



# Flavio Bisaz, 19 ans et l'âme de l'entraîneur

Le premier meeting Moitié-moitié, à Bulle, a été l'occasion de rencontrer Flavio Bisaz. Le Gruérien de 19 ans a choisi de devenir entraîneur et chef technique du Sporting Bulle Natation. «J'ai eu la chance de recevoir énormément, il est normal de redonner.»

QUENTIN DOUSSE



«Voir un de mes nageurs sortir de l'eau avec le sourire et un bon chrono, ça n'a pas de prix.» PHOTOS ANTOINE VULLILOUD

**NATATION.** Cycle d'orientation de Bulle, dimanche matin. Au bord du petit bassin, une nuée de jeunes nageurs s'impacientent à quelques mètres des plots de départ. On ressent toute l'excitation de la compétition. Chargé de l'appel des nageurs, Flavio Bisaz reste calme. La compétition, son sel et son stress, il a connus. Il n'en veut plus. Ou du moins plus en tant qu'athlète. A 19 ans, le Gruérien a «tourné la page» comme il le dit si bien. Dimanche dernier, on l'a pourtant retrouvé au premier meeting Moitié-moitié (*lire ci-dessous*). Mais dans le rôle de bénévole et, accessoirement, d'entraîneur. Il en va de sa nouvelle vie dans la natation.

Fils de Silvio, président du Sporting Bulle Natation (SPB), Flavio Bisaz a de tout temps baigné dans le milieu. Avec un certain brio, puisque le jeune homme du Pâquier a participé à des finales romandes de relais et plusieurs championnats de Suisse individuels. «J'ai commencé à m'entraîner "sérieusement" à 14 ans. Il était trop tard, je manquais de fond», raconte l'intéressé qui a décidé, il y a une année, de sortir du bassin

pour devenir entraîneur du groupe élites/espoirs du SPB. «C'est mon ancien coach, David Yerly, qui m'a donné l'envie d'entraîner. Il savait allier la discipline et l'amicalité à l'entraînement avec ses athlètes, dont il connaissait les qualités et les chronos par cœur.»

## Engagement chronophage

Entraîneur de huit jeunes nageurs, Flavio Bisaz est également chef technique du club, une fonction qu'il partage avec la coach professionnelle Gabrielle Eggimann-Romani. «Cela me prend énormément de temps, souffle le jeune homme. Environ une dizaine d'heures par semaine, soit le temps que je consacrais auparavant à mon entraînement.» Jamais Flavio Bisaz ne prononcera le mot sacrifice. «J'ai eu la chance de recevoir énormément en étant jeune, il est normal de redonner. Et cette tâche

d'entraîneur me plaît vraiment. Voir un de mes nageurs sortir de l'eau avec le sourire et un bon chrono, ça n'a pas de prix.»

Son jeune âge, qui peut détonner au milieu d'entraîneurs souvent plus expérimentés, Flavio Bisaz ne le considère pas comme un handicap. «Bien sûr, j'ai encore tout à apprendre. Mais je parviens à me mettre à la place du nageur, et c'est le plus important selon moi. Parfois, quand cela ne va pas, il faut savoir arrêter et reprendre les choses à l'entraînement du lendemain. Je suis là pour trouver une solution là où le nageur voit un problème.» Son approche est du reste appréciée de ses protégés. «Ses entraînements sont durs, mais j'en ressens toujours satisfait, note Guillaume Dougoud, 15 ans. Il est à la fois autoritaire et amical. Même si la barre est haute, je fais tout pour ne pas le décevoir. Et au final, j'ai bien pro-

gressé en battant plusieurs records personnels.»

Le chrono, parlons-en. Comment Flavio Bisaz gère-t-il cet élément incontournable dans la natation? «Je l'ai toujours autour du cou, mais il faut parfois savoir s'en distancer. Même si je me fais encore avoir parfois. Se fixer sur le chrono, d'accord, mais pas au détriment de la santé ou de la technique.» S'araison n'empêche pas l'ambition, celle d'emmener ses protégés à des finales romandes. Ce serait une forme d'accomplissement pour Flavio Bisaz, animé d'une passion intacte. «Je vis toujours aussi intensément les courses. C'est limite si je ne nage pas avec eux depuis le bord du bassin», rigole le collégien qui, aussitôt l'interview terminée, prend des nouvelles de l'un de ses athlètes sorti de l'eau. On appelle ça avoir l'âme de l'entraîneur. A seulement 19 ans. ■

## Dans le mille pour leur première

Le meeting Moitié-moitié – 1<sup>re</sup> édition du nom – a connu un franc succès. Organisé le week-end dernier par le Sporting Bulle Natation, dans le petit bassin du cycle d'orientation bullois, l'événement a trouvé son public. «Au total, on a compté 234 nageurs pour 1000 départs, savourez le président Silvio Bisaz. On est très satisfaits d'afficher complet pour une première.» Les compétitions ont souri au Sporting Bulle Natation, premier des quatorze clubs en

lice avec un total de 83 médailles. Le Club Natation Romont a, de son côté, décroché 7 breloques.

Réservée aux nageurs licenciés, la compétition a mis à l'honneur la relève. «Un meeting comme le nôtre permet aux jeunes de ressentir l'adrénaline de la compétition, de commettre des erreurs toutes bêtes et de poursuivre ainsi leur apprentissage.» Ravi, Silvio Bisaz promet déjà une deuxième édition de son meeting. QD



## RÉSULTATS

Meeting Moitié-moitié, piscine du CO de Bulle, résultats des vainqueurs régionaux

### Hommes

50 m libre (25 ans et +): 1. François Laclare (Bulle) 26"57. 15-16 ans: 1. Maxime Neuhaus (Bulle) 27"83. 200 m libre (25 ans et +): 1. Laclare 2'15"48. 15-16 ans: 1. Neuhaus 2'16"48. 1500 m libre, 13-14 ans: 1. Emilien Progin (Bulle) 20'16"71. 50 m dos, 13-14 ans: 1. Progin 32"56. 50 m brasse (25 ans et +): 1. Laclare 37"72. 17-24 ans: 1. Lucien Hemmer (Bulle) 32"88. 15-16 ans: 1. Neuhaus 35"76. 50 m papillon (25 ans et +): 1. Vital Studer (Bulle) 27"51. 15-16 ans: 1. Neuhaus 30"21. 13-14 ans: 1. Progin 30"96. 100 m papillon (25 ans et +): 1. Studer 1'03"93. 100 m 4 nages (25 ans et +): 1. Studer 1'05"96. 400 m 4 nages: 1. Ismail Mehmeti (Bulle) 5'47"89. 4 x 50 m libre: 1. Bulle (Neuhaus, Progin, Mehmeti, Guillaume Dougoud) 1'57"81.

### Dames

50 m libre, 17-24 ans: 1. Alessia Bussard (Bulle) 28"83. 100 m libre, 17-24 ans: 1. Bussard 1'05"21. 200 m libre, 17-24 ans: 1. Lucie Perrenoud (Bulle) 2'28"30. 400 m libre, 10 ans et moins: 1. Yaelsa Romani (Bulle) 7'59"57. 1500 m libre, 17-24 ans: 1. Ruta Kozlovska (Bulle) 20'54"15. 50 m dos, 17-24 ans: 1. Kozlovska 32"73. 10 ans et moins: 1. Marion Barras (Bulle) 50"18. 100 m dos, 17-24 ans: 1. Kozlovska 1'11"60. 50 m brasse, 17-24 ans: 1. Valentine Gapany (Bulle) 38"13. 15-16 ans: 1. Eulalie Molettieri (Romont) 41"58. 10 ans et moins: 1. Barras 56"00. 100 m brasse, 17-24 ans: 1. Perrenoud 1'27"91. 15-16 ans: 1. Molettieri 1'31"81. 50 m papillon, 10 ans et moins: 1. Barras 55"81. 4 x 50 m libre: 1. Bulle (Perrenoud, Camille Jung, Kozlovska, Bussard) 2'00"09. 4 x 50 m 4 nages: 1. Bulle (Kozlovska, Perrenoud, Jung, Bussard) 2'13"74.

## Les Fribourgeois aux Monts-de-Riaz

**SKI DE FOND.** Près de 300 fondeurs, dont 200 juniors et enfants, ont rendez-vous ce week-end aux Monts-de-Riaz. Le ski-club local y organise les championnats fribourgeois individuels (classique) et de relais (skating). Les adultes et les U20 partiront dès 9 h 30 les deux jours. Les juniors, eux, s'élanceront sur la piste dès 11 h 15 le samedi et dès 11 h 30 le dimanche.

«Les conditions sont bonnes, il y a encore assez de neige», partage Yves Savary, le président du ski-club de Riaz. «Nous pourrions maintenir les distances prévues en ne modifiant pas le circuit initial.» Les juniors parcourront entre 1 et 7,5 kilomètres, tandis que les distances varient entre 7,5 et 15 kilomètres pour les adultes. Le dimanche, les hommes réaliseront trois boucles de 7,5 kilomètres et les dames trois tours de 5 kilomètres. «Les victoires reviendront aux fins techniciens. Il faudra bien doser le fartage, car la neige sera plus lourde par endroits selon l'ensoleillement.» En relais, chaque skieur des catégories U8 jusqu'en U12 devra effectuer trois petits tours, alors que les deux fondeurs en U14 et U16 devront boucler trois grands tours.

Les inscriptions sur place sont possibles jusqu'à une heure avant le départ de la catégorie concernée. Informations supplémentaires sur [www.scriaz.ch](http://www.scriaz.ch). MS

Championnats fribourgeois aux Monts-de-Riaz, courses individuelles samedi dès 9 h 30 et les relais dimanche dès 9 h 30.

## En bref

### KICK-BOXING

#### Cédric Kazadi gagne son premier combat à Balsthal

Le championnat de Suisse de kick-boxing a repris le week-end passé à Balsthal (SO). Le Ring, club situé à Bulle, y a présenté six combattants dont deux néophytes. En catégorie B (après 3 combats et plus), le champion national en titre, Cédric Kazadi (-75 kg), a obtenu la victoire par k.o. au troisième round. Frédéric Bassot (-71 kg) s'est également imposé samedi, tandis que Dilan Kuci (-67 kg) s'est incliné aux points. En catégorie C (moins de 3 combats), Thomas Kibboua (-86 kg) et Xavier Barbey (-75 kg) ont remporté leur face-à-face aux points. Camille Boyer (-55 kg), première femme à représenter le club, s'est inclinée aux points pour son baptême en championnat. Prochaine ronde le 30 mars à Niederuzwil (SG).

### SKI-ALPINISME

#### Le 19<sup>e</sup> Trophée des Monts-Chevreuil ce vendredi

La quatrième étape de la Coupe des Préalpes prendra ses quartiers vendredi du côté des Moulins, à Château-d'Éx avec le 19<sup>e</sup> Trophée des Monts-Chevreuil, ouvert aux skieurs et aux adeptes des raquettes à neige. Les organisateurs attendent entre 200 et 300 coureurs pour cette compétition qui proposera une dénivelation de 700 mètres pour 2,7 kilomètres de course. Le départ sera donné à 19 h 30. Le comité directeur rend également attentifs les skieurs au fait qu'ils doivent organiser eux-mêmes le transport de leurs vêtements de rechange jusqu'au sommet, car il n'y a pas d'installations de remontées mécaniques. Renseignements sur le site [www.hautepression.ch](http://www.hautepression.ch). A relever qu'il est possible de s'inscrire sur place de 17 h à 18 h 30, au Restaurant de la Croix-d'Or aux Moulins.

### SKI ALPIN

#### Eléa Dupasquier et Lucie Ruffieux remportent une manche du championnat romand aux Mosses

Dimanche, Les Mosses organisaient les huitième et neuvième courses de la Coupe Raiffeisen. La première manche comptait également pour le Championnat romand. Dans le canton de Vaud, plusieurs skieurs régionaux ont réalisé de belles performances. Eléa Dupasquier (Avry-devant-Pont, 2004) a remporté le super-G en U16. La veille, la skieuse du SC Broc a également gagné le slalom géant du Grand Prix Migros à Grächen (VS). Elle s'est donc directement qualifiée pour la finale nationale qui aura lieu du 28 au 31 mars dans la station de Sörenberg (LU). Retour aux Mosses, où Lucie Ruffieux (Dents-Vertes Charmey, 2006) a mené les débats en U14. Les garçons ne sont pas restés en retrait. Franklin Vandevelde (Châtel-Saint-Denis, 2003) a accusé moins d'une seconde de retard sur le lauréat Louis Masquelier-Page (Villars-sur-Ollon). En U14, Jan Gaillard (SC La Berra, 2005) s'est classé 3<sup>e</sup>.

### FUTSAL

#### Bulle United Futsal s'incline en championnat

En LNA, deuxième échelon national, Bulle United Futsal s'est incliné 8-4 face au leader Charmilles. Dimanche, les Gruériens n'ont rien pu faire face à la force de frappe des Genevois. Ils ont encaissé quatre buts en six minutes alors qu'ils avaient ouvert le score après moins de soixante secondes de jeu. Au classement, les Bullois occupent le 4<sup>e</sup> rang avec neuf unités après 9 journées. Tout danger de relégation est évité, car ils ne peuvent plus être rattrapés par la lanterne rouge, Terre Sainte. La dernière journée du championnat se disputera dimanche à Aigle. Bulle United Futsal y affrontera Cugy, 3<sup>e</sup> et 12 points au compteur, à 13 h.

### SKI FREESTYLE

#### Corentin Python écrase la concurrence à Leysin

Les meilleurs freestyleurs amateurs romands avaient rendez-vous dimanche à Leysin. En snowboard, Corentin Python (Attalens) a survolé le concours du Big Air dans la catégorie élite (5 classés). Le jeune homme de 22 ans a obtenu un score de 94 points, reléguant ainsi son plus proche poursuivant à 13 unités. Seul autre Sudiste à avoir obtenu un podium, Lucien Verdelet (Grandvillard, 14 ans). Le Gruérien a pris le 3<sup>e</sup> rang de la catégorie U15 (7 classés) en Big Air. Il a accusé 9 points de retard sur le lauréat Eliot Calvet (Les Vêrines), victorieux avec 76,5 points. A noter que la victoire chez les élites est revenue à Michael Jouini (Puplinge) qui a réalisé un score de 89 points.