

LE BLOG OFFICIEL 20



CHRISTOPHE LEGOUT

Interview de Christophe LEGOUT

réalisée ONLINE juste après avant le match de PRO A contre LA ROMAGNE

par <http://www.cervonline.com>

CERVONLINE > Bonjour CHRIS, alors quoi de neuf depuis MACAO ?

CHRIS > J'ai repris le chemin de l'entraînement avec l'envie de travailler dur sur une assez longue période, c'est la raison pour laquelle j'ai fait l'impasse sur le Pro Tour de SLOVENIE ...

CERVONLINE > Où en es tu au niveau physique ?

CHRIS > En fait depuis le début de l'année, je bosse avec un nouveau préparateur physique, Mikaël SIMON qui travaillait déjà avec les jeunes de l'INSEP. Franck SABBAGH, avec lequel j'avais commencé en 2005 n'avait plus beaucoup de temps depuis la naissance de son enfant et notre éloignement géographique commençait à se faire sentir. On a décidé ensemble d'arrêter notre partenariat. Je garde un merveilleux souvenir de mon unique titre de Champion de France, obtenu la même année. Steph LEBRUN et lui avaient réussi à me remettre sur les rails avec 4 ans de galère et le fait de gagner devant eux si rapidement restera graver dans ma mémoire.

CERVONLINE > Peux-tu nous décrire comment se sont passées ces deux semaines ?

CHRIS > Le matin donc je faisais une séance normale avec 4 exercices puis après le repas, je revenais faire des services, du travail individualisé puis du physique. Je sens que cela revient au niveau de "la caisse" et j'ai la sensation de pouvoir à nouveau m'entraîner beaucoup.

CERVONLINE > Sur quoi as-tu mis l'accent ?

CHRIS > Au niveau du physique pour l'instant sur la musculation et pour le Ping, pas mal sur le service et le déplacement autour du point milieu.

CERVONLINE > Quels sont les prochains objectifs ?

CHRIS > Demain nous jouons un match important à LA ROMAGNE qui sera suivi la semaine suivante d'un autre match tout aussi capital à ST-DENIS. Si nous faisons deux nuls ou si nous gagnons une fois, je pense qu'on sera à l'abri pour le maintien. En revanche, si on perd les deux ou si on ne gratte qu'un match nul, on se mettra dans une bonne galère !

CERVONLINE > LA ROMAGNE une place forte du PING français ?

CHRIS > C'est une équipe qui nous réussit peu, surtout là-bas. Ils jouent dans leur salle spécifique, qui est toujours pleine à craquer et le public est ultra chaud.

CERVONLINE > Avec encore une équipe homogène capable de tous les exploits surtout à domicile donc ?

CHRIS > Leur numéro 1, le chinois **CHEN** est un des meilleurs performers de Pro A depuis son arrivée il y a 4 ans je crois. C'est un mec bien et Armand **PHUNG**, Brice **OLLIVIER** et Dorin **CALUS** complètent cette belle équipe. On sait que si le chinois trébuche, une grande partie du boulot est faite mais on n'a encore jamais réussi à le faire... Et gagner à chaque fois sur tous les autres n'est vraiment pas facile. Pour mémoire, en septembre j'ai perdu Armand aux Critérium Fédéral et la saison dernière j'ai pris une volée sur Brice !

CERVONLINE > Quand partez-vous ?

CHRIS > Michel, Stéphane et Eric sont déjà à NANTES. Ils ont pris l'avion cet après-midi de MARSEILLE et s'entraîneront demain matin. Moi je prends le TGV de 9h00 à MARNE LA VALLEE pour une arrivée prévue à 11h40. On mangera ensemble avant d'aller à l'hôtel se reposer et aux alentours de 16h, nous partirons pour LA ROMAGNE qui se trouve environ à 1h de route.

CERVONLINE > Bonne chance pour demain, bon voyage et rendez-vous à partir de 19h pour le **LNE** avec la composition des équipes.

MARNE LA VALLEE - 25 Janvier 2010