

Saur-Sojasun - "Le Tour de France m'a fait gagner en puissance. Ma progression passera par l'enchaînement de grosses courses qui me feront passer des paliers."



© Vélo 101

Jérôme, comment s'annonce votre saison 2012 ?

Bonne, je l'espère. Ma préparation hivernale s'est bien passée et nous sortons d'un stage avec l'équipe en Espagne. J'espère que les efforts fournis durant ces dernières semaines vont payer dès le début de la saison.

Avez-vous adopté des nouveautés durant votre préparation ?

Pas cet hiver, non. J'ai repris les mêmes bases que d'habitude, avec pas mal de ski me concernant. La différence avec les années passées, c'est que nous avons eu de meilleures conditions climatiques, donc j'ai pu rouler davantage. C'est ça le changement. Pour le reste, j'ai repris les mêmes bases que les autres années.

Le ski de fond, c'est une passion à laquelle vous continuez de vous adonner durant l'hiver ?

C'est par cette discipline que je suis arrivé au vélo. Ma copine est dans le ski de fond et ça me permet de garder contact avec cette spécialité et de bien m'entraîner l'hiver. Cet hiver j'en ai fait jusqu'au premier week-end de l'année, où j'ai participé au Marathon de Bessans, juste avant de rejoindre l'équipe en stage. C'est une épreuve à laquelle j'essaie de participer tous les ans et qui représente un bon point de repère pour moi. Cette fois j'ai terminé 13ème.

Par où passera votre début de saison ?

Je débiterai à l'Etoile de Bessèges, puis je participerai à la Ruta del Sol et à Paris-Nice. Là, ce sera mon premier objectif de l'année. J'espère être en forme pour Paris-Nice.

Qu'attendez-vous de cette saison ?

J'aimerais réussir la même saison que l'année dernière, avec une victoire en plus, ce serait bien (NDLR : la dernière victoire de Jérôme Coppel remonte au Tour du Gévaudan en septembre 2010). Après, on espère toujours faire mieux d'une année sur l'autre mais si j'arrive déjà à faire la même saison que l'an passé avec une victoire, ce sera une belle saison.



© Vélo 101

Vous avez 25 ans, par où peut encore passer votre progression ?

Physiquement, j'ai fait ma première saison complète en 2010, de février à octobre, et j'ai senti que j'avais pris de la puissance cette année-là. En 2011, j'ai fait le Tour de France, j'ai terminé 14ème, et je pense avoir gagné encore en puissance. Ma progression, elle passe par là. L'enchaînement de grosses courses va me faire passer des paliers. J'ai encore un peu de marge et j'espère, vers 27-28 ans, voir ce que je peux vraiment faire sur les courses par étapes.

Que pensez-vous de l'équipe Saur-Sojasun dans sa version 2012 ?

C'est une très belle équipe. Le recrutement a été judicieux, avec des coureurs qui vont être très performants. L'arrivée de Brice Feillu, David Le Lay, Maxime Médérel et Etienne Tortelier sont de très bons coureurs qui vont pouvoir m'épauler en montagne et même me soulager sur certaines courses en prenant des responsabilités, ce qui est très bien.

Pour le reste, le groupe n'a pas trop évolué, c'est mieux ?

Oui, c'est important la stabilité. Nous avons appris à gagner ensemble, nous avons nos automatismes, l'équipe progresse tous les ans et c'était important de préserver la base comme nous l'avons fait cette année. Au stage, j'ai trouvé que tous les gars étaient déjà bien en condition, je pense même un peu plus en avance que l'année dernière. C'est aussi dû aux bonnes conditions et c'est de bon augure pour le début de saison.

Quel était le programme du stage espagnol ?

Nous avons fait deux groupes d'une dizaine de coureurs. Quand nous avons des exercices spécifiques, on se regroupait par qualités, les grimpeurs, les sprinteurs, pour faire du bon boulot. Ce que nous avons fait durant ces dix bons jours.

Propos recueillis à Châteaubourg le 20 janvier 2012.