



MICHEL DU PERREX

ACTIVITÉ PHYSIQUE
Un camp qui réunit les sportifs en herbe méritants. **PAGES 12-13**

SPORTS

11

Francis Büchi, le gymnaste aux multiples casquettes

GYMNASIQUE AUX AGRÈS

L'Yverdonnois mettra fin à sa carrière de gymnaste à domicile, au terme des Championnats de Suisse. Un événement qu'il vivra à fond, en tant qu'organisateur et responsable du cadre vaudois.

BENJAMIN AMBÜHL

De président du comité d'organisation des Championnats de Suisse agrès individuels masculins à responsable du cadre vaudois, en passant par Bussigny où il entraîne, le moins que l'on puisse dire est que Francis Büchi est quelqu'un d'impliqué dans le milieu associatif de la gymnastique vaudoise. L'Aminche, qui a débuté sa carrière gymnique il y a vingt ans à la FSG Bussigny, concourt depuis 2017 sous les couleurs de la société des Amis-Gymnastes d'Yverdon. Cette année, qui sera sa dernière en tant que gymnaste, va surtout être marquée par une fin en apothéose, avec les Championnats de Suisse masculins dans la Cité thermale, les 9 et 10 novembre prochain.

«C'est une saison parfaite pour s'arrêter. Avec ces Championnats nationaux à la maison, je terminerai en étant entouré par ma famille, mes amis, et mes camarades de club», souligne l'Yverdonnois, qui évolue en C7, catégorie reine de la gymnastique aux agrès.

Au niveau de sa préparation,



À Yverdon-les-Bains, Francis Büchi devra soigner sa sortie, en plus des performances de ses athlètes. DAVID PIOT

Francis Büchi a dû repenser son planning d'entraînement. Au bénéfice d'un Bachelor en sport de l'Université de Lausanne, l'athlète a acquis des connaissances dans le domaine qui lui servent au quotidien. «L'étude du sport m'a donné des notions de planification. J'ai donc aménagé mon programme en commençant par des entraînements quantitatifs, avec de la préparation physique en plus du travail aux engins, pour arriver progressivement au qualitatif, en mettant l'accent sur la précision des éléments. Ça me permet d'obtenir quelque chose de techniquement propre. À cela s'ajoutent des séances d'imagerie mentale afin d'être totalement prêt. Chaque année, les occasions de monter sur le podium national existent, mais c'est possible seulement en exécutant un concours parfait sur cinq engins.»

Dix ans après Orbe

C'est d'ailleurs de la tête de celui qui porte aussi la casquette de manager au Lausanne Hockey Club qu'est venue, il y a quelques années, l'idée d'organiser des Championnats de Suisse masculins à Yverdon-les-Bains. Dix ans après ceux d'Orbe, qui étaient les derniers en Suisse romande à

ce jour. «C'est l'occasion de permettre à ceux qui n'étaient pas là il y a une décennie de vivre cette expérience nationale à la maison. C'est un beau projet humain et organisationnel, dont le but est d'offrir une compétition de qualité pour les gymnastes, agréable pour les spectateurs et attractive pour les sponsors. Et avec cela, de faire rayonner la gymnastique dans notre coin de pays. Mon rôle est de coordonner et de diriger le bateau du comité d'organisation, composé d'une équipe jeune et dynamique. Nous avons la volonté de montrer qu'une fois de plus, nous savons organiser une compétition accueillante et de qualité.»

Au sommet de la pyramide vaudoise

Francis Büchi pense aussi performance. En tant que responsable du cadre vaudois, qui regroupe tous les gymnastes qualifiés pour cette compétition nationale, il est de son devoir de préparer au mieux les représentants de la gymnastique cantonale. «Tout au long de l'année, les entraînements nous permettent de mieux nous connaître. Il est essentiel de créer une cohésion d'équipe, car ces athlètes

L'évènement

Organisés les 9 et 10 novembre 2019 par les Amis-Gymnastes de Suisse agrès individuels masculins se dérouleront au complexe sportif des Isles, qui accueillera le temps d'un week-end les meilleurs gymnastes du pays. Le samedi se déroulera le concours individuel, alors que le traditionnel concours par équipes, qui verra chaque canton aligner ses cinq meilleurs gymnastes dans la lutte pour le titre national, se tiendra le lendemain. Toutes les informations relatives à cet événement se trouvent sur le site www.agy.ch/cs19, ainsi que sur Facebook et Instagram (CSYverdon2019). • B. A.

vont devoir se battre ensemble lors du concours par équipes du dimanche. La saison est rythmée par une journée au vert, qui se déroule dans la nature, loin des bacs à magnésie, un entraînement avec les plus jeunes, ainsi que des activités ludiques et des petits jeux durant chaque séance pour souder les gymnastes.» Tous les signaux sont donc au vert pour le cadre vaudois.