

Diniz à pas mesurés

Le marcheur ne laisse rien au hasard. Filmé par une caméra à haute fréquence, il recherche le geste le plus juste.

À L'AUTRE BOUT de la salle couverte de l'INSEE, Yann Diniz attend le signal des scientifiques pour s'élanter. Il patiente. Ou plutôt s'impatiente. Comme à la répétition de ces petits sprints bridés de 200 mètres le fusilat, lui, l'athlète du 50 km et de ses presque quatre heures de souffrance. Derrière son écran d'ordinateur, le biomécanicien Jacques Quévère lui donne finalement son feu vert. Un système vidéo à haute fréquence attend le marcheur de pied ferme. À 250 images par seconde, soit une image toutes les 4 millisecondes, la caméra permettra de déconstruire le passage de l'athlète. Une autoprise de sa foulée comme le champion d'Europe et vice-champion du monde n'en a jamais pratiqué jusqu'ici. De la charge de précision pour la plus longue épreuve de l'athlétisme.

Diniz passera et repassera, dans un sens puis dans l'autre, afin d'être observé sous ses deux profils – le meilleur et le moins bon – à différentes vitesses correspondant à autant de rythmes de compétition : 14,5 km/h pour un 50 km, 15,5 km/h pour un 20 km, 16,5 km/h pour un 5 000 m... Pour lui donner le tempo, des plots de chantier miniatures blancs rayés de rouge sont disposés tous les 20 mètres le long de son couloir. Il doit les atteindre au rythme des puissants legs sonores émis par une étrange boîte en bois, réglée en fonction de la vitesse requise. « Yoyo la Foudre » a tendance à aller plus vite que la musique. Même lorsqu'il pousse le vice jusqu'à des passages à plus de 20 km/h, aux confins de la marche et de la course à pied. « C'est grisant, glisse-t-il, pas essoufflé pour un sou. On a envie d'aller plus vite que la vitesse demandée. » Sauf qu'il ne faut pas. Car, en marche, il est interdit de s'élever, de ne pas garder (au moins) un pied en contact avec le sol, sous peine de carton(s) rouge(s). Vient le temps de l'observation sur l'écran, image par image. Le bobien se focalise justement sur le temps de suspension en l'air, celui qui désine la frontière entre la marche et la course. Après calcul, à 20 km/h, il est mesuré à 4 centièmes sur un pas-

sage. Soit la durée d'une des vingt-quatrième images par seconde d'un film sur un écran de cinéma. Infime. « C'est invisible à l'œil nu », assure fort à propos Diniz. Et cela, comme le stipule le juge international de marche français Jean-Pierre Dahm, « n'a ni droit à aucune assistance extérieure d'aucune sorte. Le jugement est à l'œil humain et il est dans l'instant ». Fermez le ban ? Pas tout à fait.

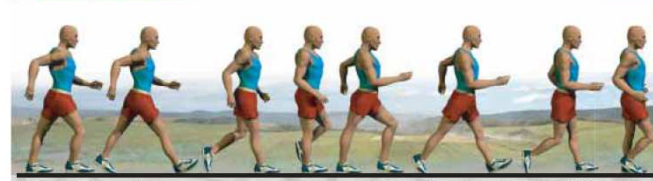
« Étudier les gestes efficaces ou parasites »

Plus que l'illusion de la détection du temps de suspension, le juge se réfère à l'impression générale de la foulée : la jambe tendue de l'attaque du sol par le talon jusqu'au passage du corps à la verticale du pied d'appui. Assis à côté de Diniz, Quévère lui montre son attaque pied gauche, puis pied droit lors d'un passage en sens inverse. « C'est mieux à gauche », note Diniz. On parle d'appui le plus fluide possible, de « griffe » presque, comme pour un sprinteur, puisque la propulsion passe forcément par là. Pour réduire au minimum le coup de frein donné par le talon, pour le rendre le moins traumatisant possible, le moins énergétiquement assés.

Diniz manifeste satisfaction et désinvolture. « Je ne ressens pas le griffé mais je suis quand même très dynamique sur mes appuis. De ce point de vue, c'est un beau geste. » Mais l'œil de Quévère pointe le haut de son corps, le mouvement trop prononcé des épaules vers le ciel. « Du coup, ça vient de haut », note-t-il, comme s'il y avait réception à l'attaque du talon. L'impression d'élevation générale du corps pourrait être mal perçue par le juge, qui guette la perte de tout contact avec le sol. « Mais normalement, je ne marche jamais à cette vitesse-là, à plus de 20 km/h », rassure Diniz, concédant que nombre de spécialistes placent la limite marche-course autour de 15 km/h. Si l'athlète convient qu'il y a dans cette analyse la volonté de confronter sa technique à la réglementation de sa discipline, il voit l'intérêt de cette séance bien au-delà. « Pour

La meilleure façon de marcher...

Technique correcte



Trois règles président à l'évaluation de la foulée d'un marcheur

1. Le jugement se fait à l'œil humain, donc à vitesse réelle. Les images d'un ralenti télévisé ne sont pas utilisables par les juges.
2. Le marcheur doit garder un contact permanent avec le sol.
3. Sa jambe avant doit être tendue entre le 1^{er} contact au sol et le passage à la verticale.

Technique incorrecte : perte de contact

Technique incorrecte : genou plié

Un marcheur est disqualifié après trois cartons rouges donnés sur les parcours par trois juges différents et qui sanctionnent une marche non conforme. À l'arrivée dans le stade, en fin de parcours, un seul carton rouge délivré par le chef-juge peut directement disqualifier un marcheur.



Yann Diniz, le 8 juin 2007 au meeting de Lille-Métropole

moi, il s'agit surtout d'étudier les gestes efficaces ou parasites. Là, on a par exemple vu qu'il fallait travailler sur la ligne d'épaules, pour les verrouiller plus. C'est du domaine du détail mais c'est quelque chose sur lequel je vais pouvoir m'appuyer dans les mois qui viennent. » On verra en août, à Pékin, si Diniz a su placer l'épaule pour passer le cap olympique.

SON PROGRAMME

Jusqu'au 21 avril : stage à Potchefstroom, en Afrique du Sud.
3-4 mai : 5 000 m marche, 1^{er} tour Interclubs.
17-18 mai : 5 000 m marche, 2^e tour Interclubs.
7 juin : 20 km marche, La Corogne en Espagne (Challonge IAAF), à confirmer.
15 juin : 5 000 m marche, Sotteville (Lagarde Athlé Tour).
27 juin : 5 000 m marche, Villeneuve-d'Ascq (Lagarde Athlé Tour).
Fin juin - début août : stage à Fort-Romeu.
8 juillet : 5 000 m marche, Reims (Lagarde Athlé Tour).
24-26 juillet : 20 km marche, Championnats de France à Albi.
22 août : 50 km marche, JO à Pékin.

NICOLAS HERBELOT

■ RIVA ET LANGLOIS À LA COUPE DU MONDE – Eddy Riva, l'un des préselectionnés bleus sur 50 km marche pour les JO de Pékin, fera une sortie sur 20 km, à l'occasion de la coupe du monde, les 10 et 11 mai à Cheboksary (Russie). Après avoir échoué contre les minima olympiques fin mars, Denis Langlois, coentraîneur de Yann Diniz, disputera lui, le 30 km. La sélection française. – HOMMES. 20 km : Riva, Dalhé, Boudj, Monivet, Molny. 50 km : Langlois, Biché, Douvart, Augeron, Rose. FEMMES. 20 km : Guilbaudou, Mitrovic, Jund-Heulest, Netout.

■ KALLUR A RETROUVÉ SES JAMBES – Sa cuisse droite avait littéralement Kallur avait les demi-finales du 60 m haies des Mondiaux Indoor, provoquant son forfait et l'abandon d'un titre qui lui était promis depuis son record du monde (7'68), un mois plus tard, la Suédoise a repris un entraînement normal à Monte Gordo, au Portugal, où elle est actuellement en stage. Liée par contrat avec la Golden League, elle devrait renouer avec la compétition le 1^{er} juin à Berlin.

■ CAMPBELL CAP SON ENTRAÎNEMENT – Comme son camarade d'entraînement Tyson Gay, la championne du monde jamaïcaine Veronica Campbell débute sa saison sur 200 m, le 3 mai à Kingston, à domicile. Elle y retrouvera la negro et révélation américaine de l'hiver, Bianca Knight. Autres figures du meeting : le champion du monde Kerron Clement sur 400 m haies, Sanya Richards sur 400 m et le choc Spierdion-Bolt sur... 100 m.