Ski alpin / Thomas Frey (Les Arcs), Alsacien de Savoie

Destinée toute tracée

Colmarien de naissance, Thomas Frey a quitté sa région pour la Savoie à l'adolescence. Il est aujourd'hui l'un des grands espoirs du ski français. Sa 15e place au géant d'Adelboden en Coupe du monde au début du mois, lui a donné une nouvelle dimension.

■ Il est né en 1984. Thomas Frey est de cette génération des Adrien Théaux, Steve Missillier et plus encore Jean-Baptiste Grange. Celle qui offre depuis peu une grande bouffée d'oxygène au ski alpin français qui en avait tant besoin.

Il est né à Colmar. Et ne garde de son enfance que *«des bons moments»*, partagé entre ses régions natale et d'adoption.

«J'ai tout de même fait des courses dans les Vosges»

«Ma famille tenait l'Auberge du Bouc Bleu à Beblenheim, se souvient-il. *Mes parents faisaient la saison d'hiver aux Arcs. Pendant quelques années, mon frère et moi on était entre deux écoles.»*

Logiquement, c'est dans la station savoyarde qu'il prend sa première licence. *«Il n'y a peut-être pas beaucoup de gens qui s'en souviennent, mais dans les catégories de jeunes, j'ai tout de même fait des courses dans les Vosges. Pas beaucoup, mais quelques unes. Moins que mon grand-père qui était un bon compétiteur dans son temps.»*

Thomas Frey : «Prendre des risques, le ski de l'avenir». (Photo Agence Zoom)

S'il s'est définitivement installé en Savoie, ski de haut niveau oblige, il garde *«un pied en Alsace»*, où il essaie de revenir le plus souvent possible.

«C'est difficile. J'arrive à faire un tour à Ribeauvillé une à deux fois par an. J'y ai encore de la famille et des amis. Quand je reçois un petit coup de fil d'encouragement de là-bas après une course, ça me fait bien plaisir.»

Des coups de fil bien peu nombreux à ses débuts, quand il ne se fait pas encore remarquer pour ses talents de glisseur. *«Au collège, ça ne décollait pas vraiment. Mais j'aimais vraiment le ski et je me suis accroché.»*

Sa combativité est payante et deux *«bons résultats en FIS»* plus tard, Thomas intègre le lycée d'été d'Albertville qui porte très bien son nom puisqu'*«on y va à l'école l'été et qu'on y skie tout l'hiver.»* *«C'est réservé à l'élite»*, observe-t-il timidement.

Là-bas, le jeune Frey partage son quotidien avec ceux qui deviendront les leaders du ski français quelques années plus tard et dont il a déjà été question plus haut. Lui, rêve des mêmes sommets. Comment pourrait-il en être autrement ?

L'été à l'école, l'hiver sur les pistes

En 2004, quelques perfs de haut vol en Coupe d'Europe et aux championnats du monde juniors lui ouvrent les portes de la coupe du Monde. Il n'a pas tout à fait 20 ans.

«A Adelboden. Inoubliable. Il doit y avoir quelque chose entre cette station et moi. C'est là que j'ai fait mon meilleur résultat. Ça m'a vraiment fait du bien de confirmer mon potentiel. Un peu plus et j'aurais pu commencer à douter.»

C'est que Thomas Frey a la fâcheuse habitude de ne pas finir une part non-négligeable de ses courses. *«J'ai un ski à engagement maximal. Pour pouvoir faire des choses parfaites et être régulier, il faut que je sois prêt physiquement. Ça n'a pas toujours été le cas. Mais là, je le suis.»*

En géant, comme toujours. De loin sa discipline préférée. Celle où son petit gabarit explosif (1m72 pour 74 kg) s'exprime à merveille. *«Et pourtant, c'est en super-G que j'ai été deux fois vice-champion de France. une fois derrière Dalcin, l'autre derrière Théaux*, s'amuse le skieur des Arcs qui va chercher son inspiration ailleurs.

«J'aime beaucoup la façon de skier de Ted Ligety (Etats-Unis). *Il envoie à fond, il prend des risques. C'est le ski de l'avenir. En plus, à mon âge...»*

Ligety, Grange... Thomas Frey en est persuadé. Un jour, lui aussi goûtera au succès qu'on croirait dû à cette génération dorée, celle des 1984. **Mathieu Pfeffer**

Bio express

- Né le 19 novembre 1984 à Colmar.
- 1m72, 74 kg
- Licencié au SC Les Arcs.
- Ses meilleurs résultats.
- Coupe du monde : 15e (Adelboden 2008), géant (14 départs).
- Coupe d'Europe : 4e (Valloire 2004 et Serre-Chevallier 2007), géant.
- Championnats du monde juniors : 9e (Maribor 2004), géant.
- Championnats de France : 2e (Val d'Isère 2006 et 2007), super-G.

Omnisports / Le kinesiotaping au service des sportifs

Du beau, du bon, du nouveau

■ Ceux, noctambules, insomniaques ou... tennis(wo)men suivant actuellement les Internationaux d'Australie n'ont pas pu ne pas le voir. Terminé les strappings aussi imposants qu'inesthétiques, place au kinesiotaping.

C'était le temps du strap et du dolpic, sortes de cilices censés faire du bien... Le temps du système D, du XL1, des effets placebo et d'un staf médical réduit à une seule et unique personne tenant plus du porteur d'eau, dans le meilleur des cas muni d'une bombe de froid, que du kiné tel qu'on le connaît aujourd'hui.

C'était il y a 20 ans, guère plus. Parce que ça ne fait véritablement que depuis ce temps-là que kinésithérapie et sport ont décidé de faire bon ménage.

Une nouvelle technique

«C'est vrai que la kinésithérapie n'a intégré le monde du sport que depuis peu, lâche Ludovic Delaunay qui, avec son compère et associé Sébastien Échinard, suit Sélestat handball depuis une dizaine d'années, arrivés là par le biais d'Olivier Engel. *L'histoire de la kiné du sport est récente, mais elle a progressé à la vitesse grand V.»*

Le célèbre strap, nettement plus rassurant que curatif, est ainsi en voie de passer à la trappe. Une petite révolution dans les mentalités, un énorme changement dans la thérapie.

Tout ça à cause d'un Japonais dénommé Kenzo Kaze qui, il y a 25 ans déjà, découvrit qu'il valait mieux soulager et guérir en même temps que soulager tout court. Le kinesiotaping était né.

«Jusqu'à aujourd'hui, le strap, c'était ça : on serrait, on bloquait en se disant que si ça ne bougeait plus, ça ne ferait plus mal, continue Ludovic Delaunay. *Le but du kinesiotaping, nouveau concept du strap, est de traiter la douleur en augmentant la mobilité.»*

Les seuls en France

Plutôt que de compresser, cette nouvelle technique consiste à soulager. A décoller la couche superficielle de la peau du plan profond pour relancer la circulation sous-cutanée. Le kinesiotaping permet de drainer les inflammations, les œdèmes et les hématomes.

D'agir sur les récepteurs mécaniques de la douleur, de diminuer cette dernière en accélérant le processus de guérison. *«C'est réellement une avancée. Pas une amélioration, mais véritablement une nouvelle technique.»*

Intéressant, d'autant que les applications sont multiples. Ces petits rubans adhésifs de toutes les couleurs (ce n'est qu'esthétique) qu'arborent pas mal de sportifs de très haut niveau (Séréna Williams, Justine Hénin, Tiger Wood ou David Beckham) sont efficaces, une fois bien appliquées bien sûr, en cas de lésion musculaire (de la contracture à la déchirure), de tendinite, d'hématomes on l'a dit ou d'entorses.

Reste effectivement à savoir les utiliser, ces bandelettes. Et, pour l'heure, seuls Ludovic Delaunay et Sébastien Échinard sont, en France, formés pour le faire.

«C'est Christian Omeyer, de retour de Kiel où il était allé voir Thierry, qui m'en a parlé il y a un an, les résultats étant, paraît-il, spectaculaires. Lorsqu'une opération des ligaments croisés, en juin dernier, m'a donné le temps de le faire, je me suis intéressé à cette technique, via tous les sites internet possibles. Personne n'appliquant cette méthode en France, nous avons dû passer nos diplômes en Italie. Aujourd'hui, nous sommes les seuls à pouvoir utiliser le kinesiotaping en France et les handballeurs sélestadiens sont les seuls à en profiter...»

Formation

Les seuls pour l'instant, pas pour très longtemps. Ce week-end, les deux Sélestadiens animeront, en effet, une formation à laquelle ont été conviés tous les intéressés alsaciens, ceux soulageant à longueur de week-end, voire de semaines, les sportifs en tout genre.

Le Racing, la SIG, l'Étoile Noire, le FC Vendenheim, pas mal de hanbdballeurs dont les kinés de Montpellier ou de Paris seront de la partie.

Ceux-là et Maurice Hausser, l'ancien du Racing aujourd'hui à la Robertsau. *«Mon maître,* termine Ludovic Delaunay. *C'est lui qui m'a tout appris sur le strap. Et, aujourd'hui, c'est moi qui lui enseigne le kinesiotaping...»* **A.V.**

Pour tout renseignement : kinesiotaping-France-formation@orange.fr

En France, seuls Ludovic Delaunay et Sébastien Échinard ont été formés pour pratiquer cette forme de kinésithérapie. (Photo DNA – Franck Delhomme)