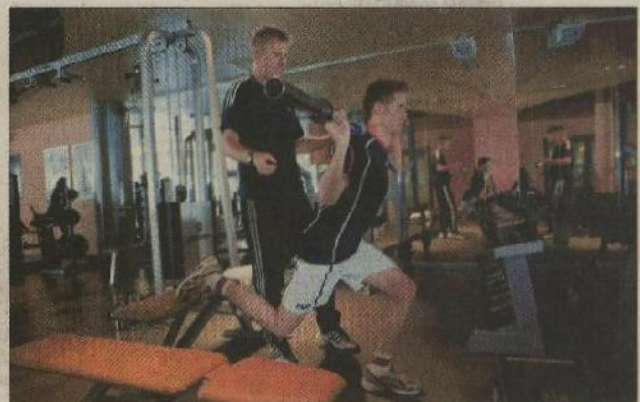


■ MOTOCYCLISME

Les nouvelles expériences de Thomas Lüthi



Thomas Lüthi a pris cet hiver un grand bol d'air frais. photos key



Avec Otmar Keller, Thomas Lüthi a gagné en masse musculaire

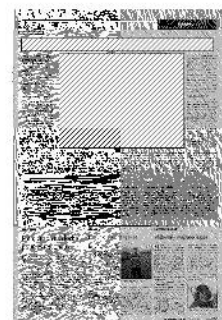
► **Thomas Lüthi** a modifié sa campagne hivernale. Au menu, de l'escalade ou encore des randonnées en raquettes.

Dans trois semaines, Thomas Lüthi va entamer sa troisième saison consécutive en Championnat du monde des

250 cm³, sa septième en tout. Afin d'être prêt physiquement pour cet exercice 2009, le Bernois a expérimenté de nouvelles voies lors de sa préparation.

Comme à son habitude, le pilote bernois a sué sang et eau en salle de force. Mais au traditionnel travail foncier, se sont ajoutées cette saison de nouvelles disciplines telles que les raquettes, l'escalade, la

natation et le ski de fond. Le tout sous la houlette de son



nouveau préparateur physique Otmar Keller. «J'ai essayé de varier au maximum les entraînements ainsi que de les faire en plein air. De cette façon, Thomas ne s'est jamais ennuyé et est devenu beaucoup plus solide», a indiqué Keller. Ce dernier s'occupe du Suisse depuis novembre.

Le coach schwytzois s'était fait un nom en s'occupant notamment de l'équipe de Suisse de football, des Grasshoppers, ainsi que du Team Alinghi. Keller, ex-biathlète et skieur de fond au niveau de la Coupe d'Europe, avait collaboré par le passé avec des «clients» tels que Murat Yakin (football), Marcel Fässler (automobilisme), Enrico De Maria (voile) et Alex Hofmann (motocyclisme). C'est d'ailleurs grâce à la complicité de l'ancien pilote allemand en Moto GP que le contact entre les deux hommes a été établi.

«Je me suis toujours blessé ces dernières années. La saison passée, à la suite de ma chute à Indianapolis en septembre qui m'a occasionné une blessure à la main, je n'ai plus jamais été à 100 %. Je voulais essayer autre chose», a argumenté le pilote Aprilia. «Le but est qu'il commence cette saison au top de sa forme. Mais il était déjà à un niveau intéressant quand je l'ai rencontré», a indiqué Keller. Lüthi s'est particulièrement renforcé cet hiver au niveau de la nuque et des épaules. En tout, il a gagné de 1 à 1,5 kg de masse musculaire. Impossible

de faire plus, car chaque kilo supplémentaire nuit sur la moto. Jusqu'à Noël, c'est davantage la physiothérapie qui a occupé l'agenda du Bernois. «Par la suite, l'entraînement physique m'a bien plu et a valu la peine», a lancé le citoyen de Linden. Quarante jours d'entraînement en commun auraient ainsi suffi à Lüthi pour retrouver la grande forme, selon le préparateur. «Se préparer en hiver, c'est bien», a avancé Otmar Keller, «mais Thomas est un pilote de course. La vérité vient de la piste.»

Loin des meilleurs

Si l'Emmentalois semble prêt, il n'en va pas de même pour son outil de travail. A Estoril, Lüthi n'a en effet réussi que le 13e temps d'essais qui regroupaient 16 participants. Il a concédé près de 1''2 au trio de tête, Marco Simoncelli, Alvaro Bautista et Hector Barbera. «J'ai travaillé les lignes et un peu moins fait attention aux chronos, mais c'est clair que je dois aller plus vite. Je suis toutefois convaincu que je ferai partie des meilleurs cette saison», a lâché le champion du monde 2005 des 125 cm³. «J'ai parcouru 1000 kilomètres d'essais et bien avancé dans notre programme de tests. Je suis content de ne jamais avoir chuté.»

Il ne lui reste que deux séances d'essais pour trouver les réglages idéaux sur son Aprilia. La saison 2009 débutera le 12 avril prochain, par le GP nocturne du Qatar. SI