RÃ©actions Ã chaud de Laetitia Roux aprÃ¨s les championnats du monde de ski alpinisme

AprÃ¨s course

PostÃ© par : PHILFT
PubliÃ©e le : 27/2/2011 22:09:03

Bilan

Â«Â Quatre Ã©preuves disputÃ©es, quatre mÃ©dailles, une d'or et Â trois en argent, c'est beauÂ ! J'ai une petite dÃ©ception sur la course individuelle du jeudi 24 fÃ©vrier. Les changements de programme suite Ã des chutes de neige ont modifiÃ© l'enchaÃ®nement des Ã©preuves. Je n'avais pas prÃ©vu de devoir disputer quatre courses en quatre jours et du coup je suis arrivÃ©e le matin de la course un peu diminuÃ©e. Si j'avais voulu mettre toutes les chances de mon cÃ´tÃ© pour l'individuelle il aurait fallu que je ne dispute que cette course. Mais c'est quand mÃªme dommage de faite l'impasse sur des Ã©preuves quand on a les capacitÃ©s d'accÃ©der Ã un podium dans toutes les disciplinesÂ !Â Â»

Meilleur souvenir

Â«Â Mercredi 23 fÃ©vrier, ma victoire sur le sprint. La veille ma mÃ©daille d'argent dans la Vertical Race m'avait dÃ©jÃ apportÃ© du plaisir, celle en or a Ã©tÃ© un moment de bonheur.Â Â»

Moment le plus difficile

Â«Â Jeudi 24 fÃ©vrier dans la deuxiÃ¨me montÃ©e de la course individuelle quand j'ai senti que mes jambes faiblissaient et que je prenais du retard sur Mireia Miro. Il m'a fallu bien gÃ©rer ce coup de moins bien pour assurer la mÃ©daille d'argent.Â Â»

Adversaire dame et skieur homme les plus remarquÃ©s

Â«Â Mireia Miro Valera bien sÃ»rÂ ! Le rythme qu'elle avait sur l'individuelle Ã©tait impressionnant. Chez les hommes Kilian Jornet Burgada bien Ã©videmment. Il remporte la verticale, l'individuelle et le combinÃ©. Mireia et Kilian, deux grands championsÂ !Â Â»

RÃ©sultats des jeunes

Â«Â Les jeunes, sont dans une super dynamique de gagne et skient dÃ©jÃ trÃ¨s bien. Le rythme, la technique etÂ le mental sont lÃ . Louise Borgnet et Axelle Mollaret ont tout gagnÃ©, Ã§a fait plaisir de voir des jeunes femmes qui arrivent derriÃ¨re avec envie, dÃ©termination et ambition.Â Â»

Condition physique actuelle et programme Ã venir

Â«Â Actuellement je suis Ã©puisÃ©e. Je vais cette semaine me reposer au maximum, bien dormir la nuit, faire des siestes, manger Ã©quilibrÃ©, un peu skier, peut-Ãªtre aussi me dÃ©tendre dans un spa. Je retrouve la coupe du monde le 6 mars et cela ne me laisse pas beaucoup de temps. Je vise la victoire du classement gÃ©nÃ©ral. Pour cela je dois gagner les deux prochaines Ã©tapes.Â Â»

Prochains rendez-vous hivernaux
6 mars coupe du monde, Marmotta, Italie, individuel. 17 au 20 mars, Pierra Menta, ArÃªches. 3 avril, Adamello Ski Raid, Passo del Tonale, Italie, par Ã©quipe de deux. 17 avril coupe du monde, Poland Zakopane, Pologne, individuel. 30 avril, 1 mai, Mezzalama, Cervinia, Italie, par Ã©quipe de 3.



Â

crÃ©dit photo Joan Miro