

Les sept heures dans le viseur

COURSE À PIED Après deux ans d'absence, Florian Vieux sera à nouveau au départ des 100 Km vendredi soir. Le Chablaisien, victorieux en 2013 et 2016, tentera de boucler son pensum seelandais en moins de sept heures.

PAR CHRISTIAN KOBI

La franchir était la norme pour les vainqueurs et leurs poursuivants jusqu'à la fin des années 1990. Puis c'est devenu une exception, pour finir par être aujourd'hui une rareté. Depuis 2009 et le troisième et dernier sacre du Seelandais Walter Jenni, en 6h59'14, plus aucun lauréat des 100 Km de Bienne n'a terminé son pensum sous la barre des sept heures. «Ça tombe bien, c'est mon grand objectif pour cette fin de semaine», annonce Florian Vieux, une vieille connaissance des routes seelandaises.



Je préfère finir 15e en 6h59 que 2e en 7h25."

FLORIAN VIEUX
LE VAINQUEUR DE 2013 ET 2016
ENTEND SE CONCENTRER
SUR SA PROPRE PERFORMANCE

Le Chablaisien a déjà levé les bras au ciel devant le Palais des Congrès à deux reprises, en 2013 (7h14'00) et en 2016 (7h19'24). Mais son meilleur temps, il l'a réalisé en 2012 (7h05'45), battu qu'il fut de quelque 90 secondes seulement par le Fribourgeois David Girardet. «Pour passer sous les sept heures, tout doit parfaitement se goupiller», estime-t-il. «J'entends par là qu'il faut être dans sa meilleure forme et que la concurrence doit aussi être présente, car il n'est pas possible de réaliser un bon chrono en courant 100 km, ni même 60, tout seul.»

Par 47 degrés en Namibie

La concurrence, à ce stade, Florian Vieux ne s'en préoccupe pas. En revanche, sa forme, il ne cesse de la travailler depuis des mois. «Ce printemps,



En 2016, pour sa dernière venue aux 100 Km, Florian Vieux avait enlevé sa deuxième victoire. Il espère en ajouter une troisième samedi. MATTHIAS KÄSER

comme chaque année, je me suis offert un voyage pour participer à une course quelque part dans le monde. Là, c'était en Namibie», dévoile-t-il. Au programme: un ultra-trail en auto-suffisance de 250 km, à parcourir en six étapes. «Nous devons transporter nous-même notre nourriture et notre sac de couchage. Au début, avec un sac de 10 kg sur les épaules, ce n'était pas évident.»

On le croit volontiers. D'autant qu'avec des pics de température à 47 degrés, les dégâts peuvent être considérables. «Quand vous craquez dans ces conditions, vous ne perdez pas

cinq minutes, mais des heures...» Fort heureusement, lui n'a pas eu à en faire l'expérience. «Je n'ai connu aucun ennui en six jours et j'ai remporté la course. Pour moi, la saison est déjà réussie.»

A l'écoute de ses amis

Mais alors, dans ces circonstances, pourquoi revenir à Bienne après deux ans d'absence? «Parce que j'ai épuisé mon budget vacances pour 2019 et que je dois désormais me concentrer sur des courses en Suisse», rigole le polymécanicien de 33 ans, également adepte de lutte à ses heures perdues.

«Non, plus sérieusement, reprend-il, j'avais toujours en tête de revenir sur les 100 Km. Parce qu'il y règne une ambiance de fou, parce que c'est une des rares courses à se dérouler de nuit, et aussi parce que les amis qui me suivent me demandent chaque année d'y retourner. Ils adorent ça!» En homme courtois qu'il est, Florian Vieux les a écoutés. Mais pour pimenter la chose, il s'est mis en tête de viser les étoiles dans la nuit seelandaise. «Mes amis savent que je suis plus en forme que jamais et que je veux terminer sous les sept heures. Ils ne manquent

pas d'élever la voix pour m'encourager si je connais des difficultés», apprécie l'athlète de Val-d'Illiez, qui sait qu'il n'est pas plus qu'un autre à l'abri d'une défaillance. «Lorsque j'avais dû abandonner les 100 Km (réf: en 2015), je ne ressemblais plus à rien. Dans ce genre de moment, on a beau s'être préparé de la meilleure manière possible, on redescend très vite sur terre.»

Le chrono et rien d'autre

Mais à la différence de 2015, où il avait couru un marathon quelques semaines avant l'épreuve biennoise. Florian

La «pause» de Rolf Thallinger

S'il y en a un qui a l'habitude de truster les premières places des 100 Km, c'est bien Rolf Thallinger. Mais cette année, le vainqueur de 2017 a décidé de faire l'impasse. Enfin presque. «Je participe à la course en estafette avec ma femme, nos deux filles et une de leur amie», précise le Seelandais, qui a choisi de ménager ses forces en vue du Mozart 100, un ultra-trail de 112 km et 5140 m de dénivelé qui se tient mi-juin à Salzbou. «J'ai toujours voulu y participer, mais cela tombe à chaque fois en même temps que les 100 Km. Comme j'ai reçu une invitation cette année, j'ai décidé d'y aller.» Pour autant, l'enfant de Büren n'a pas tiré un trait sur les 100 «Kils». «J'y participerai à nouveau, tôt ou tard. Et cette année, pour la première fois, je vais courir de jour...» A son programme: le dernier des cinq relais, entre Bibern et Bienne (23,3 km). **CK**

Vieux connaît mieux son corps. Et il travaille désormais avec un coach. «A mon retour de Namibie, j'ai laissé l'endurance de côté et j'ai axé mes entraînements sur la vitesse», dévoile-t-il. «Mais je suis quand même un peu dans l'inconnu, je ne sais pas si mon stock d'énergie est à nouveau plein.» S'il l'est, Florian Vieux sera à n'en pas douter le principal favori à la succession de l'Italien Hermann Achmüller. «Moi, favori? Je n'en sais rien», coupe-t-il. «Je ne sais pas qui seront mes rivaux. Et à vrai dire, je préfère finir 15e en 6h59 que 2e en 7h25.» Le chrono avant tout.

Malade, Claudia Bernasconi fera tout pour être au départ

Elle avait créé une véritable sensation l'année dernière en s'imposant sur les 100 Km, sous les yeux ébahis de tous les observateurs présents devant le Palais des Congrès. Le tout six mois à peine après avoir donné naissance à une petite fille et alors qu'elle courait la distance pour la première fois. «J'ai d'excellents souvenirs de cette course. J'espère bien pouvoir rééditer ma performance cette année», lâche Claudia Bernasconi, dont on sent poindre une hésitation dans la voix. «En fait, je suis malade depuis une dizaine de jours», avoue-t-elle. «J'ai souffert d'une occlusion intestinale et j'ai encore des douleurs aujourd'hui (réf: hier). J'attends le feu vert de mon médecin, qui n'est pas très chaud pour que je participe à cette course, mais je ferai tout pour être au départ vendredi soir.»

C'est que la Vaudoise de 35 ans, ostéopathe de profession établie à La Tour-de-Peilz, nourrit des ambitions élevées. «Je ne vais pas le cacher: si je reviens à Bienne, c'est pour gagner. J'ai effectué de supers entraînements ce printemps, j'ai réussi à améliorer mes temps sur 10 km et sur le marathon (réf: elle est championne de Suisse en titre de la discipline). Je me sentais vraiment en excellente forme avant de tomber malade.» A tel point qu'elle s'imaginait volontiers améliorer son temps de l'année dernière (8h53'33) d'une bonne vingtaine de minutes. «Je visais les 8h30, mais la donne a un peu changé depuis. Je serais déjà contente si je peux être au départ et faire aussi bien qu'il y a douze mois», dit-elle aujourd'hui.

Dans son sillage, la concurrence sera emmenée par une autre Vaudoise - née à Bienne -, Virginie Siegenthaler Bagnoud, 3e l'année dernière en 9h11'52 et qui ne cesse d'améliorer son temps depuis sa première participation aux 100 Km, en 2016. Quant à la Seelandaise Nicole Berner, 2e en 2018, elle ne s'est pas annoncée sur l'épreuve reine des Courses de Bienne. **CK**



Claudia Bernasconi s'est mise aux courses longue distance l'année dernière après sa grossesse. Avec un certain succès, comme le démontre sa victoire aux 100 Km. PETER SAMUEL JAGGI

Entre les habitués et les nouveaux venus, une ribambelle d'outsiders

Si Florian Vieux se profile comme le principal favori de la 61e édition des 100 Km, plusieurs autres coureurs semblent avoir les capacités pour venir se mêler à la lutte pour la victoire finale. A commencer par Matthias Christen, 3e l'année dernière et qui partira avec le dossard No 1 en l'absence des deux premiers de 2018, Hermann Achmüller et Rolf Thallinger. Lors de ses deux premières participations, en 2017 (4e) et 2018 (3e), le Bernois avait à chaque fois réussi à descendre sous les huit heures. Autre habitué des places d'honneur, l'Uranais Markus Camenzind (4e en 2018) aura lui aussi son mot à dire, tout comme vraisemblablement les fidèles de l'épreuve que sont le Biennois Matthias Klotz (13e participation et plusieurs top 10 à son actif) et le Soleurois Bernhard Eggenschwiler, vainqueur en 2015 dans un temps canon de 7h02'42. Mais des noms moins connus pourraient venir jouer les trouble-fête. A commencer par le Biennois Ramon Casanovas, un spécialiste des très longues distances qui considère «comme un sprint toutes les épreuves de moins de 12 heures». Ou encore l'Emmentalois Severin Lang, une pointure en marathon qui s'est entraîné spécifiquement pour les 100 Km. Le résultat? A voir samedi dès 5h du matin. **CK**