

Puissance et concentration pour Max Monfort and Co

Depuis de nombreuses années, les progrès scientifiques autour du sport permettent aux athlètes de bénéficier de nouveaux outils pour décrocher de meilleurs résultats. En travaillant main dans la main avec la VUB, l'aile néerlandophone de l'Université Libre de Bruxelles, la formation belge Lotto-Belisol (qui deviendra Lotto-Soudal pour les six prochaines saisons) a, entre autres, énormément travaillé sur la récupération de ses coureurs. Hier, toute l'équipe professionnelle a suivi un test de puissance et de concentration afin de permettre à une nouvelle étude de voir le jour : la Lotto Science Chair.

« Notre but est double », précise Jan Mathieu, médecin de l'équipe WorldTour. « L'étude que va mener Lieselot Decroix (voir ci-contre) sera basée sur le cerveau et la concentration des coureurs. Nous souhaitons en effet comprendre si cela impacte la vitesse de réaction et si le coaching mental pourrait parvenir à aider les coureurs. Un coureur peut être au point physiquement mais s'il n'est pas au top mentalement, cela ne servira à rien. C'est la première fois que nos coureurs suivent des tests de puissance ici, à la VUB. »

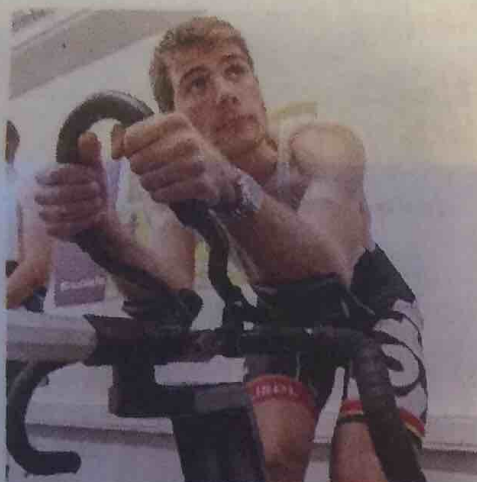
La structure Lotto Belisol s'est rapprochée de l'Université de Bruxelles depuis deux ans, afin de tabler sur des projets permettant aux coureurs de disposer de tous les atouts nécessaires afin de réaliser des performances de haut vol. « Nous voulons soutenir nos coureurs et les mettre dans les meilleures conditions possible », renchérit Jan Mathieu. « Le sport

nécessite une avancée médicale et nous avons besoin que les scientifiques apportent des réponses à nos questions. Les tests, la manière d'intensifier les entraînements ou encore la nutrition sont autant de points que nous avons améliorés ces derniers mois grâce à notre collaboration avec la VUB. »

Toutefois, les coureurs pros de Lotto ne font pas directement partie de l'étude menée par Lieselot Decroix. Seuls les résultats et les possibles solutions d'amélioration seront transposés, dans les mois et années à venir, à l'équipe de Marc Sergeant.

« Nous pensons que nous pouvons, grâce à cette étude, repousser les limites de la fatigue physique et mentale », prévient Romain Meeusen, professeur au laboratoire de l'effort physique de Bruxelles. « Nous travaillons d'arrache-pied afin de connaître l'impact du cerveau sur ces deux aspects primordiaux du sport de haut niveau. » ■

SE.H.



Max Monfort en test.

■ BELGA

LIESELOT DECROIX



« Analyser l'impact des efforts sur le cerveau »

Cycliste de haut niveau et scientifique de formation, Lieselot Decroix est à la base du projet d'études « Lotto Science Chair ».

Après s'être lancée dans le vélo à 15 ans, la native de Poperinge a toujours entretenu d'excellentes relations avec les dirigeants de Lotto puisque c'est au sein de la formation belge qu'elle a eu l'occasion de signer son premier contrat pro, à 19 ans. Rapidement, elle s'est illustrée sur la route en terminant à la 11^e place au Mondial de Stuttgart, en 2007. Aujourd'hui, elle a l'opportunité de combiner ses passions pour le cyclisme et pour la science. « Un sportif de haut niveau recherche toujours à dépasser ses limites afin d'atteindre les sommets », confiait-elle hier après-midi au centre de recherches de la VUB. « Chaque pourcentage que l'on peut gagner au niveau de l'entraînement, de la nutrition ou de la récupération est bon à prendre. L'étude va dès lors se tourner vers l'amélioration de la récupération des coureurs grâce à une intervention nutritionnelle et à l'impact que peuvent avoir les efforts intensifs sur le fonctionnement du cerveau. » ■

SE.H.