

Extrait du Nice Premium

<http://www.nice-premium.com>

Julien Egle,
un cycliste passionné.

- Sports -

Date de mise en ligne : samedi 27 août 2005



Nice Premium

A l'âge où les petits garçons commencent à jouer au ballon rond, Julien Egle apprenait à tenir en équilibre sur un vélo. Dès lors qu'il put pédaler sans l'aide de personne, ce jeune Antibois d'adoption n'a plus quitté son "jouet d'enfance". A 15 ans, il a son premier vélo de course et s'inscrit à l'Olympique Cyclo Club d'Antibes (OCCA).

Aujourd'hui, à l'aube de ses 23 ans, Julien Egle est plus que jamais motivé. Sa passion pour le vélo n'a pas perdu de son intensité.

- Julien Egle, c'est qui ?

Je suis né à Paris et j'ai grandi en Italie jusqu'à l'âge de 14 ans. J'habite Antibes

depuis 8 ans et je cours pour l'Olympique Cyclo Club d'Antibes sur route en en VTT. (Cf. <http://occantibes.free.fr>)
Je suis étudiant en informatique gestion à Nice. Je suis un passionné en général. J'ai toujours pratiqué du sport : ski et sports de glisse, roller, tennis, basket, baseball.

J'adore la nature les randos et j'aime passer du bon temps avec mes amis et bien sur faire la fête quand cela est possible.

- Au cours de ta vie as-tu eu du mal à associer Etude et Sport ?

Le sport est pour moi un savoir vivre et, au contraire, cela m'a donné de la force dans ma vie quotidienne et en particulier dans mes études. Au lieu de passer mes après-cours devant la télé ou sur des jeux vidéo, c'était sur le vélo.

- D'où te viens la passion du cyclisme ?

Par mon grand-père qui a couru en amateur avec le grand champion Jacques Anquetil. Tous les étés, on regardait le tour de France et il me commentait la course en direct en m'expliquant ses expériences personnelles, il a fait naître en moi une réelle passion.

- Pour faire ce sport, je suppose qu'il faut avoir une certaine hygiène de vie, quel régime suis-tu ?



C'est un sport où l'on cultive un savoir vivre et une culture de l'hygiène. Ce n'est pas basé sur de la privation comme certains pourraient le croire. C'est une hygiène de vie basée sur un sommeil suffisamment récupérateur, un équilibre de vie et surtout savoir manger intelligemment. Il faut mettre le bon carburant dans le réservoir au bon moment, pour imaginer la chose. Pour résumer le but est d'être " bien dans sa tête bien dans son corps ", car être performant en vélo c'est aussi et surtout dans la tête.

- Y a-t-il des contraintes à pratiquer ce sport ?

Des contraintes oui et non. Je ne sais pas si on peut appeler cela contrainte quand on ressent le bien que le vélo nous fait. Mais c'est sûr que l'on ne passe pas trop ses week-ends en boîte mais plutôt à se reposer et en déplacement pour la course du dimanche.

- Quelle est le meilleur souvenir sportif ?

Mon meilleur souvenir sportif est de cette année. J'ai eu l'honneur d'être sélectionné pour les championnats de France Elite VTT à Bourg d'Oisans au mois de Juillet après (en figurant 3eme au classement général final de la coupe régionale). Ce n'est pas tant le résultat qui m'a satisfait : 88eme après plusieurs ennuis mécaniques, mais surtout l'honneur de côtoyer des grands champions tels que les médaillés d'or de la discipline aux JO d'Athènes et Sydney : Julien Absalon, Miguel Martinez et celui de passer un week-end inoubliable avec des personnes que j'apprécie.

- Le 19 mars 2005, tu as fais la première page du Nice Matin à l'occasion du Cyclo sportive IFC - UFOLEP " Roger Calvet ". Quel sentiment as-tu eu en voyant cette photo ?

Cela fait surtout plaisir que certains passionnés gardent de l'engouement pour ce merveilleux sport dans une région où l'on est trop souvent rejetés. Cela demande des efforts aux organisateurs d'une cyclo sportive, surtout pour une épreuve dont ce fut la première année, pour illustrer leur course en première page.

- As-tu un rêve de " cycliste " ? Le " Tour de France " ?



Mon rêve : continuer d'exercer le cyclisme avec plaisir. J'espère aussi progresser encore en VTT et pourquoi pas une nouvelle sélection pour les championnats de France en 2006 et d'y reprendre le départ encore mieux préparé et si possible avec un plus gros facteur chance. Le Tour de France, c'est une réelle passion pour moi. Au mois de juillet, je me mets en mode canapé avec une boisson bien fraîche et parfois je me déplace même avec des amis pour aller encourager ces athlètes d'exception.

- La prochaine course, c'est pour quand ?

Samedi 20 août à Biot en FSGT(Cf. <http://www.fsgtcyclisme06.com>) , la reprise... Après le championnat de France, j'ai ressenti un gros besoin de coupure (3 semaines) afin de profiter un peu de l'été et faire la fête à gogo. Je compte désormais reprendre un entraînement régulier pour préparer le roc d'azur au mois d'octobre.

- Le vélo est souvent aujourd'hui associé au mot dopage, (nom dévalorisant pour ce sport). Que penses tu qu'il faudrait faire pour redonner l'image que ce sport avait avant ces malheureuses affaires ?

Pour moi on ne peut associer uniquement le cyclisme au dopage. Il est clair que c'est bien la discipline où a éclaté la crise, mais aujourd'hui de ce fait, c'est le sport le plus contrôlé au monde. Les cyclistes de haut niveau sont suivis médicalement à longueur d'année. Je pense que le cyclisme va avec la culture de l'hygiène, et personnellement dans le respect de cet état d'esprit, je n'ai pas en moi le réflexe d'avaler un cacheton (aspirine, paracétamol, etc.) au premier mal de tête venu. Pour redorer le blason de cyclisme, c'est un travail de communication et médiatique de longue haleine que les non détracteurs ont déjà commencé.

- Le cyclisme, un sport individualiste ou en équipe ?



Le VTT un sport plutôt individuel. Le vélo de route est dénommé comme étant un sport individuel par équipe, un coureur seul ne peut espérer en général une victoire qu'avec l'aide de ses équipiers. Le cyclisme a souvent l'air rébarbatif quand il est vu à la télé, mais une course de vélo est en faite une histoire dont on ne connaît jamais la fin, riche en tactiques et en course d'équipe. C'est une véritable lutte entre hommes épaulés par leurs équipiers.

- Que dirais-tu aux jeunes ou aux moins jeunes pour leur donner envie de faire ce sport ?

Surtout d'essayer et de ne pas hésiter si cela leur plaît. Mais le vélo comporte plusieurs disciplines : du VTT de descente à la route en passant par le BMX. Ce sport est riche et diversifié. Et pour moi le vélo est une école de la

Julien Egle,
un cycliste passionné.

vie, on apprend à ne pas baisser les bras à se surpasser, à se respecter soi même et à respecter les autres.(Cf. <http://www.ffc.fr>)

- En 3 mots, le vélo c'est quoi pour toi ?

Des moments de joie, faire corps avec la nature et le bien être au quotidien.

Audrey Bollaro

