

Le mois d'août redresse la barre de la saison touristique

Pages 12-13

JEUX **CADEAUX**

Chaque semaine un super cadeau A GAGNER !

Chaque jour une nouvelle chance Rendez-vous en page JEUX

Partageons plus que l'information

MARDI 19 SEPTEMBRE 2017 - 1,20€
www.sudouest.fr



Le semi-remorque de 27 tonnes transportant les bouteilles de gaz propane et butane, dont il ne reste plus ici que la carcasse calcinée, circulait dans le sens Bordeaux-Angoulême. PHOTO ANNE LACAUD

Spectaculaire explosion au gaz sur la RN 10

CHEVANCEAUX (17) Des maisons évacuées, des débris de bouteilles de gaz éparpillés bien au-delà de la quatre-voies, 8 km de bouchons : c'est une chance qu'il n'y ait pas eu de blessés. P. 7

Meurtre d'Ustaritz

Le parcours du suspect se dévoile en garde à vue

Page 6

Bus gratuits : est-ce vraiment possible ?



Niort est la première ville française d'importance à avoir fait ce choix, depuis le 1^{er} septembre. PH. X. LÉOTY

TRANSPORTS Niort a opté pour la gratuité, Libourne la pratique depuis 2010, mais le modèle peut-il fonctionner à La Rochelle ? Pages 2 et 3

Santé

Poux : un marché toujours juteux

Page 5

Votre supplément Immobilier

130 EXPOSANTS

SALON HABITAT & JARDIN

Vendredi, Samedi et Dimanche 10h - 19h
Entrée 4 € - Gratuit pour les moins de 15 ans

VOTRE INVITATION
DEMAIN DANS
VOTRE JOURNAL

SAINTE 22 AU 24
ESPACE MENDÈS FRANCE SEPTEMBRE

www.salonhabitat.net



LE MAG DU MARDI AVEC ARTSVIK GHARAGYOZIAN

L'homme au bras de fer

BRAS DE FER Arménien d'origine, vivant à La Rochelle depuis 2005, Artsvik Gharagyozyan a récemment obtenu une médaille de bronze aux championnats du monde, qui ont eu lieu en Hongrie

Oubliez ce que vous croyez savoir sur le bras de fer. Effacez les souvenirs du tonton qui vous taquine le soir de Noël pour tester vos biscotos, ou du copain au peu éméché qui vous défie en embrassant ses biceps. Pour Artsvik Gharagyozyan, la discipline est synonyme de rigueur absolue, de préparation draconienne et de privations. Presqu'une ascèse.

« Avant les championnats du monde, qui se sont déroulés à Budapest début septembre, j'ai mené une vie de cosmonaute pendant plusieurs mois, explique le champion. Je ne dévie pas de ma préparation, faite d'entraînements bi-quotidiens, de régime strict et de siestes. Je n'ai pas le temps de m'intéresser à autre chose. Je m'impose une hygiène de vie de sportif de haut niveau. »

Même le tourisme passe au second plan. Il n'a rien vu de la Hongrie et de la perle du Danube. C'est la routine d'une vie bien cadencée. « Pendant une semaine, c'était seulement régime-hôtel-sieste-matches. Je me prive de tout pendant cinq mois, ce n'est pas pour perdre ma concentration au dernier moment. »

Aspect psychologique

Ne pensez pas que cette préparation méthodique soit acceptée pour un quelconque bénéfice. Une belle et lourde médaille en bronze, et c'est tout. « Non seulement il n'y a pas de récompense financière, mais il a même fallu que je prenne des congés, que je paie le voyage en avion, l'hôtel et les repas, pour environ 800 euros. ». Cette discipline de fer qu'il s'impose, Artsvik, 40 ans, la doit



3^e du Mondial avec le bras droit, Artsvik Gharagyozyan a aussi terminé 5^e avec le gauche. PHOTO P. M.

sans doute un peu à ses origines et à son parcours. Il a vécu une partie de son adolescence à l'époque de l'Union soviétique.

Né à Vanadzor, la troisième plus grande ville d'Arménie, il débute par le bodybuilding. « Mais cela ne m'a pas trop intéressé. Je suis passé par la force athlétique, puis le bras de fer, qui est courant dans les pays de l'Est et très populaire en Arménie. Ce n'était plus seulement la lutte con-

tre une charge, mais le combat entre deux personnes, avec un aspect psychologique qui me plaisait. Dès la prise, j'essaie de comprendre les points forts ou faibles de mon adversaire. Lors des championnats du monde, qui réunissent des concurrents d'une quarantaine de pays, j'ai battu un Russe, un Ukrainien, deux Hongrois, et perdu contre un Costaricain et un Russe. » Jeune, Artsvik a connu un traumatisme. À 12 ans, il

se trouve tout près de l'épicentre du tremblement de terre qui dévaste sa région, avec un effrayant bilan de près de 100 000 morts. Il connaît l'exil avec sa famille.

Cela ne l'empêchera pas de suivre plus tard des études universitaires. « J'ai fait cinq années de langues étrangères, mais je n'ai pas appris le français. Quand je suis arrivé ici, en 2005, je regardais la télévision et je ne comprenais rien. »

« Indispensable »

À force de ténacité et de caractère, il apprend la langue et passe un brevet d'état des activités gymniques de la forme et de la force. David Decamp, fondateur de l'association Catharsis à Villeneuve-les-Salines, où Artsvik Gharagyozyan est salarié, est tombé sous le charme.

« Sa capacité de travail et son sérieux m'ont impressionné. Pour passer des examens et suivre des formations de ce niveau peu de temps après être arrivé en France, il lui a fallu s'accrocher, salue-t-il. Aujourd'hui, il lui arrive même de corriger nos fautes. Il s'est impliqué de plus en plus au sein de l'association, jusqu'à devenir indispensable. »

L'athlète arménien donne des cours collectifs individualisés à Catharsis. Il a créé le Progressfit. Un concept qui reprend des méthodes de travail utilisées dans des disciplines de force, appliquées au fitness. « Il est créatif, il met énormément de rigueur et de sérieux, avec un suivi régulier des progrès de chacun. Pendant les séances, le jeu des adhérentes est de le faire sourire », s'amuse David Decamp.

Cela n'empêche pas Artsvik de consacrer du temps et de l'énergie au bras de fer. « J'ai développé des outils permettant un entraînement spécifique. Plus que les biceps, l'avant-bras, le poignet et les doigts sont très importants. » Et figurez-vous que l'homme aux bras de fer a même participé aux championnats du monde avec son bras gauche. Il a décroché une belle cinquième place.

Laurent Bourgoïn

VOILE OLYMPIQUE FINN

« Un super rebond »

LA ROCHELLE Vice-champion du monde et champion d'Europe en titre, Jonathan Lobert revient sur une année 2017 très singulière

On n'aurait pas misé sur un tel résultat quand, en février dernier, après son échec aux Jeux olympiques de Rio, Jonathan Lobert annonçait devoir passer sur le billard pour subir une opération au genou. Déjà que le Rochelais – qui restait sur une médaille de bronze à Londres – se posait des questions sur la suite à donner, cela n'aurait rien de bon. . .

Résultat, on a eu faux sur toute la ligne. Le finnis est en effet monté sur la troisième marche du podium de l'étape de Coupe du monde à Hyères, en avril, avant de remporter le titre européen en mai, à Marseille, puis de terminer à un tout petit point du champion du monde, le Suédois Max Salminen,

en Hongrie. Incroyable, non ? « J'ai eu une période de réflexion après la seule épreuve ratée lors de la dernière olympiade. C'est un super rebond ! », s'enthousiasme Jonathan Lobert.

« Jouer avec le vent »

Le marin est en effet gagnant sur tous les plans. Son ménisque le contrariait depuis deux ans, et il savait qu'une opération entraînerait une indisponibilité de plusieurs semaines. À partir du moment où il a pris la décision de repartir, traiter le problème devenait une évidence. D'autant qu'il en a tiré d'autres bénéfices : « Cette coupure m'a permis de faire le point, de savoir pourquoi j'y retournais. J'avais toujours l'envie

d'affronter les meilleurs. Et c'est ma meilleure année. . . »

La façon qu'il a eue d'appréhender les compétitions y est pour beaucoup. « Je suis allé à Hyères sans entraînement, mais avec de l'expérience. J'étais relâché, plus détendu. À Rio, j'étais fatigué, j'avais tellement envie de bien faire sur toutes les épreuves. . . raconte-t-il. Désormais, je prends les manches les unes après les autres, comme quand j'ai débuté la voile, il y a vingt ans, et que j'étais en Optimist. J'ai envie de me faire plaisir, de jouer avec le vent, les adversaires. »

« Super frustré » d'avoir terminé à un point de Salminen le 10 septembre, Jonathan Lobert en tire donc malgré tout des choses positives.



Jonathan Lobert (à gauche) est monté trois fois sur un podium en 2017, une année débutée sur le billard. PHOTO CSERTA GABOR / SSC

Désormais, la saison est terminée, le Rochelais se projette donc sur la suivante, avec un travail foncier mais également la planification de 2018. Car son olympiade, qu'il espère achever à Tokyo, en 2020, est loin d'être terminée. D'abord, il y aura la défense de son titre européen, en mars, en Espagne. Surtout, il sera au Danemark, à Aarhus, en juillet et en août pour le Mondial

de la discipline. Cette fois, au-delà de son objectif personnel, il sera question de qualifier la France pour les prochains Jeux. « L'objectif de la saison », assure celui qui, à 32 ans, doit trouver le « juste dosage » à l'entraînement pour conserver son enthousiasme de jeune homme tout en étant aussi bien préparé que ses concurrents.

B. D.