

JURAPARC UNIQUE EN SUISSE
OURS-LOUPS ET BISONS
EN COHABITATION

**OUVERT
TOUTE L'ANNÉE!**

WWW.JURAPARC.CH - TEL. 021 843 17 35

MONT D'ORZEIRES
ROUTE VALLORBE - VALLÉE DE JOUX

**NOUVEAU: Tous les vendredis soir:
Fondue à 13.-**

Tous les jours: Spécialités de bison

Chalet-Restaurant du Mt d'Orzeires - Famille Blanc

Sur les talons des insaisissables Pierre Fournier et Stéphane Heiniger



Loin de la rivalité, il y a une réelle complicité entre Pierre Fournier (à g.) et Stéphane Heiniger, bien que chacun fasse son petit bonhomme de chemin de son côté.

Muriel Antille

COURSE À PIED ■ Ils partagent à la fois la même passion, le même talent et la même aura dans la région et au-delà. Toujours aux avant-postes, le Sainte-Crix et l'Yverdonnois, amis et adversaires à la fois, ont bien voulu se prêter au jeu de la comparaison.

Ils inspirent à la fois la crainte et le respect. Leurs adversaires connaissent souvent bien mieux leurs talons que leur visage, qu'ils découvrent à l'arrivée, au sommet du podium. L'Yverdonnois Stéphane Heiniger, 32 ans, et le Sainte-Crix Pierre Fournier, 26 ans, inusables baroudeurs de la course à pied, sont les deux meilleurs spécialistes sur route du Nord vaudois, toujours à la lutte contre le chrono. Lorsqu'ils chaussent leurs baskets, rares sont ceux qui peuvent les suivre. On les a rattrapé pour vous. Interview croisée de deux hommes sur la même longueur d'onde.

La Région: Dans l'esprit des gens, vous partagez à raison le statut de meilleurs coureurs de la région. Mais quelle est votre relation au quotidien?

Pierre Fournier: On fait un

sport où on ne court pas l'un contre l'autre. On se bat avant tout contre un chrono, pour soi-même. Alors, quand Stéphane est là, ça ne change pas la donne. Mais on se tire bien la bourre.

Stéphane Heiniger: Il est même arrivé qu'on finisse main dans la main.

PF: On a également couru ensemble pour l'association Help for Hope. Il n'y a pas de rivalité entre nous. Quand j'étais plus jeune, Stéphane était l'exemple à suivre, une source de motivation. Finalement, bien qu'on coure très souvent, on ne se retrouve que trois ou quatre fois par an sur les mêmes épreuves. Chacun planifie sa saison selon ses propres objectifs.

SH: Cette année, par exemple, je vais commencer les marathons. Je fais donc des courses en fonction de cela.

Et lorsque vous vous retrouvez sur la même course, comment cela se passe-t-il?

PF (en plaisantant): Des fois, c'est la mauvaise surprise: «Y a Stéphane, ça va être dur!» (Il redevient sérieux) En fait, on est plutôt deux calmes à l'extérieur. On est fair-play avec tout le monde. Mais, à l'intérieur, c'est la guerre. On est au départ d'une course pour gagner. T'es pas d'accord?

SH: Oui!

PF: Beaucoup de coureurs ne l'assument pas. Peut-être pour s'enlever la pression.

Stéphane, pour vous, ce n'était pas difficile de voir arriver un jeune qui court aussi vite que vous?

SH: Au contraire, ça motive à maintenir le cap, à rester dans le coup. On sait, quand on a gagné, qu'on a dû se battre.

Vous accumulez travail

et compétition à un niveau élevé. Ne regrettez-vous pas de ne pas avoir pu être professionnels?

SH: Il aurait vraiment fallu sortir du lot. J'ai arrêté le duathlon au bon moment, juste après les Championnats du monde 2003, quand la Fédération a plutôt mis de côté la discipline au profit du triathlon.

PF: Ce n'est pas vraiment un sport où on peut être pro, ou alors il faut vraiment être une exception face à l'élite africaine. Pour moi, la course à pied, c'est une hygiène de vie.

SH: Et une passion. Ça fait du bien de se dépenser le soir, en sortant du bureau.

PF: Finalement, parfois, on n'en fait pas moins que certains pros. Il nous faut réussir à concilier sport, boulot, heures de sommeil et vie sociale.

Pourquoi avoir choisi la

route plutôt que la piste?

SH: En pratiquant le duathlon, j'étais toujours sur route. Je préfère l'ambiance. Et il y a plus de monde au départ.

PF: Je fais toujours un peu de piste et de montagne aussi. Mais, comme Stéphane, j'aime l'ambiance de la route.

Ce choix de vie vous impose-t-il une discipline de fer, notamment à l'heure de passer à table?

SH: J'essaie d'avoir une alimentation équilibrée, probablement plus glucidée que quelqu'un qui ne fait pas de sport. Mais je n'ai pas d'interdits. Je n'ai pas l'estomac trop fragile.

PF: On va chercher la limite, donc on tâche de manger varié pour ne manquer de rien. C'est ce qui est bien pour tout le monde en fait.

Est-il possible, alors, de s'accorder des sorties?

SH: Il y a des périodes plus tranquilles, hors saison. C'est vrai que le plus dur lorsqu'on n'est pas pro, c'est de trouver du temps pour récupérer.

PF: Ma coach tient une théorie qui dit que c'est bien d'avoir un mois, par exemple, où on sort. Ça permet de décompresser.

Finalement, la question qui brûle les lèvres: qui est le meilleur?

PF: Honnêtement, ce n'est pas qu'on ne veut pas le dire, mais on ne peut pas te le dire!

SH: Ça dépend un peu de la période.

PF: Je voudrais bien avoir son endurance d'ancien cycliste.

SH: Et moi le finish de Pierre.

PF: On n'a pas les mêmes caractéristiques, mais on arrive au même résultat!

MANUEL GREMION ■