ans) et Carla Combré (17 ans), ainsi que de Joachim Picolet, entourés ici, de part et d'autre, de Claude Vieu et Yann Martinon, deux cadres institutionnels de l'AUC qui, eux, n'en sont pas à leur premier dan (... 4<sup>e</sup> dan).



**L**a réputation du challenge international Licciardi n'est plus à faire. Avec 196 fleurettistes venus du monde entier, cette grande épreuve de la Coupe du monde juniors a encore tenu son rang. Le fait que, pour la première fois, la victoire revienne à un Egyptien, en l'occurrence Mohamed Hamza, n'aura fait qu'ajouter au prestige de l'épreuve. Côté Aixois, outre le succès de l'organisation, on s'est réjoui de voir trois espoirs d'Escrime Pays d'Aix prendre part à la compétition. Ainsi, Charles Collardez, Jules Maire et Julien Eberhart (de g. à dr. sur notre photo) ont convenablement figuré en accédant au tableau de 126. Il y avait longtemps que le club aixois n'avait pas été aussi bien représenté au Licciardi.



# La belle envolée de la GPA

**L'**impressionnant développement de la gymnastique artistique à Aix est d'autant plus épatant que certains ont pu penser, à l'été 2016, que le départ à la retraite de Lucie et André Chydzinski, après 15 ans d'un travail de grande qualité, risquait d'y mettre un frein. Mais aujourd'hui, le club présidé par Valérie Bouquet et dirigé sportivement par l'excellent Guillaume Blanc, dépasse le nombre hallucinant de 600 licenciés, dont près d'un quart pour le secteur "petite enfance", sous la responsabilité de Charlotte Aragones (... citée parmi les éducateurs de notre palmarès).

La formation des jeunes à la Gymnastique du Pays d'Aix est parfaitement organisée. L'équipe pédagogique, placée sous

la direction technique de Guillaume Blanc, s'appuie sur les compétences d'anciens gymnastes tels qu'Aurélien Andrieu, entraîneur des garçons et Manon Serra, entraîneur des filles et responsable du groupe performance dans le cadre du dispositif ESE ; Yann Danet étant rattaché au secteur animation.

La belle envolée de la GPA n'est pas sans poser des problèmes de capacités d'accueil pour un club qui va devoir pousser les murs du gymnase de la Pioline (... avec l'aide de la municipalité), afin de répondre à la demande croissante du public.

Gaël Cazin  
s'envole aux anneaux.



Egalement  
"pointu" aux  
barres  
parallèles.



Un garçon bien  
encadré, ici avec  
ses entraîneurs  
Aurélien Andrieu  
et Guillaume  
Blanc et les  
dirigeantes  
Valérie Bouquet  
(présidente) et  
Caroline Borrelly  
(secrétaire  
bénévole).



# Gaël Cazin l'espoir

Il aurait pu figurer au palmarès Sport-Santé au titre des petits espoirs prometteurs. A 10 ans (il est né le 22 mars 2009 à Aix), élève de CM2 à Fuveau, Gaël Cazin affiche de belles dispositions pour un sport qu'il pratique déjà depuis 5 ans. Il a en effet débuté à la baby gym sous la coupe de Katalin Vigouroux. Il a poursuivi avec Pierre-André Cano avant de passer, il y a deux ans, à l'entraînement d'Aurélien Andrieu, mais également de Guillaume Blanc (le mercredi). A raison de 5 séances d'entraînement par semaine, Gaël Cazin ne cesse de s'affirmer parmi les bons espoirs de sa catégorie, comme en témoigne sa 10<sup>e</sup> place au championnat de France benjamins, en Vendée. Son entraîneur principal, Aurélien Andrieu (35 ans), qui fut vice-champion de France aux anneaux en seniors Nat. A, ne tarit pas d'éloges sur ce gamin formé au club. "Gaël, dit-il, est un garçon ambitieux qui comprend vite. Il a un excellent feeling pour la gym. Il fait déjà de très belles choses aux barres parallèles et au sol. La saison prochaine, il progressera encore en évoluant dans le cadre du dispositif ESE ou au CREPS." Gaël a l'avantage d'évoluer dans un environnement familial favorable. Son père, Ludovic, amoureux des courses de trail est à même d'accompagner la vocation du fiston, comme de la petite sœur Alix (6 ans), déjà active à la baby gym et à la danse. Gaël lui, se réjouit de pratiquer un sport dont il aime tous les aspects et pour lequel il ne manque d'ailleurs pas d'ambition, puisqu'il nous a confié que son rêve est de participer un jour aux Jeux Olympiques.

## Gymnastique Rythmique

# La médaille de Manon Poulain

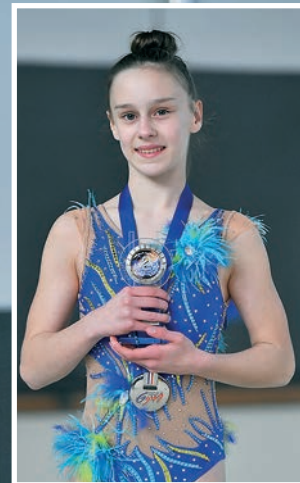
Elle n'a que 14 ans et vient de faire une bien jolie performance pour ses premiers championnats de France disputés à Reims, fin janvier. Manon Poulain a en effet obtenu la médaille d'argent en individuel 14-15 ans (Nat.C), après une excellente prestation. Un évènement que son entraîneur Stéphanie Arnoux revit intensément.

"Il est 15 heures, raconte-t-elle, lorsque Manon se présente sur le praticable, entre émotion, fierté et stress. Toute la délégation aixoise retient son souffle. Notre gymnaste réussit parfaitement son exercice avec un sourire radieux, du début à la fin. Sept mois d'un travail intense, à raison de 13 heures par semaine, résumés en une minute et demi. Ne pas lâcher le cerceau, rester concentrée et surtout faire comme si cela était facile. Objectif atteint pour Manon (...) Le verdict tombe vers 17 heures. Manon Poulain est vice-championne de France. La délégation aixoise est euphorique (...)."

Stéphanie Arnoux, qui entraîne la petite Manon depuis ses débuts à l'âge de 7 ans, place de sérieux espoirs en son élève.

"Manon, indique-t-elle, est une gymnaste très rapide dotée d'une très bonne technique aux engins." L'entraîneur pense que cet espoir de GR Aix a le potentiel pour assurer la relève des "vieilles" du club que sont les très performantes Elsa Comino (13<sup>e</sup> en 16-17 ans NA à Reims), Alix Mogno (14<sup>e</sup> en NB) ou Agnès Caillat (qui relève de blessure).

En passant en NB, Manon Poulain, devrait confirmer ses bonnes dispositions la saison prochaine et regarder du côté de la catégorie Nat.A. Elle en a en tout cas les moyens.



... cela lui a valu une belle médaille d'argent à Reims.

Manon Poulain maîtrise très bien l'exercice au cerceau...

Photos S. Sauvage.

### Elles étaient à Reims

Parmi les 11 gymnastes aixoises en lice aux championnats de France, la petite Egyptienne Laila Serag Eldin, licenciée à GR Aix depuis deux ans, a également eu les honneurs du podium grâce à sa 3<sup>e</sup> place en NA 12-13 ans. A côté des deux médaillées (Manon et Laila) et de ses deux gymnastes majeures (Elsa et Alix), GR Aix présentait sept autres compétitrices à Reims : Lucie Ducelet, Pauline Vernay, Pauline Richard, Elisa Sieurin (en 12-13 ans) ; Lucile Pannequin, Emilia Cosset (en 14-15 ans) et Doriane Brun Meudic (en 18 ans NA). Jolie représentation !



Pas mal non plus au ruban.

◀ Un beau mélange de compétiteurs, enfants de la baby gym, entraîneurs et dirigeants un mercredi après-midi à la salle de gym de la Pioline.

le Marguerite  
fait son marché

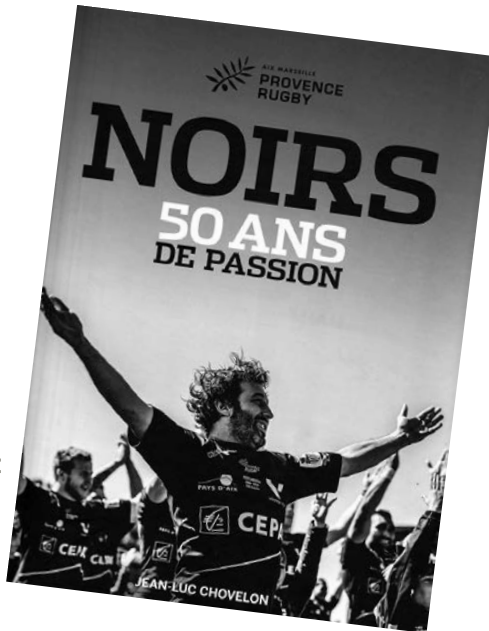
Le food truck 100% végétal de Camille et Lola Fournier est présent le jeudi sur le marché d'Aix, place Jeanne d'Arc.

Autres prestations sur commande

Facebook : foodtrucklemarguerite (07 63 48 07 55)

# Un superbe ouvrage

Si Frédéric Paquet, nouveau directeur de Provence Rugby (voir p.4), veut tout connaître de l'histoire du rugby aixois, il pourra se plonger dans le très bel ouvrage publié en décembre dernier par l'agence TOUTécrit. Un livre magnifique de 130 pages format 23x30 cm, qui retrace 50 ans de l'histoire des Noirs, sous la plume talentueuse de notre confrère et ami Jean-Luc Chovelon. Ce dernier est d'autant plus concerné qu'il fut lui-même un des bons joueurs de l'Aix Rugby Club des années 80 (membre de l'équipe championne de France D3 en 1986).



**C**et ouvrage particulièrement luxueux et bien conçu est abondamment illustré de superbes photos, dont certaines sorties des archives du Studio Ely. A sa lecture, on revit les plus grands moments de l'histoire d'un club marquée par les grands dirigeants qui l'ont construite et plus particulièrement Maurice David, le fondateur, Louis

Simon, Henri Roux, Marcel Guillaume et Lucien Simon. Quel plaisir de retrouver au fil des pages les portraits de quelques joueurs et entraîneurs qui ont marqué à jamais l'histoire du rugby aixois ! Et nous ne nous risquons pas à citer d'autre nom que celui d'André Dupouy, le meilleur entraîneur et formateur que le club ait connu.

On ne peut qu'applaudir au travail de Jean-Luc Chovelon, assisté de Julien Sanchez, pour Provence Rugby et à la réalisation de TOUTécrit, l'agence de notre ami Stéphane Dubourdieu, actuellement en convalescence après un très grave accident (... de trottinette) et auquel nous souhaitons le meilleur rétablissement.

## Christian Cartoux du foot au volley



Il avait connu de belles années de football à l'AS Aixoise jusqu'aux juniors critères. Christian Cartoux avait gardé un souvenir particulier du titre de champion du Sud-Est remporté en pupilles avec les futurs "cracks" de l'époque, les Greck, Guiliano, Messonnet, Bentoumi et le regretté Bernard Mille. Puis il évolua une vingtaine d'années en corpo avec Shell Chimie, au sein du club créé en 1970 par son père (Pierre) et où évoluait également son frère, Bernard.

Devenu éducateur à l'US Venelles, où jouait son fils Cédric (la plus grande de ses deux filles, Virginie, faisait du basket au VBC), Christian Cartoux allait "mal tourner" quelques années plus tard, en rejoignant le club de volley de Venelles, sans doute influencé par son ami Philippe Verdu, vice-président du PAVVB. Il fut ainsi pendant une bonne dizaine d'années un dirigeant bénévole très apprécié du grand club féminin de volley, où sa jovialité et sa gentillesse ne lui valaient que des amis. Ce bon vivant, passionné de musique (il jouait de la guitare) et très proche de sa famille était forcément adoré de ses enfants et petits-enfants, bien tristes de l'avoir vu partir trop tôt, à l'âge de 65 ans.

## Daiva Ollivier star du volley



Le monde du volley a encore été durement touché avec la disparition de Daiva Ollivier, vaincue par la maladie à seulement 52 ans. Cette ancienne grande volleyeuse, d'origine lituanienne, a réussi une énorme carrière sous le nom de Daiva Vaitulionie. Elle a fait le bonheur de grands clubs français notamment du VBC Riom, champion de France 93. Elle joua

## Un ami s'en est allé

### Paul Chovelon le "professeur"

Lorsque nous avons lancé Sport-Santé, en 1972, Paul Chovelon faisait référence déjà depuis longtemps dans la profession de journaliste. Directeur de l'agence d'Aix du Provençal, quotidien dont il fut un des collaborateurs de la première heure, par ailleurs correspondant du journal Le Monde, il avait encouragé nos débuts, quelques précieux conseils à l'appui. Comme il aura vu naître, durant sa longue carrière, bon nombre de nos confrères.

Le "professeur Chovelon", dont la connaissance du métier, l'érudition et l'allure martiale inspiraient le plus grand respect, n'en était pas moins un homme d'une grande tolérance, rempli d'humour et d'humanité.

Paul Chovelon aimait le sport. Il avait pratiqué l'escrime et assumé, dans les années 60, la présidence du Cercle d'Escrime Aixois, club qu'il avait fondé en 1957 avec son ami maître Aimé Tabarant.

Plus tard, il avait suivi d'un bon œil le parcours du plus jeune de ses trois fils, Jean-Luc, dans le rugby comme dans l'écriture (voir ci-dessus).

Très attaché aux valeurs citoyennes, Paul Chovelon s'est largement impliqué dans la vie de la cité, notamment en qualité d'adjoint à la culture durant le premier mandat de maire de Jean-François Picheral (à partir de 1989). Homme de bien, distingué au titre de Chevalier dans l'Ordre national du mérite, Paul Chovelon s'est éteint au début du mois de décembre, à l'âge de 97 ans. Il laisse une bien jolie trace dans l'histoire de la presse locale et de cette ville d'Aix qu'il aimait tellement.



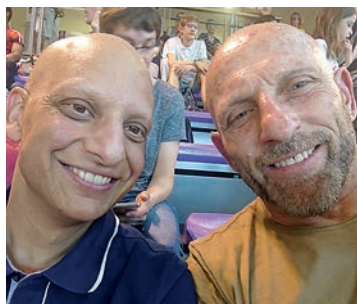
Paul Chovelon (à droite) avait participé en 1972, à un débat sur le thème du "partenariat dans le sport", publié dans le n°1 de Sport-Santé. Il s'était exprimé aux côtés de ses confrères Jacques Vautier, Henri Crespi, Raymond Marc et Henri Geniez (de g. à dr.), tous disparus longtemps avant lui.

## José Amador si courageux

Quelle tristesse pour l'AUC Judo d'avoir vu partir son trésorier, José Amador, dont le courage et la combativité n'ont malheureusement pas suffi à vaincre un méchant cancer. Parti à seulement 45 ans, José laisse dans la peine son épouse Ida et leurs trois enfants, José "junior" (16 ans), Barbara (13 ans) et Pyada (9 ans), tous licenciés à l'AUC Judo (... mais également à l'AUC Taekwondo, en ce qui concerne le fils aîné). Le papa était lui-même judoka (ceinture verte) et surtout dirigeant bénévole, toujours prêt à soutenir les actions du club.

"José était vraiment une belle personne, souligne le directeur sportif de l'AUC Judo Jean-Marc Gide. Nous avons passé de supers weekends en compétition ensemble. Un gars d'une grande gentillesse."

L'émotion est également très vive à l'AUC Taekwondo où José Amador ne manquait pas une occasion de venir saluer les responsables d'un club où son fils José fait partie des meilleurs éléments. Même touché par la maladie, José Amador se montrait toujours positif et ne se plaignait jamais. Le courage à ce niveau inspire un immense respect.



José Amador (à gauche), toujours souriant malgré la maladie, s'entendait à merveille avec Jean-Marc Gide, l'entraîneur de l'AUC Judo.

ensuite à Clamart où elle fit la connaissance de son futur mari, le très bon volleyeur Jean-Marc Olivier (de la belle époque du volley aixois). De leur union est né un grand garçon, Lukas, qui a aujourd'hui 16 ans... et joue au football.

Arrivée dans la région, Daiva allait jouer deux ans à Venelles VB à l'époque de Patricia Vernier (2001, 2002) et une saison à l'Aix UC, en 2003. Deux clubs où cette grande dame du sport (1,84 m) a laissé un excellent souvenir, tant elle était rayonnante, toujours souriante et si gentille.

## Claude Roure équipier modèle

Il a eu une présence tellement importante et constante dans le sport aixois qu'on ne sait plus à quel titre on doit rendre hommage à l'ami Claude Roure, mort à 80 ans des suites d'une banale chute dans les escaliers, début décembre.

Au fidèle co-pilote de Jean-Pierre Nicolas dans les années 60-70 ?

Au dirigeant de l'AS Automobile d'Aix, dont il fut un des fondateurs en 1965 avec ses amis Edgar Julien, Charles Devaux et Jean-Claude Biagoni ?

Au dirigeant des Argonautes à l'époque où le club disputait encore une finale de Coupe d'Europe à Stuttgart, au milieu des années 90, sous la présidence de Serge Briançon (successeur de Bernard Bonnet) ?

Au fidèle serviteur de l'OMS, durant une quinzaine d'années ?

Ou simplement, à cette figure sympathique de la vie aixoise, partagée entre son métier de grossiste en confiseries, au 14 rue des Tanneurs, l'attention portée à sa fille Natalie et ses activités dans le sport ?

La somme de tout ce que Claude Roure a fait dans le sport lui a d'ailleurs valu la reconnaissance du monde sportif, en plusieurs circonstances.

Mais dans l'esprit des connaisseurs, c'est son parcours dans les courses de rallyes automobiles, durant une dizaine d'années, qui constitue la plus belle référence. Dès les premiers numéros de Sport-Santé, en 72-73, nous avons forcément parlé de ce formidable co-pilote, associé à la magistrale carrière de rallyman de Jean-Pierre Nicolas, son ami de toujours. Que de performances accumulées ensemble, d'abord sur R8 Gordini, puis sur Alpine Renault dans les plus belles épreuves, notamment le célèbre



Claude Roure honoré par l'OMS en 2014.



Co-pilote historique du champion aixois Jean-Pierre Nicolas.

Rallye Monte-Carlo où, en 1970, l'équipage aixois réussit l'exploit de terminer à la 3<sup>e</sup> place ! Les deux compères allaient contribuer ensuite au titre de champion du monde des constructeurs remporté par Alpine Renault en 1973.

Co-pilote modèle, toujours associé à Jean-Pierre Nicolas, Claude Roure n'en a pas moins opéré avec d'autres rallymen de génie, tels que Jean Vinatier,



Jean-Luc Thérier, Jean-François Piot ou Jean-Claude Andruet. De belles références en effet. Nous garderons de Claude Roure le souvenir d'un brave type, attentif aux gens, sans doute un tantinet "brancheur", dirigeant précieux, d'une honnêteté et d'une fiabilité sans faille,

comme a tenu à le souligner sa fille Natalie, un prénom écrit sans le "h", comme Claude tenait à le préciser, toujours soucieux du moindre détail et, n'ayons pas peur de le dire... légèrement "casse-bonbons". Ceci dit en toute affection.



Il a même participé à une Ronde des Polymusclés, en 1988, sur le cours Mirabeau. On le voit ici aux côtés de nos regrettés amis Ivan Gros et Albert Arstianian (photo Studio Ely).

# Jean-Pierre Sicot Toute une vie de taekwondo



**Combattant autodidacte et coach, Jean-Pierre Sicot officie à l'AUC Taekwondo. De retour à Aix-en-Provence après de nombreuses pérégrinations, le sportif de 62 ans n'a pas à rougir de ses épopées martiales. Retour sur une carrière (et une vie) bien singulière.**

**L**a grande odyssée de Jean-Pierre commence en 1979. Après quelques années de karaté où, en s'entraînant seul avec un ami, il multiplie les succès en compétition, obtenant sans peine sa ceinture noire, il décide de se consacrer au taekwondo. Un basculement fulgurant. "J'avais la volonté, dit-il, d'aller vers un sport de contact, et celui-ci était plus proche du karaté que les autres. Je me suis très rapidement adapté à ce sport. En quelques semaines, je faisais des compétitions aux niveaux régional et national". Un niveau qui lui permet de prendre les commandes de son premier club un an plus tard, aux Issambres dans le Var. C'est le point d'ancrage d'une très longue histoire de formateur. Le club est reconnu au niveau fédéral en 1981 et va servir de rampe de lancement à de nombreux jeunes, dont certains disputeront des compétitions nationales et internationales. Un de ses élèves remporte la troisième place aux championnats du monde en 1987, un autre est sélectionné pour les Jeux Olympiques de 1988, à Séoul, où la discipline apparaît comme sport de démonstration. Une fierté pour un coach dont la vocation de formateur ne se démentira jamais. "Faire émerger des petits jeunes, développe-t-il, c'est une manière pour moi de leur transmettre tout ce que ce sport m'a donné. J'ai beaucoup appris seul. Il m'a souvent manqué une figure tutélaire, dans le sport comme dans la vie. J'essaie donc d'être un exemple pour les jeunes autant que je le peux".

▲ Maître Jean-Pierre Sicot porte autant d'attention aujourd'hui aux enfants de l'AUC Taekwondo...



◀ ... qu'il a pu en porter au champion Pascal Gentil, lors de la préparation aux Jeux Olympiques de Londres 2012... pour lesquels le champion ne sera finalement pas qualifié.

## Derrière Pascal Gentil

Les aventures humaines tiennent une place importante dans la vie de coach Sicot. Il évoque sa relation avec Philippe Bouédo, figure incontournable de la discipline et fondateur de l'AUC. Ils se sont rencontrés sur les aires de combat. "Nous avons noué une relation d'amitié et de rivalité au fil du temps. Avec, à la clé, des confrontations en championnat de France" s'amuse-t-il aujourd'hui. Autre amitié forte, celle qui le lie à Pascal Gentil, véritable star du taekwondo mondial.

"J'avais déjà une bonne expérience de la catégorie des lourds, dit-il, lorsque j'ai commencé à m'intéresser à lui. C'est ce qui nous a immédiatement rapprochés. On a eu un contact très direct".

Jean-Pierre Sicot va suivre le champion dans ses tournées à travers le globe, dans de nombreuses épreuves de Coupe du monde et à l'occasion des Jeux Olympiques.

*"Pascal sortait du lot, c'est indéniable, martèle-t-il. Avoir épaulé un champion de cette envergure pendant de nombreuses années, constitue pour moi un souvenir inoubliable".*

Il aura accompagné le champion également dans les moments difficiles, notamment en 2008, à Pékin, où le double médaillé olympique de Sydney et Athènes, à la préparation duquel il a largement contribué, doit renoncer à combattre pour une troisième médaille olympique à Pékin, en raison d'une malencontreuse blessure au pied.

*"Malgré tout, tient à mentionner Sicot, ces JO 2008 reste un très beau souvenir pour moi, même si il y a eu la frustration de ne pas le voir combattre. Ce que je retiens surtout de ce moment, c'est l'attitude de Pascal face à la situation. Il est resté digne et a soutenu jusqu'au bout Mickaël Borot, appelé à le remplacer. Pour moi, c'est la marque des grands champions."*

Jean-Pierre Sicot pourrait parler encore de la préparation effectuée en vue des JO de 2012, à Londres, malheureusement sans succès, Gentil ayant échoué d'un rien en finale des qualifications.

## L'appel d'Aix-en-Provence

Toutes ces années sont derrière lui. Mais Jean-Pierre Sicot est toujours investi à fond dans le taekwondo. Il continue de transmettre sa passion avec un public et des contextes différents, mais avec autant d'intensité. En 2016-2017, il part entraîner aux Antilles, où il est mandaté en tant qu'expert. Enfin, en 2018 il se met au service de l'AUC Aix et accepte peu après la proposition du président Hugues Dumez de reprendre en mains la direction sportive du club universitaire, à la suite de Loïc Lubin, rentré pour sa part en Martinique. *"Aujourd'hui, dit-il, le but est de continuer à faire rayonner le club. Il y a beaucoup de potentiel. Nous avons 230 licenciés, une identité commence à se développer. De plus, j'entraîne des gens de niveaux très différents, des seniors, des petits des écoles... J'ai vraiment l'impression de servir à quelque chose ici."* D'autant que l'entraîneur continue d'apprendre au contact des autres et de partager sa passion. *"Je discute beaucoup avec les plus jeunes, j'essaie de leur transmettre des valeurs. J'apprends aussi beaucoup à leur contact",* confesse-t-il.

Le coach ressort grandi de tant d'années sur les tatamis et les aires de combat. *"Je retiens avant tout des aventures humaines extraordinaires et des moments inou-*



Jean-Pierre Sicot attentif à l'évolution des jeunes de l'AUC.

*bliables. J'ai aimé et j'aime encore partager ce sport qui m'a tout donné. Et au-delà de ma relation avec Pascal Gentil, j'ai eu beaucoup de chance d'avoir de nombreux élèves médaillés dans diverses compétitions, aux niveaux européen et mondial. Je les garde tous en mémoire".*

Thomas Isart

*J'ai l'impression de servir à quelque chose ici.*

Si l'AUC Taekwondo, lancé par Philippe Bouëdo en 1990, a toujours été considéré comme un club majeur de la discipline en France, cela est dû en grande partie à la notoriété des athlètes qui ont défendu ses couleurs et ce depuis le départ. Faut-il rappeler qu'il s'agit là du club aixois le plus titré, avec pas moins de quatre médailles olympiques et un nombre important de titres mondiaux et européens ? Aujourd'hui, ce club labellisé "4 étoiles"

par la FFTDA, met également en avant la qualité de son enseignement dans tous les secteurs d'activité, sous la direction technique de Jean-Pierre Sicot, lui-même bien secondé par Francklin Jacques alias "Frankie" et cet autre technicien de qualité qu'est Pierre-Yves Vitelli. Avec près de 250 licenciés sous sa direction, Jean-Pierre Sicot peut effectivement avoir le sentiment de "servir à quelque chose" à Aix.

Photos Sylvain Sauvage



Un bon groupe de jeunes à une séance du mardi soir.

22 et 23 FEVRIER 2020

# L'élite à Puyricard et Puylobier



A Puyricard (à g.) comme à Puylobier, des arrivées très disputées par des coureurs amateurs de haut niveau.

On ne s'ennuie pas à l'AVC Aix en début d'année... comme le reste du temps d'ailleurs. Après le très intéressant stage de l'équipe élite en Espagne, fin janvier, tout s'est un peu précipité avec les courses d'ouverture pour les coureurs et le bouclage des organisations pour les dirigeants. Car deux jours

après la présentation de son équipe 2020, le 20 février à la concession Skoda, à la Pioline, tout le monde devait être sur le pont à l'occasion du grand week-end de courses nationales organisées à Puyricard (Grand Prix du Pays d'Aix, samedi 22 février) et à Puylobier ("Challenge André Guinieri", dimanche 23). Deux belles

épreuves élites nationales qui occupent une place de choix au calendrier amateurs et attirent les meilleures équipes françaises. Entre le circuit de la Trévaresse, le samedi, agrémenté des côtes de Beaulieu et de la Cride à grimper à cinq reprises et le parcours de Puylobier Sainte-Victoire, le dimanche, avec le col du Cengle à escalader 8 fois, les coureurs n'auront pas le loisir de flâner. Ce style de course n'est pas fait pour déplaire aux coureurs de Jean-Michel Bourgoin et Jeff Rodriguez, notamment au solide Jimmy Raibaud et aux purs grimpeurs style Simon Carr (3<sup>e</sup> à Puylobier l'an dernier), Romain Campistrous, Robin Meyer et Clément Lalba. On espère voir du vert et noir à l'avant de la course.

## PUYLOUBIER 2020

### "Challenge André Guinieri"

Le Grand Prix de Puylobier Sainte-Victoire s'intitule dorénavant "Challenge André Guinieri". Ainsi en ont décidé les dirigeants de l'AVCA, soucieux de rendre hommage à un Monsieur (avec un grand "M") qui nous a quittés le 7 février 2019, à l'âge de 89 ans et sans lequel la course de Puylobier n'existerait pas. Car au-delà de son parcours d'élu de la belle commune de la haute Vallée de l'Arc, à partir de 1977 (maire de 1989 à 1995),



André Guinieri, un amoureux du vélo.

André Guinieri a toujours manifesté un vif intérêt pour le cyclisme. Il fut lui-même, dans sa jeunesse, un bon coureur sous le maillot du Saint-Henri Sport. Ne fut-il pas champion des Bouches-du-Rhône en juniors, devant un certain Fernand Decanalis, futur champion olympique sur piste avec l'équipe de France de poursuite ?

Sportif accompli, performant aussi bien en cross-country qu'en cyclisme, André aurait sans doute pu envisager de se faire une place dans le sport de haut niveau s'il n'avait donné la priorité aux

études. Licencié en Droit, il allait plus tard faire carrière dans l'Education nationale et se voir confier des responsabilités importantes au rectorat d'Aix-en-Provence. Ses obligations professionnelles ne devaient pas l'éloigner de cet amour du vélo qu'il partageait avec son frère cadet Georges Guinieri (récemment disparu), grand dirigeant du club de Saint-Henri et ami intime de Marcel Lieutier, le président de l'AVCA. C'est d'ailleurs avec ce dernier

qu'André Guinieri allait créer le prix cycliste de Puylobier, au milieu des années 70. Une épreuve qui se déroula longtemps durant la fête du village, début septembre, et qui a pris du galon ces dernières années, sous l'impulsion de Frédéric Guinieri, maire de Puylobier depuis 1995.

Devenue course élite nationale et idéalement située en début de saison, le lendemain de Puyricard, la belle routière de Puylobier est ainsi dédié à la mémoire d'André Guinieri, son créateur. Une juste reconnaissance.



Simon Carr et Robin Meyer, déjà très en vue à Puylobier l'an dernier, feront encore la course devant cette année.



# Un jeune Anglais sous le maillot vert et noir Oliver Knight n'a peur de rien

A peine sorti de la catégorie juniors, ce jeune cycliste anglais fait le grand saut en France, avec un contrat professionnel en ligne de mire.

Le Brexit n'a pas freiné les envies d'ailleurs de ce jeune cycliste prometteur. Natif de Bedford en Angleterre, le coureur de tout juste 19 ans (il est né le 25 janvier 2001) a quitté son ancien club, le team HMT juniors, pour s'installer à Aix-en-Provence. Il vient d'intégrer l'équipe réserve de l'AVC Aix avec un objectif bien défini : passer professionnel le plus rapidement possible. "C'est mon objectif numéro un, confie-t-il. Je suis extrêmement motivé".

Jean-Michel Bourgoïn, le manager du club aixois, a eu pour ainsi dire un coup de cœur pour ce coureur qui a obtenu des résultats probants en Espagne, en Angleterre, aux Pays-Bas, mais également en France. "Notamment, souligne-t-il, lors du Tour du Valromey, une belle course internationale juniors, où Oliver Knight a fait deux tops 10 dans des étapes de montagne." Et d'ajouter : "Ce qui est intéressant chez ce garçon, c'est qu'il n'a pas eu peur de partir un peu partout à l'étranger, où il a gagné des courses dans un bon style. J'ai vu des vidéos montrant qu'il est un vrai baroudeur, un attaquant qui grimpe bien et n'a pas de freins psychologiques. En plus, Oliver est un garçon de bonne éducation. Il est soutenu par des parents

intelligents qui connaissent bien le cyclisme (son père fut un bon coureur de 1<sup>ère</sup> catégorie au club d'Evreux). Notre petit Anglais a beaucoup d'atouts dans son jeu."

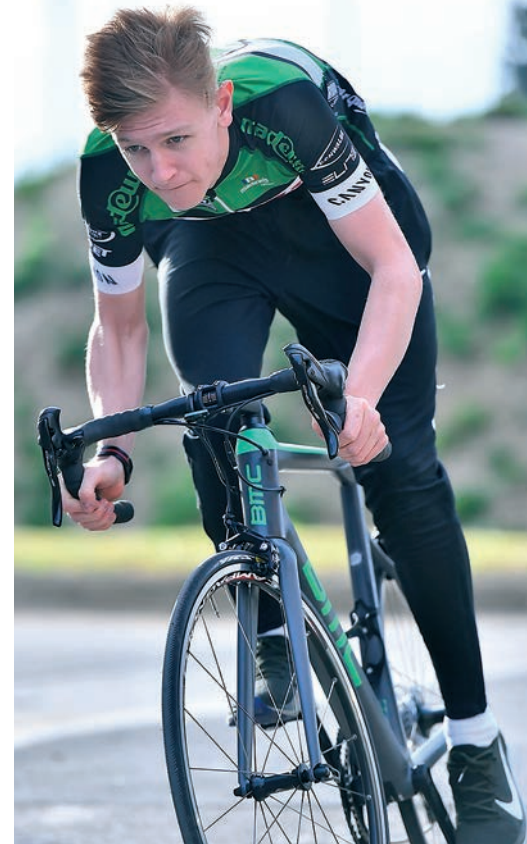
Ravi de l'accueil de son nouveau club, comme du pays qu'il vient de rejoindre, Oliver ne dissimule pas son enthousiasme. "Je me sens vraiment bien et rapidement intégré, se réjouit-il. J'ai beaucoup de soutien de la part du club et je suis très excité à l'approche des compétitions."

## Dans la lignée d'Harrison Wood

Sa venue à Aix s'est d'autant mieux passée qu'Oliver a rejoint sa nouvelle écurie sur les conseils avisés d'un certain Harrison Wood, cycliste professionnel précoce de 19 ans, aujourd'hui installé aux Pays-Bas, après une année 2019 très prometteuse et instructive au sein de l'AVCAIX. "Harrison, dit-il, me donne de nombreux conseils. Il m'aide aussi à apprivoiser la langue française. Harrison et moi avons un profil de coureur similaire et le fait qu'il ait réussi ici m'a poussé à venir".

Le jeune Anglais se dit conscient de la chance qui lui est offerte à Aix et décidé à donner le meilleur de lui-même.

Thomas Isart



La première photo de l'Anglais Oliver Knight sous le maillot vert et noir. Mais pas la dernière, ce garçon va faire de belles choses avec l'AVC Aix.

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

# LES BOOSTERS NISSAN

DU 1<sup>ER</sup> AU 29 FÉVRIER

**PROFITEZ D'UNE REMISE BOOSTÉE POUR VOUS OFFRIR LES TECHNOLOGIES NISSAN**

## NISSAN X-TRAIL

REMISE DE **7000€** SANS CONDITION <sup>(1)</sup>



Innovation that excites



DÉCOUVREZ NOS OFFRES SUR [NISSAN.FR](http://NISSAN.FR)

(1) Remise de 7000€ sans condition valable sur un Nissan X-TRAIL neuf gamme 2019. Modèle présenté : version spécifique. Offre réservée aux particuliers, non cumulable avec d'autres offres, valable du 01/02/2020 au 29/02/2020, dans la limite des stocks disponibles, chez les concessionnaires NISSAN participants. NISSAN WEST EUROPE SAS : [nissan.fr](http://nissan.fr)  
 Consommations gamme (l/100km) : NEDC-BT cycle mixte : de 5,2 à 6,3 ; WLTP cycle combiné : de 6,5 à 8,5.  
 Emissions CO<sub>2</sub> gamme (g/km) : NEDC-BT : 138 à 159 ; WLTP : 171 à 207.



**NISSAN AIX EN PROVENCE**  
 24, route de Galice - 04 42 52 52 90  
[www.nissan-couriant.fr](http://www.nissan-couriant.fr)





Suivez-nous sur  
**nissancouriant**

# Gras ou sucré... là est la question

Par Clément Chagny



Clément Chagny est diététicien-nutritionniste spécialisé dans le sport. Installé en cabinet libéral sur Aix, il est déjà investi dans l'encadrement de l'équipe élite de l'AVCA. Ce qui peut s'expliquer par le fait que lui même pratique depuis toujours le cyclisme, un sport où, soit dit en passant, son père Yves Chagny fut un beau champion de France juniors en 1973... succédant ainsi au palmarès d'un certain Bernard Hinault. Clément Chagny se propose de nous faire partager son expertise de la nutrition à partir des observations faites auprès de sportifs aixois, des coureurs cyclistes pour commencer.

Pour plus d'informations...

Site Internet :

[www.clementchagny.com](http://www.clementchagny.com)

Facebook :

<https://www.facebook.com/clementchagny/>

Instagram :

<https://www.instagram.com/clement.chagny/>

Mail : [clement.chagny@gmail.com](mailto:clement.chagny@gmail.com)

**A** l'occasion de stages organisés par l'AVC Aix, j'ai eu l'opportunité d'analyser les habitudes des coureurs cyclistes en termes de nutrition. Cela m'a permis de mettre en évidence certaines erreurs nutritionnelles qui me paraissent préjudiciables. J'ai notamment relevé un déséquilibre entre la consommation de sucres et de graisses. Mon but sera de mettre en avant une solution adaptée, afin de maximiser le plaisir et la performance à vélo.

## Les coureurs consomment trop de sucres

Les efforts intenses et longs demandent énormément d'apports caloriques qui sont majoritairement fournis par les sources alimentaires contenant des sucres rapides et lents. Les sucres rapides sont contenus dans les barres de céréales, les pâtes de fruits, les boissons de l'effort sucrées, les fruits ou encore les gâteaux. Les sucres lents sont plutôt présents dans les tubercules (pommes de terre, patates douces) ou les céréales, type pâtes, pain ou riz.

L'apport en glucides est bien évidemment indispensable dans une alimentation. Cependant, l'excès de sucre et le peu de matières grasses viennent perturber un paramètre très important : la glycémie (qui représente le taux de sucre dans le sang). Plus l'alimentation est sucrée, plus la glycémie sera élevée, ce qui provoque des variations du taux de sucre dans le sang, allant de l'hyperglycémie (excès de sucre) à l'hypoglycémie (faible taux de sucre). À plus ou moins long terme, le "yoyo glycémique" se mani-



Dans la roue des coureurs aixois...

festera par des fatigues et une appétence de plus en plus élevée pour les produits sucrés. J'y vois un véritable "cercle vicieux" de l'excès de produits sucrés dans l'alimentation, pour ne pas parler d'addiction.

## Le gras, carburant de l'effort à faible intensité

Souvent délaissé, le gras (lipides) est un atout majeur de la performance et de l'équilibre nutritionnel chez le sportif d'endurance. Il est intéressant de souligner que pour fonctionner, le corps humain ne dépend pas uniquement des réserves de sucres (glucides). Les réserves lipidiques (graisses) sont tout autant sollicitées sur des efforts longs, mais de moindre intensité.

Un coureur cycliste ne peut maintenir une intensité très élevée (80% de VO<sub>2</sub>max) durant la totalité d'une course de plus de quatre heures. En effet, les descentes ou la relative inertie due à un positionnement dans le peloton, fera diminuer l'intensité de l'effort.

Ceux qui ont déjà pratiqué le cyclisme, ont certainement constaté que des efforts très intenses ne peuvent être maintenus durant plusieurs longues minutes.

Selon "la théorie de crossover", il peut être démontré que les efforts à très haute intensité sont majoritairement demandeurs de glucides comme substrats énergétiques, notamment à plus de 70% de VO<sub>2</sub>max. Cependant, nous pouvons souligner que le carburant énergétique des efforts à plus faible intensité (50% de VO<sub>2</sub>max), par exemple lors d'un entraînement d'endurance, privilégie au moins 45% d'utilisation lipidique. D'ou

l'intérêt de mettre en avant le rôle indispensable des graisses dans l'alimentation du sportif d'endurance.

En résumé, le fait de diminuer la part des lipides de notre alimentation, ne permet pas à l'organisme de produire le bon carburant des efforts à plus faible intensité, ce qui conduit à un excès de glucides non utilisés ou mal utilisés pendant l'effort d'endurance.

## Le "bon gras"

En tant que résident d'Aix-en-Provence, je ne peux résister au privilège de pouvoir consommer une bonne huile d'olive locale. Au delà des calories apportées par les sources de lipides, il serait intéressant d'augmenter la part de produits gras dans notre quotidien. Lorsque j'effectue des prises en charge nutritionnelles, je privilégie toujours de bonnes huiles riches en oméga 3 pour leurs propriétés anti-inflammatoires. Je recommanderai l'utilisation d'huile de noix ou encore de caméline, très équilibrées en graisses poly-insaturées.

Dans la gamme "apéritif", les oléagineux (amandes, noisettes, noix de cajou, noix de pécan, cacahuètes, etc.) constituent des apports incontournables de l'équilibre lipidique et permettent d'augmenter l'apport en nutriments de notre alimentation. De préférence trempés ou grillés, vos oléagineux seront plus facilement assimilables.

Pour finir, je conseillerai aux sportifs de privilégier la consommation de produits animaux tels que les petits poissons gras (sardines, anchois, maquereaux) ou des oeufs label "bleu blanc cœur" pour maximiser l'apport en graisses de qualité.

## Points essentiels

Retenons que l'excès de sucres peut-être problématique lors d'efforts d'endurance lorsque leur consommation se fait au détriment des graisses. Rétablir un bon ratio entre sucres et graisses permettra de rééquilibrer la glycémie et ainsi d'éviter des fatigues occasionnelles... et souvent mal comprises des sportifs. Mais que ces recommandations en nutrition ne nous fassent pas oublier que la notion de plaisir, lorsque l'on est à table, reste essentiel pour notre équilibre... et donc pour la qualité de l'effort.

Clément Chagny

Nos partenaires agents MMA

MUTUELLES DU MANS ASSURANCES

**Laurence et Pascal BRUNA**  
 → 780 avenue d'Arménie  
 Quartier Bompertuis  
 13120 GARDANNE  
 Tél. 04 42 58 42 81

**Cabinet LEBORGNE-COMINO**  
 → 11 rue Gaston de Saporta  
 AIX - Tél. 04 42 23 23 98  
 → 38 - 42 Bd de la République  
 AIX - Tél. 04 42 23 23 98

# HumanFab



Un complexe à la pointe de la technologie dans le quartier du Val de l'Arc largement dédié au sport.

Jean-Bernard Fabre n'est évidemment pas du genre à se tourner les pouces.



## L'autre dimension

En 11 ans d'existence, ESP Consulting s'était déjà forgé une solide réputation dans le monde du sport en Pays d'Aix. L'idée de Jean-Bernard Fabre de travailler à l'optimisation des performances a fait son chemin. Des premières séances d'expertise effectuées dans le cadre de Château-Bas à Mimet, jusqu'aux services très variés proposés au sein du superbe complexe du Val de l'Arc (depuis 2017), en passant par la structure fonctionnelle de l'Arbois-Duranne, l'évolution aura été spectaculaire.



**E**t voilà que "JB" prend un nouveau virage avec son "centre d'expertise scientifique pour le sport et la santé", en lui donnant une dimension quasi internationale à partir de la nouvelle enseigne défilée à l'automne dernier : HumanFab. L'humain est bien évidemment au cœur d'un établissement qui possède aujourd'hui un deuxième centre à Paris, sur les Champs Elysées, comme l'indique clairement le message d'appel de l'entreprise : "Notre philosophie est de mettre à disposition de tous notre expertise du sport de haut niveau afin d'optimiser au quotidien votre santé et vos performances dans nos centres d'Aix-en-Provence et de Paris."

La technologie au service des sportifs... HumanFab l'applique au quotidien.

Vaste programme. Et comme Jean-Bernard Fabre est incapable de raisonner autrement qu'en termes d'évolution, il faut s'attendre à voir HumanFab prendre encore du volume. Ce qui est proposé aujourd'hui dans les centres d'Aix et de Paris est déjà très pointu avec :  
– Une équipe d'experts multidisciplinaire : ingénieurs, professionnels du sport et de la santé (médecins du sport, kinés du sport, ostéopathe, psychologue du sport, pédicure, diététicien, analyse de laboratoire)  
– Deux pôles santé pour des soins globaux et individualisés  
– Deux plates-formes techniques avec des équipements à la pointe de la technologie  
– Deux laboratoires d'analyse du mouvement  
– Une zone de récupération.

De quoi effectivement encadrer avec compétence les activités sportives, qu'il s'agisse du haut niveau, du moyen niveau ou du sport santé.

## L'université du sport de Guangdong en visite à Aix Les Chinois jouent la carte Prépa-Sports

Une rencontre insolite entre une délégation chinoise, composée de cinq personnes et la direction de Prépa-Sports s'est déroulée les 16 et 17 décembre derniers à Aix. Les Chinois de l'université du sport de Guangdong (dirigée par M. Ji Xu) avaient pour objectif de découvrir les méthodes pédagogiques et l'organisation d'un organisme de formation français dispensant des diplômes d'Etat du ministère Jeunesse et Sports (notamment les BPJEPS).

L'intention, clairement affichée par le responsable de cette délégation, M. Mou Wu, était également de nouer un partenariat entre les deux établissements. Ce qui s'est effectivement réalisé au cours des échanges à Aix, une convention liant Prépa-Sports et l'université de Guangdong ayant été passée pour une durée de 4 ans.

"Nous allons envisager l'accueil d'étudiants chinois", précise Bernard Porta au nom de Prépa-Sports, ainsi que le déplacement d'un ou plusieurs formateurs sur une courte période ou encore l'organisation à Aix-en-Provence de stages sportifs pour de jeunes sportifs chinois."



La délégation chinoise reçue par Bernard Porta à Prépa-Sports.

Après une réunion de travail de 4 heures, la délégation chinoise a découvert la piscine Yves-Blanc à travers une présentation brillante (en anglais, svp) d'Alexandre Don-simoni, au sujet de la formation "à la française" dans le water-polo. D'autres

sites ont été visités tels que les "Ecuries du Maître", dirigé par Didier Faure, à Beaurecueil, et partenaires de Prépa-Sports pour les BPJEPS activités équestres, le Country Club Aixois, avec une présentation de la formation française en tennis, par Alain Verpeaux et Bernard Calier de la ligue PACA et le complexe Z5 pour le football, avec une présentation des méthodes de formation par Johan Roubault, entraîneur des jeunes du PAFC et intervenant Prépa-Sports.

"Il est bon de préciser, ajoute Bernard Porta, que cette rencontre avec l'université chinoise a eu lieu par l'intermédiaire de Dan Zhu, ancienne stagiaire de Prépa-sports, diplômée depuis 10 ans et en poste aujourd'hui sur Pertuis. Elle a également joué le rôle indispensable d'interprète auprès de la délégation chinoise, laquelle a par ailleurs échangé avec le CREPS PACA durant ces deux jours de visite à Aix."



En visite à la piscine Yves-Blanc avec l'accueil du PAN Water-polo.

## Water-polo BCUP 2020 : le PAN grand gagnant

Pour la première édition de la BCUP, tournoi benjamins organisé les 11 et 12 janvier à la piscine Sainte-Victoire, à Venelles, le PAN ne pouvait pas faire mieux. Huit équipes (dont deux venues d'Espagne et d'Italie), 95 petits poloïstes nés en 2007-2008, 40 bénévoles et les techniciens du club sur le pont, Alexandre Colin et Romain Baldizzone en tête... et à l'arrivée, la victoire des gamins du PAN. Aix est donc gagnant sur toute la ligne, d'autant plus que les équipes de La Chesneraie et du Sacré-Cœur étaient de la fête. Bravo !

Les petits poloïstes aixois encadrés par Romain Baldizzone, Valentin Bakircilar et Alexandre Colin.



© Sylvain Richet

# Des petits-enfants qui bougent

Dans un numéro un peu spécial, nous vous autorisons une évasion ludique avec une petite rubrique très spéciale, ouverte à quelques petits enfants de Saint-Cannat et Rognes... en toute partialité.

- La grande Coline (14 ans) a fait de la danse son "sport" de prédilection. Formée à l'école de "tata" Florence et de l'association "Geste et Harmonie", à St Cannat, sous la coupe d'Axelle Bertrand et Nathalie Frat (... depuis 9 ans), Coline montre de belles qualités artistiques. Elle ambitionne t'intégrer le cours de Josette Baiz, à Aix.

- Maëlie (11 ans) semble prédisposée pour la danse. Mais sa grande passion, c'est le cheval. Après avoir débuté la saison dernière dans le cadre du Pass'sport, au Club Hippique Aix Marseille et fait quelques séances chez Josy Duval, au Pony Club à St Canadet, Maëlie est aujourd'hui licenciée au CHAM, chez Xavier Noël et se dit prête à passer tous les obstacles.

- Daphné (10 ans), pratique également la danse à St Cannat, dans la foulée de sa grand sœur Coline. Mais depuis la saison dernière, elle prend plaisir à faire du taekwondo à la section de Rognes de l'AUC, sous la coupe de Myriam Baverel et Franckie. Elle y retrouve Yana et Sherine (filles de Myriam). Daphné vient de passer sa ceinture orange et rêve d'aller voir... un match de l'OM au stade vélodrome, car elle adore le foot.

- Etienne (6 ans) a entamé sa deuxième saison de judo à l'Entente St Cannat-Lambesc, bien initié par ces professeurs très pédagogues que sont Violetta Le Nevez et Anne-Marie Perrot. Visiblement du genre "balèze", Etienne aime le combat (son père, Luc Seznez, fut ceinture marron de judo) et promet, en toute modestie, qu'il sera meilleur que Teddy Riner. On n'en doute pas.

Dans le même groupe, on retrouve Paul Michel (7 ans), fils de David, qui passe allègrement du judo à saint-Cannat, au football à Puyricard, où joue également son petit frère Arthur (4 ans). Les gamins "ont du sang", hérédité oblige.

- Elliott (6 ans), le petit dernier, montre des dispositions certaines pour la danse hip-hop et l'acrobatie. Mais le ballon lui chatouille les pieds et c'est du côté de l'école de football du FC Rognes, animée par Jérôme et Sébastien, que le remuant Elliott s'amuse avec ses copains. Il tente des trucs impossibles avec le ballon et ne sait même pas qui est Lionel Messi, vu "qu'il n'aime que le vrai football (sic) et pas celui qui se joue à la télé."



Etienne (à g.) et Paul en compétition (amicale) à Lambesc. Ils y mettent du cœur.



Petit stage de taekwondo à Rognes pour Daphné, Sherine, Yana, Anna...



Anne-Marie Perrot et Violetta Le Nevez, professeurs de judo "sur mesure" pour les enfants.



La passion de Maëlie pour le cheval.



A l'école de foot de Rognes, Elliott "met le pied sur le ballon".

**aglservices**  
CONSEIL ET LOCATION  
LONGUE DURÉE DE VÉHICULES

SELECTION DES PRINCIPAUX RESULTATS CONCERNANT LES SPORTIFS AIXOIS. NOTES DE UN POINT (★) A SIX POINTS (★★★★★★) EN FONCTION DU NIVEAU DE PERFORMANCE. LE SPORTIF DE L'ANNEE ETANT CELUI QUI AURA ACCUMULE LE PLUS DE POINTS DU 1<sup>ER</sup> JANVIER AU 31 DECEMBRE. LES LAUREATS DES SPORTS COLLECTIFS SONT DESIGNES EN FIN D'ANNEE PAR LE JURY DE SPORT-SANTE.

**eurlirent**  
1<sup>ER</sup> RÉSEAU DE LOUEURS INDÉPENDANTS

## Mois de janvier 2020

• **ESCRIME** – Au Challenge international de Paris, **Erwann LE PECHOUX (★★)** s'arrête en quart de finale du tournoi individuel, mais se classe 2<sup>e</sup> par équipe avec la France.

• **CYCLISME** – Le champion pistard, **Corentin ERMENAUULT (★★)** signe son arrivée sous les couleurs de l'AVC Aix

par une belle victoire en Coupe du monde, à Milton (Canada), sur la poursuite par équipe.

• **BADMINTON** – L'AUC cède de peu en Top 12 à Chambly (5-3), malgré les belles victoires en simples dames de **Lianne TAN (★)** et **Mariya MITSOVA (★)** et en doubles messieurs de **Ronan LABAR (★)** et **Sylvain GROSJEAN (★)**.

### sport "co"

• **VOLLEY** – Le PAVVB débute mal l'année avec un revers à domicile face à Terville (0-3) et une sévère défaite à Béziers (3-0). Suivent une victoire à Toulouse, contre France Avenir (3-0) et une défaite honorable à Venelles face à Cannes (1-3).

• **RUGBY** – L'équipe commence l'année de la pire façon qui soit avec 4 défaites en 4 matches : 51-10 à Oyonnax ; 15-21 à domicile face à Mont-de-Marsan ; 43-13 à Nevers et 16-6 à Vannes.

## Fin novembre / décembre

• **ATHLETISME** – En se classant 14<sup>e</sup> du marathon de Valence, en Espagne, avec un temps de 2h10'01", **Nicolas NAVARRO (★)** réalise les minima IAAF pour une éventuelle sélection olympique à Tokyo 2020. Cela lui vaudra le titre d' "athlète du mois" décerné par la FFA.



Nicolas Navarro (ici à "Aix S'élanse") finit bien l'année 2019 en réalisant les minima olympiques au marathon de Valence.

razzia de médailles. Médailles d'or en solo pour **Marine DUBOIS (★★)**, en duo pour **Camille SEGUI (★★)** et **Sasha COMTE (★★)** ; en duo mixte avec **Quentin RAKOTOMALALA (★)** et **Madeline PHILIPPE (★)** ; et bien sûr en équipe technique avec ces cinq-là, associés à **Chloé DRUENNE (★)**, **Manon DUFRENOY (★)**, **Shirine GUERMOUD (★)**, **Marie MICHEL (★)** et **Maily VINCENOT (★)**.

• **CYCLO-CROSS** – Au championnat régional, sur les plages du Prado, à Marseille, **Gabriel ROGER** remporte le titre espoirs en se classant 4<sup>e</sup> au scratch.

### sport "co"

• **WATER-POLO** – Après avoir atomisé Noisy-le-Sec (18-10), le PAN va subir sa première défaite à Tourcoing (11-10).

• **HANDBALL** – Battu en LNH par Montpellier (32-26), le PAUC se qualifie en coupe européenne face à Chambéry, malgré la défaite au match retour à Aix (19-23). Les handballeurs aixois perdent ensuite à l'Aréna face à Nîmes (29-34), gagnent en Coupe de France à Besançon (30-27), cèdent d'un petit but à Nantes (25-24), mais finissent l'année par une victoire face à Tremblay (28-26).

• **VOLLEY** – Le PAVVB aligne encore trois victoires (3 à 2 face au Cannet, 3 à 1 à Chamalières et 3-2 contre Marçay-en-Baroeul) avant de subir deux défaites face à Mulhouse (1-3) et à St Raphaël (3-0).

• **RUGBY** – Parcours en dents de scie pour Provence Rugby battu à Biarritz (19-12), vainqueur face à Valence-Romans (29-23), battu à Angoulême (19-15) et vainqueur face à Rouen (13-9).

## 1<sup>ère</sup> semaine de février

• **BADMINTON** – Un titre de champion de France pour **Ronan LABAR (★★)** à Mulhouse. L'Aixoise gagne en double messieurs associé au Mulhousien Thom Gicquel. Ce même Ronan LABAR (\*) doit cependant se contenter de la médaille d'argent en double mixte avec Anne Tran, l'ancienne joueuse de l'AUC.



Deux médailles dans les doubles pour Ronan Labar aux championnats de France de badminton.

### sport "co"

• **HANDBALL** – Reprise positive pour le PAUC qui gagne en Coupe de France (... au Val de l'Arc) face à Nîmes... aux tirs au but (25-25 dans le temps réglementaire), puis remporte son derby en LNH, trois jours plus tard, à Istres (25-21).

• **WATER-POLO** – Bonne relance également pour le PAN water-polo qui reprend provisoirement la tête du classement, grâce à ses deux faciles victoires à domicile face à Reims (17-11) et Douai (16-8).

• **VOLLEY** – Après une indiscutable défaite à Nantes (3-0), le PAVVB redresse le tir à Mougins (3-0).

• **FOOTBALL AMERICAIN** – Les ARGONAUTES débutent la saison par une lourde défaite à Marseille, face aux Blue Stars (50-12).



## Le PAUC démarre bien l'année

*Pour sa première sortie avec le PAUC, en Coupe de France, Samuel Honrubia fait belle impression. Le Nimois Luc Tobie, ancien du PAUC, s'incline.*

# Souleimane Mohammedi

Il y a très longtemps qu'un jeune boxeur aixois n'avait pas pointé ses gants de la sorte, à seulement 17 ans. Après une petite... mais grosse année de compétition, Souleimane Mohammedi s'impose déjà comme l'un des tout meilleurs boxeurs français de sa catégorie. Il semble bien parti pour imiter son oncle, le regretté Larbi Mohammedi, dont le souvenir est inscrit en lettres d'or dans l'histoire de la boxe aixoise. Et comme le "petit" Soleimane, en plus de son précoce talent de boxeur, montre d'évidentes qualités morales (bonne éducation, humilité, gentillesse... comme l'a souligné à notre attention son cousin Abdel Achour), le voici distingué au titre de "Sportif du mois" aussi rapidement qu'il a réussi à montrer du talent sur le ring.

*Une sortie remarquable au gala de boxe organisé par son cousin Abdel Achour, en juin dernier, à Venelles.*



# Le travail paye plus que le talent

**R**encontre avec le jeune Souleimane dans la belle salle du Boxing Club Larbi Mohammedi, au centre sportif du Deffens, au Jas de Bouffan. Nous sommes à trois jours d'un combat que le jeune boxeur devait livrer à Londres... la ville où il est né, ses parents ayant vécu dans la capitale anglaise à l'époque où papa Norredine boxait chez les pros. Nous disons bien "devait boxer", car son adversaire allait déclarer forfait, sans doute impressionné par la réputation du jeune aixois. Un renoncement qui tombait plutôt bien pour Souleimane qui aurait risqué d'aggraver un problème préoccupant au poignet. Il est vrai que ce garçon au physique déjà très musclé ne ménage pas ses efforts à l'entraînement, à raison de deux séances de deux heures par jour, sous la baguette de son coach de père.

Au fait, pourquoi Souleimane s'est-il lancé ainsi à corps perdu dans un sport aussi exigeant que la boxe ?

"Cela est peut être dû à mon oncle, lance-t-il. On disait de lui qu'on appréciait autant son caractère que sa boxe. Si je pouvais arriver à accomplir la carrière que lui n'a pas pu poursuivre..." Et de justifier son

attrance pour le combat par une petite confession : "Il est vrai aussi qu'étant petit, j'étais bagarreur."

L'espoir du Boxing Club Larbi Mohammedi ayant visiblement du répondant, reprenons le cours du dialogue.

**– Jusqu'où espères-tu aller sur le ring ?**

"Le plus loin possible. Si on pouvait décrocher un titre de champion du monde, ça serait bien."

**– Penserai-tu aux JO de Paris ?**

"Moi, pas trop. J'aimerais passer professionnel avant, même si les responsables de la fédération m'ont dit que je pouvais penser à Paris 2024."

**– Quels sont tes atouts pour avancer dans ce sport ?**

"Défensivement, je me débrouille. J'esquive pas mal, j'ai un peu de technique et de la force... Et lorsque je ne suis pas trop fainéant, je peux aller vite. Je pense être un boxeur complet."

**– Qu'est-ce que tu dois travailler en priorité ?**

"Beaucoup de choses. Ce que l'on me reproche souvent, c'est de ne pas assez contre-attaquer."



Souleimane a indéniablement un "truc" pour la boxe.

**– Qui t'apprends à boxer ?**

"Mon père. Techniquement, il est très fort. Après, c'est la façon dont il s'y prend qui est moins douce, peut-être parce que je suis son fils. D'un côté, je suis

content qu'il soit strict car, sans cela, je risque de ne pas progresser. Pas question de se reposer sur les acquis, surtout

(suite p. 34) >>>

## Digest

### Sa fiche

1,73 m – 73 kg  
Né le 26 octobre 2002...  
à Londres (où ses parents résidaient après un séjour à Miami).  
Une sœur, Soundous (15 ans) et un petit frère, Younes (9 ans). Ce dernier débute en boxe éducative et joue au football à l'US Venelles. Souleimane prépare actuellement son BAPAAAT en attendant (à sa majorité) de faire un BPJEPS APS, toujours dans le cadre de Prépa-Sports.

### Parcours sportif

Souleimane débute au sport à l'âge de 5 ans par le judo, à Eguilles. Il s'essaie ensuite au basket et au football. A 9-10 ans, il découvre le sport de combat en faisant du taekwondo avec Karim Aoudja, au Château de l'Horloge. A 12 ans, il se relance au foot et joue alternativement au FC Encagnane et à l'US Eguilles. Il va évoluer en U15 à Encagnane, sous la coupe de Rachid Ferouani, puis

une saison en U17 à l'US Venelles (avec Mehdi).

Mais entre-temps, à l'âge de 15 ans, Souleimane commence à fréquenter la salle de boxe, mais sans grande conviction "Car, dit-il, je ne voulais pas pratiquer la boxe et mes parents n'étaient pas favorables non plus. J'ai commencé par faire du cardio avec mon père."



Mais le garçon a sans doute la boxe en lui. Il commence à mettre les gants, "un peu en cachette des parents"... et à penser à la compétition.

En septembre 2018, alors qu'il accuse 90 kg sur la balance, il se met à s'entraîner sérieusement. Il perd 15 kg en quelques semaines et va disputer son premier combat officiel en février

2019 à Marseille, en juniors 1<sup>ère</sup> année. Il remporte le titre de champion de Provence et va disputer le tournoi international d'Echirolles.

Le mouvement est donné. En moins d'une année, l'espoir dispute 18 combats et remporte autant de victoires, dont 4 avant la limite.

Depuis la rentrée 2019-2020, il est juniors 2 et a le droit de combattre contre certains seniors. Souleimane gagne le tournoi international au Danemark en battant un Anglais en finale. Puis il remporte un nouveau titre régional, le 14 décembre dernier, à Istres. Il est qualifié pour les championnats de France juniors qui auront lieu en mars, à Pantin, en région parisienne. Il aura auparavant participé à un stage national à Nancy. A 17 ans, Souleimane Mohammedi est déjà bien embarqué dans la filière de haut niveau.

Un garçon aussi posé dans la vie qu'il peut être remuant sur un ring.

Je pense être un boxeur complet



La puissance du jeune Aixois fait la différence en juniors.

dans un sport de combat. Sur un ring, on ne tape pas dans un ballon."

**– Viens-tu t'entraîner avec plaisir ?**

"Au début, jamais. Mais après, lorsque j'ai eu le souffle pour la cavale, j'y ai pris goût. Je m'entraîne beaucoup. C'est ce qui me permet d'avoir de l'avance sur mes adversaires en juniors et d'avoir des résultats. Pour moi, l'entraînement ça paye plus que le talent."

**– Où as-tu réalisé ton plus beau combat ?**

"Au Danemark, à l'occasion de ma demi-finale contre le champion de Belgique. Un combat tonique, sans temps morts."

**– Et en dehors de la boxe, qu'est-ce que tu aimes ?**

"La cuisine, ce n'est pas mal non plus. Au début, je voulais être cuisinier, comme Sofiane Bellahcene (boxeur professionnel, sportif du mois il y a deux ans, ndlr). Je cuisine un peu à la maison... mais j'aime

## TAC au TAC

**Si tu devais te définir en un seul mot ?**

« Persévérant. »

**La qualité que tu te reconnais volontiers ?**

« On va dire sociable. »

**Le défaut que tu aimerais cacher ?**

« La fainéantise. »

**Le plus grand champion de l'histoire ?**

« Mike Tyson. »

**Le numéro un dans ta discipline ?**

« Canelo Alvarez... j'aimerais bien le rencontrer un jour. C'est un rêve. »

**Le nom d'un sportif qui t'agace ?**

« Le boxeur américain, Adrien Broner, un bon boxeur, mais arrogant et vulgaire. »

**Ton plus beau souvenir sportif ?**

« A l'heure actuel, mon tournoi au Danemark, dans un environnement magnifique. On allait courir, les biches à côté de nous... une ambiance super. C'était beau. »

**Ta plus grosse galère ?**

« Les cours au collège. Je n'étais pas sérieux. Cela m'a valu quelques roustes par mon père et même, une fois, je me suis retrouvé le crâne rasé. »

**Si tu n'avais pas fait de la boxe ?**

« J'aurais continué le foot... ou alors, je n'aurais rien fait. »

**Tes loisirs ?**

« La cuisine, les mangas et passer du temps avec les amis. »

**Qu'est-ce que tu écoutes ?**

« Rap américain, R and B, rap français... un peu tout. »

**Un film ?**

« Le dernier des Samourais. »

**Qu'est-ce que tu lis ?**

« Des revues de sport et des mangas. »

**Ton plat préféré ?**

« Ma mère me prépare trop de bonnes choses, surtout des nouilles japonaises. »

**Qu'est-ce que tu bois ?**

« De l'eau et de l'Ice Tea. »

bien manger aussi. Et comme je n'ai pas de problème de poids..."

En attendant, Souleimane avale les rounds et les entraînements à pleines dents. Cela ne lui laisse guère de temps pour s'inté-

resser à d'autres sports que la boxe, même s'il suit volontiers les matchs du Réal Madrid et de l'Olympique de Marseille. Il a tellement de choses à découvrir et à travailler sur le ring...



## Affaire de famille

Dans la famille Mohammédi, comme au jeu des Sept familles, on peut demander le fils, le neveu, le cousin... et tomber invariablement sur lui, Souleimane, notre sportif du mois. Cela s'explique et passe inévitablement par la boxe. Pour résumer...

Souleimane est le fils de Norredine, ancien boxeur, aujourd'hui président du Boxing Club Larbi Mohammédi, frère aîné du regretté Larbi et de Mohamed, également boxeur.

Souleimane est donc le neveu de l'ancien grand champion disparu et de son frère cadet, Mohamed, qui était tout aussi doué pour la boxe. Ce dernier, soit dit en passant, a épousé l'ancienne championne de natation synchronisée (aujourd'hui entraîneur au PAN), Assia Belaid, devenue par alliance la tante du Sportif du mois.

Ce n'est pas tout. Comme l'une des 5 sœurs des frères Mohammédi, Nafissa, est la mère du boxeur professionnel Abdel Achour (fondateur du Noble Art du Pays d'Aix), ce dernier est donc cousin germain de Souleimane et neveu de Norredine, Larbi et Mohamed. La boxe est décidément bien présente dans la famille Mohammédi.

*Tout le clan Mohammédi est fidèle au souvenir de Larbi, ce boxeur si doué, disparu accidentellement en 1996, à l'âge de 24 ans. Nous l'avons photographié à ses débuts, en 1988, à l'entraînement d'André Baumas, au Boxing Club Sextius.*

# FRANCE-SPORT



## Collection 2020

FRANCE SPORT – 80 rue Tourmaline – Pôle d'activités – 13510 Eguilles  
Tél. 04 42 52 19 10 – Email : [magasin@france-sport.fr](mailto:magasin@france-sport.fr)  
[www.showroom-francesport.com](http://www.showroom-francesport.com)



# GENERATION SPORT POUR VALEUR



Collectif ou individuel, le sport est une formidable école de la vie. Le label Le Sport pour Valeur du Crédit Agricole Alpes Provence encourage la diversité du sport et ses valeurs éducatives, en donnant un coup de pouce aux clubs sportifs qui s'investissent dans la formation des futures générations. Près de 13 000 jeunes sportifs de notre région bénéficient de cet accompagnement.

**Le 20 janvier, les Trophées Sport Santé, en partenariat avec la banque coopérative régionale, récompensaient les meilleures performances sportives des clubs du Pays d'Aix.**

 Le Sport pour Valeur by Crédit Agricole Alpes Provence

#SportPourValeur