

DIJON**Groupama : une centaine de salariés débrayent**

Parce qu'ils vivent mal la fusion engagée avec le site de Strasbourg, des salariés cote-d'oriens ont manifesté.

PAGE 5

DIJON**Un pyromane arrêté en centre-ville**

Depuis le drame d'Adoma, le sujet est devenu particulièrement sensible. Un homme a été interpellé hier.

PAGE 5

RUFFEY-LÈS-ÉCHIREY**Alcoolémie négative pour le conducteur de la Porsche**

L'enquête avance dans l'accident qui a coûté la mort d'un jeune de 19 ans dans la nuit de samedi à dimanche.

PAGE 5

LE BIEN PUBLIC

N° 522 - Mercredi 29 Juin 2011 - 1 € - Fondé en 1851

BIENPUBLIC.COM

POLÉMIQUE

PAGE 4

Le curé de Précy est-il muté à cause d'un site de rencontres ?

FOOTBALL**Un défenseur pour le DFCO**

Joueur d'expérience, Cédric Varrault signe aujourd'hui pour deux ans.

PAGE 25

SANTÉ**Analyses : le coup de sang des biologistes**

PAGE 9

La performance se mesure à Dijon



Basé à Dijon, le Centre d'expertise de la performance (CEP) accueille ou a accueilli de nombreux sportifs de haut niveau à l'instar du tennisman Andy Murray ou de l'équipe de France de ski. Photo Philippe Bruchot

PAGES 2 ET 3

SOLDÉS

BOIGET
CHENÔVE 11 bis, rue P.-Langevin (à côté de St-Wolou) 03.80.59.65.00
QUETIGNY 12, bd du Champ-aux-Mehers (derrière Carrefour) 03.80.48.98.88

SORECA PNEUS

1^{er} PRIX
les PRIX TOUT COMPRIS !
MONTAGE - VALVE - ÉQUILIBRAGE
DES PRIX + NETS QUE LE NET !

* Offre valable jusqu'au 30/06/2011

03 80 21 23 07 MEURSAULT
 03 80 22 15 15 BEAUNE
 03 80 59 89 89 DIJON - CHENÔVE

	UNIRoyal	Continental	MICHELIN
175/65 x 14 82T	50 €	60 €	63 € 67 €
205/55 x 16 91V	73 €	85 €	90 € 103 €
195/65 x 15 91H	64 €	70 €	74 € 81 €
165/70 x 13 79T	42 €	52 €	60 € 62 €
185/60 x 15 84H	63 €	85 €	88 € 100 €
185/65 x 15 88H	62 €	85 €	90 € 95 €

24/11/2

3 782839 601005 06290

RECHERCHE. Le centre d'expertise de la performance basé sur le Campus de l'université de

Performance sportive : Dijon fait

Savoir. Trois conférences annuelles sont organisées par le centre d'expertise. Elles attirent les entraîneurs et les grands noms du sport.

Formation. Au CEP, il est possible de réaliser un diplôme en un an très bien coté.

Dijon abrite le temple de la recherche en expertise du sport. Les sportifs de haut niveau y sont accueillis pour évaluer individuellement leurs performances.

Le grand public ne le sait peut-être pas, Dijon abrite un centre de préparation physique unique en son genre, baptisé Centre d'expertise de la performance. L'établissement accueillera la semaine prochaine une dizaine de skieurs de l'équipe de France de ski alpin. Au fil des années, depuis sa création en 1994 par Gilles Cometti (lire ci-contre), un des grands noms de la préparation physique en Europe, le centre accueille les sportifs de haut niveau venus de toutes les disciplines : foot, rugby, kayak, ski, etc.

« L'idée générale est de se dire qu'il y a dans l'entraînement des choses faciles et d'autres plus dures à développer. La conception de Cometti est de faire l'inverse et de travailler d'abord ce qui est dur : la vitesse, la force, la puissance et de le répéter ensuite dans le temps », explique Nicolas Babault, co-dirigeant du centre.

Au tennis, par exemple, l'idée est de chercher à frapper la balle le plus fort possible, dès la première fois et de tenir ensuite sur la durée du match. Le centre a deux missions : la recherche, avec trois enseignants chercheurs et la préparation physique avec les préparateurs. Le but du jeu étant d'améliorer les performances des sportifs. « Les sportifs de haut niveau ne sont pas cobayes, ce sont les élèves de Staps (science et techniques des activités sportives) qui testent les équipements et les découvertes concernant les techniques d'entraînement initiées par les activités de recherche. Le centre, bien que situé sur le campus, fonctionne par fonds propres. Une quinzaine d'équipes (JDA, natation synchronisée par exem-



Le Centre d'expertise de la performance accueille régulièrement des sportifs de haut niveau. Photo Philippe Bruchot

« L'intérêt c'est vraiment cette possibilité d'individualiser le sportif afin de le rendre plus performant. »

Nicolas Babault, codirecteur du centre d'expertise

ple) et des jeunes des centres de formation de la région s'entraînent et se préparent également au sein du centre.

Le côté le plus médiatique, et rémunérateur, reste, bien sûr, l'accueil des sportifs de haut niveau. Médaillés olympiques, champions, équipe de foot, de tennis (y compris l'équipe anglaise) viennent évaluer individuellement leurs qualités physiques.

Le CEP dispose d'appareils uniques en Europe permettant de faire travailler les muscles sollicités selon les disciplines. Chaque machine possède un système d'évaluation qui enregistre la performance. Le skieur pourra ainsi simuler le travail des jambes sur une plateforme de vibration qui tressaute comme s'il descendait une piste. Une autre pièce renfer-

me quelques prototypes. Une autre, plus petite, ressemble davantage à un laboratoire. Une machine au nom barbare, « Ergomètre isocinétique », permet de mesurer la force des muscles des cuisses, extension et flexion, et de faire un rapport entre les deux. Si le ratio est en dessous d'une valeur seuil, il y a risque de blessures. « Cela permet d'évaluer les qualités physiques et de prévenir les risques. Le DFCO est passé sur cette machine. Pour la recherche, cela nous permet d'aller très loin dans l'évaluation du système musculaire. Couplé à

cela, nous avons toute une chaîne d'acquisitions de signaux électrophysiologiques (électrocardiogramme, échanges gazeux, pression, etc.) », souligne l'enseignant-chercheur. La visite se poursuit dans une salle plus récente, vaste, équipée d'une multitude d'appareils. Sur le côté, une piste, équipée de capteurs et de caméras permet d'évaluer la vitesse, la foulée, d'un coureur.

L'impulsion donnée par Gilles Cometti est toujours présente. Le centre de Dijon a su conserver cette longueur d'avance.

CATHERINE VACHON

Bourgogne accueille et évalue les sportifs de très haut niveau.

la course en tête

Skieurs. L'équipe de France était déjà venue l'année dernière, elle revient au centre de préparation physique dès lundi.

GILLES COMETTI, SAVANT DE LA PRÉPARATION



Gilles Cometti (à droite) était un précurseur visionnaire de la préparation sportive. Photo archives

La disparition de Gilles Cometti, en juillet 2007 avait plongé les étudiants, les professionnels et tous ses collaborateurs dans une profonde tristesse. Gilles Cometti, enseignant chercheur, était considéré par tous comme un visionnaire, un savant de la préparation physique. Il s'était passionné pour la préparation physique dans le sport. Ces travaux, ses recherches, l'avaient amené à remettre en cause des principes qui avaient force de loi. L'Italie, pourtant pionnière en la matière, avait fait appel au Dijonnais, par l'intermédiaire des préparateurs physiques des équipes de foot telle que la Juventus de Turin.

En 1994, à Dijon, il avait participé à la création du Centre d'expertise de la performance. La structure avait pour originalité de fonctionner en autogestion, avec des étudiants pouvant valoriser leur cursus avec un diplôme universitari-

re reconnu. Dix ans plus tard, le centre s'agrandissait. Des pôles espoirs, des équipes de France jeunes de volley, ou tennismen de l'équipe britannique de coupe Davis sont venus effectuer des batteries de tests. A Dijon, les basketteurs de la JDA, hockeyeurs du CPHD, handballeurs du DBHB mais aussi de Longvic ou Marsannay.

La réputation du centre a largement dépassé les frontières grâce à la personnalité et à la compétence de son directeur. Ses écrits, innombrables, ont toujours pignon sur rue. Ils sont en permanence réactualisés par ses successeurs et font toujours références. « Il était plus connu à l'étranger qu'en France », disaient ses proches, à l'époque. Homme de terrain, le chercheur était également un enseignant apprécié pour son approche originale, ses anecdotes qui faisaient mouche dans la tête de ses étudiants.

CARDISPORT : UNE AVENTURE DE PASSIONNÉS

Cardisport est une entreprise de recherche et innovation en sciences et techniques de l'activité physique en milieu sportif. Elle a été créée en 1992. Elle est basée au parc Valmy à Dijon. L'entreprise est leader en France sur ce marché de logiciels à destination des préparateurs physiques.

L'aventure a démarré avec Georges Gacon, associé et responsable des développements de la recherche et des développements et préparateur physique pour de grands clubs professionnels.

Gilles Cometti avait eu besoin d'un logiciel pour analyser les fréquences cardiaques. Il s'était alors rapproché de Cardisport pour développer ces logiciels pour le centre d'experti-



Patrick Ayroulet, directeur de Cardisport. Photo SDR

se de la performance. Depuis quelques années la société s'intéresse également à la médecine du travail.

GRAINE DE MOUTARDE



Vous avez dit performance ?

PAR JEAN-PHILIPPE GUILLOT

Dijon qui abrite, sans autre bruit que celui des athlètes qui souffrent sur leurs machines, un centre unique et reconnu dans toute l'Europe, pour l'évaluation de la performance sportive. Voilà une nouvelle positive pour la Côte-d'Or. Et de quoi donner des idées à ceux qui, en ce moment, se pressent au portillon du marathon présidentiel. Martine, François, Nicolas, Ségolène, Arnaud, Marine, Manuel et les autres, seraient peut-être bien inspirés de pousser un peu de fonte sur les bancs du CEP cet été. Histoire d'évaluer leurs capacités à encaisser et à tenir la distance. Car la course sera longue, et les partants déjà nombreux dans les starting-blocks. Pour devenir une bête de course, il faut se préparer. Et évaluer ses performances pour connaître son potentiel. Remarquez, sur ce sujet, chacun est libre de positionner son curseur. Dans toutes les courses de fond, il y a des lièvres qui démarrent fort et qui coupent leur effort avant les derniers tours, on trouve des vaillants qui semblaient en forme mais qui explosent avant la ligne d'arrivée et des finisseurs qui se battent pour la gagne. Si le centre dijonnais, était capable de « diagnostiquer » de tels candidats, les instituts de sondages auraient du souci à se faire. Et à y regarder de plus près, ce ne serait pas plus ridicule que de publier des intentions de votes douze mois avant une élection.

Encart publicitaire. - Vamda (toutes éditions).

OFFRES ESTIVALES

DEVIS GRATUIT

CENTRE-EST ISOLATION

LE PVC avec le charme du bois

HALL D'EXPOSITION

FENÊTRES PVC - PORTES - VOLETS ...

30^e ANNIVERSAIRE 1981 - 2011

REMISES EXCEPTIONNELLES

-10% -20% -30%

- Menuiseries PVC
- Stores intérieurs et extérieurs
- Volets roulants • Double vitrage
- Vérandas • Clôtures

CENTRE-EST ISOLATION

11, bd du Champ-aux-Métiers (à côté de Point Fleurs)

QUETIGNY - 03 80 46 25 12

2473638