

LA REVUE DE PRESSE 2020





Le sportif confiné du jour : Valentin Ferron de l'équipe cycliste Vendée U

Retrouvez régulièrement sur notre site internet le témoignage d'un sportif de la Vienne sur sa vie en confinement et sa pratique sportive.

Aujourd'hui, Valentin Ferron, coureur cycliste au sein de la formation Vendée U.

Valentin Ferron, coureur cycliste ayant débuté à la Joyeuse pédale cantonale lussacoise puis à l'UVP Poitiers, aujourd'hui membre de la formation Vendée U avant de devenir professionnel cet été au sein de l'équipe Total Direct Energie.



Valentin Ferron s'entraîne chez sa soeur à Lussac-les-Châteaux.

(Valentin Ferron)

Entraînement physique

" Je suis en confinement à Lussac-les-Châteaux, chez ma soeur et son compagnon. Nous sommes dans une maison. "

" Je fais du sport tous les jours, à raison d'une à deux séances quotidiennes, une heure le matin et une heure l'après-midi. "

" Je fais surtout du **home-trainer** et du **renforcement musculaire**. "

« Dès que je peux à nouveau m'entraîner dehors, je laisse tomber Zwift ® »

Valentin Ferron, coureur cycliste poitevin de l'équipe Vendée U

" Concernant le home-trainer, j'utilise Zwift ® depuis le début du confinement. "

"Il s'agit d'une application que l'on trouve sur internet. Pour l'utiliser, il faut disposer d'un home-trainer **connecté** et d'un écran. Cela permet de retrouver d'autres coureurs en ligne. On peut aussi **faire des courses**. "

"C'est un outil sympa, cela permet de faire passer le temps plus vite sur le home-trainer. Mais rien ne vaut la route. Alors, dès que je peux à nouveau m'entraîner dehors, je laisse tomber Zwift ®. "

" Pour le renforcement musculaire, c'est du classique avec du gainage et des abdominaux. Je ne dispose pas d'une salle de musculation mais j'ai deux ou trois instruments qui me permettent de travailler correctement. "

" Alexis Loiseau, mon entraîneur, m'envoie aussi des plans pour travailler. "

La vie quotidienne

" Je suis étudiant en troisième année de sciences de la terre. "

" Mes professeurs ont envoyé des devoirs à faire à la maison."

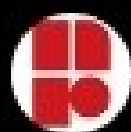
" Nous devons avoir une épreuve orale la semaine prochaine. Elle est maintenue mais nous allons devoir nous filmer et envoyer la vidéo. On doit s'adapter."

" Sinon, avec ma soeur et son compagnon, nous jardinons. "

" Je joue aussi à la console avec des jeux comme Fortnite. Je peux jouer en ligne avec mon coéquipier chez Vendée U ou Florian Maître (professionnel chez Total Direct Energie)."

" Je regarde des séries, comme celle sur la Formule 1 sur Netflix ou des films comme tous les Mission Impossible avec Tom Cruise."

> Retrouvez l'épisode précédent avec [Flavie Lequerré](#), handballeuse à Grand Poitiers.



Le sportif confiné du jour : Valentin Ferro...



0:33 / 0:33



YouTube



Pierre SAMIT

27 MARS 2020

veuse pédale cantonale

Valentin Ferron s'entraîne chez sa soeur à Lussac-les-Châteaux.

Le blog de Monsieur Écho



copyright Centre Presse
Reproduction interdite

Photo: (Valentin Ferron)

[Tweet](#) [Like](#)



13 MAI 2020



copyright Centre Presse
Reproduction interdite

Photo: (Photo archives, cor., Alain Biais)

[Tweet](#) [Like](#)

Valentin Ferron, l'été dernier, au Grand Prix de Cherves.



Cyclisme : un vent de liberté pour les coureurs de la Vienne

Enfin. Interdit de sorties depuis le début du confinement dû à la crise sanitaire liée au Covid-19, contraints à de longues et ennuyeuses séances sur home-trainer à leur domicile, les coureurs et coureuses cyclistes, amateurs et professionnels, ont enfin pu enfourcher leur monture, hier, pour goûter au plaisir simple d'un premier entraînement en extérieur.

Du côté de Lussac-les-Châteaux, Valentin Ferron, membre de l'effectif de la formation Vendée U, n'a pas hésité à braver des conditions climatiques difficiles dans la matinée. « *Il y avait du vent et j'ai pris une grosse averse.* » Mais rien n'aurait pu faire reculer le Poitevin, âgé de 22 ans, professionnel à compter du 1er août au sein de l'équipe Total Direct-Energie. « *J'ai roulé de 10 heures à midi. C'était agréable. Plus que l'aspect physique, cela m'a surtout fait du bien moralement.* » Jusqu'alors, son quotidien de sportif était assez monotone. « *Durant le confinement, j'ai dû passer une soixantaine d'heures sur le home-trainer à raison d'une heure trente à deux heures par jour en plus de la préparation physique.* »



Valentin Ferron, l'été dernier, au Grand Prix de Cherves.

(Photo archives, cor., Alain Biais)

12 MAI 2020

Une reprise progressive Pas question, cependant, de se laisser griser par ce vent de liberté. « *Il s'agit d'une reprise en douceur. Il n'y a pas de course avant le 1er août et nous n'avons pas une idée précise de notre programme. Dans un premier temps, il faut faire des heures de selle pour retrouver de l'endurance. Je pense faire quinze heures de vélo cette semaine* », indique l'intéressé avec le Tour Poitou-Charentes dans un coin de la tête. « *S'il a lieu, j'espère y participer. C'est une course que j'allais voir quand j'étais jeune.* » Portant le maillot du Cycle Poitevin, Valentin Roth (21 ans) a préféré l'après-midi pour effectuer sa première sortie post-confinement. « *Une petite heure, histoire de m'aérer la tête.* » Histoire, aussi, d'évacuer une partie de la frustration accumulée ces derniers mois. « *Des courses avaient été annulées en début de saison à cause des conditions climatiques. Puis, il y a eu le coronavirus. Je suis désormais impatient d'être à la première course (lire encadré). Mais, on a encore que très peu de certitudes* », conclut Valentin Roth.

30 MAI 2020



Freddy Guérin / DirectVelo



18/06/2020 08:53 | Sports | | Imprimer |



Ferron prêt à faire son entrée chez les pros

Le 1 août est une date attendue avec impatience par les coureurs. Celle de la reprise des compétitions. Mais cette date, Valentin Ferron l'a entourée sur son calendrier depuis plus longtemps que les autres. Car c'est ce jour-là que le coureur de la Vienne va passer pro au sein de la formation Total Direct Énergie. *« J'ai hâte! Ne serait-ce que de pouvoir recourir. Je n'ai pas d'appréhension, j'ai déjà mis un pied dans le monde professionnel l'an passé quand j'étais stagiaire, explique le jeune homme de 22 ans qui avait alors réussi l'excellente performance de terminer*

deuxième de la Polynormande pour sa première course chez les pros. Il y aura forcément un peu de pression sur les courses, mais c'est normal, et elle ne sera pas négative. »

« Je vais me contenter de ce que l'on me donne »

Quitter le monde amateur pour passer dans l'univers des pros, où *« tout est plus gros, plus beau »,* c'est déjà un cap majeur dans la vie d'un coureur. La réalisation d'un objectif, d'un rêve. La concrétisation d'années de travail. Mais le faire dans un contexte complètement inédit, au cours d'une saison entièrement chamboulée par le coronavirus, c'est encore plus marquant. *« C'est assez particulier, ce sera une saison atypique pour tout le monde. Pour ma part, ça ne va pas changer grand-chose, je n'allais pas prétendre à une place sur le Tour de France ou à la Vuelta. L'un des avantages pour moi, c'est que le calendrier sera très dense, il y aura beaucoup de courses, donc on devra beaucoup courir. C'est une source de motivation. Et je pourrais peut-être faire des épreuves qui auraient dû avoir lieu plus tôt mais qui ont été décalées. »*

Engagé jusqu'en 2022 avec la formation vendéenne, Valentin Ferron ne sait pas encore quelles courses il va disputer. *« Je sais seulement qu'on a un stage prévu fin juillet dans le massif central avec l'équipe. »*

Qu'importe, il a faim de compétition, quelle qu'elle soit: *« Pour mon programme de courses, je n'ai pas de certitude. J'ai envie de découvrir, de courir n'importe quelle course. Peut-être que dans deux ou trois ans, j'aurais des préférences, mais pour le moment, ce n'est pas moi qui décide, je vais donc me contenter de ce que l'on me donne. »*

Avec, évidemment, un objectif: apprendre. Emmagasiner de l'expérience, faire de son mieux sur chaque course, et *« être de plus en plus fort ».* *« J'ai deux ans et demi pour faire mes preuves, détaille celui qui apprécie particulièrement les courses usantes. C'est à la fois long et court. Les saisons passent vite, on l'a bien vu cette année... Ou il suffit d'une blessure... Donc il n'y aura pas de temps à perdre! »* C'est comme cela, chez les pros.



Le 1 août, Valentin Ferron va troquer son maillot de Vendée U contre celui de l'équipe professionnelle Total Direct Énergie.

(Photo archives cor., Alain Biáis)

18 JUIN 2020

Le 1 août, Valentin Ferron va troquer son maillot de Vendée U contre celui de l'équipe professionnelle Total Direct Énergie.

Et le code de la route Monsieur le
29/05/2018 17:12



copyright Centre Presse
Reproduction interdite

Photo: (Photo archives cor., Alain Biais)

[Tweet](#) Like 0



Tour de l'Avenir : La sélection française



PHOTO FREDDY GUÉRIN / DIRECTVELO

Le 21 juillet 2020, 09:44

La sélection française pour le Tour de l'Avenir est connue. Parmi les six coureurs retenus par Pierre-Yves Chatelon, quatre sont professionnels. Seul Alan Boileau était déjà présent avec les tricolores lors de l'édition 2019.

Le Tour de l'Avenir (Coupe des Nations) aura lieu du 14 au 19 août prochains.

La sélection française :

Alan Boileau (VC Pays de Loudéac), Espoir 3

Théo Delacroix (Circus-Wanty Gobert), Espoir 3

Valentin Ferron (Total Direct Energie), Espoir 4 - *notre photo*

Jacques Lebreton (EC Saint-Etienne Loire), Espoir 3

Théo Nonnez (Groupama-FDJ Continental), Espoir 3

Alexis Renard (Israel Start-Up Nation), Espoir 3

1ER AOÛT 2020

ROUTE



Photo : Sirotti

Route - Total Direct Energie sur le Ventoux et le Tour de l'Ain

La formation [Total Direct Energie](#) a dévoilé ses compositions d'équipe pour le **Mont Ventoux Dénivelé Challenges** (6 août) et le **Tour de l'Ain** (7-9 août). Sur le **Ventoux**, l'écurie française sera emmenée par **Rein Taaramae**, troisième l'an passé derrière **Jesus Herrada** (Cofidis) et **Romain Bardet** (AG2R La Mondiale). L'Estonien sera accompagné de **Jérôme Cousin**, **Valentin Ferron**, **Marlon Gaillard**, **Fabien Grellier**, **Paul Ourselin** et **Romain Sicard**. Rein Taaramae sera également du voyage sur le **Tour de l'Ain**, dont il a pris la 3e place en 2018 et 2019. **Cousin**, **Ourselin** et **Sicard** feront eux aussi le déplacement, la sélection étant complétée par **Mathieu Burgaudeau** et **Jonathan Hivert**.



Team Total Direct Energie - L'actu



12 h · 🌐

Samedi 1er août, c'est reparti pour la saison sur route 2020 du Team Total Direct Energie avec 7 coureurs engagés sur la Route d'Occitanie : Calmejane, N. Bonifazio, Cabot, Petit, Simon, Soupe et Turgis.

Aujourd'hui, l'équipe accueille officiellement dans ses rangs Valentin Ferron en provenance du Vendée U ! Le jeune coureur avait signé un contrat pro fin 2019 pour débiter avec le groupe au 1er août.

Il y a quelques jours, nous vous avons par ailleurs indiqué que Valentin ... [Afficher la suite](#)



165

2 commentaires 7 partages

Ferron a l'avenir devant lui

Le néo-pro poitevin Valentin Ferron de l'équipe Total-Direct Energie ouvre sa saison jeudi sur les terribles pentes du mont Ventoux.

Le samedi 1 août 2020 devait être entouré d'un cercle rouge sur le calendrier de Valentin Ferron. Une date importante à plus d'un titre pour le jeune coureur cycliste poitevin âgé de 22 ans. Elle marquait d'abord la possibilité pour le peloton de renouer avec la compétition après la suspension d'épreuves nationales et internationales suite à la pandémie de Covid-19. Mais c'était aussi et surtout le passage officiel de Valentin Ferron dans le grand monde, celui des professionnels. Son contrat de deux ans et demi au sein de la formation Total-Direct Énergie a débuté ce jour-là.

Privé du Tour de l'Avenir

L'ancien sociétaire de la Joyeuse Pédale cantonale lussacoise, de l'Union vélocipédique poitevine puis de Vendée U s'était déjà fait remarquer l'an passé en tant que stagiaire pro avec une 2 place sur la Polynormande. Cette performance avait fini de convaincre le staff de Total-Direct Énergie du potentiel du garçon. *« J'ai eu beaucoup de chance de m'être engagé sur une longue durée dès l'année dernière. Cela permet d'envisager les choses avec sérénité »*, apprécie-t-il. Après avoir passé la période de confinement dans la Vienne, du côté de Lussac-les-Châteaux, Valentin Ferron a participé à un stage en altitude à Besse, en Auvergne, avec une partie de l'effectif de Total Direct-Energie entre le 22 et le 27 juillet. *« À cause du confinement, nous n'avons pas eu l'occasion de nous retrouver. Cela permet de reprendre nos marques. »* Au regard de son programme, il fallait bien travailler son coup de pédale en montagne.

Le 27 juillet, il a pris la direction des Alpes pour un nouveau stage. *« Cette fois pour reconnaître le Tour de l'Avenir »* (initialement prévu du 14 au 19 août). Le Poitevin avait en effet été sélectionné au sein de l'équipe de France espoirs. Avant que l'épreuve ne soit annulée par les organisateurs le 31 juillet dernier à cause du coronavirus. *« C'est toujours embêtant mais l'on sait que l'on est dans une année un peu particulière. »*

Ce contretemps ne va cependant pas l'empêcher de débiter sa saison ce jeudi avec la tunique de Total-Direct Énergie sur le Mont Ventoux Dénivelé Challenge. *« Avec un rôle d'équipier. »* Il participera ensuite aux championnats de France, le 23 août à Grand-Champ (Morbihan). *« Il n'est pas prévu que je sois aligné sur le Tour de Limousin ou le Tour Poitou-Charentes. Mais je serai ensuite avec l'équipe de France espoirs aux championnats d'Europe (du 24 au 28 août à Plouay). Puis, avec Total Direct-Energie, je dois participer à plusieurs manches de la Coupe de France dont le Tour du Doubs (6 septembre) et Paris-Camembert (22 septembre) »*, conclut-il.



Le Poitevin Valentin Ferron va revêtir la tunique de l'équipe de France sur le championnat d'Europe fin août.

(Photo archives cor. NR, Alain Biais)

6 AOUT 2020

Le Poitevin Valentin Ferron va revêtir la tunique de l'équipe de France sur le championnat d'Europe fin août.



copyright Centre Presse
Reproduction interdite

Photo: (Photo archives cor. NR, Alain Biais)

[Tweet](#) [Like](#)



Le Chrono d'Or de Bonneuil a ouvert le Triangle Sud Berry, ce samedi. Si Enzo Paleni (Beauvais Team Cycliste) a pris la main sur le classement général, les pros Yoann Paillot et Valentin Ferron ont régalé.

Le Triangle Sud Berry existe depuis 1997 et malgré la conjoncture, l'édition 2020 promettait beaucoup. Notamment la 1re manche qui se tenait ce samedi après-midi, dans la chaleur de Bonneuil. Un Chrono d'Or avec deux circuits différents (10,8 km, 15,2 km) qui rassemblait 143 participants.

Les participants au TSB devaient s'acquitter de la plus longue distance. Et à ce petit jeu-là, c'est Enzo Paleni (Beauvais Team Cycliste) qui s'est montré le plus fort. Sur un parcours qui faisait la part belle aux faux plats, le junior 2e année a impressionné son monde en passant sous la barre fatidique des vingt minutes, qu'il a même explosée (19'29).

C'est donc lui qui revêtera le maillot vert de leader ce dimanche sur le Prix de Mouhet, 2e manche du Triangle Sud Berry. Nicolas Hamon (Creuse Oxygène) en 19'52 et Jules Dessay (VC Controis) en 20'25 complètent le podium au classement général.

Mais ce Chrono d'Or valait aussi le détour par la présence de deux coureurs professionnels : Valentin Ferron (Total Direct Énergie) et Yoann Paillot (Saint-Michel - Auber 93). Ne prenant pas part au TSB, ils ont tous deux effectué deux tours de circuit. Sur 30,4 km, Paillot a largement pris le dessus sur son rival, en 37'30. Le Poitevin Ferron a lui réalisé un temps de 40'17.

21 AOUT 2020



Zoé SOULLARD / DirectVelo

22 AOÛT 2020



Vendée-U Pays de la Loire

5 h · 🌐



Grand Prix de Plouay 🚴

Demain nos 🟡🟠 seront sur un autre front toujours en Bretagne : Le grand prix de Plouay Élite Open !

L'année dernière l'épreuve avait été remportée par un de nos diables rouges Valentin FERRON. Les attentes sont donc élevées pour cette année 💪

Le directeur sportif sera Damien POMMEREAU et nos 🟡🟠 engagés sont :

- Enzo BERNARD
- Antonin CORVAISIER
- Antoine DEVANNE
- Thomas DENIS
- Lucas GROLIER
- Lukas PAGNIER
- Louis PIJOURLET
- Alan JOUSSEAUME
- Émilien JEANNIÈRE

🏁 Départ à 13h30 pour 11 tours de 13,6km soit 150,15 km

La course sera en direct sur Direct Vélo :

<https://www.directvelo.com/epreuve/27572/grand-prix-de-plouay-elite-open-2020#>

Allez les 🟡🟠👊

Département de la Vendée

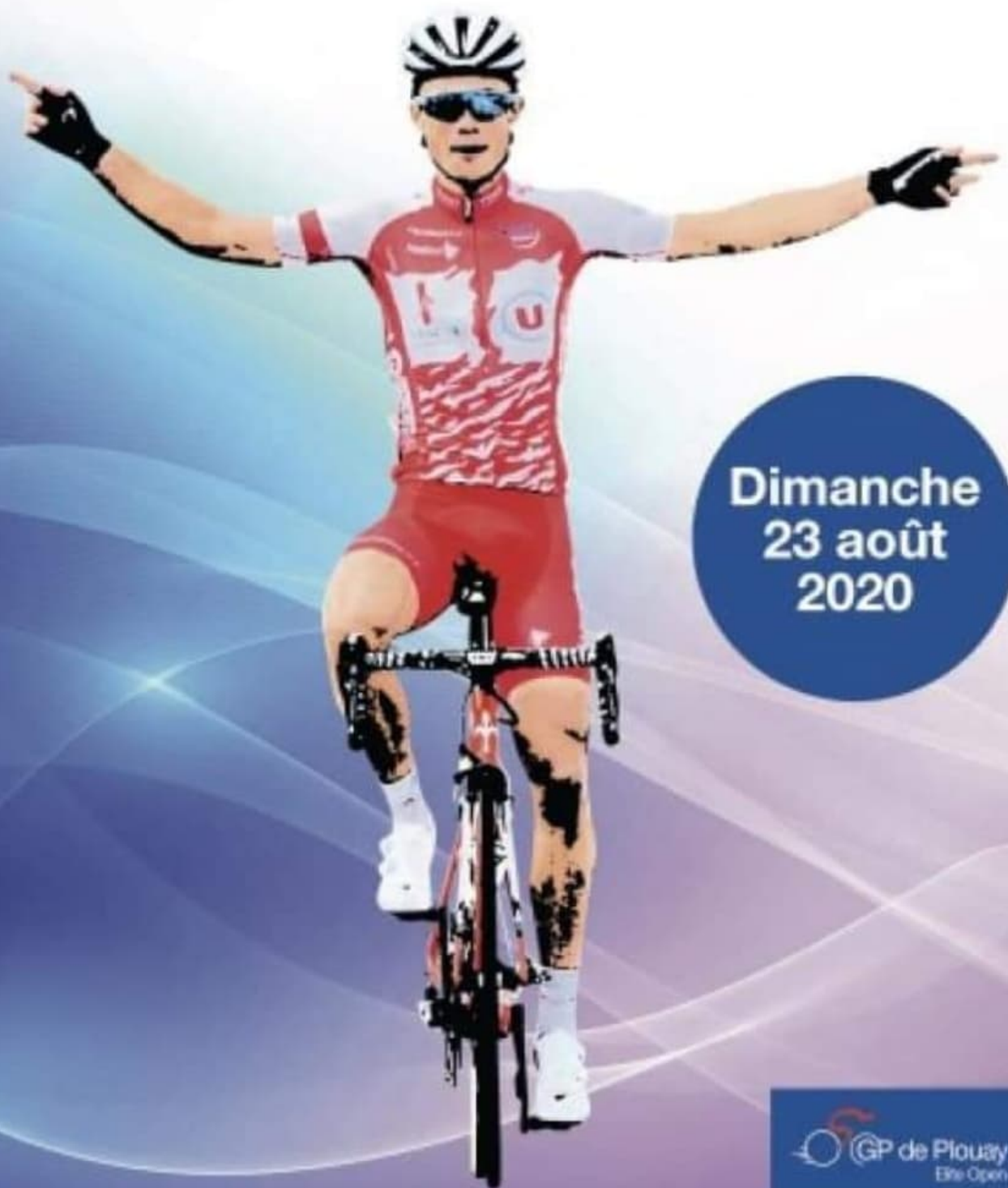
U de Vendée

Région Pays de la Loire

BRETAGNE®

CHAMPIONNATS D'EUROPE ROUTE CIC PLOUAY 2020

Du dimanche 23 au vendredi 28 août



Dimanche
23 août
2020

GP de Plouay
Elite Open

22 AOÛT 2020



la Nouvelle
République.fr

JE M'ABONNE



ACTU LOCALE **POITIERS** ÉCO SPORTS LOISIRS FRANCE MONDE >

Vu du Tour du Limousin, qui se termine ce vendredi, les championnats de France à Grand-Champ paraissent encore un peu loin. Dans l'équipe Direct-Total Energie, on ne l'a ainsi pas encore trop abordé.

La stratégie de course ? « *On verra cela samedi et dimanche* », glisse Jonathan Hivert. « *On va voir comment sont les gars, mais a priori, on devrait construire la tactique d'équipe autour de Lilian Calmejane et d'Anthony Turgis* », ajoute Marlon Gaillard, approuvé par le néo-pro Valentin Ferron. D'autant plus vrai que Julien Simon est forfait.

Le circuit ? Là aussi, c'est encore l'inconnu pour les deux Tourangeaux et le jeune coureur de la Vienne qui ne connaissent pas très bien les routes de Grand-Champ. « *On verra sur place, on ira faire une reconnaissance* », explique l'aîné, la formation Total-Direct Energie posant ses valises en Bretagne ce soir. « *On m'a juste dit que le parcours n'était pas facile, que ce serait vraiment usant*, poursuit Hivert. *Il y aura le nombre de kilomètres importants, effectivement, mais c'est*

pas : « *Mon rôle sera d'aider mes leaders* ». Pas plus que Marlon Gaillard : « *L'an passé en amateurs, j'y allais pour gagner, mais là, je n'ai pas d'ambition personnelle autre que celle d'aider les meilleurs coursiers de l'équipe.* »

Reste donc Jonathan Hivert qui, lui, a l'expérience et le palmarès pour se permettre de jouer sa carte perso si le scénario lui était favorable. Sauf qu'il faut pour cela des jambes et que le Tourangeau a souffert depuis sa reprise au Tour de l'Ain il y a une douzaine de jours. « *Le parcours était très dur et, surtout, il y avait une très grosse chaleur.* » Et Hivert n'aime pas trop l'été. « *Mon corps se met en mode veille, je ne peux plus accumuler les efforts. Là, au Limousin, c'est un peu mieux, même si ce n'est pas encore cela en terme de classements. Mais je sais que quand il fera moins chaud, cela va rebasculer en ma faveur.* »

Et le Tourangeau, qui ne disputera pas la dernière étape du « Limousin » ce vendredi, a déjà jeté un coup d'œil sur les prévisions météo, dimanche... « *La Bretagne, ça ne peut me faire*

8:16

4G   75 %



la Nouvelle
République.fr

JE M'ABONNE



 ACTU LOCALE **POITIERS** ÉCO SPORTS LOISIRS FRANCE MONDE 

Mais je sais que quand il fera moins chaud, cela va rebasculer en ma faveur. »

Et le Tourangeau, qui ne disputera pas la dernière étape du « Limousin » ce vendredi, a déjà jeté un coup d'œil sur les prévisions météo, dimanche... « *La Bretagne, ça ne peut me faire que du bien... Je sens que je progresse, il faut juste que je respire et là, ça devrait être le cas. Franchement, disputer les " France " à cette date et à cet endroit, cela me donne plus d'espoirs que d'habitude... »*

> **Le Loir-et-Chérien Baptiste Constantin** sera également au départ dimanche. Très actif ces dernières années lors des championnats de France amateurs, il va, lui aussi, découvrir le niveau élite pros sous les couleurs de Saint-Michel Auber 93.

Une première à l'avant pour Valentin Ferron

Valentin Ferron n'est pas allé au bout de son premier championnat de France professionnel. Pourtant, le Poitevin en a bel et bien été l'un des acteurs, en passant près des trois quarts de la course aux avant-postes.

Celui qui est passé pro au début du mois chez Total-Direct Énergie, avait été désigné au briefing d'avant-course pour aller dans les coups. Il s'est exécuté. *« J'ai respecté les consignes que l'on m'avait données »*, dit-il sobrement.

Mais encore fallait-il sentir le bon coup. Une première fois, pour se glisser dans un groupe de neuf, en compagnie notamment de Gaudu (Groupama-FDJ), Bardet et Latour (AG2R-La Mondiale). Une seconde pour répondre à

l'offensive de ce dernier autour de la mi-course. *« Chacun a pris ses relais, lui peut-être de manière un peu plus appuyée et longue que moi. On a été le plus loin possible, c'était cool, d'autant que l'an prochain, on sera coéquipiers. »*

Une bonne entente qui les a menés jusqu'à quelque 70 km de l'arrivée. Ferron tiendra encore une dizaine de bornes dans l'échappée, avant de lâcher en haut de l'une des bosses du circuit. Et donc de mettre la flèche à deux tours de l'arrivée. *« Je n'avais plus vraiment d'essence »*, avoue-t-il. Preuve qu'il avait plus que rempli sa mission, même s'il aurait aimé que l'activité offensive des Total-Direct Énergie soit mieux récompensée. *« J'ai pris du plaisir à l'avant, mon résultat est satisfaisant personnellement. Après, pour l'équipe, on n'a pas gagné. »*

Jonathan Hivert:

« Ce sera un solide »

Certes, mais comme le dit son aîné chez Total-Direct Énergie, Jonathan Hivert, *« on a joué avec nos cartes »*. Et l'une d'elle se nommait donc Valentin Ferron, pour préparer le terrain aux suivantes.

Un Valentin Ferron à propos duquel le Tourangeau dit que *« ce sera un solide, il l'est déjà et il a tout le temps de progresser »*.

Et le Poitevin aura, dès jeudi, aux championnats d'Europe espoirs de Plouay, l'occasion d'en faire la démonstration. Là-bas, il n'ira pas pour *« être utile à quelque chose »*, comme sur ce championnat de France, mais bien pour y faire un résultat. *« Cela va être différent. En espoirs, c'est moins cadencé. J'aurai plus d'ambitions personnelles. »* Y compris celle d'aller chercher le titre? *« Oui, c'est possible de gagner. »*

Une dernière phrase dite sur le même ton que la première. Sobrement.



Valentin Ferron a su se montrer offensif pour son premier championnat de France. De bon augure pour les Europe?

(Photo NR)

Valentin Ferron a su se montrer offensif pour son premier championnat de France. De bon augure pour les Europe? Consultez



copyright Centre Presse
Reproduction interdite

Photo: (Photo NR)

[Tweet](#) [Like](#)



Les Espoirs français « pas venus pour faire 6e »



CRÉDIT PHOTO FREDDY GUÉRIN - DIRECTVELO

Par **NICOLAS GACHET**
Le 27 août 2020, 15:03

L'Equipe de France n'a jamais couru à l'envers ce jeudi à l'occasion du Championnat d'Europe Espoirs. "C'est le point positif", observe Alexis Renard. Les Bleus ont commencé à pointer le bout de leur nez dès le troisième des dix tours, quand Nicolas Debeaumarché s'est retrouvé à l'avant avec Sindre Kulset (Norvège). "A deux, on savait que c'était voué à l'échec, dit Pierre-Yves Chatelon. Dans les deux premiers tiers, on devait suivre les coups. Il a suivi le Norvégien. Il ne s'est pas trop livré, il attendait du renfort qui n'est jamais arrivé".

Puis trois coureurs se retrouvent à l'avant, Marijn Van de Berg (Pays-Bas), Jacob Gessner (Allemagne) et Vojtech Repa (République tchèque). Derrière, Valentin Ferron et Théo Delacroix prennent place dans un contre décisif composé de 18 coureurs. "Mais on était trop et ça ne roulait pas assez", regrette le coureur de Circus-Wanty Gobert. "Valentin était très fort, ajoute Théo Delacroix. De mon côté, avec la pluie, je n'avais pas de supers sensations, ça m'a un peu coupé les jambes, j'étais un peu déçu car tactiquement, j'ai fait une bonne course. Il m'a manqué un peu de jus sur la fin". Dans le dernier tour, Valentin Ferron n'a pas accompagné les trois coureurs qui se sont finalement joués les médailles, à savoir Jonas Iversby Hvideberg (Norvège), Anthon Charmig (Danemark) et Vojtech Repa. "Avec deux Danois, ça s'est un peu enterré, rapporte Pierre-Yves Chatelon. Il s'est fait un peu piéger, non pas bêtement, car il a fait une belle course. Il avait des bonnes pattes, mais a priori, c'était assez tactique dans le final".

« RIEN À LEUR REPROCHER »

Les tricolores se tournent alors vers leur sprinteur Jason Tesson. Le Champion de France Amateurs se sentait "bien physiquement" tout au long de la course. "C'est un circuit qui me correspond car ce sont des bosses qui se montent assez vite, ce sont des efforts d'1'-1'20", confie le coureur de Sojasun espoir-ACNC. Le placement était très important. Ça me rappelle les parcours des classiques, en plus avec la pluie". Les Bleus font de leur mieux pour placer sur orbite leur fusée. "Mais ça frottait pas mal, rapporte Alexis Renard. On arrive tous en vie et c'est déjà bien. On a fait le maximum pour bien l'emmener". Selon Jason Tesson, la dernière ligne droite est "vraiment bizarre". "On arrive vraiment vite. Le 53x11 c'est limite, affirme-t-il. On est tous à bloc. C'est vraiment houleux. Nico (Debeaumarché) m'a bien emmené. Les gars m'ont bien lancé mais je n'avais pas assez gros".

Jason Tesson termine à la 6^e place, soit à la 3^e position du peloton ([voir classement](#)). "C'est une déception car nous avons tous fait une belle course, regrette-t-il. Un podium aurait récompensés notre journée. 6^e c'est bien, c'est un Top 10 mais on n'est pas venu là pour faire 6. Le sélectionneur évoque "un peu de frustration", Valentin Ferron étant à l'avant dans le dernier tour avec les trois coureurs qui se disputent le titre. Autre regret, dans la dernière bosse, Alexis Renard est sorti avec cinq coureurs dont le Norvégien Andreas Leknessund, Champion d'Europe du contre-la-montre. Mais après un temps mort fatal, le groupe est venu mourir derrière les trois. "Mais on a fait une belle course, apprécie le coach des Bleus. Si ça rentre devant, Jason fait une médaille. Il a tenu le rang qu'on lui avait dévolu en cas d'arrivée en sprint massif. Mais ce n'est pas rentré... Ils marchaient tous bien, ils ont fait une belle course. On n'a rien à leur reprocher".

28/08/2020 05:00 | [Sports](#) | [POITIERS](#) |

... et Ferron 65 chez les espoirs

Le Poitevin Valentin Ferron a cédé dans le dernier tour d'un championnat d'Europe espoir remporté par le Danois Hvideberg, hier sous la pluie à Plouay. Le coureur de Total Direct Energie a fini 65 à 47" du vainqueur. Le premier Français, Jason Tesson, se classe 6.



Nos champions, d'Émile Georget à Valentin Ferron

Émile Georget (1881-1960). 3e Tour de France 1907 et 1910, 1er de neuf étapes dont 6 en 1907 ; 1er coureur de l'histoire au sommet du Galibier en 1911 ; 2e Milan - San Remo 1909 ; 1er Bordeaux - Paris 1910 et 1911. Une rue porte son nom à Châtellerault. Son frère Léon Georget (1879-1949), 9 victoires Bol d'Or cycliste entre 1903 et 1919.

Fernand Augereau (1882-1958). Né à Naintré ; Pro 1902-1912 ; 3e Tour de France 1903 ; 1er Bordeaux-Paris 1904.

Maurice Origné (1915-2001). 1er circuit de la Vienne 1935.

Pierre Georget (1917-1964). Né à Châtellerault. Fils de Léon, neveu d'Émile ; médaillé d'argent (km sur piste) et médaillé de bronze (tandem) JO Berlin 1936 ; médaillé d'argent aux Mondiaux vitesse sur piste 1936 Zurich et 1937 Copenhague.

Claude Colette (1929 - 1990). Né à Châtellerault ; 24e Tour de France 1955.

Claude Perrotin (1939). Indépendant Peugeot ; une douzaine de victoires en 1966 plus 2e Grand Prix de l'UVP (1. Ocana), 2e des Boucles Allasacoises (1. Wolfshohl).

Michel Grain (1942). Né à Saint-Georges-lès-Baillargeeaux ; Pro 1964-1970 ; 5 Tours de France ; 2 Tours d'Italie ; 2 Tours d'Espagne ; 1er GP du Midi-Libre 1967.

André Corbeau (1950). 2 Tours de France 1975, 1976.

Bernard Bourreau (1951). 11 Tours de France de 1974 à 1984.

Christian Poirier (1954). Pro 1977-1980 ; Tour de France 1979 (3e d'une étape). Habite à Ligugé.

Thierry Barrault (1960-2014). Né à Poitiers ; Pro 1984-1986. 19e et 1er Français Tour des Flandres 1985.

Pierrick Gillereau (1968). Né à Poitiers. Pro 1994.

Olivier Ouvrard (1969). 1 étape Tour du Limousin 1991 ; 1 étape Tour du Japon 1996.

Jean-Christophe Currit (1969). Né à Poitiers. Pro. 1994-1995.

Méderic Clain (1976). Pro 2000-2004. Tour de France 2003. Meilleur grimpeur Tour d'Espagne 2002 (2e - 8e étape). Habite à Poitiers.

Sylvain Chavanel (1979). Né à Châtellerault. Pro 2000-2018 ; recordman des participations au Tour de France (18), maillot jaune en 2010, 3 victoires d'étape ; champion de France sur route 2011 ; 6 fois champion de France du clm entre 2005 et 2014 ; 2e Tour des Flandres 2011...

Sébastien Chavanel (1979). Né à Châtellerault. Pro 2003-2016. Vainqueur Coupe de France 2007.

Paul Brousse (1983). Né à Poitiers. Pro 2007-2009.

Valentin Ferron (1998). Né à Poitiers. Pro depuis août 2020.



CYCLISME Paris-Camembert: Bouhanni sur sa lancée?

Nacer Bouhanni (Arkéa-Samsic), victorieux dimanche à Isbergues, sera l'une des têtes d'affiche ce mardi de la 81^e édition de Paris-Camembert, 6^e manche de la Coupe de France 2020. Seront également au rendez-vous nos locaux Cyril Lemoine (Cofidis), Valentin Ferron, Marlon Gaillard et Jonathan Hivert (Total Direct Energie).

en bref



CYCLISME Valentin Ferron 21 de Paris-Camembert

Alors qu'il n'avait pas terminé l'épreuve belge Antwerp Port Epic /Sels Trophy le 13 septembre dernier, Valentin Ferron était de retour en course mardi sur Paris-Camembert. Après 183,5 kilomètres entre Pont-Audemer et Livarot Pays d'Auge, le coureur de Total Direct Energie a pris la 21^e place de la 6^e manche de la Coupe de France FDJ remportée par Dorian Godon (Ag2r La Mondiale).

Cyclisme : le Poitevin Valentin Ferron au départ du Tour d'Espagne

Publié le 16/10/2020 à 15:00 | Mis à jour le 16/10/2020 à 15:05



CYCLISME - VIENNE



Le cycliste poitevin Valentin Ferron sera au départ de la Vuelta le 20 octobre.

© (Photo d'archives cor., Benoît Dabadie)

A 22 ans, le Poitevin Valentin Ferron va participer à son premier grand Tour. Le mardi 20 octobre 2020, il sera en effet au départ de la Vuelta, le Tour d'Espagne, puisqu'il a été sélectionné par son équipe Total-Direct Energie.

Professionnel depuis août 2020, le coureur cycliste poitevin **Valentin Ferron** va participer à son premier grand Tour à 22 ans.

Il a en effet été retenu par **Total Direct Energie**, son équipe, pour participer à la **Vuelta**, le **Tour d'Espagne**, qui aura lieu du mardi 20 octobre au dimanche 8 novembre 2020.

“ C'est la première fois que je participe à une course de trois semaines. Cela représente beaucoup de choses ”

Valentin Ferron, coureur cycliste professionnel de l'équipe Total-Direct Energie

Après avoir débuté le cyclisme à la **Joyeuse Pédale Cantonale Lussacoise** avant de rejoindre l'**Union Vélocipédique Poitevine**, Valentin Ferron avait terminé sa formation au sein de **Vendée U**.

Cette structure amateur, l'une des meilleures en France, est aussi le **centre de formation de l'équipe professionnelle Total-Direct Energie**.

Pour ses débuts chez les pros, **Valentin Ferron** s'est notamment fait remarquer lors d'une longue échappée de **200 km sur Liège-Bastogne-Liège**.

“ C'est la première fois que je participe à une course de trois semaines. Cela représente beaucoup de choses ” a-t-il notamment réagi.

l'oeil de l'expert

Bernaudeau: « Il va grandir plus vite »

Jean-René Bernaudeau (manager de l'équipe Team Total-Direct Energie): « Participer à la Vuelta va donner l'opportunité à Valentin Ferron de grandir plus vite. Il nous donne beaucoup de satisfactions depuis ses débuts chez les professionnels en août. Je ne suis pas surpris par ses performances. Malgré sa jeunesse, Valentin a la tête sur les épaules, il est déjà mature. Ce Tour d'Espagne va lui permettre d'encore changer de dimension en gagnant en expérience et en assurance. »

Pierre Samit

Le Poitevin Valentin Ferron participe au Tour d'Espagne.



copyright Centre Presse
Reproduction interdite

Photo: (Photo d'archives)

[Tweet](#) [Like](#)



Un grand Tour pour Ferron

A 22 ans, le Poitevin Valentin Ferron va participer à son premier grand Tour. Mardi, avec l'équipe Total-Direct Energie, il sera au départ du Tour d'Espagne.

Encore à Poitiers hier, Valentin Ferron a pris aujourd'hui la route de l'Espagne, plus précisément d'Irun, au Pays Basque espagnol. Et pour cause. La ville frontalière accueille le départ de la première étape de la Vuelta, mardi 20 octobre 2020. Hier, le Team Total-Direct Energie a officialisé la composition de son équipe pour le Tour d'Espagne, le Poitevin faisant parti des huit heureux élus.

Une surprise? Pas pour le principal intéressé. « Depuis trois semaines, je savais que c'était en bonne voie. Mais, on n'est jamais à l'abri d'une chute », indique-t-il. Au regard de ses performances depuis son passage chez les professionnels, sa sélection, bien que précoce pour un néo-
méritée.

A 22 ans, Valentin Ferron n'est pas du genre à subir à jouer les timides au coeur du peloton. Non, l'ancien Joyeuse Pédale Cantonale Lussacoise et de l'Union Poitevine est plutôt d'un tempérament offensif. Sa la Polynormande, derrière Benoît Cosnefroy (AG2R L sa première chez les pros en 2019 alors qu'il n'était était un signe qui ne trompait pas. Sur ses 18 jours 2020, on l'a encore souvent vu à l'avant. Notamment premiers championnats de France Elite, ou, récemment Bastogne-Liège. « J'ai été devant pendant 200 km. pas eu de résultats significatifs, j'ai tenté des choses

« L'objectif est de voir la ligne d'arrivée à Madrid »

Si le Poitevin s'est montré performant, cette participation à un premier grand Tour n'était cependant pas prévue dans le programme initial. « Je profite d'un concours de circonstances. Avec le Covid-19, la Vuelta a été programmée beaucoup plus tard. Nous déplorons aussi des blessés. »

Avec des coéquipiers aussi expérimentés que le Néerlandais Niki Terpstra ou le Français Romain Sicard, Valentin Ferron va pouvoir emmagasiner de l'expérience. « Les rôles n'ont pas encore été définis au sein de l'équipe. On sait que nous n'avons personne pour disputer le classement général. On va miser sur l'offensive en nous glissant dans des échappées et, pourquoi pas, viser une victoire d'étape. Nous pourrions aussi compter sur Lorenzo Manzin, notre sprinteur. »

Quant à Ferron, il ne cache pas son bonheur, même si le plus dur reste à venir. « Participer à un grand Tour représente quelque chose. Je pars dans l'inconnu car je n'ai jamais été aligné sur une épreuve de trois semaines. La haute montagne ne me fait pas peur mais il faut voir comment je vais gérer la répétition des efforts. L'objectif est de voir la ligne d'arrivée à Madrid. »



Le Poitevin Valentin Ferron participe au Tour d'Espagne.
(Photo d'archives)

[PARTAGER](#) [f](#) [t](#) [✉](#) ...

1

C'est la première fois que Valentin Ferron va disputer la Vuelta, qui démarre ce mardi. C'est même la première fois qu'il est aligné au départ d'un grand Tour. Et pour cause, le Poitevin dispute sa première année chez les pros! Cette sélection par son équipe Total Direct Energie prouve que le coureur de 22 ans répond parfaitement aux attentes de son staff.

Lancé dans le grand bain, Valentin Ferron va donc découvrir l'exigence d'une course de trois semaines et apprendre à gérer sa récupération pour tenir sur la durée. Il sera en tout cas bien encadré, avec des coéquipiers d'expérience pour le conseiller.

L'équipe Total Direct Energie: Niki Terpstra, Julien Simon, Romain Sicard, Lorenzo Manzin, Valentin Ferron, Jonathan Hivert, Pim Ligthart, Paul Ourselin.



Valentin Ferron va découvrir la Vuelta à partir de ce mardi.
(Photo Team Total Direct Energie)

Valentin Ferron va découvrir la Vuelta à partir de ce mardi. Choisissez votre jour.

A larger photograph of Valentin Ferron in a cycling jersey, similar to the one in the smaller image above. He is wearing a white helmet and sunglasses, looking forward. The background is slightly blurred, showing other cyclists and spectators.

Photo: (Photo Team Total Direct Energie)

[Tweet](#) [Like](#)

Ferron à la hauteur

Avant la troisième et dernière semaine de la Vuelta, le Poitevin Valentin Ferron a profité de la journée de repos pour recharger ses batteries. Témoignage.

Avec plus de 2.000 km au compteur, sur les 2.888 à couvrir d'ici dimanche sur le Tour d'Espagne, Valentin Ferron s'est accordé, hier, une journée sans vélo à La Corogne. « *Je n'ai pas envie de rouler, souriait-il en lâchant provisoirement sa manette Mario Kart autour de 13 heures. Après l'étape de dimanche et avant le contre-la-montre de mardi (aujourd'hui), je n'en vois pas la nécessité.* »

« Mieux sur mon vélo que dans mon canapé »

Ah l'étape dominicale! L'Alto de l'Angliru a été fidèle à sa réputation. Féroce. Le Slovène Roglic y a laissé sa tunique rouge de leader, au profit de Carapaz. Valentin, du haut de ses 22 ans, y a perdu quelques plumes (71 à 23' du vainqueur Carthy*). « *C'était très, très raide, soupirait-il. J'ai déjà grimpé des cols difficiles comme le Tourmalet, mais je n'avais encore jamais monté ce genre de mur. Imaginez que sur un des six derniers kilomètres, on franchit 160 mètres de dénivelé positif...* » Enorme!

Enorme comme ce premier grand Tour qu'il découvre sans complexe et dans une forme optimale au regard de la situation insolite que le peloton mondial affronte. « *Je me sens bien, je ne suis pas cramé, je suis prêt à donner le maximum jusqu'au bout.* » Mais rien d'exceptionnel à ses yeux, juste le prolongement de ses débuts dynamiques dans le concert professionnel. « *La Vuelta est un ton au-dessus des épreuves du World Tour, mais un ton en dessous du Tour de France, résume-t-il. Mes sensations sont bonnes, pas plus. Je n'espérais pas mieux, parce que je suis venu avant tout pour emmagasiner de l'expérience.* » De ce côté là, le contrat est rempli. Lors de la 3^e étape, on l'a même vu aux avant-postes, porté par son esprit baroudeur. « *J'aime rouler devant, même si je savais mes chances de gagner petites.* » Comme Valentin le fait remarquer, « *aucune étape n'a échappé à des champions, ici je côtoie le top des coureurs mondiaux. Les journées passent vite sur le vélo, on ne chôme pas. Sauf peut-être jeudi lors d'une étape 100% plate terminée au sprint, c'était presque une journée de récupération (rire). Sinon, en terme d'engagement, de fatigue, je m'attendais à ça!* »

Mais l'ancien gamin de l'UV Poitiers, notamment, est un dur au mal, encore vivant parmi les 151 rescapés du Tour d'Espagne (13 abandons). « *D'ici Madrid, il faut s'attendre encore à une course décousue, avec de grosses bagarres. Je suis très heureux de cette première expérience au sein d'un des trois plus grands Tours même s'il reste cinq jours.* » Et six avant le retour sur Poitiers pour des vacances méritées. « *Je ne suis pas pressé. Avec le confinement, je suis mieux sur mon vélo que dans mon canapé...* »

* Valentin est 33 au classement des jeunes à 51' et 97 du général à 2h35'24 de Carapaz.



Valentin Ferron découvre l'un des trois plus grands Tours.

(Photo Team Total-Direct Energie)

Valentin Ferron découvre l'un des trois plus grands Tours.



copyright Centre Presse
Reproduction interdite

Photo: (Photo Team Total-Direct Energie)

[Tweet](#) [Like](#)



Valentin Ferron

21 ans

Baroudeur



Contenu réservé
aux abonnés

Mercredi 11 novembre 2020 09:00

Cyclisme. Tour d'Espagne : « Je n'avais jamais monté un col si raide »



Le 5 novembre 2020, lors de l'étape 15 du Tour d'Espagne, Valentin Ferron a signé son premier top 20 sur un grand tour. © Team Total Direct Energie

Coureur professionnel depuis à peine trois mois au sein de l'équipe vendéenne Total Direct Energie, Valentin Ferron vient de boucler son premier grand tour, terminé à la 87e place.

22 ans, coureur professionnel depuis à peine trois mois au sein de l'équipe vendéenne Total direct Energie, le Tour d'Espagne était votre premier Grand Tour. Comment vous sentez-vous ?

Je me sens plutôt bien même s'il est vrai qu'après trois semaines de course, la fatigue psychologique et musculaire commence à s'installer. Pour ...



14/11/2020 05:02 | [Sports](#) | [POITIERS](#) | [Imprimer](#) |

[PARTAGER](#) [f](#) [t](#) [e](#) [...](#)

« Je fais mon petit bout de chemin »

Le néo-professionnel de Total-Direct Énergie a rempli son contrat en terminant la Vuelta, son premier grand tour. Valentin Ferron revient éprouvé mais riche d'une expérience inoubliable.

Au lendemain de son retour de Madrid (mardi), Valentin Ferron (22 ans) nous a reçu dans son appartement qu'il devrait quitter pour une maison plus spacieuse. Tout s'accélère pour l'ancien coureur de Lussac et de l'UV Poitevine, stagiaire en 2019 puis professionnel depuis le 1 août au sein de l'équipe Total-Direct Énergie. En à peine trois mois, le baroudeur à la bouille d'enfant a pris de l'envergure à travers Liège-Bastogne-Liège, le Tour du Limousin ou encore le championnat de France. Jusqu'à gratter un dossard pour le Tour d'Espagne, son premier « monument » de trois semaines. Au cours d'un entretien fleuve, le sympathique et très cool « Val » est revenu sur la Vuelta et plus généralement sur cette drôle de saison, marquée par le Covid et sa nouvelle vie de coureur professionnel.



Valentin Ferron a bien négocié son virage chez les professionnels (Photo Agence Zoom).
psamit

Valentin, dans quel état de forme rentrez-vous du Tour d'Espagne?

« Ça va, mais c'était un soulagement d'en finir. Trois semaines, c'était nouveau pour moi, c'était assez long. Maintenant, j'ai bien géré l'épreuve en terme de fatigue et de ressenti musculaire. Sur la fin, c'était plutôt de l'usure psychologique. Plus de quatre heures de vélo tous les jours... »

D'autant que les moments de répit ont été rares du Pays Basque à Madrid...

« Ce n'était pas ultra-montagneux, mais beaucoup de moyennes montagnes et peu de plat. Avec de l'engagement chaque jour. Oui! C'était éprouvant. »

Avez-vous traversé des moments délicats en Espagne?

« J'ai eu de la chance, je ne suis pas tombé, sans tomber malade non plus. Ce sont autant de soucis en moins. Mais il y a eu des moments compliqués, des conditions climatiques rudes parfois. Dans ces cas-là, faut s'accrocher mentalement, faut que ça passe. »

Personnellement, à quoi vous raccrochez-vous quand la course se durcit?

« Je pense à mes proches, j'imagine ce qu'ils sont en train de faire. Je me dis qu'ils ont de la chance d'être dans leur canapé (rire). Sur le moment, on souffre, mais on trouve toujours des motifs de dépassement. Du genre: allez encore 10 bornes à grimper et après c'est la descente... »

Quel bilan tirez-vous de la Vuelta?

« Je partais avec l'ambition de découvrir un des trois plus grands Tours, de faire des kilomètres. Je n'avais pas d'objectif de résultats, ni de places. Voilà, je suis content, j'ai été au bout, j'ai emmagasiné de l'expérience, au contact de mes coéquipiers notamment. C'est beaucoup de positif, j'ai réussi à être acteur de la course plusieurs fois, mais bon, pour exister sur une épreuve comme celle-là, il faut être un champion. Il me reste encore du travail. Je progresse, je fais mon petit bout de chemin. »

Quel regard portez-vous sur ces quatre premiers mois chez les pros?

« Le grand public, souvent, retient le classement brut. Mais plein de coureurs font des numéros devant sans gagner. Or, ils ont réalisé une performance physique exceptionnelle. Sur plusieurs épreuves, j'étais devant, j'ai mis de l'intensité, réalisé des perfs en watts supérieures à mes précédents scores. Sur Liège-Bastogne-Liège, par exemple, j'ai passé 200 km à l'avant. J'ai montré mes capacités. »

A l'inverse, sur quelle course avez-vous été en difficulté?

« Sur le Mont Ventoux Dénivellé Challenge (6 août, 90 à 39'), j'ai souffert. Le Ventoux plus la chaleur, j'en ai bavé. Ça fait partie de l'apprentissage. Mais il y a toujours du positif à retirer, des leçons à retenir. »

Dans l'immédiat, quel va être le programme de Valentin Ferron?

« Je vais poser le vélo et ranger les chaussures pour au moins quinze jours. Après, je vais reprendre avec du footing, des sports différents pour me dépenser, comme le badminton. »

Dans cette période creuse, comment occupez-vous votre temps libre?

« J'essaye d'éviter autant que possible les écrans. Je me suis rendu compte que ça me fatiguait. Je regarde un film de temps en temps. En période normale j'aurais été embrasser mes proches, mais je fais attention. Sinon, je bricole un peu et je cuisine aussi. J'en profite! Mon plat préféré? Une bonne raclette, tout ce qui est à base de fromage, j'adore. »

Projetons-nous un peu pour conclure. Le Tour de France peut-il s'inscrire parmi pour vos objectifs en 2021?

« Le Tour fait rêver, c'est LA course par excellence. Maintenant, on est 25 dans mon équipe pour huit places. Je vais me donner les moyens pour réussir, mais ça ne dépend pas que de moi. Je vais m'entraîner dur et puis on verra. »

résultats

Depuis le 1 août :

Tour du Limousin (18/08): abandon 4 et dernière étape;
Cht de France (23/8) : abandon; Cht d'Europe espoir (27/8): 65; Paris-Camembert (22/9): 21; La Flèche Wallonne (30/09): 72; Liège-Bastogne-Liège (4/10): 120; Tour d'Espagne (20/10 au 8/11): 87 à 3h24 (20 de la 15 étape).

Valentin Ferron a bien négocié son virage chez les professionnels (Photo Agence Zoom).



copyright Centre Presse
production interdite

Photo: psamit

[Tweet](#)  Like



Valentin Ferron reprend en douceur



Écoutez notre podcast

Débutée en août, la première demi-saison chez les professionnels du Poitevin Valentin Ferron s'est achevée tardivement, le 8 novembre, jour de la dernière étape de la Vuelta, en Espagne. Après avoir terminé le premier Grand Tour de sa jeune carrière, le coureur de 22 ans a coupé durant trois semaines pleines. « *Pas de vélo ni de sport de manière intensive* », précise celui qui défend les couleurs de la formation Total-Direct Energie.

« Au début, on promène surtout le vélo »

Revenu chez lui, à Poitiers, il a alors rechargé les batteries avant de reprendre progressivement une activité physique. Il suit pour cela les programmes courant sur une dizaine de jours concoctés par Alexis Loiseau, son entraîneur. « *J'ai commencé par de la course à pied, du renforcement musculaire et, aussi, un peu de VTT* », décrit-il.

Les premières véritables sorties datent de début décembre. « *C'est une reprise en douceur pendant la période des fêtes de fin d'année. Lors de la première semaine, j'ai dû effectuer trois séances en matinée autour de Poitiers, entre 50 et 100 km. On ne force pas vraiment. Au début on promène surtout le vélo.* »

Un début de saison prévu au Rwanda

Total-Direct Energie a bien prévu un premier stage dans le courant du mois de décembre à Aix-en-Provence, dans le sud de la France. Mais il a dû être annulé à cause du contexte sanitaire. Tous les coureurs de l'équipe ont, en revanche, passé à tour de rôle une journée au manoir des Essarts, siège de la formation vendéenne. « *C'était un rendez-vous surtout administratif. On en a profité pour prendre des photos mais aussi rencontrer le staff technique afin d'évoquer le programme de la saison prochaine.* »

Valentin Ferron va véritablement monter en puissance au début du mois de janvier. « *Les premières courses vont se rapprocher. Il y aura aussi le stage prévu en Espagne à partir du 12 janvier.* » Le Poitevin devrait ensuite lancer sa saison du 21 au 28 février à l'occasion du Tour du Rwanda, en Afrique. Une course à laquelle il a déjà participé l'an dernier avec l'équipe de France espoirs.



Valentin Ferron va retrouver Latour cette saison chez Total-Direct Energie.
(Photo archives NR)