

# SPORT

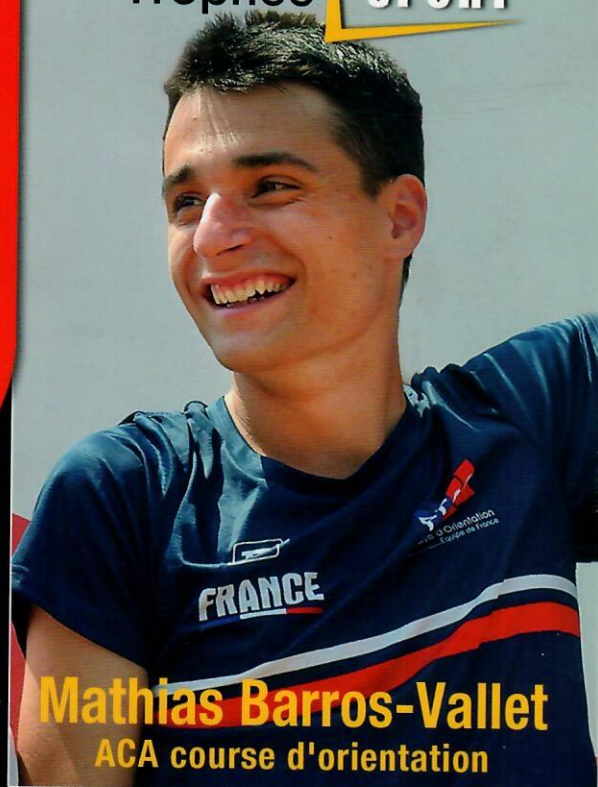
## santé

MAGAZINE DU SPORT AIXOIS N°353 / SEP-OCTOBRE-NOV 2023 / 5 €

## LE RENDEZ-VOUS

SPORTIF du MOIS  
Trophée

FRANCE  
SPORT



**Mathias Barros-Vallet**  
ACA course d'orientation



## SOULEIMANE PREND DATE



# Mathias Barros-Vallet

Au sein du seul club aixois capable d'évoluer au niveau élite avec les seuls produits de sa formation, on peut voir émerger un jeune champion de 20 ans aux indéniables qualités physiques et morales, parfait profil du "Sportif du Mois". Mathias Barros-Vallet – c'est de lui qu'il s'agit -- est ainsi distingué dans une rubrique où l'ont précédé ses aînés de l'AC Aurélien, Adrien Delenne et Guilhem Elias, deux valeurs sûres de la course d'orientation. Très bien noté aux derniers championnats du monde juniors (JWOC), avec l'équipe de France, au sein de laquelle évolue également sa jeune camarade de l'ACA, Annabelle Delenne, Mathias confirme ses bonnes dispositions de course en course et ne déroge pas aux valeurs défendues depuis toujours par son club. Gros plan sur Mathias Barros-Vallet, valeur montante de l'AC Aurélien... et d'Aix Athlé Provence, club où il est également licencié.

*Mathias est toujours très motivé sous le maillot de l'AC Aurélien.*



*L'espoir Barros-Vallet à point nommé au rendez-vous des championnats du monde juniors.*



# La course d'orientation est un sport magnifique

Nous avons eu la chance de rencontrer le Sportif du mois fin août, à l'occasion d'un des rares séjours qu'il a le loisir de passer en famille dans l'année. Car entre stages, compétitions nationales ou internationales, présence au pôle de Clermont-Ferrand et études supérieures, Mathias Barros-Vallet n'est pas souvent chez lui, à Meyrargues, ou dans son club à Aix. Les sportifs de haut niveau connaissent la musique. Donc, pas de quoi désorienter l'espoir de l'AC Aurélien. Bref échange avec un garçon naturellement sincère, lucide et imprégné de ce sens des valeurs qui caractérise le petit monde de la course d'orientation.

– Au fait, pourquoi as-tu choisi la course d'orientation ?

"Parce que ce sport allie qualités physiques et mentales. La tête et les jambes... c'est ce qui me plaît le plus. Il ne suffit pas de courir vite, il faut aussi savoir où aller."



Une équipe de France qui n'engendre pas la mélancolie lors des derniers JWOC en Roumanie.

– Et chez toi, qu'est-ce qui prédomine ?

"Les jambes, sans hésitation."

– Cela gêne-t-il la "sacro-sainte" lecture de carte ?

"Comme le physique est mon gros point fort, j'ai tendance à aller trop vite en course, au détriment d'une bonne lecture

de carte. Je commets trop de fautes par rapport au niveau mondial, même si je compense en partie par ma vitesse de course. Si l'on va trop vite et que l'on se met dans le rouge, il y a moins de lucidité. Il faut trouver un compromis entre vitesse et précipitation.

(suite p. 26) ➤



La famille Barros fait corps aux côtés du fils aîné, Mathias. De bas en haut, la frangine Oriane, papa José, maman Laure et le petit frère Arnel.

## Digest

### Sa fiche

1,79 m – 65 kg

Né le 18 février 2003, à Aix.

Une sœur, Oriane (18 ans) artiste et un frère, Arnel (16 ans) circassien... et également orienteur depuis peu. Pensionnaire du pôle France jeunes course d'orientation, il est étudiant en école d'ingénieur (mécanique) à Clermont-Ferrand.

Licencié à l'AC Aurélien (course d'orientation) et à Aix Athlé Provence.

### Parcours sportif

Tout gamin, Mathias s'éveille au sport par le baby-judo et le baby-badminton. Deux années à l'AUC Judo et davantage à l'AUC Bad (où ses parents José et Laure sont très impliqués), puis au CS Pertuis, plus proche de Meyrargues, où vit la famille. Parallèlement, Mathias découvre la course d'orientation à l'âge de 7 ans, à l'école de Pierre Delenne et Colette Jouve. Il dispute ses premières compétitions à 9 ans et décroche son premier titre en 2013, lors du championnat de Ligue LD, au Moulin de Daudet, à Fontvieille.

Il va ensuite terminer régulièrement sur les podiums régionaux, ce qui va lui permettre de participer à ses premiers championnats de France en H12. Le véritable déclic chez Mathias se produit avec sa victoire au championnat de France H14, en Moyenne Distance (2017). Lui qui, jusque-là, tournait autour de la 20<sup>e</sup>

place au niveau national, va régulièrement pointer dans le top 5 de sa catégorie. Il connaît sa première sélection en équipe de France -18 en 2018, lors du stage dirigé par Simon Leroy dans le Vercors et dispute sa première compétition internationale EYOC en 2019, en Biélorussie, où il terminera à une anecdotique 50<sup>e</sup> place sur la LD et 55<sup>e</sup> place sur le sprint.

À la fin de l'année 2020 (... anéantie par le Covid), Mathias Barros-Vallet, passé en H18, confirme sa montée en puissance lors des épreuves de Fontainebleau, substitués des championnats de France qui n'avaient pu avoir lieu. Il gagne le sprint et la LD et se classe 3<sup>e</sup> de la MD.



Un jeune Aixois déjà repéré en H14.

À côté de la CO, Mathias se montre performant en course à pied, sous le maillot d'Aix Athlé Provence. En cadets, il signe un chrono de 8'49" sur 3000 m, qualificatif pour les championnats de France cadets (... annulés). Il multiplie les podiums en cross-country et se classe 2<sup>e</sup> des interrégionaux.

En 2021, champion de France de sprint H18, à Béziers, il va décrocher son premier podium international pour sa dernière année en -18 à l'occasion des championnats d'Europe des jeunes (EYOC), en Lituanie : il est 3<sup>e</sup> de la course sprint (19<sup>e</sup> en LD).

L'espoir de l'AC Aurélien passe un nouveau palier en 2022. Il fait partie de l'équipe de l'ACA championne de France de relais sprint (avec Guilhem Elias, Annabelle Delenne et Cécile Dodin) et 2<sup>e</sup> club de National 1. Parti au Portugal pour les JWOC, Mathias se classe 25<sup>e</sup> du sprint, mais il est sur le podium mondial du relais sprint, avec ses camarades de l'équipe de France, Basile Basset et Guilhem Verove.

Lors de la coupe d'Europe juniors (JEC), en Allemagne, il se classe 3<sup>e</sup> en individuel sur le sprint et 6<sup>e</sup> en LD. Côté course à pied, Mathias remporte les interrégionaux de cross-country à Serres et termine 13<sup>e</sup> du championnat de France aux Mureaux. Il se classe par ailleurs 7<sup>e</sup> du championnat de France juniors de course en montagne, discipline qu'il apprê-

cie et qui l'amènera en 2023 à participer à une manche de coupe du monde (montée du Nid d'Aigle), à St Gervais.

L'année 2023 s'avère également très positive pour l'athlète aixois de course d'orientation. Il est champion de France sprint par équipe avec l'AC Aurélien, aux côtés d'Hélène Champigny, d'Adrien et Annabelle Delenne. A titre individuel, il est 2<sup>e</sup> en MD (H20), ne perdant le titre que sur les dernières balises après avoir caracolé en tête.

Pour sa dernière année avec l'équipe de France H20, il dispute les championnats du monde JWOC en Roumanie, où il se classe 11<sup>e</sup> du sprint et 4<sup>e</sup> du relais sprint, en compagnie de Guilhem Verove, Alix Villar... et Annabelle Delenne, sa camarade de l'AC Aurélien. Il participe ensuite au très relevé meeting international sprint de Gand (15<sup>e</sup>), en seniors, puis à la coupe d'Europe juniors, en Belgique, où il doit se contenter d'une modeste 10<sup>e</sup> place en MD.

Invité à se confronter aux meilleurs orienteurs français (dont un certain Adrien Delenne), lors des sélections pour l'EOC (championnats d'Europe seniors) début septembre, Mathias est entré de plein pied dans la catégorie seniors et remporté la première des deux courses qualificatives, ce qu'il lui permet d'obtenir sa première sélection pour l'EOC (4 au 8 octobre prochains en Italie).





L'erreur la plus grave, c'est lorsque tu penses être à un endroit... et que tu n'y es pas. Dans ce cas, je m'énerve contre moi-même..."

**- Qui t'a le plus appris dans ta discipline ?**

"Pierre Delenne, qui m'a enseigné tous les aspects de la course d'orientation. Lui et Blandine m'ont véhiculé sur tous les événements. Les Delenne sont ma deuxième famille. Et puis, l'AC Aurélien est un des meilleurs clubs de France, si ce n'est le meilleur. C'est grâce à lui si j'en suis là."

**- Aujourd'hui, quels sont tes meilleurs atouts dans la course d'orientation ?**

"Je peux être très rapide sur 15 ou 20 minutes d'effort. En améliorant mes qualités d'endurance, je pourrais être bon en Longue Distance, à condition de passer un cap techniquement. Car ce n'est pas la détermination à bien faire qui me manque. J'ai une préférence pour les terrains très durs physiquement, avec du dénivelé et des secteurs course importants. Cela dit, je ne pense pas être véritablement doué pour la course d'orientation. Mais c'est un sport que je trouve tellement beau que j'ai envie de tout donner."

**- Le fait qu'il ne soit pas au programme olympique t'inspire quelle réflexion ?**

"Il semble compliqué de l'envisager aux Jeux Olympiques, en raison du secret à respecter autour des tracés qui sont dévoilés qu'au départ. Est-ce que dans le contexte si important des JO, on ne risquerait pas de faire la part belle aux tricheurs ?"

**- Quelles sont tes ambitions dans ton sport ?**

"J'espère monter sur les podiums internationaux en seniors d'ici 5 ou 6 ans. Je demande du temps, car je sais qu'entre les catégories juniors et seniors, la marche est assez haute."

**- Penses-tu pouvoir bénéficier un jour de compensations financières en course d'orientation ?**

"A moins de faire partie des meilleurs mondiaux, qui ont la possibilité de trouver des sponsors, cela me paraît peu probable. Si je ne parviens pas à être très bon en course d'orientation... je m'orienterai vers le trail. J'ai les qualités physiques pour..."

*Mathias nous indiquera par ailleurs que pour la pratique du trail, il fait déjà partie du team espoirs Hoka/Buff qui l'équipe*

**L'avis de Pierre Delenne**

"Mathias est un gars super. Cela a toujours été un régal de se déplacer avec lui sur les compétitions. Il ne pose aucun problème et se montre très autonome. On se réjouit de le voir évoluer au niveau international chez les jeunes et on a bon espoir de le voir progresser encore en acquérant une plus grande stabilité technique, ce qu'il est toujours difficile à faire en course d'orientation."



Du bon boulot avec l'équipe de France aux JWOC 2023, en sprint comme en forêt.



des pieds à la tête et lui apporte une aide financière. Voilà qui ouvre des horizons pour un athlète racé et juteux qui a le potentiel évident pour performer dans les courses de fond. Mais pour l'heure, c'est bien du côté

de la CO que le Sportif du mois a le regard tourné, avec l'espoir d'imiter son aîné de l'AC Aurélien, Adrien Delenne, devenu un des cadres majeurs de l'équipe de France dans la spécialité sprint.

**TAC au TAC**

**Si tu devais te définir en un seul mot ?**

« Déterminé. »

**La qualité que tu te reconnais volontiers ?**

« La gentillesse. »

**Le défaut que tu aimerais cacher ?**

« Je veux toujours avoir raison. »

**Le plus grand champion de l'histoire ?**

« Usain Bolt. »

**Le numéro un dans ta discipline ?**

« Thierry Georgiou. Mon idole : Matthias Kyburz. »

**Le nom d'un sportif qui t'agace ?**

« Mbappé. »

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

« Hans Zimmer, compositeur de musiques de films. »

**Ton plus beau souvenir sportif ?**

« Notre victoire au Portugal en 2022 sur l'Urban relais, avec l'équipe de France et La Marseillaise qui a suivi. »

**Ta plus grosse galère ?**

« La Longue Distance du JWOC 2022, au Portugal, où j'ai couru 1h40 avec

une épaule uxée. »

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

« Je pense que j'aurais fait du cyclisme. »

**Tes loisirs ?**

« Ça tourne autour du sport. J'aime bien faire du vélo. »

**Qu'est-ce que tu écoutes ?**

« Principalement du rap, qu'il soit français, américain... ou suédois. »

**Un film ?**

« Interstellar »

**Un acteur ?**

« Une actrice : Adèle Exarchopoulos. »

**Qu'est-ce que tu lis ?**

« Pas grand-chose. Je lis pas mal d'ouvrages sur l'entraînement/la physiologie. »

**Ton plat préféré ?**

Le Bacalhau à bras, plat portugais à base de morue et de chips pomme de terre, surtout celui préparé par ma grand-mère, "Bóbó Maria".

**Qu'est-ce que tu bois ?**

« De l'eau minérale Saint-Yorre. »



Un jeune international attentif aux conseils du coach de l'équipe de France, Olivier Coupat.

# FRANCE SPORT

remise 20% aux clubs

E-mail : [magasin@france-sport.fr](mailto:magasin@france-sport.fr)

Les Jalassières - Z.I. - 13510 Eguilles

Tél. 04 42 52 19 10 - Fax 04 42 20 42 30

Coupes  
Trophées  
Médailles

**LE TROPHÉE FRANCE SPORT réservé à Yohan Barbieri**

Sportif du mois du printemps, l'espoir de l'AUC Badminton, se verra remettre le joli trophée France-Sport à la reprise de la saison 2023-2024.

