

SPORT Michel Goumoëns et le ski de vitesse (KL)

# Hé! Hé! «Le vieux» est encore toujours là...



La délégation suisse à Vars.

Par  
Claude-Iain Monnard

Telle est la remarque que ses potes de l'équipe suisse de ski de vitesse (KL) lui ont « assénée » à l'issue des championnats du monde du kilomètre lancé disputés à Vars, en France, du 19 au 26 janvier. Lors de ces compétitions, Michel Goumoëns, alias Mike, a dévalé la pente à 192,15 km/h, obtenant le 8<sup>ème</sup> rang dans la catégorie SDH (Speed Downhill Hommes). Un résultat qui

satisfait amplement mon interlocuteur, dont le but était de terminer dans le «top 10».

## Deux saisons «blanches»!

Les deux dernières saisons, on n'a pas vu Mike sur les lattes. En 2011, il a participé aux 24 Heures de Villars, manifestation destinée à récolter de l'argent en faveur d'associations impliquées dans la lutte contre le cancer. Cependant, durant cette course, un concurrent lui a coupé la route avec pour conséquence un ménisque tou-

ché et une distorsion de la cheville. Bilan: une septième opération au genou! Et puis, les gros ennuis de santé de son épouse l'ont contraint à rester à la maison et à gérer l'essentiel. Il y a un peu plus de six mois, sa femme lui a suggéré de rehausser les skis. Après réflexion et discussion, il a suivi ces conseils. *On a positifé, cette décision m'a motivé et m'a fait du bien, chassant momentanément toute cette période où il a fallu se battre. La semaine dernière à Vars m'a permis de recharger les batteries.*

## Difficile de revenir?

*Non, car depuis plusieurs mois j'ai repris l'entraînement de fond, à raison de 3 à 4 séances hebdomadaires au fitness! Avec sa 16<sup>ème</sup> saison au plus haut niveau, il a une certaine expérience. En KL, le tonus musculaire, la force et l'explosivité priment sur l'endurance. Et puis, les courses, ça se passe entre 60 et 80% dans la tête. Le «toucher de la neige» est revenu très rapidement aussi. Les autres coureurs de l'équipe suisse l'ont bien aidé. On s'est tiré une sacrée bourre lors des entraînements. Et les copains ont été très surpris! ajoute-t-il dans un éclat de rire. Hé!*

*oui, le «vieux de 45 balais» est toujours là! complète le doyen des Helvètes en KL pour qui l'instinct de compétition reste intact. Bon, on fait plus attention à la récupération. Au lieu d'aller boire ta bière le soir, tu prépares tes skis et ensuite tu restes en chambre. On n'a plus 20 ans!*

Quand Mike a remis les lattes, la sensation «magique» de la vitesse est réapparue instantanément. *Il me semble, qu'avec le temps, j'ai moins d'appréhension qu'avant. C'est «dangereux» tout ça, hein? se questionne-t-il dans un sourire. Il insiste aussi sur l'ambiance qui lie tous les pratiquants du KL. Avec le recul, je trouve que c'est dingue! Les gens ne se prennent pas la tête, on fait ensemble, on s'aide, on se lance des défis, on perd, on gagne. On a une grande rivalité sportive, mais une camaraderie extraordinaire. On déconne tout le temps! En l'écoutant, on perçoit dans ses yeux une lueur qui brille: c'est la passion à l'état pur.*

## Un retour aux sources

En 2005, Mike avait été chronométré à une vitesse de 243,41 km/h. Il concourait alors dans la catégorie «Speed one» où les athlètes ont des combi-

naisons et casques spéciaux conçus pour un aérodynamisme maximum. *Maintenant, je me retrouve en «SDH», comme à mes débuts. C'est un retour aux sources en quelque sorte. Les athlètes dévalent la pente avec du matériel de skieur alpin: chaussures et casques standard, des skis de descente d'une longueur de 2m25 au maximum, pas d'aïlaron ni de combinaison «plastique» C'est d'autant plus motivant car tu as toute la pression d'air qui arrive sur toi, tu es plus «baloté», plus mobile aussi. C'est bonnard... A propos de pente, intéressant de savoir que la piste de Vars est la plus raide du circuit: 98% de déclivité, 44 degrés d'inclinaison, on passe de 0 à 200 km/h en moins de 6 secondes.*

## Investissement dans la «fédé»

Sur le plan sportif, Mike aimerait bien monter encore une ou deux fois sur un podium, même s'il ne participera plus au circuit entier, ayant décidé de renoncer aux épreuves nord-américaines. Deux jeunes compétiteurs ont intégré l'équipe suisse, et c'est un plaisir pour Mike et ses copains de les encadrer. A ce sujet, mon interlocuteur désire inciter une relève à se présenter, d'où son engagement au comité de la Fédération suisse de KL. *Nous avons laissé trainer les choses ces dernières années et il est temps de se rebooster au niveau administratif aussi: recontacter des membres, faire signe aux sponsors, avoir une meilleure visibilité en utilisant les technologies de communication à disposition.*

La Fédération des «Kaëlistes» est affiliée à Swiss-Ski, mais, dans la pratique, ses membres se débrouillent tout seuls. *Les finances sont saines, mais on n'a pas d'argent!* relève Mike, alors c'est un peu le système D pour les athlètes afin de trouver de quoi assurer une saison sur le plan péculaire et matériel.

Le programme de Mike prévoit une compétition à Andorre et des courses à Verbier en avril. Mais, ce qui fait «sauter» mon interlocuteur se déroulera à Vars, encore, le mois prochain. *Les organisateurs vont mettre sur pied des courses dans le but de tenter de battre le record du monde de vitesse... et je suis en train de regarder si je peux obtenir une wild-card, même comme ou-*

## Un sourire

Mike conclut l'entrevue en évoquant le quotidien de sa famille à qui il souhaite un peu de quiétude. Il parle des ses genoux «pas mal usés», *c'est déjà incroyable que je skie. Après c'est dans le mental: l'as une certaine douleur, mais c'est pas vital et tu te donnes un bon coup de pied dans les fesses pour avancer.*

Tout dernièrement, il a mis sa fillette de 3 ans et demi sur les lattes. *«Lâche-moi papa!» C'est la première chose qu'elle m'a dite. J'étais mort de rire et je l'ai lassée se débrouiller. Elle est tombée après 3 mètres, mais, tu vois la tronche», ça promet!* déclare-t-il hilare. Un peu comme le père finalement... ■



Vars, janvier 2013, Mike débouche à 192 km/h.



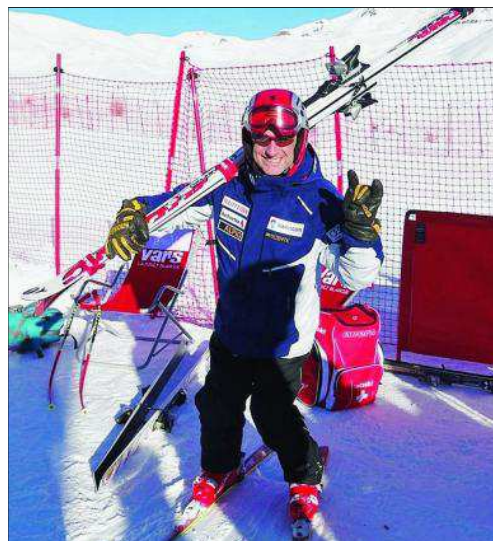
Les yeux brillent après deux ans d'absence!



On se rassasie après la course.



Des cordes pour se rendre au départ.



Un grand sourire pour Mike.



Ambiance super dans l'équipe de KL.

## Quelques informations pratiques

- Adresse mail de Mike si des jeunes sont intéressés à le contacter pour «tâter» le KL: [mike@klmiketeam.com](mailto:mike@klmiketeam.com)
- La Fédération suisse de ski de vitesse est à la recherche de membres passifs pour un peu de soutien. Voici le site à consulter: [www.swiss-kl.com](http://www.swiss-kl.com)
- Pour une aide directe à Mike: Goumoëns Michel, KL Mike Team, Porsel, CCP 10-97797-7