Aurélie Dabudyk :
le vélo, le ski, Jérôme Coppel et moi

par Nordic Magazine le 7 août 2014

4/7. Suite de notre série consacrée aux relations qu'entretiennent les athlètes nordiques avec le vélo.
•••

En couple depuis son adolescence avec le cycliste professionnel Jérôme Coppel, Aurélie Dabudyk évoque leur relation et les liens qui les unissent. Une histoire d'amour rythmée par le sport.

Comment vous êtes-vous rencontrés avec M. Coppel ?
Nous étions dans le même club de ski puis nous nous sommes retrouvés quelques années ensemble au lycée du Fayet.

Quelle relation avez-vous avec Jérôme Coppel ? Que vous apportez-vous mutuellement ?
Je pense que c'est bien que nous fassions tout les deux du sport. Jérôme est dans un autre milieu et le vélo est un sport très pro, il m'a beaucoup apporté au début. Et puis on fait des sports difficiles, d'endurance, qui demande beaucoup d'heures d'entraînement ainsi qu'une bonne récupération, on ne peut pas faire ce que l'on veut après nos séances…et le fait de faire du sport tous les deux permet de se comprendre. Dans ma famille, ainsi que mes amis, ce ne sont pas des sportifs, avec Jérôme on partage les bons moments et l'on se comprend lors des moins bons.

Comment fait-on pour vivre avec un cycliste professionnel quand on est soit même sportif de haut niveau ? Comment gère-t-on les emplois du temps ?
Jérôme est un cycliste, je ne pense pas que ça changerait beaucoup si à la place il faisait du ski, car on a le même rythme de vie. Ce qui est un peu plus dur à gérer ce sont nos emplois du temps qui ne correspondent pas toujours ! Lorsque je reprends la compétition, lui arrête et pourrait partir en vacances et inversement. Cette année par exemple je suis partie en vacances mais pas avec lui mais ce n'est pas si grave ; on en profitera davantage plus tard ! Et puis chez les cyclistes ce qui est parfois dur à vivre est leur rapport avec la nourriture. Jérôme est un grimpeur et pour eux chaque gramme est important! Il m'est arrivé parfois d'avoir prévu un restaurant le soir de ses retours de compétitions et qu'ils me disent non car il devait faire attention ! Par contre je serais contente qu'il arrête le vélo pour cela !

Accompagnez-vous Jérôme Coppel lors de ses sorties d'entraînement en vélo et inversement, vous suit-il lors des vôtres en ski l'hiver venu ?
Oui, dès que l'on en a l'occasion on fait un tour de vélo ensemble mais ça n'arrive pas très souvent car pour lui ce sont des sorties « balades » mais c'est tout ! En ski, c'est plus facile car on a quasiment la même allure d'entraînement et on s'entraîne beaucoup plus souvent ensemble l'hiver.

Aimez-vous vous lancez des petits défis entre vous pour pimenter vos sorties ?
Oui, bien sûr, se mettre des défis nous permet de ne pas laisser place à la routine, ne pas trop se lasser et de s'amuser un peu pendant les entrainements…

Le sport est-il le trait d'union de votre relation ?
Oui je pense que c'est ce qui nous à lié au départ, mais l'on partage beaucoup d'autres choses également.

D'ailleurs, qu'admirez-vous chez votre compagnon ?
Je dirais que j'admire la capacité de Jérôme à se surpasser, aller au bout de lui même lors de ses courses et puis il est toujours là pour les autres, je sais que je pourrais toujours compter sur lui !
Du côté de ses défauts je pense que Jérôme est très impulsif, toutes ses décisions sont prises sur des coups de tête et cela lui joue parfois des tours !

Que vous apporte le vélo que le ski ne vous offre pas ? Quel est l'intérêt de faire du vélo ? Que permet-il de travailler différemment ?
Pour moi le vélo est un moyen d'entraînement durant ma préparation estivale, il me permet de varier mes activités. J'aime bien en faire car on se rapproche beaucoup de l'effort que l'on fait en ski et puis l'on peu faire du vélo partout ce qui est très agréable, choisir ses parcours…

Qu'appréciez-vous dans le vélo ? Où aimez-vous en faire et pourquoi ?
J'aime le vélo car s'est un sport de plein air. Je n'ai pas eu l'occasion d'en faire à beaucoup d'autres endroits que dans notre région mais chez nous c'est très agréable, on retrouve tous les profils et on a encore des petites routes où on arrive à ne pas trop se faire klaxonner…! J'ai eu la chance de faire le tour de Corse avec le Team HSN il y a 2 ans maintenant. En début d'été, c'est très bien pour s'entraîner, et c'est l'occasion de découvrir de merveilleux coins.

Échangeriez-vous vos skis contre le vélo de votre compagnon ? Pourquoi ?
Non ! Le ski reste le sport que j'ai choisi, je ne regrette pas, je n'échangerai pour rien au monde!
Je laisse le vélo à Jérôme, il se débrouille très bien !