

Jean-Christophe Péraud : "Etre insatisfait permet d'avancer"

En accompagnant les meilleurs grimpeurs sur les routes de Paris-Nice et du Tour du Pays Basque, Jean-Christophe Péraud a confondu tous ceux qui le croyaient incapable de franchir la passerelle entre le VTT et la route. Entretien avec le meilleur néo-pro français de l'an dernier.

La France Cycliste : Jean-Christophe, quel bilan tires-tu de ta première saison de routier professionnel ?

Jean-Christophe Péraud : "Le début a été très satisfaisant. Après il y a eu de la déception, de l'amertume même, avec la septicémie qui ne m'a pas permis de participer au Tour. Maintenant je veux retenir que j'ai été à la hauteur, au niveau des meilleurs sur certaines courses, peut-être pas pour jouer la victoire, mais en étant acteur. J'ai eu de bons résultats dès Paris-Nice. Je n'ai pas été surpris par mon niveau. Je suis passé pro sur la route pour être performant. J'avais eu quelques doutes trois semaines plus tôt au Tour d'Algarve parce que j'étais taquet sur les étapes de plat. Je ne faisais que suivre. J'étais à la bataille tout le temps. Je ne suis pas passé professionnel pour ça. Heureusement, j'ai pu m'exprimer dès que la route s'est élevée. Mais la vraie satisfaction, cela a été le Pays Basque. J'ai été déçu de la chute sur l'étape chronométrée le dernier jour. Sans cela, je pense que je pouvais jouer la gagne dans l'étape et faire un podium au général. J'aurais pu y arriver avec un peu plus d'expérience."

L.F.C. : Quel souvenir garderas-tu de l'équipe Omega Pharma-Lotto qui t'a offert la chance de passer pro ?

J.C.P. : "Je leur en suis reconnaissant. Je les remercie aussi de m'avoir laissé partir chez AG2R La Mondiale. Le souci pour moi, c'est que c'était une équipe belge. Il y avait notamment la barrière de la langue avec les coureurs flamands. C'était très handicapant pour moi."

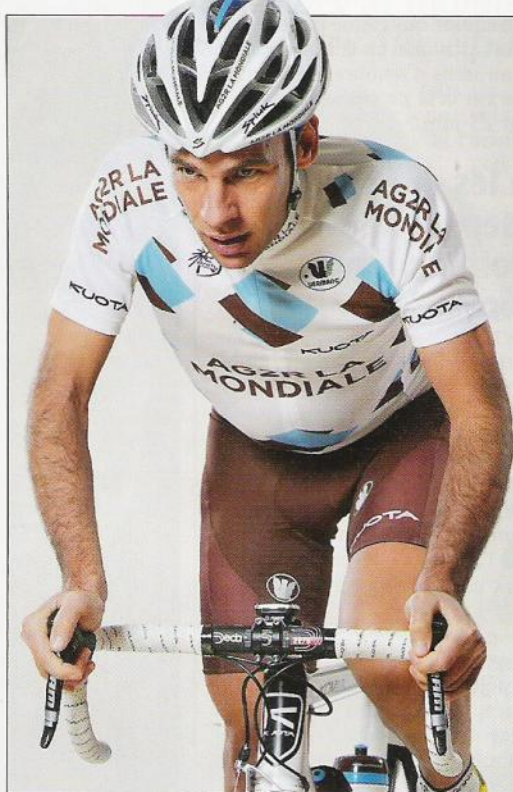
"Mon but est de faire un top 10 au classement général du Tour."

L.F.C. : Le problème ne venait-il pas aussi du fait que tu chassais sur les mêmes territoires que Jurgen Van den Broeck ?

J.C.P. : "En effet, on était tous les deux sur le même registre. Je n'ai pas ressenti de sa part une envie de collaboration. C'est une erreur à mon avis, car à deux on est forcément plus fort que tout seul. Une bonne entente aurait permis de tirer les résultats de l'un et l'autre vers le haut. Je pense d'ailleurs que cette collaboration se fera de manière naturelle chez AG2R La Mondiale avec Nicolas Roche. Si on est tous les deux dans le final des courses, on pourra se la jouer à toi, à moi. C'est comme cela que je conçois les choses. Une fois ce sera lui devant, une autre fois moi. Se retrouver dans le deuxième groupe peut être frustrant, mais si c'est pour le bien de l'équipe ce n'est pas un souci. Le plus bel exemple d'une entente qui marche, pour moi, c'est Gesink et Menčov sur le Tour 2010. Ils font trois et six au général. C'est parlant, non ?"

L.F.C. : Et Van den Broeck fait 5... Sur ce que tu as fait en début de saison, te dis-tu que tu aurais pu être à sa place ?

J.C.P. : "D'abord, il a fait un superbe résultat. Il faut le souligner. Ensuite, il ne faut pas oublier que les performances peuvent évoluer au fil de la saison. Ce



Sous ses nouvelles couleurs, Jean-Christophe Péraud rêve plus que jamais de briller sur les routes du Tour de France.

n'est pas parce que j'étais devant lui en début d'année que je l'aurais forcément été sur le Tour. Ce qu'il a fait, je ne suis pas certain que je l'aurais fait. En revanche, le voir devant, le voir terminer 5e à Paris, ça m'a mis en appétit pour 2011. J'ai envie de voir si je peux être au niveau, si je suis capable de faire une telle performance."

"A la Vuelta, j'ai appris que la troisième semaine est primordiale si on veut jouer le classement général."

L.F.C. : Et justement, où places-tu le curseur ?

J.C.P. : "Déjà je veux retrouver mon meilleur niveau. Mine de rien ma septicémie l'an passé m'a bien secoué (sic). Maintenant, elle m'a aussi permis de bien couper. Mon organisme a pu se reposer et mon but est de faire un top 10 au classement général du Tour. Si je me concentre sur le général pour faire une place entre 5 et 10, je ne pourrai pas viser autre chose, ni le maillot à pois, ni même une victoire d'étape. Le but sera de suivre les meilleurs, de m'accrocher le plus possible pour rester au contact et donc de perdre le moins de temps possible."

L.F.C. : D'où tires-tu cette conviction de pouvoir faire une place sur le Tour ? De ta participation à la Vuelta en 2010 ?

J.C.P. : "La Vuelta est une très très belle course. C'est ma première expérience sur trois semaines. J'y ai beaucoup appris, notamment que la troisième semaine est primordiale si on veut jouer le classement général. C'est la clé de voûte de la course. Il faut s'économiser et profiter juste les quinze premiers jours afin de conserver un maximum de fraîcheur pour la fin. La règle de la Vuelta, c'est d'être à 100% quand on débarque sur un Grand Tour. Au début, je suis allé sur la Vuelta pour jouer le général. Quand j'ai perdu du temps sur une étape, j'ai changé de plan. J'ai décidé de perdre encore plus de temps pour avoir une marge de manœuvre et essayer de jouer les victoires d'étape. Dès que j'ai été à une place "raisonnable" des premières positions, je me suis lancé dans des échappées. La première a été la bonne. On a pris du temps et je me suis replacé au général. J'ai même cru que j'allais prendre le maillot de leader. Une fois replacé, j'ai essayé de tenir, mais j'ai chuté. Je n'étais pas dans une grande forme sur cette Vuelta."

"Après ma chute au Dauphiné, je me suis vraiment vu mourir !"

L.F.C. : On n'a peut-être pas mesuré à ce point la septicémie dont tu as été victime. Tu as dit que tu avais épuisé. Peux-tu nous raconter les heures qui ont précédé ton admission à l'hôpital ?

J.C.P. : "C'est simple, j'ai cru que j'allais mourir. Tout simplement. La nuit du chrono du Dauphiné, j'étais déshydraté. Je ne cessais de vomir. Je buvais, je vomissais. Je n'avais plus de forces. Je me suis vraiment vu mourir. J'avais de la fièvre, je tremblais de tout mon corps. J'étais vraiment flippé. Quarante heures après, j'ai été admis à l'hôpital de Lyon Desgenettes, le matin. Un médecin m'a dit que si j'avais attendu deux heures de plus, je tombais dans le coma. Cet épisode m'a démontré que si besoin était, que la santé n'a pas de prix, que la vie est courte et qu'elle peut parfois basculer très vite."

L.F.C. : Avant ta chute au Dauphiné, il y en a eu d'autres. Il se dit dans le peloton que tu tombes beaucoup...

J.C.P. : "Ce n'est pas faux. Maintenant, il y a peut-être des explications à tout cela, comme mon manque d'expérience par exemple. Le peloton est une machine vivante qui possède ses mœurs propres, de surcroît elles sont particulières chez les professionnels. Ce sont des choses à apprendre. Et puis chuter ou pas, ça dépend pas toujours uniquement de soi. L'an passé, sans le faire exprès, j'ai fait chuter Lovkvist sur les routes du Pays Basque. J'ai aussi chuté avec Gesink parce qu'il s'est couché devant moi et que je n'ai pu l'éviter. Il faut aussi prendre des risques en course pour avancer, pour gagner du temps, des places."



La complicité est déjà criante entre la dernière recrue de l'équipe et son staff...

ose est certaine, je frottais moins en fin de saison. J'étais plus prudent suite à ma septicémie."

F.C. : Pourquoi as-tu choisi de rejoindre l'équipe AG2R La Mondiale, plutôt qu'une autre ?

C.P. : "J'ai choisi l'équipe qui avait une licence Pro-

Tour, donc celle qui pouvait m'offrir le plus beau programme de courses. Quand j'ai signé, la formation de Vincent Lavenu avait une licence assurée jusqu'en 2012. Mais en fin de saison tout a été remis en question avec les nouvelles règles du WorldTour. J'avoue que ça m'a fait flipper. Je partage beaucoup d'idées et de combats de l'UCI, c'est une fédération que je

trouve bien, notamment dans le cadre du com- qu'elle mène contre le dopage. Mais là, franchement j'étais révolté. Ils ont sorti un règlement de derrière les fagots d'un coup, d'un seul. C'est bizarre de changer les règles du jeu alors que le recrutement d'équipes est déjà largement fait. Le système de montée et descente, je suis pour. C'est la base du sport même, mais là le règlement et le mode opératoire ont été assez abracadabrantesques. Cela s'est bien terminé pour nous, mais quand même !"

L.F.C. : Tes points UCI n'ont peut-être pas été étrangers au maintien de la licence d'AG2R.

J.C.P. : "Tu veux que je te dise, ce n'est même pas sûr ! Visiblement, Nicolas Roche qui a fini 15e du Tour et 7e de la Vuelta est seulement le 5e coureur de l'équipe en nombre de points, et moi seulement 11e ! Nicolas a été le meilleur coureur de l'équipe sur le circuit ProTour et ce n'est pas lui qui rapporte le plus grand nombre de points au groupe ! C'est vraiment paradoxal. Le ProTour, c'est bien les meilleurs coureurs dans les meilleures courses, donc les performances obtenues sur ces épreuves devraient rapporter le plus de points. Eh bien, non ! Le classement du Tour a visiblement plus de valeur. Pour assurer leur place en ProTour, les équipes auraient donc intérêt à mettre leurs meilleurs coureurs sur le circuit continental ! Il faut que ça change. Les points doivent d'abord se prendre sur les grosses courses du calendrier. Après, si on instaure un système monté-décroissant avec le circuit continental, ça ne serait pas si mal. Mais, à mon avis, il faut repenser les règles."

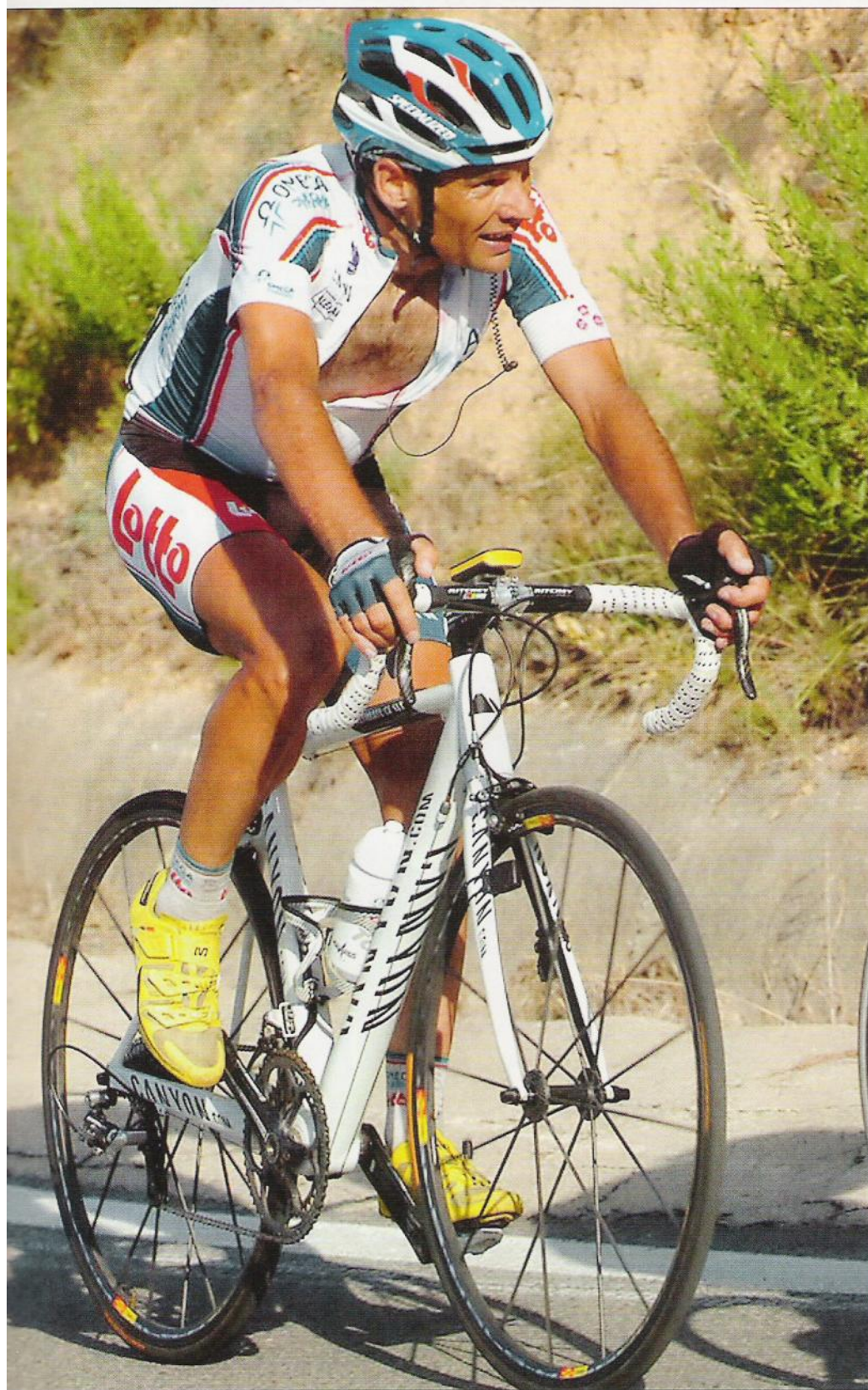
"Aux Jeux de Londres, j'aimerais doubler contre-la-montre et VTT."

L.F.C. : Finalement tu ne t'es pas trompé de ton choix alors que tu étais également en négociations avec la FDJ et Cofidis...

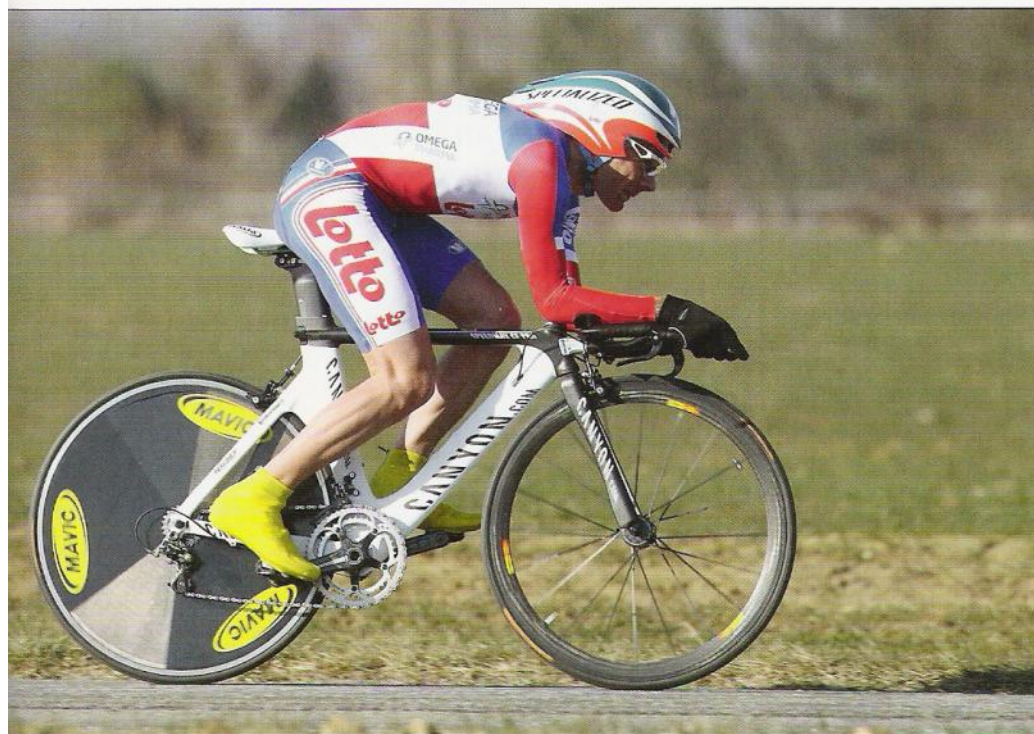
J.C.P. : "(Il nous coupe) J'ai été en contact avec la FDJ, mais ce n'est pas moi qui ai décliné l'offre. C'est plutôt eux qui ont stoppé les négociations en rencontrant Pierrick Fédrigo. Après, ils ne pouvaient plus rien prendre. Par contre, j'ai bien eu des contacts avec Cofidis. J'ai beaucoup réfléchi, mais comme je l'ai dit, la licence ProTour d'AG2R a fait la différence. Je voulais être assuré de pouvoir courir les plus grandes courses du calendrier. Je sais que François Migraïne tenait beaucoup à moi. Cela a été dur de dire non. Mais le sportif a vraiment primé car Cofidis m'avait fait une proposition supérieure à celle de Vincent Lavenu."

L.F.C. : Côté sportif justement, quels seront tes objectifs en 2011 ?

J.C.P. : "Marcher sur les courses ProTour, juste ment et marquer des points pour l'équipe. Je rêve plus particulièrement d'une belle prestation au Pays Basque. J'aime cette course. J'ai aussi envie d'être performant sur le Dauphiné. Par contre, je pense que le parcours de Paris-Nice n'est pas assez difficile pour moi. Je me souviens de mec comme Jens Voigt qui est une bête à rouler qui m'impressionne beaucoup, fait dixième au général de cette course. C'est parlant. Il manque un peu de montagne pour moi. Ça ne signifie pas que je ne veux pas y figurer aux avant postes. Paris-Nice sera la première grande course par étapes de la saison, celle qui a de l'amplitude sur le plan médiatique. Ce sera mon premier rendez-vous de l'année. Maintenant, j'ai retardé les intensités cet hiver. Avec mon entraîneur Mickaël Bouget, qui est désormais au sein de l'équipe AG2R La Mondiale, nous avons initié une démarche inverse à celle de l'an dernier où j'avais travaillé au seuil très tôt. Là, on se place plus dans une perspective Tour de France. J'ai envie de décro-



Christophe Péraud a rapidement montré qu'Omega Pharma-Lotto avait eu raison de lui donner la chance de passer professionnel sur route...



Après avoir un peu délaissé l'exercice l'an dernier, Péraud veut à nouveau travailler le chrono, la discipline qui lui a permis d'exposer ses qualités de routier alors qu'il était vice-Champion olympique de VTT.

un peu ma forme cette saison, tout en ayant quand même les moyens d'être devant assez rapidement."

L.F.C. : A propos du Tour, après ton expérience de la Vuelta, ne crains-tu pas le contre-la-montre par équipes du 2e jour ?

J.C.P. : "C'est vrai, j'ai déjà donné dans cet exercice, nocturne, à la Vuelta. Sur ce coup-là, les Belges t'ont tué ! Pour moi, c'est un des exercices les plus difficiles dans le vélo ! J'ai de toute manière décidé de travailler le chrono de manière plus régulière en 2011. J'avais un peu délaissé cette spécialité en 2010, mais je veux marcher sur les courses par étapes il faut

que je marche contre la montre. Je pense aussi que nous allons travailler le chrono par équipes de façon spécifique avec AG2R La Mondiale. On peut grappiller des secondes en bossant la technique, sans forcément jouer sur le physique, en étant très homogènes."

L.F.C. : Au moins n'auras-tu pas de problème à identifier les coureurs avec qui tu roules... comme dans le peloton au début de la saison dernière. As-tu appris qui est qui depuis ?

J.C.P. : "Oui, un peu. Je connais plus les coureurs des épreuves par étapes, ceux qui me font mal aux jambes. Dans le peloton, je discute souvent avec Sa-

muel Sanchez que j'apprécie beaucoup. Tyler Faest est venu me parler. C'était sympa. J'ai franchement été surpris qu'il parle aussi bien notre langue. C'est énorme comme il s'exprime en français !"

L.F.C. : Tu as évoqué Samuel Sanchez, le Champion Olympique sur route. Qu'inspirent les Jeux de Londres au vice-Champion Olympique de VTT que tu es ?

J.C.P. : "J'aimerais ramener deux médailles ! Non, rigole ! Je pense que les Anglais traceront l'épreuve en ligne sans relief pour favoriser les besoins de leur sprinter maison, Mark Cavendish. C'est le cas, je ne pourrai pas avoir d'ambitions sur cette course. Par contre, si le parcours est légèrement vallonné, je serai motivé pour le contre-la-montre. J'aimerais aussi doubler avec l'épreuve de VTT. Pour l'instant c'est un projet. Et tu sais, dans la vie, certains projets se réalisent et d'autres pas..."

L.F.C. : On est au moins certain que tu ne cheras pas le morceau car tout au long de la saison dernière tu n'as cessé de proclamer vouloir faire mieux. Certains t'ont même reproché ton insatisfaction permanente. Tu étais même mécontent après ta 13e place au général du Tour de Pologne alors que cette course marquait ta reprise après ta septicémie !

J.C.P. : "C'est vrai que je suis un éternel insatisfait et que je l'exprime. L'an passé, je me suis fait prendre par des coureurs à cause de ça. Mais être satisfait, c'est un moteur. Mon but dans le sport comme dans la vie, c'est d'être en amélioration continue, d'aller de l'avant. Sans cela il n'y a plus d'intérêt à faire les choses. C'est en tout cas ma conception de la vie."

L.F.C. : Avec du recul, ne regrettes-tu pas d'être passé pro si tard ?

J.C.P. : "Non. Regretter signifierait que je tire un trait sur ma médaille d'argent aux Jeux de Pékin en VTT. Je ne peux pas le concevoir. Si je devais changer quelque chose à mon parcours, il n'y aurait plus rien de JO. Donc ma réponse est définitivement non !"

Propos recueillis par Hervé Bombardier