

## TRAIL

## En 2019, l'Ut4M aura lieu... en juillet

» C'est officiel, en 2019, l'Ut4M aura lieu du 4 au 7 juillet. Sébastien Accarier, le fondateur de cet ultra-trail, explique : « Nous ne sommes plus face à un autre ultra, L'Échappée Belle. Notre volonté est aussi d'internationaliser notre épreuve. Or, fin août, avec la proximité de l'UTMB, c'est impossible ». Parmi les autres explications, il évoque les demandes de certaines communes « pour des raisons pratiques » et « les vacances de nombreux Grenoblois en août ».

## CYCLISME

## Gallego et Ferrent dominant les Rousses

» Le Prix des Rousses a regroupé 208 concurrents sur les 40 km et 1 600 m de dénivelé. Dès le départ du Bourg-d'Oisans, Mikael Gallego imprimait un train d'enfer et lâchait rapidement tous ses concurrents pour terminer en solitaire les montées à l'Alpe d'Huez et Vaujany. Le grimpeur de La Motte-d'Aveillans enlève l'épreuve en 1h37 devant le vainqueur de la Vaujany, Kenny Nijssen et Paul Kneppers. Chez les féminines, Laure-Anne Ferrent et l'emporte en 2h devant la Danoise Jacobsen.



## RUGBY

## Après huit saisons, Dayna Edwards quitte le FCG

» Après 189 matchs avec le FCG, le pilier droit Dayna Edwards - en manque de temps de jeu la saison dernière - ne sera plus à Grenoble pour la saison 2018-2019. Au club isérois depuis huit saisons, le Néo-Zélandais (33 ans), arrivé en provenance des Reds en 2010, quitte donc le club, promu en Top 14, alors qu'il était initialement sous contrat jusqu'en 2019. Par ailleurs, le FCG connaîtra son calendrier de Top 14 aujourd'hui, à midi. Retrouvez toutes les informations en direct sur ledauphine.com.

## SPORTS | ISÈRE

## HANDBALL

## GSMH-GUC (PROLIGUE) |

Avec la recrue Grigorios Ioannou

## « J'adhère au projet »



L'ailier droit Grigorios Ioannou, sous ses anciennes couleurs.

Grigorios Ioannou a rejoint le GSMH-GUC. L'ailier droit grec se confie sur cette arrivée.

## BIO EXPRESS

## IOANNOU EN BREF

Né le 15/04/1995 (23 ans) à Thessalonique (Grèce) 1,83 m ; 80 kg  
Poste : ailier droit  
Clubs successifs : Pontault-Combault (2011-2018), Aris Thessalonique (2005-2011)

c'était la fin d'un cycle. Je voulais voir autre chose, changer d'air et trouver un nouveau projet auquel j'adhérerais pleinement. L'opportunité du GSMH-GUC s'est présentée et collait exactement à ce que je recherchais. C'est un club qui monte et qui fait confiance à ses joueurs. Il y règne une grande cohésion et un esprit de guerrier. C'est une mentalité similaire à la mienne. Les objectifs du club et les miens sont en symbiose.»

## → Quels sont vos objectifs pour la saison ?

«Concernant le club, obtenir le maintien le plus tôt possible. Personnellement, apporter mes qualités et l'expérience que j'ai emmagasinée en Pro-ligue. Je souhaite rapidement gagner la confiance du coach et de mes coéquipiers, car cela s'en ressentira sur le terrain. Comme tout joueur, marquer le plus de buts possible et en faire profiter mon club. Je donnerai tout pour aider le GSMH-GUC à aller le plus haut possible.»

Recueilli par Cécile CHARRAT

## → Quel a été votre parcours de handballeur ?

«Petit, je me suis essayé à tous les sports. Dont le handball. Et c'est lui qui m'a le plus attiré. J'ai poursuivi jusqu'à l'adolescence et afin d'élever mon niveau de jeu, j'ai quitté la Grèce pour rallier la France, terre de handball. J'ai fait beaucoup de sacrifices, j'ai quitté ma famille, mais je ne regrette pas mon choix. Je suis arrivé à Pontault-Combault à 16 ans (en -18 ans) et j'ai gravi tous les échelons, jusqu'à la Pro-ligue.»

## → Quelles sont les raisons qui vous ont poussé à quitter Pontault-Combault et rejoindre le GSMH-GUC ?

«Ça faisait longtemps que j'étais à Pontault-Combault, et

## AVIRON

## CHAMPIONNATS DE FRANCE |

J16, J18 bateaux longs et -23 ans à Brive

## Se mettre en évidence

Une belle délégation grenobloise de 34 rameuses et rameurs, plus 2 barreurs, se déplace à Brive ce week-end.

L'Aviron Grenoblois a engagé de beaux équipages qui peuvent prétendre monter sur le podium. À noter la présence dans les embarcations métropolitaines de Juliette Lunatti, championne de France 2018 en 2 sans barreur junior femmes, et de Enzo Pisciocchio, tous deux internationaux juniors. Marie Dekeyser, la toute jeune championne de France en 8 séniors féminin, fait partie du voyage en Corréze.

Jean-Pierre BONINI

## L'INFO EN +

## À L'INTERNATIONAL

Sont retenus par la Direction Technique Nationale pour préparer :  
- Le Mondial junior de Racice (République Tchèque) du 5 au 12 août : Juliette Lunatti et Enzo Pisciocchio.  
- La 3<sup>e</sup> manche de la Coupe du monde à Lucerne (Suisse) du 13 au 15 juillet : Noémie Kober, Laura Tarantola et Edouard Jonville  
- Le Mondial -23 ans à Poznan (Pologne) du 25 au 29 juillet : Emma Lunatti et Thibaud Turlan.

## SPORT EXPRESS

## HANDBALL

## Demiot au GSMH-GUC

→ Le jeune gardien Oscar Demiot, qui jouait cette saison avec Saint-Egrève, rejoint le GSMH-GUC. Passé par le centre de formation et le Pôle espoir de Chambéry, il complète Maxime Aicardi et Yvan Clot.

## ESCALADE

## Jaubert en Coupe du monde à Chamonix

→ L'Échiroloise Anouck Jaubert, vainqueur des deux premières étapes du World Tour en vitesse (Moscou et Taïwan) sera au départ de la coupe du monde à Chamonix, du 11 au 13 juillet.

## NATATION

## OPEN DE FRANCE À CHARTRES | Avec Jordan Pothain (NC Alp 38)

## La reconstruction intérieure

Depuis un an, le nageur échirolois travaille avec Christine Herrera, avec qui il effectue une préparation mentale cruciale dans sa quête de renouveau.

La porte s'ouvre sur un appartement au cœur d'Eybens. Petit coin cuisine, décoration épurée. Un grand miroir et ce petit écriteau "Le bonheur est un choix". Il y a un bien un divan, mais cela ressemble plus à un lieu de vie qu'à une chambre des confessions. Jordan Pothain a découvert l'endroit il y a un an. C'était en juin 2017, à la sortie d'un énième coup dur au Cannelon-Roussillon, sur le Mare Nostrum. Disqualifié sur son 400 NL fétiche, après des championnats de France loin de ses capacités. Et de ses espérances.

## Apprendre à se libérer, à pleurer

Lorsqu'il rencontre Christine Herrera, Jordan Pothain a « beaucoup de choses à livrer. » Besoin de se libérer, lui dont la progression exponentielle (finaliste du 400 NL aux JO de Rio) avait percuté un mur de contre-performances et d'incompréhensions au retour du Brésil. « Il a fallu du temps, apprendre à mieux se connaître », avoue Christine Herrera, an-

cienne gymnaste.

En se présentant face à elle, le nageur échirolois du NC Alp 38 cherche des réponses. Il s'obstine dans le travail à tout prix, avec le chrono comme seul juge. Bosser, encore et encore. Le surinvestissement. « Mais à l'époque, ça ne me parlait pas du tout. Je me sentais plus fort que ça », se souvient Pothain. Enchaîner en pensant que le reste suivra. En vain. « J'ai payé la note. »

## « Toute ma vie tournait autour de la natation. Et puis j'ai compris que j'avais le droit de souffler »

Alors depuis un an, l'un des plus grands espoirs de la natation française a repris les bases avec Christine Herrera. « Avant de la rencontrer, je pensais que je ne pouvais pas avoir de plaisir en dehors de la natation. Toute ma vie tournait autour des bassins. Et puis j'ai compris que j'avais le droit de souffler, de prendre du temps sans que ça dégrade la partie sportive. » Le côté performance qui, lui, reste bien dans les mains de Guy La Rocca, son entraîneur au NC Alp 38. « Tout est

transparent », assure Christine Herrera, pour une collaboration en parallèle. Et en adéquation.

Au centre, Jordan Pothain a lui appris à aller bien, sans essayer de le faire simplement croire. À pleurer aussi. « C'était une de mes premières demandes », avoue le nageur de 24 ans. « J'en avais envie, mais je n'y arrivais pas. » Aujourd'hui, si. Une libération qui trouve un écho dans ses performances actuelles. Ses derniers championnats de France à Saint-Raphaël, avec les qualifications pour les championnats d'Europe à Glasgow le mois prochain (sur 200 NL et sur les relais du 4x100 et 4x200 NL) ont prouvé qu'il était de re-

## L'INFO EN +

## SUR 100 ET 200 NL

L'Échirolois, qui a décidé de faire l'impasse sur le 400 NL jusqu'à la fin de saison, sera aligné sur le 100 NL samedi et le 200 NL dimanche à Chartres. Ce sera sa dernière compétition avant les championnats d'Europe en grand bassin à Glasgow (Écosse) du 2 au 12 août.

tour. Et il entend bien enchaîner ce week-end à Chartres, pour montrer que le Pothain nouveau cru a passé un cap. « Il a compris que la machine humaine, c'est le corps et l'esprit », assure Christine Herrera. Qui se mélange si bien dans l'eau chlorée des bassins.

Benoît LAGNEUX

## LE CHIFFRE

1'47''97

Après avoir réussi ce chrono sur 200 NL aux championnats de France à Saint-Raphaël puis deux semaines plus tard au Mare Nostrum, Jordan Pothain peut réussir dimanche à battre son meilleur chrono de l'année sur 200 NL.

Christine Herrera et Jordan Pothain, à Eybens. Un duo qui fonctionne depuis un an. Photo Le DUBL

## TRAIL

## TRAIL DES PASSERELLES DU MONTEYNARD | Du 7 au 15 juillet

## Dans la cour des (très) grands

En l'espace de sept ans, le Trail des Passerelles du Monteynard est passé de 650 à 6 000 participants.

## Le chiffre

La progression est fulgurante. Sept ans seulement après sa création, le Trail des Passerelles du Monteynard va accueillir plus de 6 000 coureurs. L'an dernier, l'épreuve avait réussi le tour de force de se placer 12<sup>e</sup> trail français (sur plus de 2 000) par le nombre de participants, à quelques encablures de monstres tels que la Maxi Race en Haute-Savoie ou le Lyon Urban trail. Et première épreuve iséroise, évidemment.

## La nouveauté

Il va ouvrir le bal ce samedi : Le Petit Train, avec 28 km et 1150D+, va célébrer à sa manière le redémarrage du Petit Train de La Mure. La course partira de Monteynard pour rejoindre La Mure, en suivant dans les grandes lignes le tracé de la voie ferrée, en empruntant certaines portions de la ligne. Avec



Plus de 6 000 coureurs au départ du Trail des Passerelles du Monteynard 2018. Photo Le DL/Christophe AGOSTINIS

un départ à 15h, il faudra forcément prendre en compte la chaleur.

## La course phare

Épreuve qualificative pour le mythique Ultra Trail du Mont-Blanc (elle vaut 4 points), La Grande Course sera un gros morceau, qui plus est avec les températures annoncées. Au départ de La Mure et jusqu'à Treffort,

ce sont 65km et 3500m D+ qui sont au menu, avec notamment l'ascension du Sénépi. L'an dernier, seul le vainqueur (Arthur Joyeux-Bouillon) avait réussi à passer sous les 7 heures de course. Qu'en sera-t-il cette année ?

## Le coureur à suivre

Victime d'une fracture de fatigue au sacrum qui ne lui a

pas permis de prendre part aux championnats du monde de trail en Espagne, Nicolas Martin (vice-champion du monde en 2016) va remettre un dossard sur le "TPM". Sur le 3<sup>e</sup> Poste le 11 juillet, et sur le Trail de l'Ebron ou Côte Rouge le 14 juillet. Revenu des États-Unis où il s'est entraîné le mois dernier avec le Hoka Team Trail, le local de l'étape avoue « être en bon-

## REPÈRES

## LE PROGRAMME

7 juillet : Le Petit Train (28km/1150m D+) à 16h depuis Monteynard ; La Solidaire (4km) à 17h depuis La Mure.  
8 juillet : KV du Sénépi et demi KV du Sénépi (3,5km/1000m D+ et 1,2km/500m D+) à 10h depuis Mayres Savet  
11 juillet : Le 3<sup>e</sup> Poste (16km/800m D+) à 19h30 depuis Prunières  
14 juillet : Trail de l'Ebron (15km/700m D+) à 9h45 : depuis Treffort ; Trail de Côte Rouge (24km/1200m D+) à 15h30 depuis Treffort  
15 juillet : La Grande Course (65km/3500m D+) à 5h30 depuis La Mure ; Trail des Passerelles (40km/2100m D+) à 8h depuis Treffort

ne condition, chaque jour ça s'améliore, même si je reste prudent. » Il visera ensuite l'OCC (55km 3500 D+) le mois prochain, avant, probablement, de s'aligner sur les Templiers.

B.L