

LES SPORTS

ClaudeUrferSA
Garage & Carrosserie

3960 Sierre
Av. du Château de la Cour 5
Route de Montana
tél. 027 455 14 93

www.urfersa.ch
info@urfersa.ch




Demain, place aux hommes forts du côté de la salle de gymnastique de Muraz. Une des disciplines au programme des championnats de Suisse de powerlifting: le soulever de terre. DR

A Muraz, ça va soulever sec

POWERLIFTING | Avec une centaine d'athlètes inscrits, les championnats de Suisse battent des records de participation.

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

Pour la quatrième année d'affilée, le Powerlifting-Club de Sierre va organiser ces joutes nationales dans la salle de gym de Muraz. Au programme de ce samedi 12 novembre: plus seulement du powerlifting, mais également du développer couché et du soulever de terre. «Nous avons diversifié les disciplines, ce qui nous a permis de toucher plus de monde», explique Serge Cina, président du CO sierrois et de la Fédération suisse. La création d'une catégorie «débutants» a également boosté les inscriptions. «Les gars se gênaient un peu de se retrouver dès leur premier concours face à des pros comme Julien Girardin, par exemple. Désormais, entre eux, ils auront une année pour apprendre.»

Le powerlifting se compose de trois disci-

plines. Le développer couché consiste à soulever une barre en position couchée sur un banc. Le squat est l'accroupissement du corps grâce à la flexion des genoux avec une barre sur les épaules. Et pour le soulever de terre, comme son nom l'indique, l'athlète doit lever une charge depuis le sol. «C'est une sorte de combiné. Les participants doivent au moins réussir un essai dans chacune des disciplines pour être classés. Comme ils n'ont que 45 minutes de pause entre les différents mouvements, cela est très éprouvant», commente Serge Cina.

GIRARDIN DANS SON JARDIN

Demain à Muraz, 25% des participants s'aligneront en powerlifting, 25% en soulever de terre et 50% en développer couché. A domicile, le Sierrois Julien Girardin prendra part à sa première compétition chez les adultes. Depuis le temps qu'il soulève sur les podiums, on en oubliait presque qu'il était encore en âge juniors jusqu'à cette année.

ÉDITO

Mais quelle surprise!

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

Mercredi matin, les nouveaux dirigeants du HC Sierre ont décidé de retirer la responsabilité de la première équipe à Morgan Samuelsson. Viré avec effet immédiat!

Vent de panique à Graben, surprise, gros choc dans le vestiaire? Non, pas vraiment, voire même pas du tout. L'entourage du club était au courant depuis belle lurette que leur entraîneur en chef n'avait plus la tête à Sierre.

Plutôt que d'un licenciement, il serait donc plus juste de parler d'un autosabotage. Morgan Samuelsson n'aime pas beaucoup recevoir des ordres et encore moins se faire virer. Alors, il s'est viré.

UN REFUS D'ORDRE

Gilbert Granziero a justifié sa décision de changer d'entraîneur en expliquant qu'il avait exigé la présence de tout le groupe à Graben, mercredi à 10 h. Trois excusés manquaient à l'appel, plus... Morgan Samuelsson. Parti en Suède, il ne s'est pas présenté, sans en avertir le conseil d'administration. D'ailleurs, comment aurait-il pu être à l'heure à Sierre le mercredi en ayant un billet de retour de Stockholm pour le vendredi (soit aujourd'hui)? En agissant de la sorte, le Suédois savait donc très bien qu'il allait être destitué. Et Gilbert Granziero n'a pas été dupe non plus, puisqu'il a engagé Philippe Bozon le jour même.