



INTERVIEW DE SEBASTIEN ROCHETEAU :

« MONSIEUR ORIENTATION » ? DIRECTEUR DE COURSE DU VENDEE RAID

UNE PRESENTATION RAPIDE

Nom : Rocheteau

Prénom Sébastien

Activité : responsable immobilier

Comment es-tu venu à la course à pieds ? Le hasard scolaire, vers 15 ans. Je me suis mis à l'athlétisme.

Tu faisais de l'athlétisme avant ? Quelle discipline ? je faisais du 800m et 400 haie. **Tu as des temps de référence ?** 54'' sur 400 haie et 2'23 sur 1000m

Et la Co et le Raid multisport ? C'est encore le hasard. C'est lié à la création RAPV pour le raid des Chaussées.

Comment as-tu rencontré Sébastien Gauvrit, Nicolas Pavageau ?

Nicolas Pavageau que je connaissais de l'athlétisme le faisait avec ses copains. Sébastien Gauvrit, Mickaël Duvacher, Christian Moreau et Sam Gonnord étaient les premiers qui couraient. L'association du RAPV s'est créée dans le but de remporter ce Raid Multisport très connu en Vendée.

Pourquoi passer de l'athlétisme au raid multisports ?

J'en avais assez de la compétition. Les entraînements me lassaient. Je suis passé de 7 entraînements à 2.

Ça t'a emballé tout de suite ?

Oui assez vite. J'ai arrêté la compétition en athlétisme en 2002. J'ai pratiqué le football pendant deux ou trois ans et puis en 2008 on a créé le RAPV.

Est-il possible de faire du raid sans faire de Co ? Tout dépend quel raid. Sans être un adepte de la CO c'est possible mais il faut être un bon « lapin ». Exemple Micka Duvacher.

LA CO

Tu es connu comme étant le « Monsieur Orientation » (Ouest France 26/09/2013) du RAPV, initiateur du challenge de Vendée orientation. Pourquoi créer un challenge d'orientation en Vendée ?

Si on voulait faire quelques émules il fallait instaurer de la compétition. On l'a créé afin de faire partager notre sport au plus grand nombre. Il fallait du challenge. Tous les clubs y ont adhéré et cela permet de découvrir la nature autrement.

Qui y participe ? Raid Landes, Poupet, Chantonay, Raid Apte et Raid Mélusine à l'origine.

Combien de clubs/associations existent en Vendée ? Je ne les connais pas toutes. Je sais qu'il y a Verrie raid, Raid yon, une dizaine d'associations font du raid multisport et de la CO.

Si une personne qui veut faire de la CO nous lit ; vers où se tourner pour en pratiquer ? Il n'y a pas de fédération stable. Entre la fédé de Co, la FRMN et la fédération de tri c'est compliqué pour les novices de s'y retrouver. Je conseille de prendre le club ou l'asso la plus proche. Il faut découvrir en autodidacte. Mais il y a tellement de monde aujourd'hui... Il y a de quoi avoir du soutien. C'est très démocratisé. En scolaire presque tous les collèges ont des cycles de Co.

Ndlr Il existe des compétitions UGSEL de course d'orientation du collège au lycée.

Quel plaisir prend-tu à orienter, dans une co en général ? Très peu en tant que lapin... Le plaisir c'est de ne jamais se tromper. Trouver du premier coup une balise c'est agréable. Enchaîner et enchaîner les postes sans faire d'erreurs. **Tu aimes bien avoir raison en fait.** Non pas raison. C'est plutôt ne pas se tromper. C'est de la logique. EN fait une CO c'est un trail ou tu peux faire des erreurs de circuits. Plus tu fais d'erreurs plus tu perds.

Tu t'alignes pour gagner ? C'est d'abord se faire plaisir sans erreurs. Après souvent le podium n'est pas loin. Il ne faut pas se prendre la tête avec son équipier. Ça ne m'est jamais arrivé de me prendre la tête mais les erreurs sont parfois là. Il faudrait que tu en fasse une avec moi un jour

A quoi penses-tu lorsque tu crées une nouvelle carte d'orientation ? Je pense juste au jeu que l'on peut faire avec. J'imagine les gars aller chercher les balises les plus compliquées à choper, celles sans points de repères et parallèlement je cherche à poser dans des points remarquables. Et puis c'est la nature, être apaisé.

Comment faut-il faire pour créer une carte ? En général je pars d'un fond de plan IGN et du cadastre. Puis je vais faire un repérage sur site. Il faut faire tous les chemins, puis tous les carrés entre les chemins, puis reprendre et reprendre. Ça aide beaucoup après de connaître de multiples situations de nature pour faire une CO.

Comment tu t'es mis à faire de la carto ? Comme on a décidé de faire des CO dès le début de notre association du RAPV ; on a fait des cartes. La première Co remonte à 2009. Au début on a cartographié de la campagne car c'est plus simple à faire puis de la forêt. Aujourd'hui on ne fait presque plus que de la forêt.

On y passe du temps ? Environ 100h pour un A4 au 5000^{ème}. Pour le VR c'est 30 cartes.

Quelles qualités faut-il ? Il faut le sens de l'observation, beaucoup de patience et être méticuleux.

Je réalise une à deux cartes par an. On s'aide beaucoup de Sam Gonnord qui en fait 2 à 3 par an en plus.

LE VR

Qu'est-ce que c'est le VR ? C'est un truc qui s'est construit dans une évolution logique des membres du RAPV. Après avoir découvert le Raid des Chaussées, nous avons souhaité en faire un autre en Vendée afin de voir de plus en plus de personnes. Il n'y avait aucunement l'idée de supplanter le Raid des Chaussées. Nous voulions par contre le rendre plus accessible, accessible à tous. Et dès 2013 cela s'est fait. D'abord c'est avec les copains puis tout le monde se prend au jeu et voilà. C'est le RAPV, c'est l'association, tous ensemble.

Pour toi, est-ce un raid pour des débutants ? Oui. Aujourd'hui encore je le constate. En 2017 lors de notre dernière éditions, il y en avait encore des exemples. Certains participants n'avaient jamais vu une carte de CO ou fait un footing de plus de 10 kilomètres et ils ont fini. Je pense à Hugo Gats par exemple. Enorme ! Et il s'est réinscrit cette année sur l'open.

Il faut tout de même s'entraîner pour être serein. C'est franchement faisable par n'importe qui. Mais je t'ai dis ça de la Diagonale des Fous (Grand Raid de La Réunion (170km, 10000D+). Tu relativiseras. Il y a des gens qui ne pratiquent que le footing du dimanche matin qui finissent le Vendée Raid.

Pourquoi un raid tous les 2 ans ? C'est trop de travail. C'est totalement irréalisable tous les ans. Même en travaillant à fond pour en construire un tous les deux ans c'est difficile.

C'est quoi la différence avec le Raid des Chaussés ? C'est compliqué de parler du Raid des Chaussées. Il s'est arrêté il n'y a pas longtemps pour des raisons complexes. Le Raid des Chaussées demeure un Raid qui nous a fait rêver et j'ai le plus grand respect pour ceux qui l'ont créé. **Oui je comprends bien mais justement, le Raid des Chaussées est ici pris comme référence pour y comparer le Vendée Raid.** Et bien nous ne prenons pas les mêmes cartes tous les ans. On essaie de diversifier au maximum les territoires. On essaie de changer et de renouveler sans s'éparpiller, sans perdre l'âme du O'Score.

Quelles qualités sont indispensables pour le gagner ? Il faut deux personnes physiquement costaudes, avec une très très bonne entente. Cela reste un raid éprouvant mentalement. Il y a une balise toutes les 3'. Pour moi l'équipe qui s'imposera sera la meilleure gestionnaire, sans jamais faiblir.

Quelles qualités faut-il pour le finir ? Il faut une bonne tête, un mental bien solide. **Des choix opportuns ?** Non pour finir non. Juste le mental. Pour la partie Open il faut savoir shunter certaines parties c'est vrai. Mais le plus important c'est le mental.

Quelles émotions, quelles images te viennent en tête lorsque l'on t'évoque le VR ? Je pense d'abord à la plage de Sion lors du départ de l'édition 2017 et sa forêt domaniale. La remise des podiums et son émotion, chaque année avec tous les membres du RAPV. On sait que les concurrents et les bénévoles ont tout donné.

Quels sont les points forts du VR ? L'équipe des bénévoles est pour moi un immense point fort. Après le format du raid qui se fait au score est pour moi fondamental. On marque des points en pointant des balises. Et puis il est accessible à tous. Il n'y a pas besoin de remplaçant pour gérer la logistique vélo, canoé, couchage ou repas ni ravitaillement. Les coureurs viennent chez nous et ne s'occupent de rien d'autre que de leur course. L'état d'esprit des bénévoles rend le Raid agréable.

Pourquoi faut-il s'y inscrire, cette année ou pour la prochaine édition ? Il n'y a plus de place pour cette année. C'est dire la confiance qu'ont en nous les raideurs. Nous allons tout faire pour ne pas les décevoir. Le Vendée Raid c'est une aventure, rarement vécue, un bon challenge et un bon moment à deux ou l'on oublie tout.

Quels axes ont été mis en avant cette année ? Nous avons mis l'accent sur de nouveaux sites naturels remarquables. Et sur la fréquence à laquelle on les rencontre. Il y en a encore plus que d'habitude. L'idée est vraiment d'en prendre plein les yeux. On avait franchi un cap la dernière fois mais on peut faire encore mieux.

Quels points souhaites tu travailler lors des prochains VR ? Ça dépend de si on repart ou pas. On avait dit que l'on ferait un point à la fin de chaque Vendée Raid et l'on s'y tient. On est 70 pour le faire, je ne fais rien seul. C'est important de juger la qualité du travail effectué et de vérifier que les bénévoles ne s'épuisent pas.

Après avoir été manche du championnat de France le VR est maintenant la finale. Comment es-tu arrivé à présenter le VR comme manche nationale ? En gardant la logique sportive. Lorsque lors de la première édition on se rend compte que l'on a les meilleures équipes de l'ouest on se dit que l'on peut voir plus haut. Puis on le fait une fois ou deux, et on rencontre de la reconnaissance par tous, alors tu tentes le championnat de France. C'est logique de se dire si les meilleures équipes de l'ouest de la France viennent s'amuser chez nous, autant proposer notre terrain de jeu à toutes les équipes françaises, pour qu'ils voient d'autres paysages.

Et maintenant finale ? Quelle est l'étape suivante ? Il n'y en a pas. C'est très bien. On fait celui-là. On ne s'est jamais projeté des années à l'avance. On fait celui-là en étant les meilleurs possibles et on voit après. C'est le meilleur moyen de ne pas se tromper.

C'est une grosse pression non ? Non pas spécialement. Ça doit rester un plaisir. Aucune pression. Si on fait tout ce que l'on a su faire, on n'a pas de pression à se mettre. Ce n'est pas un raid à 50 balises sur deux jours. On en pose 400. Ça crée un autre intérêt.

Organiser un raid ne se fait pas tout seul, réussis-tu à déléguer un peu ? Je n'ai jamais été seul. Je suis juste le directeur de course. Disons surtout que l'on s'est structuré. Nous sommes plus nombreux. Beaucoup de monde s'est investi lors des éditions précédentes. On récolte les bonnes ondes que tout le monde ressent. Les gens qui ont partagé le jour J en 2017, ont voulu partager cela plus longtemps. On est carrément plus serein. On le voit en communication. Auparavant on ne communiquait pas ou peu avant le Raid. Aujourd'hui il y a une commission de communication et le résultat c'est que quand on ouvre les inscriptions c'est plein en 2h. Voilà.

Est-ce que des vendéens pourraient bien figurer en finale cette année ? Je pense qu'un top 10 ou top 15 sont réalisables. Il y a des équipes vendéennes qui essayent de se qualifier pour la finale, une ou deux. Mais je ne connais pas leurs résultats. Les manches de qualifications sont à l'autre bout de la France. Cela complique sérieusement l'affaire. Car il faut s'entraîner dur, cela nécessite déjà du temps. Il faut ensuite faire le déplacement, éventuellement être en capacité de poser un jour ou deux avant. Au niveau familial c'est compliqué pour tout le monde.

Tu penses à des favoris ? Ça dépend des présents. Si les meilleurs sont là, je pense que Team 2 Raid Lozère (champion sortant ?) ou 400 team Naturex (3ème au champ du monde) devraient se jouer la victoire. Ce sont deux des top dix mondiaux. Après on se souvient de la forte impression qu'avait produite Camille Defer lors de l'édition passée. Tout reste ouvert.

Y a-t-il des favoris pour l'Open ? Suivant les inscriptions je mettrais un billet sur des équipes locales qui ont déjà montré un gros potentiel. Fabien Guilloteau de Raid Apte ou l'équipe d'Ami Chemin composée de Freddy Boire et Christophe Guillet, des locaux qui tournent bien.

On dit souvent que lorsque le raid se déroule tu penses déjà au suivant. As-tu en tête les prochains parcours ? J'ai des idées. Je ne peux rien dire. Il faut passer, digérer et assimiler celui-là. On ne fera pas un raid pour faire moins bien donc... Il faut faire en son temps. On a un tellement beau territoire... Nous n'avons pas encore tout exploré. J'ai toujours des idées qui germent. **Le parcours fera-t-il le tour de la Vendée un jour ?** Deux jours c'est compliqué. **Ou sa traversée ?** Oui cela peut être possible mais c'est limite.

De quoi rêves-tu comme VR, comme parcours ? Il faut être cohérent pour ce qu'on offre aux coureurs. S'il n'y a pas d'intérêt sportif ce n'est pas la peine.

Que peux-tu nous révéler du parcours de cette année ? On va faire la mer, les lacs et les rivières, les forêts, le bocage, les châteaux, la préfecture. Comme ça on va faire de la mer à la mer en passant par la terre. Lors de la première édition on fait le bocage. Lors de la deuxième on a fait de la terre à la mer ; Lors de la troisième on a fait de la mer à la terre. Là on change. Ce sera certainement le plus jolie en tout cas. Ça c'est sûr.

Comment en définir sa difficulté ? Surtout... C'est bizarre. Ce n'est pas un raid qui se joue parce qu'on part vite ou qu'on oriente bien. C'est la tête. L'originalité ça va être de mêler le bocage l'Histoire, les lacs et la mer tout en passant dans les forêts domaniales.

Cela représente combien de km ? 250km pour la finale. **Et pour l'open ?** Pareil mais avec 2h de moins. Cela reste au score. Ils feront entre 120 et 200 km pour l'open. **Et la finale ? Ils feront forcément 250 ?** Sauf un tiers de peloton peut-être qui sera shunté, mais sinon entre 230 et 250.

Peux-tu nous expliquer la différence qu'il y a entre la version finale et open ? La finale c'est un parcours où ils font tout. C'est-à-dire qu'ils ont l'obligation sur chaque carte de récupérer toutes les balises. Ils sont pénalisés en temps à partir du moment où ils ratent une balise. Pour avoir une visibilité sur le classement on les arrête le temps de leur pénalité. Les premiers de la finale qui passeront devant les spectateurs seront aussi les premiers du classement. L'open c'est un temps donné pour en faire un max. Il faut en prendre le plus possible. Le parcours est le même, le nombre de balise est le même mais ils ont la possibilité de ne pas prendre toutes les balises, de shunter une CO... Donc le premier qui franchit la ligne d'arrivée n'est pas forcément le premier du classement. C'est une stratégie différente. Cette différence de format s'explique par les exigences de la fédération de triathlon qui organise les championnats. Ils voulaient une visibilité claire et en temps réel du classement. Pour l'open nous avons essayé de garder notre format de course au score.

Les concurrents open feront-ils toutes les CO ou pourront-ils shunter des épreuves ? Ils peuvent en shunter et toutes les faire. Ça dépendra de leurs choix.

Quand participera-tu au championnat de France des raids ? C'est tellement compliqué de participer à des manches. Ce n'est pas infaisable mais il faut choisir la bonne année -c'est-à-dire pas une année d'organisation du Vendée Raid- et que les membres de l'asso veuillent bien en faire. On ne sera pas au niveau mais on fera peut-être dans les 15 si on est bien préparé. Il faut de la volonté et de la logistique.

Expression libre : Ne pas oublier que le sport est un plaisir. Dans le VR et la Co c'est ça. Le plaisir en équipe.

Interview réalisée par Pierre Guilbaud