

SPORTS HAUTE-SAVOIE

PATINAGE ARTISTIQUE

SKATE CANADA Vendredi et samedi

Ponsero : "Une médaille à Vancouver"

Vainqueur il y a dix jours du Grand Prix de Nice devant Alain Préaubert avec au passage un record personnel (222,34 points), l'Annécien décolle aujourd'hui pour le Canada où il sera en lice vendredi et samedi pour le Skate Canada. A un peu plus d'un an des Jeux, Yannick Ponsoero a étoffé son staff pour gagner son ticket pour la prochaine olympiade.

Yannick, vous venez tout juste de vous imposer à Nice.

Beaucoup de choses ont changé depuis la saison dernière ?

"Mon staff s'est étoffé. Je travaille toujours avec le couple Lucine et Sophie Golaz.

J'ai un préparateur mental, Jean Fournier, un préparateur physique, Emmanuel Michon.

Mais, surtout, j'ai deux chorégraphes cette année.

Un pour le programme long, Laurie May, et un pour le programme court, Amaury Réot qui est un breaker d'Annecy. C'est lui qui m'a aidé à monter mon programme court."

Vous comptez plus de personnes autour de vous cette année...

"C'est la première fois. On a mis en place une sphère de grande communication avec un seul but, monter à la médaille olympique dans un an et demi."

"Ce sont des détails mais j'ai plus confiance qu'avant"

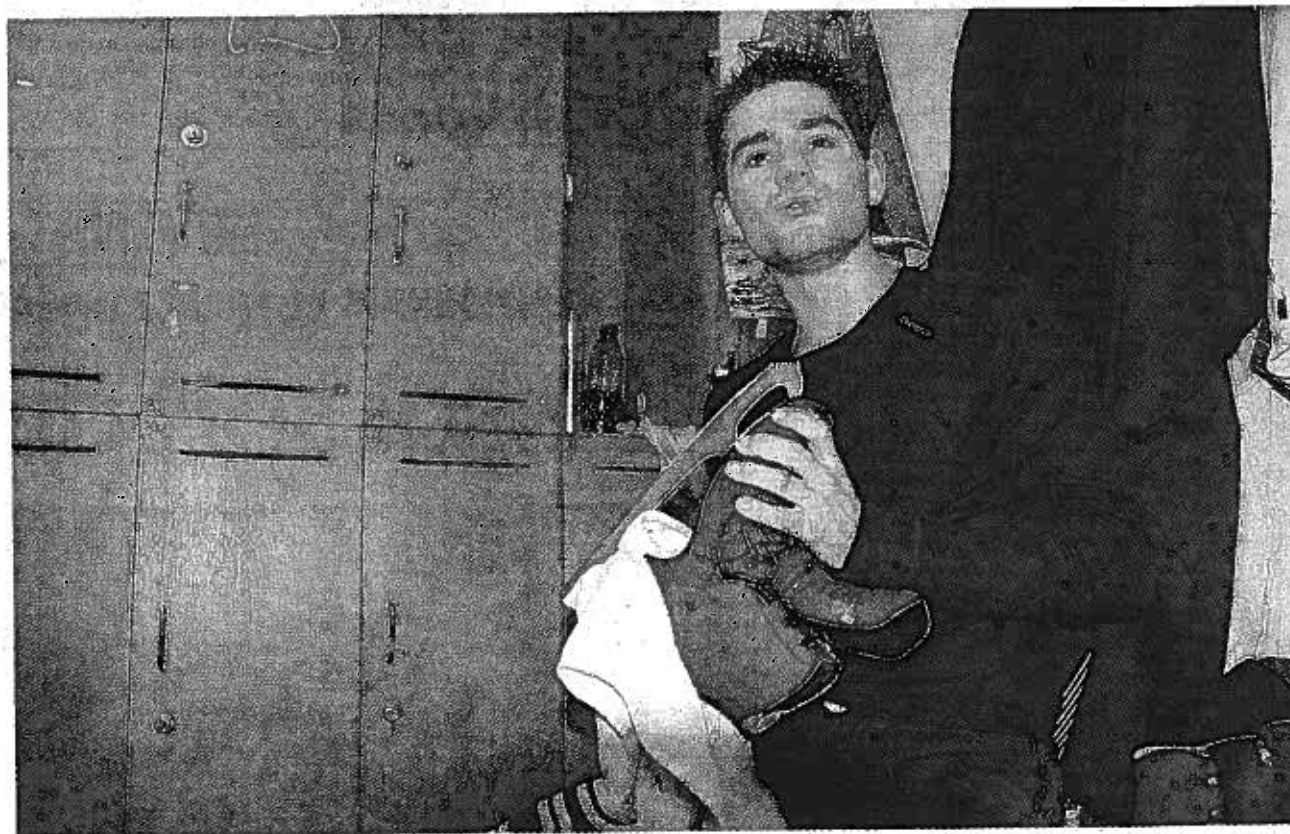
Qu'est-ce qui a motivé cette nouvelle orientation dans votre carrière ?

"L'année dernière, sur la fin de la saison, je me suis rendu compte de mes capacités en montant mon programme long avec Laurie May. J'ai pris conscience que j'avais le potentiel d'aller accrocher une médaille aux JO. C'était dommage de rester dans le top 15 alors qu'en bossant autant mais différemment je pouvais faire beaucoup mieux. Je n'exploitais pas assez mon potentiel. J'ai fait un bout de chemin seul pour être sûr de ce que je voulais. En juillet, tout était mis en place. Aujourd'hui, on se rend compte de beaucoup de choses comme à Nice où je me sentais bien physiquement. Ensuite ce sont des détails mais j'ai plus confiance qu'avant."

"J'ai de la marge de progression"

Ces changements n'ont-ils pas été trop lourdes ?

"Non. Nous avons tout planifié. Chaque chose est précisée. Je ne fais pas spéciale-



INCISIF. "Je pense d'une autre façon cette année car être champion du monde des entraînements ça n'amène rien" explique Ponsoero. Le DL/B.P.

ment plus qu'avant mais c'est structuré dans l'optique d'être champion olympique. Le but est de faire le programme parfait le jour J."

Votre victoire à Nice est-elle le fruit de ces changements ?

"On est en train de voir ce

qui marche ou pas et d'analyser pour garder le meilleur. Sur mes trois compétitions, ça s'est bien passé car j'ai fait trois podiums, 3^e à Oberstdorf et Orléans où je bats Brian Joubert sur le programme long avec un mieux à Nice. Le programme n'est pas parfait

mais il y a une évolution, notamment sur le programme court parce que je suis allé chercher quelque chose de nouveau avec le hip hop."

Êtes-vous à votre maximum ?

"Je fais mon record de points à Nice mais j'ai une

chute et des sauts qui vont évoluer soit à peu près dix points de marge en particulier sur le programme court."

Les Jeux sont déjà dans un an...

"Mon programme sera de mettre en place tout ce qui me permettra d'aller chercher

une médaille aux Jeux. Ça commence par les Mondiaux cette année où il y aura deux places pour la France. Là-bas, il faudra prendre un top 5 et ensuite ce sera les JO."

"On doit s'entourer des meilleurs"

Vous avez une plus grosse ambition cette année ?

"Le but c'est une médaille aux Jeux.

Il suffit de regarder Julien Absalon en VTT, c'est en misant sur un objectif précis qu'on y arrive.

Je pense qu'il faut préparer plus à l'avance des Jeux que des championnats du monde. L'enjeu est différent et demande une préparation différente. Je pense d'une autre façon cette année car être champion du monde des entraînements ça n'amène rien. Pour devenir le meilleur, on doit s'entourer des meilleurs."

Recueil par Benoît PRATO

AVEC OCHS À L'ÉCOLE

Yannick Ponsoero a intégré comme le bosseur de Châtel, Pierre Ochs, l'école de kiné à Grenoble en tant que sportif de haut niveau. Déjà titulaire d'un diplôme d'osthéooptahe, l'Annécien dispose de trois ans pour réussir la première année.