

CDC

COUREURS D'ÉCUME

LIFE SAVING MAGAZINE

► SAUVETAGE ET
SPORTS CÔTIERS

MARSEILLE

Haut lieu du sauvetage sportif /

SESSIONS

Pirogue et stand-up sur le mascaret /

LIFESAVERS

David Loosen, Katy Devine, Mickaël Illinger /



Alexandra Lux au départ du Canada, le 5 juillet 2009 à 11 h 35 mn (heure universelle) © Cathy Mazzer





/ Mickaël Illinger © Michel Dumergue

Éditorial

Les jeux mondiaux rassemblent les sports non olympiques. Ainsi, après Duisbourg en 2005, Kaohsiung (Taiwan) accueillera mi-juillet les délégations du monde entier et notamment les meilleurs sauveteurs de la planète. Trois nations européennes ont validé leur bristol pour cet événement, à savoir l'Italie, l'Allemagne et la France. Aussi, nous avons rencontré avant le grand rendez-vous Erica Burrato (ITA), David Loosen (ALL) et Mickaël Illinger (FRA). Nous avons également suivi le parcours de deux autres membres de l'équipe de France, Jonathan Despergers et Julien Lalanne, dont le duel au sommet du sauvetage hexagonal a rythmé le printemps, de Narbonne à Guéthary, en passant par Hossegor.

Laissez-vous au préalable guider par Emmanuelle Bescheron. Avant de s'envoler elle aussi pour Taiwan, la championne vous invite à la découverte de la cité phocéenne et des Bouches du Rhône, haut lieu du sauvetage sportif. Département 13 au sommaire du 13ème numéro, souhaitons que le chiffre porte bonheur aux nations européennes, ainsi qu'aux trois championnes actuellement en train de ramer en plein Atlantique sur leur planche. Alexandra, Stéphanie et Flora ont quitté le Canada le 5 juillet et se relaient toutes les deux heures. Une formidable promotion pour le paddleboard, auquel nous consacrons une large place, au gré d'escales en Bretagne, en Vendée et au Pays Basque.

Embarquez enfin à bord d'un stand-up, instrument majestueux, pour une session mystique sur le mascaret ou des raids longue distance, tel l'exploit réalisé par Benjamin Clément entre le continent et la Corse.

En espérant vous retrouver le 10 août à Hossegor lors du Trophée Coureurs d'écume, à savoir la traversée du canal à la nage, dominée l'an passé par Charlotte Robin, de Marseille...

// The World Games, first held in 1981, are an international multi-sport event, meant for sports that are not contested in the Olympic Games. After Duisbourg in 2005, delegation from all over the world, especially the world best life-savers are competing in Kaohsiung (Taiwan) since the 16th of July. Italy, Germany and France are the three European countries who managed to get their tickets for this event. Therefore, we met Erica Burrato (Italy), David Loosen (Germany) and Mickaël Illinger (France) before this major contest began. We also kept tracks of Jonathan Despergers and Julien Lalanne, members of the French team. From Narbonne to Guethary, through Hossegor, their struggle at the top of French life-saving championship has been the beating heart of this spring.

Beforehand, let Emmanuelle Bescheron show you the rope. Before flying to Taiwan, she invites you to discover Marseille and its surroundings, a well-known spot of life-saving.

13th French department featured in our 13th issue. Could this number be lucky to Emmanuelle, the whole French competitors in Taiwan, no to forget the three young ladies currently paddling of their boards, right in the middle of the Atlantic Ocean. Alexandra, Stéphanie and Flora left Canada on the 5th of July and take turns every two hours: what an amazing opportunity to promote paddle board! More to come in this issue: we will be talking about this sport and stopping in stunning places in Brittany, Vendée and Basque Country.

Eventually, let's board on a full of majesty 'stand-up paddle', that will take you on a mythical session on the mascaret and long distance runs, such as the Benjamin Clément's feat who made it between southern French coast and Corsica.

Bruno Magnès
bruno@coureurs-dcume.com

Édito

Editorial **03**

Dossier **08**

Marseille et les Bouches-du-Rhône, terre de sauveteurs

Euronews **24**

Beach Flags

Etape à Montpellier

Big Oceanman à Capbreton

Meeting à Nivelles

Interview croisé

Les jeunes champions britanniques à l'honneur

Portraits **30**

David Loosen

Erica Buratto

Poster **34**

Coup de projecteur **36**

Cap Odyssée

Watermen **39**

Zoom sur Ludo Pinet

Transpertuis dantesque

10ème Guéthary-Biarritz

Session stand-up sur le mascaret

Locquirec paddle race

Waveski au Cap Sizun

Sylvain Mercandalli à Hawaii

Questions croisées à Lacanau

Coupe de France de dragon boat

FFSS **53**

Le sauvetage sport scolaire

Championnats de France eau plate à Vichy

Sauvetage Tour

Surveillance des plages à Sète

Collectif France

Les Bleus à Taiwan

Vie des clubs **60**

Publirédactionnels **63**

Dernière escale **64**

Prochain numéro

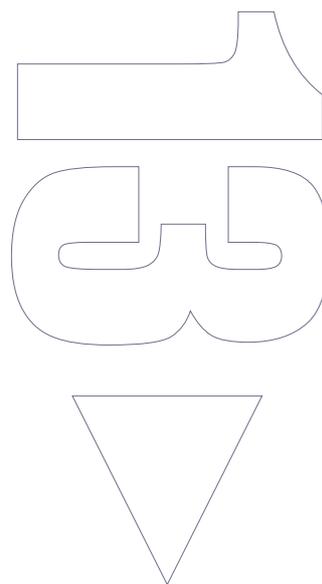
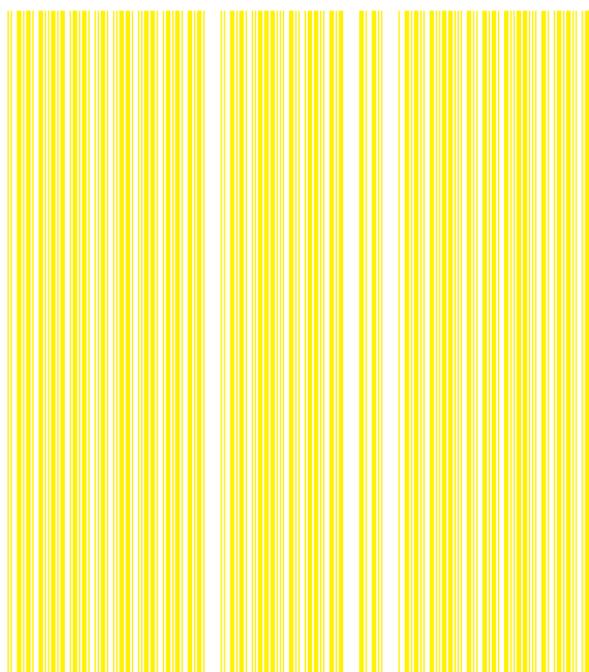
Abonnez-vous

J'aime, j'aime pas

Par *Emmanuelle Bescheron*

numéro 13

juillet - septembre 2009



Ours :

www.coureurs-dcume.com - redaction@coureurs-dcume.com

Directrice de Publication : Geneviève Carrère

Rédacteur en chef : Bruno Magnès

Secrétaire de rédaction : Stéphane Destugues

Ont collaboré à ce numéro : Stéphane Bellocq - Patrice Grieumard - Frédéric Jonneaux - Teia Maman - Anthony Mazzer - Flora Manciet - William Pellicia - Jean-Baptiste Gimé - Adrien Séguret - Louise Lesparre - Emmanuelle Bescheron

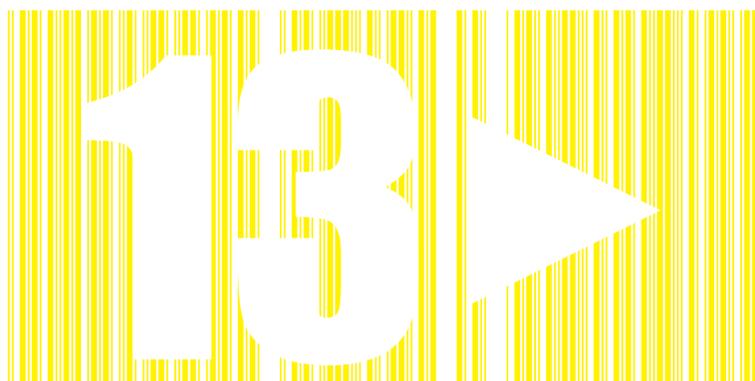
Photos : Harvie Allison - Pascal Allibert - Lorène Carpentier - Michel Dumergue - Xavier Ges - Eric Sarran - Véronique Mazeiraud - Stéphane Bellocq - Yves Sobanski - Greg Rabejac - Cathy Mazzer

Conception graphique : Fabien Goczałek / www.d-clic.fr

Coureurs d'écume est imprimé par le service d'impression de Surf Session - Blue Press, Anglet. Imprimé en Espagne.
Dépôt légal : 3^{ème} trimestre 2009 - Numéro de commission paritaire en cours. ISSN : 1779-2541

Édité par : Association Coureurs d'écume,
Paradise Océan, Lot 74, 40130 Capbreton
Tél. : 05 58 41 83 73

La reproduction, même partielle, des articles et des illustrations parus dans Coureurs d'écume sans l'autorisation de l'éditeur constitue une contrefaçon. La rédaction n'est pas responsable des photos et articles qui lui sont communiqués. Les prix indiqués sont donnés à titre indicatif. Les textes et les photos des pages de publicité sont publiés sous la responsabilité des annonceurs.



Texte Emmanuelle Bescheron
Photos Alain Blanc

13

Marseille et les Bouches-du-Rhône

Terre de sauveteurs

Stade Vélodrome, Bonne Mère, Vieux Port... Autant de lieux connus de tous, symboles phares de Marseille. Mais la cité phocéenne ne se résume pas à cela et pour cause, c'est aussi un des berceaux du sauvetage en France. Alors pour le n°13 de Coureurs d'Écume, chiffre symbolique pour nous, il était naturel d'aller faire un p'tit tour du côté des Bouches-du-Rhône.

Marseille, une ville aux multiples facettes : centre urbain dynamique en pleine mutation, port ouvert sur la Méditerranée, terre d'asile depuis toujours, théâtre d'une activité culturelle débordante et ville d'eau par excellence, tout cela orchestré d'une main de maître par le Mistral. Marseille, c'est aussi la fête et l'exubérance... Ici, on parle fort, on

exagère, on ne fait pas comme tout le monde. Les populations venues de divers continents se mélangent dans une ambiance chaude et festive. Et c'est là tout le charme de la cité phocéenne. Ici on prend le temps de vivre, de se raconter des histoires, de rire, de passer du bon temps. Un anticonformisme inséparable du contexte marin, de sa rade et des

Calanques qui lui donnent le sel de l'aventure. Marseille, c'est enfin une image rebelle qui appelle aujourd'hui vitalité et créativité.

En bref, une ville hors du temps à découvrir sans plus tarder, un département aux richesses naturelles aussi diverses qu'insolites, où le sauvetage a trouvé sa raison d'être.



© Alain Blanc

SLIDE on the 13

Les meilleurs spots de glisse

Certains disent qu'en Méditerranée, il n'y a rien à slider... D'autres sont sceptiques. Et pourtant, les Bouches-du-Rhône n'ont rien à envier au Landes ou au Pays Basque. Riche de ressources naturelles diverses et uniques, la côte du 13 décèle de "secret spot" insolites. De la Camargue aux calanques, embarcation immédiate pour un surf trip 100% bucco-rhodanien !

En Camargue, chevaux, flamands roses, taureaux et kite surf

Perdu en pleine Camargue, Beauduc est un spot hyper venté. Pour y parvenir, une petite piste à travers des paysages infinis, peuplés de flamands roses, d'étangs et de chevaux. Puis place aux caravanes et cabanes rafistolées. Et puis il y a la baie, immense, avec des cabanons, des barques traditionnelles et bien entendu des kitesurf à perte de vue ! Ici le mistral ne meurt jamais, ce coin de basse vallée du Rhône le cueille souvent avant tout le monde. Un vrai coin de paradis pour les passionnés de glisse. En plus, ici, le camping sauvage est une institution, alors il n'y a plus qu'à tester !

A faire : plonger au cœur d'une manade et découvrir la vie de gardian, assister à une course camarguaise, ferrade, abrivado, s'offrir une balade à cheval au coucher de soleil, et faire une virée sur Arles à la découverte de la ville antique.

Sur la côte Bleue, sardinade, famille, criques et surf

Les racines du surf à Sausset-les-Pins ! Depuis les années 80, la réputation de la Méditerranée comme lac marin est à nuancer. Avec 7 spots, la Côte Bleue n'a rien à envier à ses collègues de l'Atlantique : Ponteau, La Couronne, L'Arquet, Tamaris, Menhir, l'Ermitage ou encore Big Rock. De septembre à février-mars, c'est la période où la Méditerranée livre tous ses secrets. Une zone essentiellement constituée de reefs qui offrent de jolis tubes aux alentours des dalles rocheuses. Pas de panique, le vent ici est présent à chaque session quasiment, alors tous à l'eau !

A faire : tester les randonnées sous-marines, flâner dans Carry-le-Rouet, se poser dans une petite crique isolée, manger une sardinade, pêcher des oursins et faire une bonne sieste à la provençale.

A Marseille, calanques, pétanque, pirogue et funboard

Une des plus belles rades du monde, un climat propice aux sports de glisse presque toute l'année, Marseille est le QG de nombreux riders. Un spot au top pour le funboard qui offre de grosses sessions surtout après un fort coup de vent d'ouest. Ici, c'est le Mistral qui mène la danse sous l'œil attentif de la Bonne Mère. Les windstars sont là tels les frères Moussilmani... qui s'adonnent volontiers au va'a quand ils le peuvent. La pirogue polynésienne, autre sport en vogue sur Marseille depuis 5 ans grâce à Manu Ura 13. Une ville cosmopolite à tous les niveaux !

A faire : pousser son chemin jusqu'à Callelongue, dernier quartier de Marseille avant les calanques, faire une partie de pétanque après une bonne session, et finir par une bonne pizza au feu de bois sur la plage.

 // Around 200 athletes from all over the continent were on fire at the 3rd International Festival in Hossegor at the beginning of May. Flora Manciet and Jonathan Despergers took out the trophy.

"Clubs from Spain, Belgium and Holland were present. The Welsh and German teams will come in 2010. We would like this carnival to be international". Fabrice Ricard (Hossegor Surf Life Saving Club)

After being cancelled due to weather conditions last October, the Hossegor International Festival took place in May, after the Roadsign Rescue. The format was still the same, with an overall trophy, prize money and a team result for the relays. Numerous lifesavers were pleased to participate at this famous surf life saving spot. 2 Spanish clubs (Catalunya and Santander), a Flemish team, the Braaschaatse Reddingclub (BEL) and other international teams came to measure themselves against the French elite. They fought hard and proved their level in Europe, even with the English and German teams missing. "We are very satisfied



/ Jonathan Despergers



/ La relève de Muret

with the number of athletes, close to 200, that early in the season. Missing in 2007, Dutch and Spanish were present this time with of course the Belgians. The German and Welsh should be back in 2010. We really would like this carnival to be international. We chose the May period to take advantage of the better weather conditions and longer days. We think that lifesavers are a bit more motivated at the beginning of the season than in November, one month after the French championships. Unfortunately, the Rescue was brought forward 4 weeks and took place the weekend before. This is most likely the reason some French clubs were missing" said Fabrice Ricard, Hossegor's president.

French-spanish duels in beach flags

Back from Australia, Flora Manciet ruled the competition and took out the 2009 trophy (winning board, ski and oceanwoman, finalist in Flags & sprint). Charlotte Robin took out the surf race. Alexandra Lux, consistent and dynamic, came in second overall. Cindy Sabliet finished with the same amount of points as Charlotte but finished 4th because of her place in the Oceanwoman. Itiziar Abascal finished 5th. The young Spanish took out the last flag in the final against Alexandra Lux. Winning the sprint, Sandrine Macineiras provided the Lit-et-Mixe club its first success. Other new clubs, Tarbes and ASCA 44 picked up their first medals. Second in the surf race and 4th in the 2 km run, Pierre Caley from Tarbes will be one of the new

faces to watch in the future. As for Arnaud Richard (ASCA) he gave his club some deserved points with a 3rd place in the 2 km run.

The Watersport team on top

There are no surprises for the overall men results, as Jonathan Despergers dominate his category. His worst place was 6th position in the 2km sand run. 4th in sprint, 3rd in Flags, 2nd in surf ski and winner of the board and Oceanman, John left nothing for his opponents. His duel with Julian Lalanne provided a spectacular show. First in Surf ski, 2nd in board and Oceanman, Julien took out the 2nd place overall. 3rd overall, Carlos Alonso completed the triumph of the Watersport team. David Moron from Spain also won the popular beach flag final. With a lightning start he snatched the last flag from the local, Baptiste Sochon. Connif Ho came in 4th proving that he is back in the game. We must also mention Julien Bernasque, finalist in his first competition and Robert Hendriks, the impressive Dutch man who took out the beach flag B finale beating Sylvain Carrere from Fronton. We must also highlight Ludo Pinet's come back from time off due to injury. Ludo finished 3rd in the board race final. "It was good to see Ludo back at this level. As for the young ones it's a good experience, I hope that they are going to train hard for the next nationals in September," stated Fabrice Ricard. "This competition was not only marked with a date change but also the executive team, with Bernard Dehez and Herve Leroy, we took over from Popeye. I think we did a good job and had great help from all the volunteers. We will probably separate the Masters championships from the festival for next year to make it easier to organise. To finish I would like to thank all the competitors for helping create the great atmosphere – they were here to enjoy the competition and not just to win the prize money".

John Despergers

Au dessus du lot

L'athlète le plus complet de sa génération a logiquement dominé ce festival 2009. Avant de songer aux grandes échéances de l'année (Taiwan, championnats de France), Jonathan Despergers se confie, évoque sa préparation et son duel avec Julien Lalanne.



CDC / Apprécies-tu ce format original que propose le festival international d'Hossegor ?

JD / Oh que oui. Je trouve ça très bien, car cela récompense l'aspect complet du sauveteur. Hors un bon sauveteur, dans le boulot, doit d'abord être polyvalent. C'est bien de valoriser les sportifs complets. J'aime aussi participer à des compétitions atypiques, qui changent nos habitudes. Ainsi, les relais à trois, parfois mixtes, sont de bonnes innovations.

En quelle année as-tu débuté ?

JD / J'ai commencé le sauvetage sportif en 2002, sur les conseils d'Adeline Goix (alors à Hossegor) avec qui je nageais à l'Aviron Bayonnais. Je ne regrette pas d'avoir franchi

le pas en signant au club de Biarritz !

Combien d'entraînements par semaine ?

JD / J'effectue une douzaine de séances hebdomadaires, assez diversifiées. Je combine ça avec mes études à la fac de sports de Tarbes, où je travaille aussi dans le club de natation. Et j'ai la chance d'être maître nageur l'été au Pays Basque, ça aide...

Quels seront tes objectifs aux jeux mondiaux de Taïwan ?

JD / Me qualifier pour les finales de la planche et de l'oceanman. Me rapprocher sur certaines épreuves du podium, comme par exemple en sauvetage planche.

Crois-tu que le sauvetage peut devenir un jour sport olympique ?

JD / Ce serait génial ! Mais pour cela, il faudra je pense disputer plus de courses sur les lacs,

afin de démocratiser la discipline. Tous les pays n'ont pas de vagues. Cela mettrait tout le monde au même niveau, ou presque.

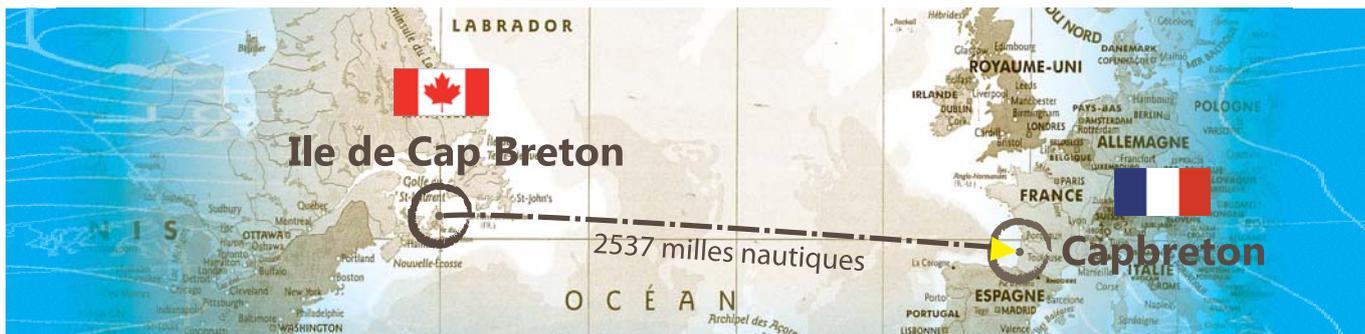
Que penses-tu de la progression de Julien Lalanne, qui vient d'intégrer l'équipe de France ?

JD / Il a beaucoup de mérite. Sa réussite récompense un gros travail ces dernières années. C'est un mec adorable, avec qui je m'entraîne parfois. Nous évoluons dans deux styles différents : lui plus en fréquence, moi plus en force et en amplitude. Il y a du respect entre nous.

Après le gang des moustachus à Tarbes, celui du scorpion tatoué à Narbonne, que nous réservent les Biarrots aux championnats de France ?

JD / Vous verrez bien... C'est top secret !

Texte Bruno Magnès / Louise Lesparre
photos Xavier Ges / Cathy Mazzer



/ La posture des filles fait l'objet d'études durant la traversée



/ Derniers moment de détente sur l'île de Cape Breton

A la Une

Ucar-Cap Odyssée

Le 22 mai a eu lieu le lancement officiel de Cap Odyssée, à Seignosse (Landes) avec la présentation de l'ensemble du team (terre et mer). Les trois athlètes se sont confiées une dernière fois, avant de s'envoler pour Halifax (Province de la Nouvelle Ecosse - Canada).

Ils sont tous montés sur scène. De la précieuse chef de projet Cathy Mazzer à l'ambassadeur Emeric d'Arcimoles (directeur général adjoint du groupe SAFRAN) en passant par Alain Rousset, président du Conseil Général, tous tenaient à venir apporter leur soutien à Alexandra Lux, Flora Manciet et Stéphanie Geyer-Barneix lors de la soirée officielle. Une soirée au cours de laquelle fut présenté le projet dans sa globalité, tant sur plan sportif que scientifique, médical ou pédagogique. Acteur majeur du projet, dont il est le parrain et le conseiller technique, Yves Parlier officialisa sa présence sur le bateau accompagnateur. « J'ai accepté d'accompagner Alexandra, Flora et Stéphanie dans leur folle aventure. Ce ne sera pas évident de maintenir le catamaran au ralenti, mais nous n'avons pas le choix. C'est trop compliqué de faire demi-tour sur l'océan. Nous resterons derrière le paddleboard ». Et l'expérimenté navigateur d'évoquer la difficulté du parcours. « A mes yeux, la première semaine sera la plus difficile. Elles devront ramer dans une eau à 7 degrés, par vent contraire et parfois dans le brouillard. Les choses devraient s'arranger à la rencontre du Gulf Stream ». Pierre Lanusse, un des deux médecins référents, évoqua pour sa part la perte de poids prévisible durant la traversée. « Les filles vont beaucoup maigrir durant le défi. Aussi, nous leur conseillons de s'alimenter



/ Yves Parlier et ses sirènes

en conséquence avant le départ, de faire des réserves en quelque sorte ».

« La première semaine sera certainement la plus difficile, dans une eau à 7 degrés, par vent contraire et parfois du brouillard ».
Yves Parlier, parrain du projet et skipper du bateau suiveur.

Stéphanie Geyer-Barneix revint sur la genèse du projet, né dans son imagination au sortir de sa lutte victorieuse contre le cancer. « A l'époque, plusieurs amis n'ont pas eu la chance de vaincre la maladie. C'est aussi pour eux que je vais ramer dans l'Atlantique. Cette épreuve me pousse à me surpasser. C'est de là qu'est partie cette aventure démesurée. Et

je le promets, pour ma part, il n'y aura pas d'autres défis de la mort après Cap Odyssée. Je vais m'arrêter là... ». Ce qui frappe chez les filles, c'est leur confiance qui n'a d'égal que leur détermination. « Nous avons tellement d'heures d'entraînement derrière nous, en natation, sauvetage côtier ou paddleboard, que nous pensons tenir la distance. Plus que la distance, nous craignons la blessure, née du frottement répété avec la combinaison ou de l'usure de l'organisme » observe Alexandra Lux. « De toute façon, nous allons ramer lentement. L'effort n'a rien à voir avec celui produit sur des courses de courtes distances. C'est le défi de notre vie. Pour ma part, j'aurais bien aimé partir cet été aux jeux mondiaux avec l'équipe de France mais je ne pouvais décliner l'offre de Stéphanie. C'est le genre d'aventure que l'on ne vit qu'une fois dans sa vie » sourit Flora Manciet.

Le projet médical

Coordonné par Sandra Joffroy, Dr et Maître de conférence à l'université Paul Sabatier de Toulouse, le projet médical vise à analyser les adaptations posturales des rameuses durant la traversée. Pour se faire, seront enregistrés de nombreux paramètres de nage, tels que le rythme, l'intensité et la forme des signaux de poussée. Ces signaux seront mis en relation avec des paramètres psychophysologiques, par le biais de questionnaires et de prélèvements sanguins. Cette étude est menée par l'Institut Toulouse d'Ostéopathie en collaboration avec l'université Rennes 2 et l'ENS de Cachan, dirigée par les Professeurs Delamarche, Mauriège, Tremblay, Louvet et l'ingénieur de recherche Maurice Ouaknine.