

IAM Cycling - "Cette saison je voudrais pouvoir m'exprimer à 100 %. Et ce dès cette semaine sur la Ruta del Sol, où j'ai déjà fait 3ème et 4ème au classement général."



Après deux saisons en demi-teinte chez Cofidis, où il n'a pas pu évoluer à son niveau à cause de problèmes de santé et de chutes, Jérôme Coppel désormais chez IAM Cycling pourrait bien revenir sur le devant de la scène. Et ce dès mercredi sur la Ruta del Sol où il s'était déjà brillamment illustré. Le garçon a du talent et reste l'un des rares coureurs français capable de jouer le classement général sur les courses par étapes accidentées comportant un contre-la-montre. Le fait d'évoluer cette saison en WorldTour avec le gratin mondial pourrait le sublimer.

Jérôme, vous avez réalisé une bonne fin de saison 2014, vous êtes-vous complètement rassuré ?
J'ai eu deux années un peu compliquées chez Cofidis, entre mon problème intestinal et les chutes. Ça a mis un peu de temps à passer, mais à partir du Championnat de France je sentais que ça allait mieux. Ensuite, le Tour d'Autriche et la Vuelta ont confirmé tout cela. Je suis content d'avoir bien fini l'année et je pense que cela devrait être vraiment mieux cette saison. Avec l'accession de l'équipe IAM en WorldTour, nous allons faire toutes les plus belles courses, la motivation est décuplée.

Vous êtes un coureur de talent et évoluer à ce niveau devrait vous permettre de vous exprimer...
Quand on est sportif, on aime toujours se confronter aux meilleurs. Ça permet d'avoir un calendrier bien précis, de ne pas être dépendant des invitations et de pouvoir cibler des objectifs, c'est important. Nous avons un effectif pour faire une bonne saison en WorldTour, on est plutôt confiants.

Avez-vous apporté des changements particuliers à votre préparation ?

Non, comme d'habitude en ce qui concerne la préparation, après la reprise, j'ai fait un peu de ski de fond et ensuite les stages. Chez IAM, je travaille avec Marcello Albasini qui est l'entraîneur de l'équipe. Les méthodes changent un peu, mais les grandes lignes restent les mêmes.

Comment fonctionne le suivi avec Marcello Albasini ?

On communique beaucoup par téléphone et par email. Je travaille avec un capteur de puissance, il me donne un plan d'entraînement journalier et ensuite je lui transmets mes données SRM, les sensations. Après analyse, on ajuste le tout afin de préparer les objectifs.

Finalement, chez IAM, vous le Haut-Savoyard êtes un peu à domicile...

Oui, je ne suis pas loin de la maison, je suis un local. C'est bien pratique d'être à côté du service-course lorsque l'on a un problème.

Vous avez à cœur de bien faire cette année, vous arrivez avec de l'ambition. Quels sont vos objectifs du début de saison ?

J'aimerais bien marcher sur la Ruta de Sol. J'y ai déjà fait 3ème et 4ème au classement général et j'aimerais bien être devant. Ensuite, il y a les grosses courses à étapes qui commencent avec le Tour de Catalogne et le Tour du Pays Basque où j'espère bien faire, car ce sont des parcours qui pourraient me convenir.

L'équipe IAM va disputer les trois Grands Tours cette année, serait-il possible de vous voir au départ d'un Tour d'Italie ou d'un Tour d'Espagne en tant que leader ?

Ça, on verra par rapport à la forme. Je ne disputerai pas le Tour d'Italie, mais j'espère être au Tour de France pour aider Matthias Frank qui sera notre leader. Ensuite, pourquoi pas enchaîner avec la Vuelta et voir comment cela se passe, cela dépendra du choix de l'équipe.

L'équipe IAM possède de gros rouleurs, vous devriez faire des résultats dans les contre-la-montre par équipes ?

Oui, je l'espère, en tout cas on va travailler pour cela. Il faudra être le plus homogène possible, car ce sera très important de bien faire, notamment sur le Tour de France où Matthias Frank visera le classement général, mais aussi sur d'autres courses.

Vous avez un tempérament offensif, ne pensez-vous pas que le système de points du WorldTour peut vous freiner ?

Je pense que cela peut en freiner certains, moi je ne réfléchis pas du tout en fonction des points. Je pars du principe que si l'on tente, ça peut marcher et ça peut aider l'équipe, c'est le principal. Je ne préfère pas penser en termes de points, car cela bride toujours un peu. J'essaie toujours d'aller chercher le meilleur résultat possible en fonction de la tactique de course. Si votre travail est reconnu, il n'y a pas de raison pour que l'équipe ne renouvelle pas votre contrat.

Que peut-on vous souhaiter pour cette saison ?

Avant tout, ne pas revivre les mauvais moments, les problèmes de santé et les chutes, et retrouver le niveau qui était le mien chez Saur-Sojasun. Je voudrais pouvoir m'exprimer à 100 %.

Propos recueillis par Patrick Guino.