

Diniz vole à nouveau

À un mois des Jeux, sa mononucléose oubliée, Yohann Diniz a retrouvé ses sensations et la confiance.

JUSQU'À HIER, Yohann Diniz était à Font-Romeu. Ou, et alors ? Eh bien, le simple fait que le vice-champion du monde du 50 km marche soit resté depuis le dimanche 29 juin dans la station des Pyrénées-orientales est le plus beau signe d'une confiance retrouvée. Car être là-haut n'est pas innocent. « Je l'avais dit, raconte un des plus célèbres portiers de France, je ne monterais à Font-Romeu que si tous les signaux sont au vert. Je ne voulais pas venir en étant à la recherche de quelque chose. Or, je n'ai jamais été à un tel niveau à cette période. » Le tour est dit sans fanfaronne et pour ceux qui croiraient à de l'inton destinée à ses adversaires, sa dernière sortie à Villeneuve-d'Ascq (1h 18'01"), record de France sur 5 000 m, le 27 juin, suffit à montrer que le grand Diniz est bien là. « On ne peut pas extrapoler ce record en fonction d'un 50 km marche, nuance cependant un de ses entraîneurs, Denis Langlois. Mais c'est bien que cela valide ce que l'on sentait à l'entraînement. »

Un badge embarrassant

S'IL A LONGTEMPS défrayé la chronique, le badge que les sportifs français ont, un moment, envisagé d'arborer à Pékin, n'a pas résisté aux coups de boutoir du CIO. Née à avril, arborant un drapeau « Pour un monde meilleur » et portée par certains athlètes au cours du passage chaotique de la flamme olympique à Paris, le 7 avril, il avait officiellement été écarté par René Sandorfer, le 15 avril, lors d'une conférence de presse du président du CNOF.

Mais, à cette occasion, David Douillet, l'un des chevilles ouvrières de ce projet, avait révélé que des discussions étaient menées avec le CIO en vue du port d'un autre badge, cette fois international, destiné à « permettre aux athlètes français à la question des droits de l'homme de montrer qu'ils sont aussi des citoyens du monde et, en même temps, de les tranquilliser

Hébert à Reims, que Diniz a pu souffler. La période liée à sa mononucléose était délicate. Certes, les derniers examens ont encore montré une carence en fer, mais c'est sans commune mesure avec cette période d'arrêt-mal, qui était complètement à plat. Incapable de « tirer sur la chaudière ». « J'accomplissais des séances ou j'étais brisé, se souvient Diniz. On méditait de faire 2'55" au 100 mètres. Je le faisais. Ce que je ressentais, c'était que j'avais une maîtrise technique et je ne cherchais pas à aller au-delà. Ça, ce n'est pas moi. Épuisé un jour, j'y ai eu un déclic. Je suis passé à 2'40" au "100". Et alors que, depuis fin mai, je tournais à 1'80-1'90 secondes par semaine, je suis monté à 2'20 et tout s'est bien passé. Quand j'ai fait les gaz, ça a été vite. Je n'étais pas fatigué. J'ai vu que j'étais prêt pour un 50 bonnes. »

À Font-Romeu, il s'est installé en famille

Diniz est de retour sur son nuage. Plus la peine de revenir sur ce mal qui l'avait ramené d'Afrique du Sud, même s'il n'appareille pas des effets négatifs. « Au

font, estime Denis Langlois, quand on est dans des moments de doute, on s'accroche, ça décuple l'effort. Il a sans doute su tirer profit de sa maladie d'un point de vue physiologique ou psychologique que dans l'entraînement en tant que tel. Lutter contre les doutes, c'est autant formateur que la qualité des kilomètres qu'il a pu faire dans cette période de séances forcées. Et en fin de compte, ça lui a permis de se reposer plutôt que de rentrer dans du surentraînement. »

Diniz est donc entré dans la phase ultime de sa préparation. Il a loué un chalet pour six à sept personnes à Pyrenées 2000, où il s'est installé en compagnie de son épouse Céline et leur petit Antoine. Son autre entraîneur, l'ancien recordman du monde Thierry Toulain a été présent au début du stage tandis que Denis Langlois montera sur la fin.

Deux descriptifs express sur le niveau de la mer sont au programme. La première, ce soir, pour le 5 000 m marche

du meeting chez lui à Reims, l'autre à l'occasion des Championnats de France le 25 juillet à Albi. « Disputer les France me semble pas. Ça qui me gêne, c'est de devoir rester deux jours sur place, déclare le Champenois. Si j'avais pu arriver un jour et repartir le lendemain, c'était mieux. Mais enfin, c'est obligatoire. Ce que j'espère, c'est que ce sera obligatoire pour tout le monde. »

Il ne faudra cependant pas attendre de lui monts et merveilles à Albi, son 20 km ressemblera surtout à une

séance, comme ce fut déjà le cas l'an passé à Nîmes. « Je l'avais coupé en deux parties, se souvient-il. Assez tranquille sur les dix premiers, sur un rythme de 1 h 26" car je ne voulais pas rester tout seul, puis la deuxième partie sur des bases de 1 h 20". »

Serein comme jamais, Diniz profite pour le moment des Pyrénées. Il a consacré la semaine dernière à se réadapter à l'altitude. Il s'est entraîné sur la piste du lycée climatique et la route des Avelanais avec deux cents kilo-

mètres au programme. Il passera à des choses plus révéloises, avec un quarante kilomètres dans quelques jours après le meeting de Foix, puis ce sera que du travail spécifique après le 12 juillet. Des journées où il alignera par exemple cinq ou six fois des 5 000 m à un rythme très élevé. Un sacé programme qui parle de lui-même. Avis au Russe Denis Nijegorodov et à l' Australien Nathan Deakes, ses rivaux, le grand Diniz est de retour.

MARC VENTOUILLAC



SOISSONS (Aisne), 23 OCTOBRE 2007. - L'un des plus beaux espoirs de médaille de l'athlétisme français aux JO de Pékin et vice-champion du monde du 50 km marche, Yohann Diniz, rassure tout le monde : « Je n'ai jamais été à un tel niveau à cette période. » (Photo Rkhard Martin)