

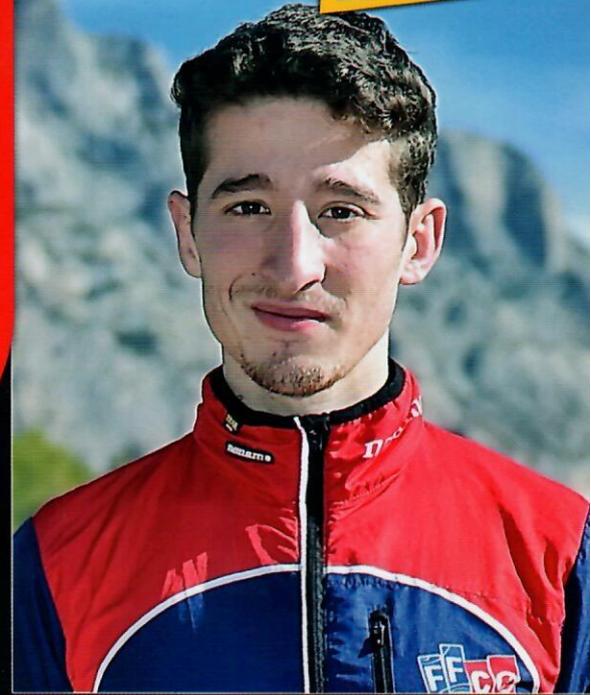
SPORT

santé

BIMESTRIEL DU SPORT AIXOIS N°340 / DEC 2020 - JANV 2021 / 4 €

SPORTIF du MOIS
Trophée

FRANCE
SPORT



Guilhem Elias
AC AURELIEN



KARL KONAN
ET LE **PAUC**
FONT LE SHOW...

À HUIS CLOS

RENCONTRE

Fabrice Mège



de passage à Aix

Guilhem Elias

Voilà cinq ans que le nom de cet espoir de la course d'orientation apparaît régulièrement dans la rubrique des résultats. Ne fut-il pas distingué au titre de "Sportif de l'Année" 2018, à égalité de points avec son camarade de l'AC Aurélien, Adrien Delenne ?

Guilhem Elias se devait de passer un jour par la case "Sportif du mois". Et si cela se produit l'année même où il aura obtenu le moins de résultats - crise sanitaire oblige - cela est dû à son bon comportement dans les épreuves françaises du mois d'août, à sa récente "échappée" dans le championnat France de la montagne... et surtout à des qualités morales à la hauteur de ses qualités physiques. Focus sur un athlète au cœur pur, promis à un bel avenir au niveau international.



La CO est le sport le plus fair-play

Alors qu'il vient d'entamer sa 3^e saison au pôle France, Guilhem ne sait pas à quel moment il pourra retrouver la compétition internationale. Le deuxième confinement n'empêchant pas les athlètes de haut niveau de s'entraîner, Guilhem Elias a donc rejoint le pôle France de Clermont-Ferrand, où il est décidé à travailler dur, afin de préparer son passage en catégorie seniors, en janvier 2021. Entretien en "visio" avec un garçon toujours partant, dès qu'il est question de course d'orientation...

– Guilhem, comment as-tu vécu la longue période d'arrêt des compétitions ?

"On a passé tout le confinement à préparer les championnats de France juniors qui devaient avoir lieu fin juin et dont on a appris l'annulation quinze jours avant. Cet été, je suis rentré m'entraîner chez moi, à Rousset. Moralement, c'était très dur. J'ai réussi à maintenir un bon niveau de forme. J'étais prêt à disputer mes derniers championnats du monde juniors. L'année où j'avais de réelles chances de titres mondiaux, tout est tombé à l'eau."

– Comment s'est passé la reprise ?

"En septembre, nous avons fait un stage en République tchèque sur les lieux des championnats du monde seniors 2021. Mais nous n'avons pas pu participer

aux épreuves qui devaient avoir lieu là-bas en octobre. Alors, je me suis aligné au championnat de France de la montagne à Super Dévoluy. Je me suis classé 7^e en espoirs."

– Et actuellement au pôle de Clermont-Ferrand ?...

"Les sportifs de haut niveau étant autorisés à s'entraîner pendant le confinement, nous avons une préparation normale en vue des compétitions de mars. Je passe en seniors au 1^{er} janvier 2021 et ça va être très très chaud, avec une grosse intensité. Cela sera dur de se qualifier pour les championnats du monde, car la sélection française (...dont fait partie Adrien Delenne) ne comprend que 3 coureurs par format. Mon objectif sera de réussir les courses qualificatives. A moi de gagner ma place."

(suite p. 26 >>>)



Grand espoir de la discipline, il est fier de porter la tenue de l'équipe de France.

Digest

Sa fiche

1,72 m – 57 kg
Né le 7 mars 2000, à Aix
Une sœur : Pauline (23 ans), qui fait de la course à pied en loisir
Étudiant en 2^e année d'IUT informatique au pôle France course d'orientation de Clermont-Ferrand.

Parcours sportif

Le petit Guilhem n'a que 7 ans lorsqu'il se met à la course d'orientation, qu'il définit lui-même comme "sport très familial pour les 7 à 77 ans". Ses débuts se passent évidemment à l'AC Aurélien, où évolue déjà son père, Pierre Elias. A l'école de Pierre Delenne, le mercredi à Venelles et d'un papa très présent, Guilhem va bien s'orienter, même s'il reconnaît que "dans les premiers temps, ça l'embêtait un peu", à un stade de son apprentissage où les parcours sont jalonnés. Mais le gamin un peu hyper actif a besoin de courir. Il fera d'ailleurs parallèlement de la course à pied de 13 à 16 ans, à Trets. Guilhem débute la compétition en H10 et ne tarde pas à obtenir son premier titre national, en Bourgogne. "C'est là, dit-il, que je me suis rendu-compte de ce

qu'était la course d'orientation. Ce fut une révélation. Je m'en souviendrai toujours."

En H10, H12 et H14, le petit espoir de l'ACA rafle tous les titres nationaux dans sa catégorie, comme il continuera à le faire par la suite. Concentrons-nous plutôt sur son parcours international...

En H16, il est donc en équipe de France cadets, dont l'entraîneur référent n'est autre que Mathieu Puech... de l'AC Aurélien. Les résultats sont probants dès sa première saison dans la catégorie. Aux championnats d'Europe EYOC, en Roumanie, il est 1^{er} en Longue Distance et gagne en relais avec

Pierre Erbland et Guilhem Haberkorn.

En 2016, élève de la section sportive CO à St Etienne, il est à nouveau très performant aux championnats d'Europe EYOC, en Pologne : 3^e en LD, 1^{er} en sprint ("une surprise, dit-il, pour une première dans ce format") et 1^{er} en relais avec Mathis Gennaro et Guilhem Haberkorn.

En 2017, l'espoir de l'ACA enchaîne en H18 avec deux nouveaux titres européens, en Slovaquie. Il gagne en LD et en relais, en compagnie d'Alexandre Vergnaud et Pierre Erbland. Il est par ailleurs surclassé pour disputer ses premiers

championnats du monde juniors, en Finlande, où le relais français se classe 6^e ("... dans la cour des grands", souligne Guilhem). A sa 2^e année en H18, le Roussetain de l'ACA, champion de France en H20, se concentre essentiellement sur les championnats du monde juniors (JWOC), disputés en Hongrie. Il s'y classe 6^e en relais avec l'équipe de France, 15^e en sprint, 18^e en MD et 24^e en LD. Il obtient par ailleurs une bonne 2^e place en MD à la manche suisse de la Coupe d'Europe juniors. A la rentrée 2018-2019, Guilhem Elias rentre au pôle France à Clermont-Ferrand. Il est encadré par Simon Leroy (entraînement et technique) et David Sebillot (préparation physique). Il domine les championnats de France juniors, avant d'aller décrocher trois podiums aux championnats du monde, au Danemark : 2^e en MD, 3^e en sprint et 3^e en relais avec la France, associé à Guilhem Haberkorn et Quentin Moulet. En septembre 2019, il remporte encore une médaille d'argent en Coupe d'Europe juniors, en Ardèche... avant de connaître une saison quasiment blanche, en raison de la crise sanitaire. Il obtient néanmoins de bons résultats dans les épreuves organisées en France en août dernier.



Très tôt présent sur les podiums au niveau international. Déjà en 2015, aux championnats d'Europe cadets, avec ses copains de l'équipe de France Pierre Erbland et Guilhem Haberkorn.

Je ne quitterai jamais mon club

– Le fait que la course d'orientation ne soit pas discipline olympique, qu'est-ce que cela t'inspire ?

"Un sentiment mitigé. Le négatif, c'est au niveau du manque de visibilité de notre sport. Cela veut dire moins de financements, moins de débouchés. Le point positif, c'est qu'on évite une médiatisation qui pourrait déformer la CO, car on ne s'intéresserait alors qu'au sprint, le format le plus télégénique. De plus, pour espérer être olympique, il faudrait se rapprocher de la Fédération d'athlétisme. Cela voudrait dire moins de

financement pour le haut niveau dans notre discipline. Le fait que l'on soit une petite fédération autonome, au sein de laquelle on est très bien entouré, permet aussi une belle émulation. La CO est un sport magnifique, familial où les coureurs ne pensent pas à tricher. C'est le sport le plus fair-play que je connaisse."

– Quels sont tes points forts en compétition ?

"Sans doute le rapport carteterrain. J'ai une bonne affinité, surtout si le terrain est technique et difficile à déchiffrer. Au niveau physique, j'ai toujours été au

niveau, surtout sur les longues distances."

– Et ton point faible ?

"Je pense avoir une grosse marge de progression à l'entraînement. J'ai tendance à me déconcentrer, à sur-jouer, à vouloir trop en faire, alors qu'en compétition il faut être focus dans sa bulle."

– Ta discipline préférée ?

"Le relais, une aventure avec ses potes. On court pour les autres. Et c'est très stratégique."

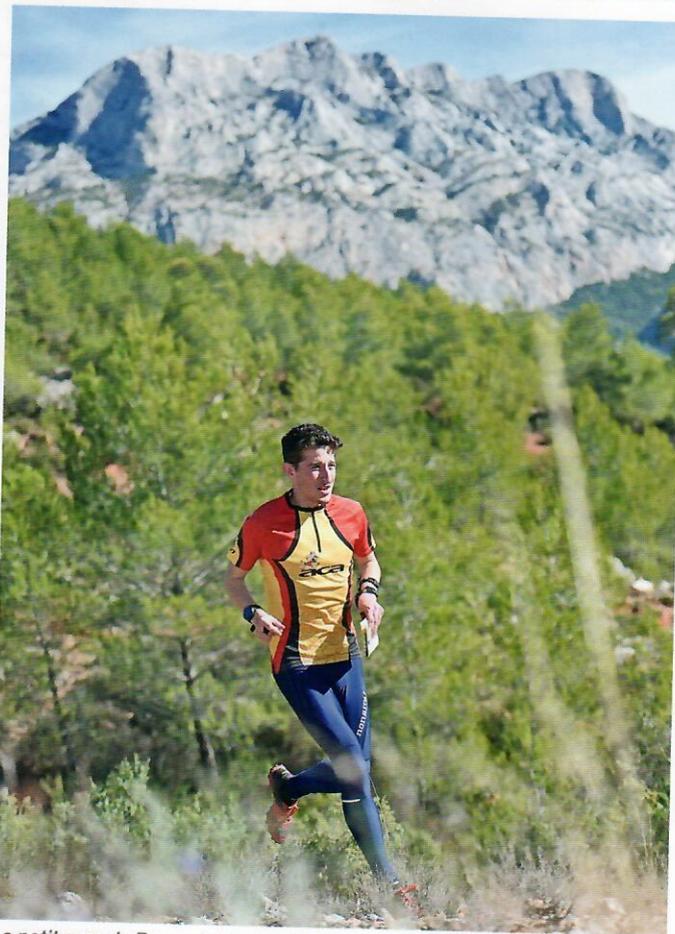
– Tes objectifs de carrière ?

"Je rêve d'être sur la première

marque du podium, de passer quelques années en équipe de France seniors. Mais je n'aime pas trop me projeter et me donner des objectifs de résultats. Je cours avant tout contre moi-même, avec l'envie de me dépasser. Dans un premier temps, je vais m'efforcer d'engranger de l'expérience."

– Et ensuite ?

"J'estime avoir sept années devant moi à haut niveau. Si un jour je me lasse, je passerai sur le trail... mais la CO n'est pas près de me saouler."



Le petit gars de Rousset très à l'aise sur les parcours de Roques-Hautes, au pied de la Sainte-Victoire.



Ses meilleurs titres à l'occasion des championnats du monde juniors 2019, au Danemark, où il a remporté trois médailles.

TAC au TAC

Si tu devais te définir en un seul mot ?

« Passion. »

La qualité que tu te reconnais volontiers ?

« Déterminé. »

Le défaut que tu aimerais cacher ?

« La procrastination. »

Le plus grand champion de l'histoire ?

« Kilian Jornet, champion d'ultra-trail et de course en montagne. »

Le numéro un dans ta discipline ?

« Lucas Basset, le meilleur français actuel. »

Le nom d'un sportif qui t'agace ?

« (...) Neymar m'agace un peu. Mais je dirai Eder... pour avoir marqué le but contre la France en finale de l'Euro 2016. »

La personne publique avec laquelle tu aimerais de boire un pot ?

« Les youtubeurs, Mcfly & Carlito... très drôles. »

Ton plus beau souvenir sportif ?

« Notre 3^e place en relais aux championnats du monde juniors 2019, au Danemark. »

Ta plus grosse galère ?

« Une entorse à la cheville qui m'a privé d'une Coupe d'Europe juniors (... je me suis fait ça en jouant au foot deux jours avant de partir). »

Si tu n'avais pas fait de la course d'orientation ?

« J'aurais fait du trail et de la course en montagne. »

Tes loisirs ?

« Musique, lecture, grosses sorties longues en montagne avec des potes... »

Qu'est-ce que tu écoutes ?

« Pop, rock, rap... tout. Je suis bon public en musique dès lors qu'il y a du rythme. »

Un film ?

« Les films d'animation de Hayao Miyazaki. »

Un acteur ?

« Will Smith... il est trop fort. »

Qu'est-ce que tu lis ?

« Des romans classiques, fantastiques... de tout. »

Ton plat préféré ?

« Il y en a plein. Je suis fin gourmet. Je dirai le tajine préparé par ma mamé. »

Qu'est-ce que tu bois ?

« Du thé, beaucoup de thé et, après 15 heures, une infusion. »

FRANCE SPORT

Coupes
Trophées
Médailles

remise 20% aux clubs

E-mail : magasin@france-sport.fr

Les Jalassières - Z.I. - 13510 Eguilles
Tél. 04 42 52 19 10 - Fax 04 42 20 42 30

