



LE PASSAGE DES PLANCHES

C'est une portion technique incontournable. Deux haies de planches, d'une hauteur de 20 ou 40 centimètres, qu'il s'agit de franchir sans perdre le rythme en évitant la chute. Les coureurs les passent à pied ou à vélo. «L'objectif, c'est de descendre du vélo le plus vite possible et de remonter sans perdre de temps», explique Gratiën Maret, membre de IAM Excelsior. «Certains préfèrent rester sur le vélo. C'est possible mais il faut arriver avec beaucoup de vitesse. Le passage des planches se travaille à l'entraînement, bien sûr. On peut facilement y gagner ou perdre une place.»



LA ZONE TECHNIQUE

Quelques mètres carrés où s'affairent les mécaniciens et les proches des coureurs. C'est là qu'on nettoie les vélos, qu'on change de machine sans s'arrêter de courir et qu'on répare en catastrophe les petites casses. Gilles Mottiez, dès le premier tour, a réclamé une nouvelle paire de chaussures. Finalement, il a renoncé à les changer. «Maman a donc couru à la voiture pour rien», sourit le coureur du SWTY Mountain Tschopp. «Au début, je n'osais pas trop m'arrêter parce que mon concurrent direct était juste derrière. Ensuite, j'ai remarqué que j'avais encore une boucle qui tenait. Je ne voulais donc pas changer pour changer.»



UN PUBLIC FAMILIAL

On a beau être en Valais, la langue quasi officielle du cyclocross, c'est l'allemand. Le suisse allemand, pour être précis. Là-bas, outre-Sarine, cette discipline est une véritable institution. Ils sont des milliers, chaque week-end, à se masser au bord des tracés dessinés en pleine campagne. A Bramois, ils étaient aussi assez nombreux à s'être déplacés pour supporter, cloches en mains, leurs favoris. Les Valaisans n'étaient toutefois pas en reste. «J'avais toute ma famille, mes amis au bord du parcours, c'était génial», témoigne Gilles Mottiez, médaillé de bronze chez les espoirs.



LA MEILLEURE FÉMININE

Elle est championne du monde de VTT, de marathon, championne d'Europe, aussi. Elle a remporté plusieurs fois la Coupe du monde, collectionne les succès. Elle est encore championne de Suisse sur route. Jolanda Neff, 26 ans, n'a déjà plus de rivale, en Suisse tout au moins, en cyclocross, une discipline qu'elle découvre à peine. Hier, elle s'est échappée dès les premiers mètres et n'a jamais été inquiétée. Un phénomène, assurément.



LE PORTAGE

C'est une portion où les coureurs sont obligés de descendre du vélo et de le porter sur quelques mètres. A Sion, le dénivelé était assez important. «J'apprécie cette technique que je travaille beaucoup à l'entraînement», témoigne Thibault Rossier, coureur du Cyclophile séduinois. «Il faut monter le plus vite possible et retrouver rapidement le contact avec sa machine. Cette portion permet souvent de boucher un écart, de revenir sur un concurrent. Elle peut aussi coûter pas mal de temps. Ici, c'est un talus qui faisait mal au fil des tours.»