

Le Giro Suisse, une façon de découvrir le pays à la force des bras

PARACYCLISME

La manifestation mise sur pied pour les 40 ans de l'Association suisse des paraplégiques a fait escale à Yverdon-les-Bains, lundi.

MURIEL AMBÜHL

Pas de grande arche ni de ruban pour accueillir les paracyclist(e)s du Giro Suisse, lundi à Yverdon-les-Bains. Une arrivée en toute simplicité, loin de l'opulence du Tour de France. Les athlètes se sont toutefois fait désirer, puisque ceux-ci ont pénétré dans le parc des Rives avec plus d'une heure de retard sur le programme annoncé.

L'occasion, pour la poignée de spectateurs présents, de faire un brin de causerie. Et d'apprendre, notamment, que la plaque de l'Espace fair-play yverdonnois, voisine du skatepark, est logée dans un bloc de pierre provenant de l'ancien Arsenal. Ou que les navigateurs suisses se sont vu offrir des voiles par les Australiens, lors des Jeux paralympiques de Sydney 2000, ces derniers ayant été pris de pitié après avoir vu le matériel helvétique...

Quelques anecdotes plus tard, les cinq premiers paracyclist(e)s

du jour et leurs accompagnants faisaient leur apparition, franchissant ensemble la ligne d'arrivée – imaginaire – de la septième étape du Giro Suisse. Et confirmaient que leur retard n'avait rien d'un caprice de stars, mais trouvait plutôt son origine dans des problèmes de crevaillon et quelques pentes un peu ardues au goût de certains...

Près de 700 km en treize jours

«C'était un beau parcours avec beaucoup de petits sentiers et quelques montées sympas», relève pour sa part Yves Tendon. Le Jurassien est l'un des quatre paracyclist(e)s à avoir signé pour l'intégralité du Giro Suisse, soit treize étapes en autant de jours et près de 700 km.

«À la base, je m'étais inscrit pour trois étapes. C'est ma femme qui m'a poussé à tenter le tour complet. Elle m'a dit *tu as vu par où il passe?* Et c'est vrai qu'on traverse de belles contrées.» Le sportif de Courtaivre poursuit: «Lors de la deuxième étape, on a pu voir les chutes du Rhin sous un soleil magnifique. Et au niveau logistique, cela demanderait beaucoup de concessions de réaliser quelque chose de tel par soi-même.»

Yves Tendon a toutefois dû



renoncer à l'étape qui se déroulait en Valais, à la suite d'un problème à une fesse. «L'infirmière m'a demandé de ne pas y prendre part, et je n'ai finalement pas eu de regrets car il pleuvait des trombes», glisse-t-il malicieusement.

En famille et entre amis

Le paracycliste souligne aussi l'importance du message véhiculé par le Giro Suisse: «Si quelqu'un devient paralysé, il faut qu'il sache qu'il y a des institutions extra dans le pays.» Le Jurassien a découvert le handbike

De retour dans la poudreuse après 10 ans grâce à un exosquelette

Assis sur un tabouret, Martin Loos se concentre. Skis de randonnée aux pieds et casque sur la tête, il s'apprête à se lever, grâce à l'exosquelette Twiice, développé au sein du laboratoire de robotique de l'EPFL. L'Yverdonnois de 28 ans procède par étapes, afin d'atténuer les spasmes, et se retrouve soudain debout, appuyé sur ses béquilles. «La première fois que je me suis levé, cela ne m'a pas fait grand-chose car j'étais arnaché, dans une petite salle de labo, se remémore Martin Loos, en démonstration à l'issue de l'étape Lausanne-Yverdon du Giro Suisse. En revanche, la première fois que je me suis retrouvé debout dans la neige aux Diablerets, c'était magique!»

Car quand ce passionné de sports de montagne a contacté les développeurs de l'exosquelette Twiice, utilisé par la sportive d'élite Silke Pan, une idée fixe l'habitait: pouvoir refaire du ski de randonnée. «Depuis mon accident – une descente en rappel qui a mal tourné –, en 2010, je peux descendre les piste en handiski. Mais impossible d'aller faire de la rando dans la poudreuse autrement qu'avec un exosquelette.» Le Nord-Vaudois a donc mis au défi la petite équipe de l'EPFL de concevoir un prototype capable de lui permettre de marcher en montée. Mission accomplie, puisque la machine peut affron-

ter des pentes d'une déclivité allant jusqu'à 25%!

«J'ai commencé les tests en labo en 2019, puis ma première ascension a été celle du talus herbeux de l'esplanade de l'EPFL», rigole Martin Loos. En mars dernier, le vice-président du Club en fauteuil roulant du Nord vaudois s'est offert une randonnée à ski de 1000 m pour 180 m de dénivelé positif dans la poudreuse, au-dessus d'Orsières (VS). Une activité qu'il n'avait plus pu pratiquer depuis dix ans. «C'est cool d'être debout, de pouvoir dire *je veux aller là* et d'être capable de s'y rendre», s'enthousiasme Martin Loos. L'aide apportée par l'exosquelette Twiice est cependant encore limitée, et l'appareil ne peut pour le moment pas être employé dans la vie de tous les jours. Sa batterie n'a en outre qu'une autonomie limitée, allant d'une à trois heures selon le mode d'utilisation. Celui-ci, dont la gamme va de la position debout à la marche rapide, est contrôlé grâce à une montre connectée.

Si, lundi dernier, la démonstration de Martin Loos a eu lieu sur un tapis dans la cour du collège des Rives, il espère bien que l'une des suivantes se déroulera lors de la prochaine Patrouille des Glaciers, au printemps 2022. • M. A.



Parti de Lausanne, le groupe de tête du Giro Suisse est arrivé à Yverdon-les-Bains avec le sourire, lundi après 49 km d'effort. Les participants ont été reçus par le Club en fauteuil roulant du Nord vaudois. PHOTOS : MICHEL DUPERRÉ

au Centre suisse des paraplégiques de Nottwil (LU), après un accident de travail survenu il y a treize ans. «Quand j'ai commencé, ma femme s'est mise au vélo.

Cela nous permet de passer des vacances en famille. Et comme je faisais déjà du VTT et du vélo avant, ça a aussi été un moyen de garder les amis.»



Martin Loos, skis de randonnée aux pieds, a effectué quelques pas à l'aide de «son» exosquelette Twiice, accompagné de l'ingénieur en microtechnique Tristan Vouga.



Elisa Fontana (à g.) et Apolline Carrard, fondatrices de VO2 Sport, peuvent avoir le sourire : leur entreprise est florissante. FLASHPRESS

VO2 Sport mise sur la pluridisciplinarité

PERFORMANCE L'entreprise yverdonnoise a inauguré ses nouveaux locaux. Des thérapeutes prendront désormais leur quartier dans ce centre flambant neuf, afin de diversifier les prestations offertes.

FLORIAN CHARLET

«C'est un grand chemin parcouru pour en arriver là. On peut être fières et contentes du résultat. Au départ, on ne pensait jamais faire ça. On allait vraiment dans l'inconnu à la sortie de nos études», lançait la cofondatrice de VO2 Sport, Elisa Fontana, à l'occasion de l'inauguration, fin août, des nouveaux locaux de l'entreprise qu'elle dirige aux côtés d'Apolline Carrard.

Actif depuis quatre ans dans l'analyse, les tests et les entraînements physiques, VO2 Sport a décidé d'agrandir son champ d'activité en ouvrant un centre pluridisciplinaire de 400 m². «Au lieu d'envoyer nos clients à droite et à gauche, on a choisi de tout réunir au même endroit. Si j'ai un sportif que je prépare et qu'il se blesse, je peux l'envoyer à la physio. Quand il a terminé, il a la possibilité de se rendre chez le masseur. C'est vraiment une volonté de pluridisciplinarité», explique Apolline Carrard.

Ce projet novateur dans la Cité thermale a séduit six thérapeutes qui officieront tous en tant qu'indépendants. Yann Rithner, massothérapeute et préparateur mental, se montre notamment optimiste pour la suite de ses activités : «J'ai apprécié l'idée d'amener cette pluridisciplinarité et de pouvoir collaborer pour le bien du patient. Ce processus permet de gagner en temps et en qualité de vie. Quelqu'un qui est blessé, s'il ne fait que de la physio, c'est sûr qu'il va aller mieux. Mais s'il allie le massage, la physiothérapie et la réathlétisation, tout ira beaucoup plus vite.»

Du matériel de pointe

Grâce à ce nouveau centre, VO2 Sport espère pouvoir continuer à développer ses activités. «On aimerait améliorer et renforcer la prise en charge des clubs et des sportifs de la région. Le but, ce serait d'éviter qu'ils aillent à Lausanne pour des prestations qu'on est capable de faire», glisse Apolline Carrard.

Outre des locaux flambant neufs, l'entreprise basée à Yverdon-les-Bains s'est notamment dotée d'un nouvel appareil permettant d'améliorer la coordination à base d'exercices de force et d'endurance. La société envisage également de s'offrir prochainement une plateforme de force, un outil très prisé dans le monde du ballon rond au moment de l'engagement de nouveaux joueurs.