

EDITO

Voilà c'est fini..

La saison 2009-2010 touche à sa fin, et ce n'est pas sans tristesse que j'entame ce nouveau numéro d'Happy Desc. Mais la fin de saison c'est aussi le début d'une autre, alors gardons le sourire.

Cependant, rien n'est encore tout à fait terminé car il reste encore les championnats de France du 13 au 18 juillet prochain à Aime, et c'est la grande fête finale des descendeurs qui aura au cœur de briller sur les eaux tumultueuses de l'Isère.

Alors cette saison a connu pas mal de rebondissement ; parfois des imprévus mais à l'image d'une course de descente, c'est à dire chaotique et mouvementée sans jamais de vrai répit.

Tout aurait pu bien commencer malgré une animation discutable, celle-ci se trouvant mystérieusement modifiée en cours de saison alors que nous sommes en octobre.

Par la suite, l'affluence ridicule sur les épreuves de sprint N1 reflète un manque d'adhésion à cette animation qui divise les genres et ne rassemble pas les gens dans une discipline qui se veut fédératrice.

Néanmoins, le succès des courses sprint réunies ou des belles classiques a mis en lumière le paradoxe de cette animation, la simplicité souhaitée par tous les amoureux et passionnés de la descente.

Eh oui car nos chers dirigeants, malgré tous leurs efforts déployés pour dynamiser et développer notre belle discipline ont oublié un truc, juste un truc tout bête... C'est que la descente, c'est l'essence même du canoë kayak, la descente est au canoë kayak ce que l'homme sapiens est à l'homme.

La descente, c'est bien plus qu'un sport. C'est une PASSION avant tout, qu'il est inutile d'enfermer dans des clivages réglementaires complexes.

Alors le paradoxe de tout ça, c'est que développer une discipline qui se plaît dans les fins fonds de la Corrèze ou de la Bourgogne, isolée dans des forêts bretonnes ou au pied des torrents montagnards, est peut être un comble, mais il en est sûrement ainsi.

Mais avant de partir en vacances, il ne faudra pas oublier de penser à nos juniors nationaux qui représenteront fièrement la France (pas comme certains milliardaires écervelés d'Afrique du Sud...) aux prochains championnats d'Europe qui se dérouleront du 22 au 25 juillet à Kraljevo en Serbie. Souhaitons leur autant de réussite que les seniors en Espagne. La relève s'annonce tenace chez ces jeunes athlètes dont certains peuvent espérer revenir médaillés de Serbie.

Bonne chance à eux, bonne chance à vous tous pour les Frances et à très bientôt sur l'eau ou au bord.

Bonne lecture
La rédac

HAPPY DESC

Rédacteur: Régis EUDE/Fabien Vallée

Photos: R.EUDE

MAIL: happydesc@orange.fr

Saison 2010 par R.Eude

Alors que peut-on dire sur cette saison qui s'achève ?

Que finalement l'animation 2010 a eu ses bienfaits malgré tout. Mais avant de se pencher sur l'animation en question, ne devrait-on pas réfléchir sur l'organisation de nos courses qui ont connu quelques déboires ? Dans tous les cas, cela aurait été pareil quelque soit l'animation en place, et tout ça parfois au détriment de l'image de notre sport.

Happy Desc a ainsi souhaité faire le tour de la question. Et même si les avis divergent à ce sujet et qu'il ne faut pas non plus accabler les rares organisateurs de nos jours, il serait préférable de ne tomber trop bas au risque de ne pas pouvoir se relever.

Tout d'abord qu'attend-on en venant sur une compétition nationale ? Le plaisir et le goût de l'effort bien sûr, sa sélection, normal, mais également une participation pas seulement à une compétition toute simple, mais à ce que l'on pourrait appeler un événementiel sportif pendant lequel on se sent mis en valeur.

C'est à dire avoir un parcours sécurisé autant que faire se peut, mis en valeur à travers la presse et la population locale, un fléchage pour les navetteuses, une vraie réunion de chef d'équipe, un vrai chronométrage, un vrai panneau d'affichage, etc. A huit euros l'inscription on est en droit d'avoir le minimum syndical n'est ce pas camarade descendeurs...

N1 CLASSIQUE DU SCORFF :

Comme d'habitude les bretons nous ont plutôt gâtés, et c'est une tradition en Bretagne des courses mal faites ça n'arrive pas en Bretagne. Le niveau d'eau était plutôt bas mais ça les descendeurs sont habitués à faire contre mauvaise fortune bon cœur.

En revanche il y a eu une faute d'arbitrage non négligeable une erreur dans l'ordre réglementaire de départ des catégories qui doit être les C1, les K1, les KID et en dernier les C2. L'erreur c'est d'avoir scindé la catégorie en deux avec les aléas naturelles de variation de niveau et paf entre les premiers C2 partie à l'horaire prévu et ceux que l'organisation avait tolérés de partir plus tard, 10cm d'eau en plus et forcément des résultats qui s'en ressentent de manière claire nette et précise. Ajouter à cela une ou deux petites erreurs d'affichage et HOP, ça y est on à l'impression que tous les temps sont faussés.

Alors qu'on se le dise et soyons objectif l'erreur de la catégorie des C2 n'a eu aucune incidence sur les autres bateaux ne soyons pas aucune perdant après une volée de fin d'hiver difficile à digérer.

N2 SPRINT DE LATHUS :

N1 + N2 sur le même parcours, tiens donc j'avais cru comprendre qu'il fallait clairement séparer l'élite et le reste mais finalement pourquoi faire.

Tout de suite en arrivant sur place on sent une vraie dynamique d'organisation, avec des banderoles, du son, bref une saine ambiance qui nous fait presque oublier la « longueur » du sprint un peu dur pour nos petits bras printaniers pas encore sortie de l'hiver.

Au final des temps quasi instantané un speaker du feu de dieux une vue imprenable sur la totalité du parcours, bref on a aimé et on reviendra car c'est ça qu'on aime.

N1 DE PAU + SPRINT DES AS

Les palois nous ont toujours habitués à de vrai événementiel descente malgré leur penchant pour le slalom, que voulez vous personne n'est parfait, cependant entre le sprint des As sur le nouveau et magnifique parc d'eau vives et la course N1, une organisation au TOP rodé comme une horloge helvétique sur un parcours superbe.

Mais le quoique vient une fois n'est pas coutume de cette maudite animation nationale qui scinde les clubs en deux et ne déplace pas foule sur les courses N1 uniquement. 45 bateaux, il faut dire que les descendeurs n'étaient pas fier d'être si peu représentatif. Alors que côté organisation on a eu du vrai, du bon, du beau.

N2 SPRINT ET N1 CLASSIQUE CHALAUZ :

Un point à souligné, il faisait beau et presque chaud dans le Morvan en plein mois d'avril chose relativement rare mais pour ce coup la on a été verni. A gravé sur une pierre du Morvan ou sur arbre de la forêt aux ducs.

Côté organisation c'était pas la pleine bourre d'un championnat de France d'été mais on sentait bien une organisation rodée et sérieuse. Un sprint N2 relativement sportif avec les cascades habituelles.

Et la classique du lendemain toujours aussi spectaculaire et imprévisible, et toujours sous un soleil radieux.

Et je ne vous parle pas des gaufres au caramel de Quarré les Tombes car sinon vous allez me haïr.

Un week end un peu compressé peut être.

N1 CLASSIQUE DE L'EYRIEUX :

Ca fait déjà plusieurs années que l'Eyrieux déçoit les descendeurs. Côté parcours RAS, un VRAI parcours de descente, de la baston quasi permanente dans un somptueux décor lunaire mais avec le débit de 18m3 comme autrefois au lieu des 15 ça aurait été mieux, mais cet aléa se gère très bien.

Côté organisation, beaucoup de manquement aux règles minimales, une sécurité sur la route légère, assuré par de petit panneaux peu visibles, pas de cellule de départ, des cellules d'arrivée qui marchait aussi bien que celle du départ.

Une cérémonie des récompenses tard et désastreuse, bref on aurait aimé mieux, rappelons que nous sommes sur une épreuve nationale. Une organisation à modifier pour l'améliorer car sans le support des sélections juniors cette course n'aurait pas attiré grand monde. Certaines remarques avaient déjà été remontées aux organisateurs pourtant.

N1 N2 N3 SPRINT DU CHER :

Une course comme on les aime avec du son, des banderoles, des panneaux d'affichage, des horaires respectés, bref, le site s'y prêtait bien et les organisateurs ont su en jouer ajouter à cela des saucisses grillées et quelques boissons fraîches pour conserver l'esprit champêtre de la descente. Ca permet non seulement d'attirer du monde, mais aussi de se mettre en valeur auprès de partenaires qui ont déboursé un max d'argent pour nous créer ce petit bassin artificiel.

Alors ce bilan succinct et contestable ne met pas en valeur les fondamentaux de la descente, c'est l'ambiance, la sportivité, et la bonne humeur qui règne entre les clubs de descente à l'heure actuelle. Plus que jamais prendre du plaisir sur les courses doit être notre ligne de conduite sur les courses sans oublier que tous compétiteurs a des droits mais aussi des devoirs à respecter envers les organisateurs.

Le positif de tout cela c'est que la marge de progression organisationnelle est encore grande pour nous et plutôt que de se triturer le nombril à calculer des points et des barème pour savoir qui aura ou n'aura pas le droit de faire de la N1 ou de la N2. Quand tout reste à faire, tout est possible et gardons à l'esprit qu'après tout ce que la descente peu traversée comme épreuve elle reste intacte et toujours aussi adorée.

L'Isère en pratique par R.Eude

Alors pour tous les petits loups qui vont découvrir la légendaire ISERE cet été lors des championnats de France, inutile de vous fier aux dictons de vieux singe du genre : « l'Isère c'est la misère.. » etc, etc...

Il est vrai que parfois à Bourg Saint Maurice nous avons tous plein d'anecdotes rocambolesques, que ce soit au bar, en boîte ou en camping et bien évidemment sur la mythique rivière.

Je vais essayer ici de vous aider à démystifier ce légendaire parcours qui n'est pas si difficile qu'il n'y paraît, à condition bien sûr de posséder le minimum syndical au plan de vue forme physique.

Vous êtes prêts ? Alors c'est parti... !

On va s'attarder sur le parcours de descente qui nous attend cet été, c'est-à-dire 6kms de descente entre le pont de Bellentre et le Pont d'Aime, soit 58m de dénivellé (le Chalaux en fait 42).

On peut diviser le parcours en trois parties :

- Δ La première entre le départ jusqu'à l'entrée du planyuls de Gothard.
- Δ De l'entrée du Gothard jusqu'à l'entrée des rapides
- Δ Les rapides d'Aime

Depuis le départ de Bellentre rive droite, on est tout de suite dans le bain de l'Isère avec des vagues d'eau dure qui se franchissent très bien. Il faut prendre soin de couper les courbes et d'éviter les bourrelets formés par les cailloux apparents car n'oublions pas que nous n'avons que 22m3 au lieu des traditionnels et historiques 25 ou 30. Les anciens de votre club diront « Ouaff, nous on avait 35 c'était vachement plus dur... » Tu parles, moi je pense qu'il n'y a que des vagues à ce niveau et qu'avec 22m3, ça devient plus technique et pardonne moins qu'à 35.

Bref, des vagues des vagues et encore des vagues, avec certaines forcément un peu plus formées que les autres mais l'ensemble se lit bien. Après chacun a sa petite trajectoire favorite et vous aurez tout le plaisir de les apprécier cet été.

II des vagues d'eau dure qui se franchissent très bien"

On arrive au fameux plat du Gothard. Enfin plat, pas tant que ça... De la légère vaguelette sur un lit élargi, avec une eau dure et des placements sur la rivière à ne pas négliger sous peine de jouer les grattes cailloux façon Cure par bas niveau. Attention à ne pas tourner la tête à gauche après la passerelle, sous peine en plein effort, de tomber sur de jolies

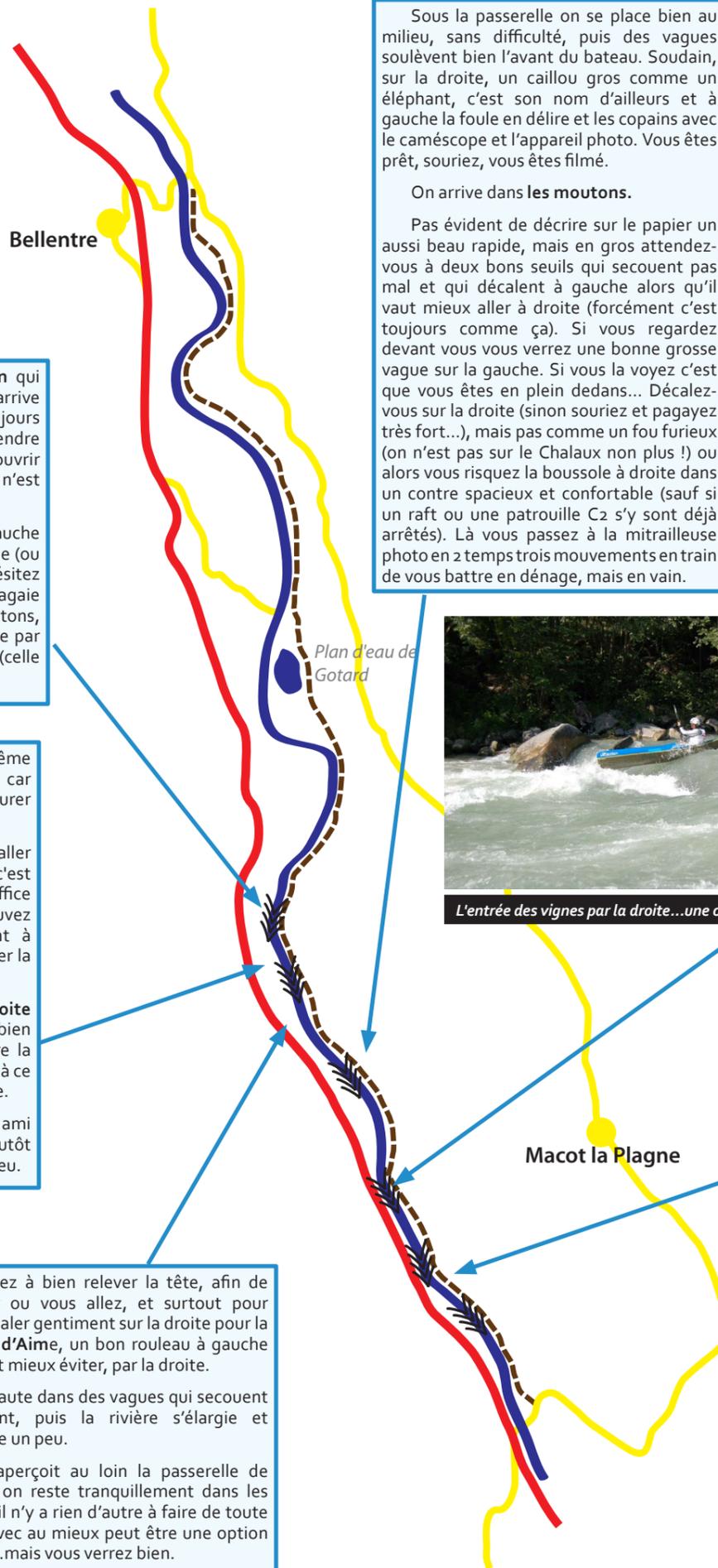
II l'ensemble se jeunes filles en bikini lit bien. Après chacun à sa petite trajectoire favorite"

faisant bronzette en dégustant des glaces, alors qu'on est à bloc et que ça commence à piquer de partout. La jolie bave blanche sur le côté de la joue ne fait pas non plus très élégant devant les demoiselles...

200m après la passerelle une courbe à droite, facile, quelques vagues sur 200m, puis une autre courbe à gauche et vous êtes aux portes des 6 fameux et redoutés rapides d'Aime.



La ligne droite de l'arrivée à Aime



La machine à couper le jambon qui aurait pu s'appeler la glacière car on arrive très chaud dans un coin de rivière toujours ombragé, avec un bon sachet à prendre pleine figure histoire de nous faire rouvrir les yeux et nous rappeler que la lutte n'est pas finie.

Un rapide qui se négocie plutôt gauche sans trop coller la berge. Evitez la lame (ou plutôt le cailloux...) du milieu, et n'hésitez pas à être incisif et efficace avec votre pagaie dans des vagues qui redeviennent bastons, et flopp, on termine ce premier rapide par un bon seuil dans une vague longue (celle qui rafraîchit !).

Pas de panique c'était votre baptême de l'Isère, on reste cool, tout va bien car on arrive sur un plat bien plat, qui va durer environ 50m.

Si vous êtes derrière un fun il va aller tout droit. La passe des sportifs, c'est l'arrosoir, un bon petit seuil qui fait office de propulseur mouvementé. Vous pouvez aussi la jouer prudence en recollant à gauche le long de la berge pour entamer la ligne droite d'Aime.

200 m de vagues, la ligne droite d'Aime, ça va vite, ça accélère et il faut bien se maintenir en rive gauche pour faire la légère chicane du pierrier, pas évidente à ce niveau mais qui se passe sans encombre.

Si vous êtes toujours derrière votre ami fun vous ne ferez pas le pierrier mais plutôt du grand huit dans les vagues plein milieu.

Pensez à bien relever la tête, afin de regarder où vous allez, et surtout pour vous décaler gentiment sur la droite pour la chicane d'Aime, un bon rouleau à gauche qu'il vaut mieux éviter, par la droite.

On saute dans des vagues qui secouent gentiment, puis la rivière s'élargit et s'illumine un peu.

On aperçoit au loin la passerelle de Sangot, on reste tranquillement dans les vagues, il n'y a rien d'autre à faire de toute façon, avec au mieux peut être une option gauche...mais vous verrez bien.

Sous la passerelle on se place bien au milieu, sans difficulté, puis des vagues soulèvent bien l'avant du bateau. Soudain, sur la droite, un caillou gros comme un éléphant, c'est son nom d'ailleurs et à gauche la foule en délire et les copains avec le caméscope et l'appareil photo. Vous êtes prêt, souriez, vous êtes filmé.

On arrive dans les moutons.

Pas évident de décrire sur le papier un aussi beau rapide, mais en gros attendez-vous à deux bons seuils qui secouent pas mal et qui décalent à gauche alors qu'il vaut mieux aller à droite (forcément c'est toujours comme ça). Si vous regardez devant vous vous verrez une bonne grosse vague sur la gauche. Si vous la voyez c'est que vous êtes en plein dedans... Décalez-vous sur la droite (sinon souriez et payez très fort...), mais pas comme un fou furieux (on n'est pas sur le Chalaux non plus !) ou alors vous risquez la boussole à droite dans un contre spacieux et confortable (sauf si un raft ou une patrouille C2 s'y sont déjà arrêtés). Là vous passez à la mitrailleuse photo en 2 temps trois mouvements en train de vous battre en dénage, mais en vain.



L'entrée des vignes par la droite...une option de classique

On reste cool, on est donc sur la droite de la rivière. Soit on colle la berge ou alors on reste à 2m, les deux sont bien. Puis on arrive à l'entrée des vignes, un bon petit saut pas dur à condition de suivre les explications plus haut.

Pour ceux qui auront pris l'option ras la berge, il sera nécessaire de bien se décaler à gauche pour franchir le virage des vignes à gauche, au risque de bien se faire drosser à droite dans une falaise accueillante comme le blindage d'un centre de détention !

En serrant les fesses avec une bonne gîte et une circulaire droite ça coule tout seul, et on arrive dans une belle ligne droite de vagues, qui a, de vue, l'air super facile, et pas compliquée.



Ca bouillonne, ça moutonne, c'est les moutons d'Aime

On respire bien et on accélère car on a les copains qui s'égosillent à vélo sur la piste cyclable, et puis on sait que c'est bientôt fini..., mais pas encore.

Alors on reste concentré car on arrive dans les vagues de la Salle à manger (des bonnes groooooosses vagues). Un passage à négocier plutôt droite, comme ça on ne prend pas de risques au moment d'arriver dans le dessert, un bon saut à franchir à droite.

Les hop hop hop sont de plus en plus forts et nombreux, car il s'agit de mettre la relance de la mort qui tue, celle qui vous fera mal aux bras pour la dernière fois cette saison ! Ne négligez pas les derniers 200m de course, ponctués de vagues irrégulières. Regardez la passerelle, ça vous aidera à lever la tête pour finir à bloc !

En attendant continuez à bien ramer pour être prêt à vous faire un max de plaisir sur une superbe rivière.

La Desc EN BREF

100% MF Tech
Sur l'ensemble des athlètes présents à Sort lors des derniers championnats du monde 80% d'entre eux possédaient des manches MF Tech. Une sacrée réussite dans le milieu du canoë kayak pour cette petite entreprise normande qui n'existe que depuis 2004.

100000Euros
C'est le montant qu'a investi le comité d'organisation des championnats du monde de descente qui auront lieu à La Plagne en 2012. C'est plutôt pas mal de voir un investissement aussi important pour la promotion de notre sport. On a déjà un site superbe, gageons que l'organisation sera aussi dantesque.



Le virage des vignes à ne pas négliger, en fin de course

Amis sportifs qui allez prendre le départ des championnats de France, pensez-vous qu'il est raisonnable de balancer sur une berge vierge votre bouteille d'eau vide ?

Ne pensez-vous pas qu'un petit geste tout simple vous permettrait de vous débarrasser de cette bouteille dans une poubelle appropriée ? Ou pourquoi ne pas demander à quelqu'un sur le bord de vous en débarrasser ?

Alors cet été soyez des compétiteurs Eco responsables en n'abandonnant pas vos déchets au bord de l'eau.

Sachez qu'une tonne de plastique recyclée c'est 800kg de pétrole brut préservé, et que le recyclage de 27 bouteilles permet de fabriquer 27 polaires.

L'équipe de France juniors par F.Peyrical

Les championnats d'Europe Juniors vont se dérouler en Serbie du 22 au 25 Juillet 2010. Les jeunes athlètes partiront le 18 juillet de Lyon en avion pour se rendre à Belgrade, puis iront à Kraljevo en bus.

Les courses classiques ont lieu sur un tronçon de rivière de 5kms de classe II (et 3 passages de classe III). Les sprints s'effectuent sur un autre tronçon, 500m de classe II (et 1 passage de classe III). Pour une fois, ils vont pouvoir faire un peu de tourisme puisque de la rivière les athlètes verront la fameuse forteresse médiévale de Maglič.

C'est un groupe homogène et solidaire avec deux athlètes expérimentés en international avec l'équipe de France (3 sélections au compteur pour Victor et 5ème sélection pour Nicolas entre le slalom et la descente). Des titres en individuel sont à envisager... Ambiance particulière puisque 7 d'entre eux sont issus du pôle Espoirs de Pau ou du comité régional Aquitaine. Autant dire que le climat va être familial. Et parmi les 3 jeunes hors sud Ouest nous retrouvons Victor et Louis, deux anciens (déjà en équipe l'an passé) et Alice SCHMITT, une fine navigatrice au porte de l'équipe l'année dernière.

Le groupe a déjà partagé cinq jours de stage à Bourg Saint Maurice du 10 au 14 Mai 2010, ce qui apporte une réelle confiance envers les cadres et une cohésion de groupe importante. C'est donc dans un climat de sérénité que nous allons aborder cette échéance (athlètes mais aussi coachs et staff médical). Une seule touche pourrait noircir ce tableau propice aux performances : l'alimentation ! Il faut savoir qu'à la dernière excursion de l'équipe de France senior dans ce pays, nombre d'entre eux ont eu des problèmes gastriques... Eau, choux...

Présentation de certains athlètes ; quelques mots pour les définir, et leur palmarès :



Manon HOSTENS : Cadette 2 du pôle Espoirs de Pau. Perfectionniste et investie à 200% dans tout ce qu'elle fait (école, bateau...), très bonne élève en cours et à l'entraînement. Elle cherche constamment à comprendre et intégrer tous les paramètres et exigences du haut niveau. C'est avant tout une compétitrice, insatisfaite et perfectionniste. Elle fait partie de ces athlètes qu'il convient de freiner... C'est aussi une fan « du roi lion » ;-)

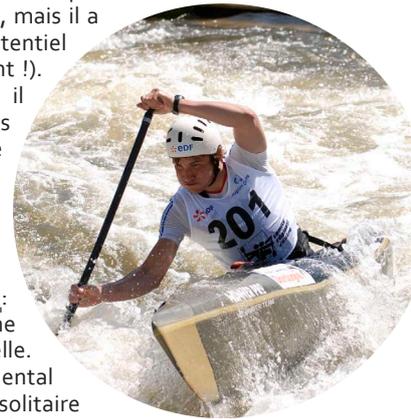
Minime, elle descendait déjà le Larrau (partie de la coupe du monde de 1996). Palmarès : Sélectionnée au JO de la Jeunesse à Singapour en Août 2010.

Quentin HOSTENS : Junior 2 du pôle Espoirs de Pau. Grand gabarit qui s'est luxé l'épaule en Novembre 2009 et a repris l'entraînement fin février 2010. Il a fait le choix d'une rééducation et d'un remodelage de sa gestuelle : utilisation des membres inférieurs, dans le souci d'une rotation



du tronc synonyme de protection des épaules. A sur les piges il fait la différence, mais il a surtout pris conscience de son potentiel (qu'il n'exploitait pas totalement !). Aux championnats d'Europe, il risque d'obtenir de très bonnes notes dans tous les domaines de la perf ! ;-)

Il se définit jusqu'à présent comme un diesel. Il me semble prêt pour revêtir le sigle « Tdi » pour les Europe.



Guillaume BERNIS : Junior 1 idole d'Antoine SUDRIE, de par sa gestuelle. C'est un fin navigateur. Mental forgé aux entraînements en solitaire au club du Stade Montois. Il est suivi par Bertrand GOURRAT et il est présent sur tous les stages du comité Régional Aquitaine. Et comme dirait la chanson : « Berni... bernichou la la la... » ;-)

Minime, il descendait lui aussi déjà le Larrau, ainsi que le haut de Bourg en slalom. Palmarès : Sélectionné au JO de la Jeunesse à Singapour en Août 2010.

Antoine DEMATEIS : du pôle Espoirs de Pau, Antoine est un jeune junior (encore cadet parfois !) qui a de très bonnes qualités physiques. Il a fait le choix de s'orienter principalement en descente depuis mars 2010. La tendresse n'a pas sa place dans le monde cruel du chrono, « Tonio » le sait ! Sa maman ne l'amènera plus à l'école ! ;-)

C'est un jeune qui est présent sur les grands événements. Et je suis convaincu qu'une fois le dossard endossé avec la mention « european canoe association », il va glisser avec les crocs. Palmarès : en cadet 2, il fait 7ème en classique et 10ème en sprint aux championnats du monde Junior à Buech (Double champion du monde par équipe).

Nicolas SCIANIMANICO : Junior 2, ancien du pôle Espoirs de Pau et actuellement au pôle France de Toulouse. Il poursuit un double projet sportif (Slalom et Descente), et fait ses études à l'INSA. C'est un athlète attachant qui a pris la mesure des exigences des titres internationaux. C'est un mec « bien, carré & organisé ». Malgré avoir peu ramé cette saison en descente, il arrache la 2ème place des sélections. Astéria est déjà fan... ;-)

Palmarès : en cadet 2 : 3ème au champion d'Europe Junior à Valtellina.

Anthony RUIZ et Lucas PAZAT : Junior 1 du Club de Marsac. Super rapport poids/puissance, et très agressifs sur la pale, ce qui leur confère une bonne qualité d'appui. Ils font du C2 depuis cadet 1. A l'aise en eau-vive et ne craignent pas le plat et les gravières.

Comme tout C2, le curseur de la motivation n'est pas toujours au même niveau, mais qu'importe, nos deux compères surnommés Minipouce et Ruisou sauront faire honneur à « Ballou », le coach champion du monde de la discipline et présent sur l'échéance Européenne. ;-)

Abonnement, recrutement et rédaction

Si tu souhaites recevoir HAPPY DESC la news letter des descendeurs envoie un mail à : happydesc@orange.fr.

La rédaction recrute, donc si tu souhaites participer régulièrement à la sortie de la news letter des descendeurs, n'hésites pas à contacter la rédac.

Si tu souhaites envoyer un article à faire paraître dans HAPPY DESC merci d'envoyer l'article et photos à : happydesc@orange.fr.