

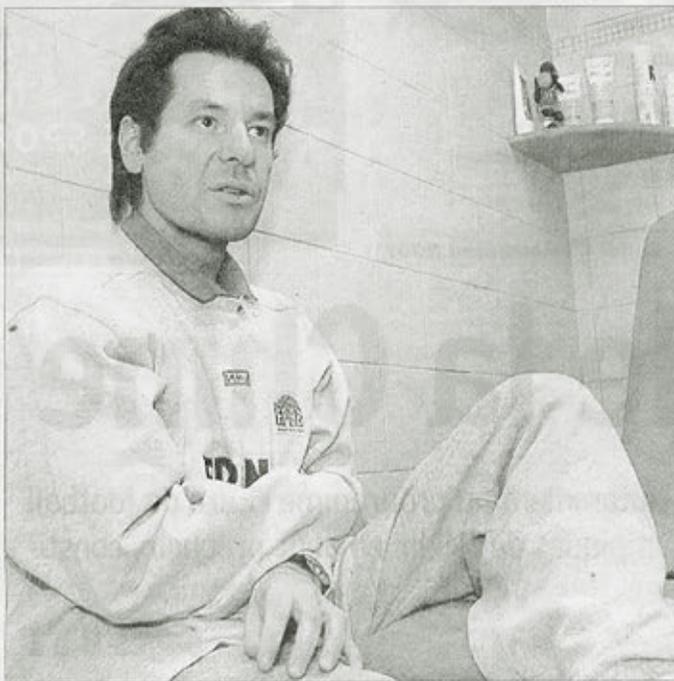
Baicry : des baskets aux crampons

L'as des mains berruyer séduit par l'appel du pied nordiste : ou quand Jérôme Baicry, le kiné des Tango, quitte le Berry pour rejoindre le staff de l'équipe de foot de Valenciennes, actuelle 6^e de Ligue 1 !

Samedi matin, alors que les basketteuses berruyères retrouvaient le parquet du Prado après six jours bienvenus de vacances en famille, le kiné du club tango, Jérôme Baicry, commençait, lui, à ranger ses affaires dans son "cabinet", aménagé à côté des vestiaires. Dès demain, celui qui a suivi l'équipe tango depuis la saison 1999-2000, tout d'abord uniquement en EuroLigue, avant d'être embauché à plein temps en 2002, ne sera en effet plus Berruyer. A partir du 1^{er} janvier, il officiera comme kiné du club de foot de Valenciennes, qui évolue en Ligue 1.

Une décision surprenante à ce stade de la saison, dont l'intéressé nous explique les raisons. « Cela s'est fait très rapidement, explique Jérôme Baicry. Je connais le kiné de Valenciennes qui m'a dit, tout d'abord à la mi-novembre, que le club cherchait un autre kiné tout de suite. Il m'a rappelé une seconde fois quand nous étions à Sibonik le 12 décembre, et le 16 décembre, soit le lendemain du match face à Valenciennes au Prado, je suis monté à Valenciennes pour rencontrer Antoine Kombouaré, l'entraîneur. On est tombé d'accord assez vite sur pas mal de choses... »

Avec un président Pierre Fosset compréhensif, qui lui a fait cadeau (pour Noël ?) de son préavis, Jérôme Baicry a donc franchi le pas, passant de la balle orange au



Après plus de sept ans passés au Bourges Basket Jérôme Baicry a choisi de rejoindre le club de foot de Valenciennes.

ballon rond, des filles aux garçons, des baskets aux crampons. « Le foot est le sport roi en France, rappelle l'intéressé. Je n'ai jamais travaillé dans ce milieu mais j'aspire toujours à avoir une carrière la plus complète et à devenir meilleur. C'est aussi un nouveau challenge. Des opportunités comme ça, je n'en aurai pas cinquante. Financièrement ? C'est également très intéressant. »

Et de préciser ce qui l'attend à Valenciennes, où il a trouvé un studio meublé, avant de s'installer, par la suite, plus confortablement avec sa femme. « Nous serons deux kinés pour un groupe professionnel de 20-25 joueurs. Mon travail sera le même, mais le sport est différent, et les blessures aussi. Pour le moment, j'ai peu le trac car tout s'est fait très vite. » Bien entendu, lorsqu'il a fait part

de son choix aux joueuses, la veille du match à Tarbes, le 22 décembre, certaines ont un peu accusé le coup. Pas facile en effet de voir partir, en cours de saison, celui qui faisait souvent office de confident, et qui, au fil des années, a noué des relations d'amitié avec l'effectif tango. « Je les comprends, assure Jérôme Baicry. Mais je crois aussi qu'elles comprennent que je saisisse cette opportunité. »

" J'ai rencontré à Bourges des gens fabuleux "

Passionné de basket et de sport de haut niveau, le néo-Valencien-



Les Berruyères ont repris samedi matin le chemin du Prado pour préparer la réception de Challes-les-Eaux, prévue jeudi soir.

(Photos NR, Anne Savaris)

nois estime avoir été comblé aussi bien sur le banc de Bourges que sur celui de l'équipe de France. Sportivement et humainement. « A Bourges, l'image la plus forte que je garde à l'esprit est la défaite après deux prolongations en finale de l'EuroLigue, en 2000, face à Ruzomberok. Émotionnellement, c'était énorme. Ensuite, au-delà des titres qui restent de bons souvenirs, je retiens surtout les rencontres avec des gens fabuleux. Dans le sport de haut niveau, on trouve des personnalités hors normes, avec des origines et des cultures très différentes. Ce fut très enrichissant. » Et de citer des joueuses comme Evanthia Malti, Vicky Hall, Yannick Souvré, Cathy Melain, Laia Palau, Nina Bjedov, Anna Kotocova, Silvia Janostinova, « et beaucoup d'autres ! »

Dans le staff des Bleues, il

avoue également avoir eu « une chance extraordinaire », en participant à tous les grands événements, comme les JO, les championnats du monde, les championnats d'Europe. Avec une période plus forte que les autres : « En 1999, 2000 et 2001, avec Jacky (Commères), Ivano (Ballarini) et Alain (Jardel), j'ai connu des moments géniaux sur le plan sportif et humain, où il y avait une espèce d'harmonie parfaite entre nous. »

À l'évocation de tous ces souvenirs, Jérôme Baicry se laisse envahir par l'émotion. Nul doute que celle-ci sera déçue lorsqu'il lui faudra dire au revoir aux Berruyères, ce midi, avant de partir vivre une nouvelle aventure dans le Nord, où on lui souhaite bon vent !

Jean-Marc DURET

Parkinson et rééducation : les kinés des P.-O. à l'avant-garde

Lors d'une soirée informative demain, des dispositifs innovants en kiné vont être présentés aux professionnels. Découverte de deux d'entre eux

Les kinésithérapeutes endosseraient-ils le rôle de praticiens et celui d'ingénieurs ? « De plus en plus, nous créons des objets pour nos propres besoins », défend Stéphane Galinier, président de la FFMKR 66 (Fédération française des masseurs-kinésithérapeutes rééducateurs des Pyrénées-Orientales). Demain, lors d'une soirée informative (voir encadré), une réflexion sera portée sur les modes d'action et la progression de la kinésithérapie. L'occasion pour les 971 professionnels du département concernés de découvrir des principes novateurs: le premier dispositif portant sur du matériel anti Freezing, le second, sur la rééducation des troubles de la cheville.

nées, suite à un accident de voiture, le doctorant Sébastien Teissier perd de son autonomie. Étudiant les neurosciences, il fait équipe avec le professeur Touchon de Montpellier et amorce une expérimentation pour son travail de recherche sur l'amélioration de l'autonomie et de la marche. « Depuis plus de deux ans, je travaille, en collaboration avec le SNMKR (Syndicat national des masseurs-kinésithérapeutes rééducateurs) en la personne de Vivien Hausberg, sur un appareil fixé à la ceinture et connecté par Bluetooth à un casque posé au niveau de la tête du patient, derrière les oreilles plus précisément. Le dispositif électronique envoie une stimulation auditive non invasive à effet immédiat venant compenser un déficit cortical lié à la maladie en sollicitant un réseau compensatoire de neurones », explique ce trentenaire thésard et intervenant demain soir.

À ses côtés, Jérôme Baicry, kinésithérapeute des Dragons Catalans présentera son Propriofoot, un dispositif de quatre mini-plateaux



Stéphane Galinier (à gauche) sera au côté de Jérôme Baicry lors de la soirée destinée aux kinésithérapeutes. Photos M. Clementz

fonctionnant par paire (photos ci-contre) : le pied est en équilibre sur deux plaquettes pour travailler les faisceaux externes où trois ligaments peuvent être touchés. « Les plateaux pour la rééducation de la cheville n'étaient jusque-là pas assez efficaces pour sculpter le membre inférieur car trop grands et pas assez ciblés sur le pied et la cheville », déplore le créateur dont l'objet sélectif insiste aussi sur la proprioception*. L'idée initiale en 1995, époque pendant laquelle Jérôme Baicry et son associé Loïc Paris travaillaient à Paris à la Fédération française de basket-ball, était « de réactiver le système musculaire et de réagir le plus vite possible. Le travail peut aussi se réaliser

pédiatrie et neurologie, a été l'objet d'étude de thèses d'étudiants et... d'un diplôme en République Tchèque à Prague ! Grâce à son manuel d'utilisation, sportifs de haut niveau et même sportifs du dimanche peuvent s'en servir. « Pour ces deux publics, la fréquence de l'exercice ne change pas. Seule son intensité varie. Elle sera ainsi plus forte pour les sportifs de haut niveau. »

Laura Causanillas

Renseignements et commercialisation du dispositif anti Freezing au 06 51 30 06 44, mais aussi sur commande@sjtechnologies.fr, sebastien.teissier@sjtechnologies.fr, et du Propriofoot sur www.propriofoot.com

* La proprioception, ou sensibilité profonde, désigne la perception,

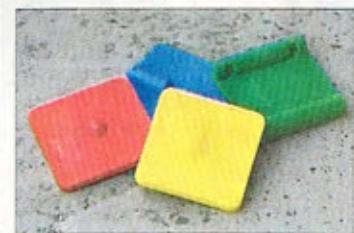
« Mc la fo kiné loca

Sur les 9 que com Pyrénées libéraux. demain informati Fédération masseur rééducateur pour abo l'innovati égard à p innovant: égaleme réforme élections des prof santé... Galinier 66. Les écha l'actualité les minis organisr menés p: secrétaire Guérard. Galinier, permet d formatio départen entraide pour rom cabinet e kinésithé

Demain Maison d

Une stimulation auditive non invasive

Le Freezing, immobilité soudaine et brève, accompagnée d'un piétinement sur place et de pieds restés au sol, est l'un des symptômes les plus singuliers de la maladie de Parkinson. Aucune intervention médicamenteuse ou chirurgicale ne pallie les troubles et les chutes qui en découlent. Il y a quelques an-



INTERVIEW

Rémi Casty

« Je suis très heureux d'être de retour sur le terrain. Sept mois et demi sans le rugby, ça a été difficile. »

continuer de progresser au niveau physique pour gagner plus de temps de jeu pour aider l'équipe. »

Rémi explique que, même

s'il est satisfait de sa forme depuis son retour dans l'équipe, il est désespéré de jouer si peu de minutes, lui qui veut aider l'équipe à remonter au classement. «C'est



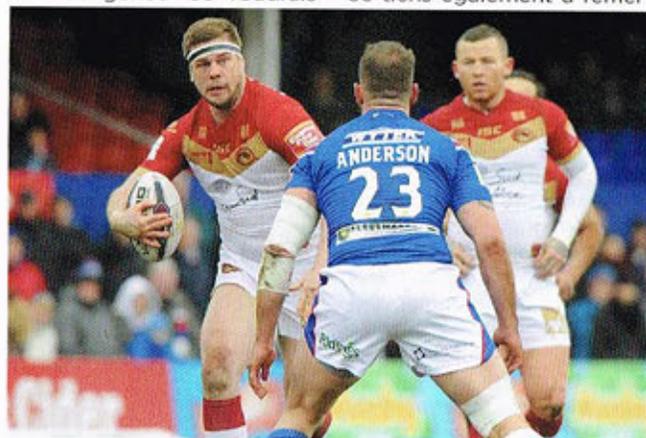
INTERVIEW

Rémi Casty

« Je suis satisfait de la façon dont je suis revenu dans l'équipe. Je me sens fort et à l'aise avec l'équipe et mes coéquipiers. »

frustrant de jouer si peu de minutes par rapport à ce que je suis habitué, je ne peux qu'espérer jouer davantage. Je suis un joueur de rugby professionnel et je veux jouer plus, mieux jouer et donner plus à l'équipe. »

«Je suis satisfait de la façon dont je suis revenu dans l'équipe. Je me sens fort et à l'aise avec l'équipe et mes nouveaux coéquipiers. Le processus sera plus long que par le passé pour revenir aussi fort que je l'étais avant, mais si je colle aux principes de l'équipe et que je continue à me renforcer chaque semaine physiquement, alors j'espère être de retour à la place où j'étais, il y a quelques semaines. »



sept mois d'arrêt à une blessure (ligaments rompus), le capitaine Dragons Catalans, Rémi y a fait son come back. L'équipe contre Wakefield au début du mois. Maintenant, il commence à s'intégrer dans le groupe et tient à rattraper le temps perdu.

Il parle ouvertement de sa blessure, de sa détermination à avoir un impact sur l'équipe et l'arrivée de sa fille dans sa famille: «Je suis très heureux d'être de retour sur le terrain. Sept mois et demi sans le rugby, ça a été difficile. J'ai joué dix fois vingt minutes lors des deux premiers matchs qui m'a fait rentrer au niveau dans l'équipe lentement. J'espère que je peux



Le capitaine catalan tient à faire l'éloge de ceux qui travaillent dans l'ombre et qui l'ont aidé au cours des sept derniers mois pour lui permettre de retrouver sa forme physique après son opération du genou "Je voudrais

dire merci à toutes les personnes et la famille qui ont aidé et m'ont soutenu pendant cette période. Surtout ma femme, parce qu'elle a dû me supporter et me soutenir loin de l'équipe et du club. Je tiens également à remer-



INTERVIEW

Rémi Casty

« Nous savons que pendant les fêtes de Pâques, notre mentalité et notre esprit sont la clé »

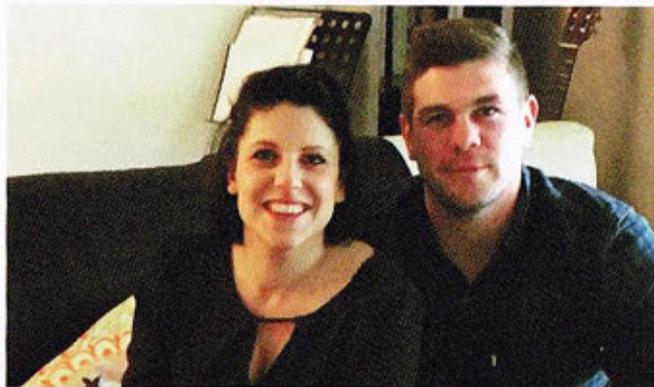
cier Jérôme Baicry, le kiné et le préparateur Benoit "Albert-Bueno". Ils ont tous les deux fait un excellent travail et ils ont fait beaucoup de séances avec moi. Je crois que si je reviens assez fort pour jouer les matches contre Warrington, Huddersfield et Castleford, c'est à eux que je le dois. »

La forme de Castleford a été bonne depuis le début de saison, Casty parle de l'équipe Castleford et de la période de Pâques «Nous savons que Castleford est en bonne forme malgré leurs derniers résultats. Ils commencent toujours très bien. C'est une très bonne équipe, avec Gale et Roberts au milieu et leurs avants qui gagnent du terrain. Nous devons travail-

ler dur pour essayer de les arrêter. »

«Nous savons que pendant les fêtes de Pâques, notre mentalité et notre esprit sont la clé et nous devons avoir plus faim que les autres équipes que nous affrontons.

Beaucoup de gens parlent de Pâques et des matches rapprochés et nous devons nous assurer que nous garderons la même intensité même pour le troisième match. Ce n'est pas bon de faire tout le travail difficile pendant un week-end, puis



INTERVIEW

Rémi Casty

« Nous avons trois gros matches au cours de la période de Pâques, mais nous devons prendre soin de notre récupération. »

de laisser tout aller le week-end suivant. »

«Nous avons trois gros matches au cours de la période de Pâques, mais nous devons prendre soin de notre récupération. Cela est plus important que les séances de

vidéo, parce que si nous ne récupérons pas bien nous ne serons pas en état de jouer. Il est essentiel pour nous de bien récupérer pour être aussi fort mentalement pendant ces matches difficiles. C'est essentiel pour nous de rebondir après deux défait-



es à domicile au début de saison et pendant la période de Pâques. C'est le moment de le faire et de construire un certain élan. »

Paula, le femme de Rémi Casty a donné naissance à une petite fille, Rose, samedi dernier avec Remi qui était dès le dimanche en Angleterre pour le match des Catalans contre Huddersfield «J'étais impatient de commencer cette nouvelle étape dans ma vie. Nous sommes tous les deux très excités au sujet du nouveau bébé, je sais qu'il y aura des nuits blanches parfois, mais je sais ce sera que du bonheur. »



Interview : Ricky Wilby

BASKETNEWS

L'HEBDO DU BASKET



LE JOUR DE GLOIRE

LES BLEUES CHAMPIONNES D'EUROPE

M 4891 - 49 - 14,00 F - 2,13 €



■ Interviews Fred Fauthoux (Pau-Orthez) et Franck Mériguet (Le Mans)
■ Sabonis de retour en Europe ? ■ NBA : Le point sur les free-agers

Staff Médical

Portrait de Jérôme Baicry



Depuis son arrivée chez les Dragons, à la fin octobre 2012, Jérôme Baicry fait plus ample connaissance avec un sport qui jusqu'ici lui était inconnu. Son premier match de rugby à XIII, il l'a vu "via un DVD prêté par Laurent Frayssinous".

Première impression ? *"C'est plaisant à regarder, et cela ressemble au football américain"*. Les deux premiers mois du nouveau kiné à plein temps des Dragons ont donc été ceux de la découverte. *"J'avais besoin de savoir ce que font exactement les joueurs dans les différents ateliers de travail"*, explique celui qui dit *"aimer tous les sports"* même si c'est surtout le haut niveau en football et basket que ce passionné de golf (handicap 16,5) de 48 ans a côtoyé ces dernières années.

Un parcours de champion, en fait. Si, plus jeune, il a pratiqué le basket à Sceaux en région parisienne, le tennis la voile, ou encore le ski, il a débuté dans la profession de kinésithérapeute-ostéopathe en 1991 à la tête d'un cabinet, dans le Val d'Oise. *"C'est là que j'ai rencontré Jean-Michel Grand (ndlr : auquel il a succédé, chez les Dragons). Il m'a d'abord remplacé, puis nous nous sommes associés"*.

Parallèlement, il intervenait dans les clubs de Noisy-Le-Grand (rugby, Fédérale 3), Saint-Brice (hand, D1), Hermont (volley, ProB), ses services étant également utilisés en équipe de France de foot US, puis en équipe de France féminine de basket (1995 à 2007).

Sa carrière en club à temps plein débute en 2001 au CJM Bourges, l'équipe reine du basket féminin, et se poursuit de 2008 à 2012 au Valenciennes FC. Un souvenir impérissable : *"Il y avait une excellente ambiance, dans ce club que l'emblématique président Francis De Courrière avait*

fait grimper du bas de l'échelle au sommet".

Et c'est une raison géographique qui l'a amené à quitter les brumes du nord pour le soleil de Perpignan : *"Toute ma famille vit dans le sud"*.

Ici, Jérôme a retrouvé avec plaisir deux anciennes basketteuses de Bourges, Elodie Bertal et Fatou Dieng, qu'il a vu éclore lorsqu'elles avaient 15 ans, de même que François Gomez, l'entraîneur du Perpignan Basket, qu'il connaît bien.

Et s'il trouve des similitudes entre le rugby à XIII, le football et le basket, elles sont d'ordre général : *"le caractère fort est le dénominateur commun à tous les athlètes de haut niveau. A talent égal, c'est le cerveau qui fait la différence"*.

Par ailleurs, à Brutus, il n'est pas arrivé les mains vides. Car il fait désormais profiter aux Dragons sa trouvaille, le Proprio foot (quatre petites pièces de résine de 20 cm de côté, permettant un grand nombre de combinaisons destinées à la rééducation de la cheville, après entorse), breveté et commercialisé en 2004 en compagnie du kiné du Sporting Club de Bastia, Loïc Paris, *"vendu un peu partout en France et en Europe"*, et qui a eu la Real Sociedad comme premier client.

Egalement co-auteur, avec Sabine Juras, du manuel *"Gainage pour tous"*, Jérôme



" LE CARACTÈRE FORT EST LE DÉNOMINATEUR COMMUN À TOUS LES ATHLÈTES DE HAUT NIVEAU. A TALENT ÉGAL, C'EST LE CERVEAU QUI FAIT LA DIFFÉRENCE. "

Baicry apporte ainsi sa science aux Dragons, lesquels continuent en outre d'utiliser, à temps partiel, les compétences de Jean-Claude Pignol, Jean-Michel Grand, Jérôme Gambier. Depuis son arrivée, il s'est familiarisé avec le strapping du genou et de la cheville, omniprésent chez les rugbymen : *"On ne l'utilise pas en football, où on a besoin d'une grande mobilité articulaire. Le pied, c'est comme le pinceau du peintre, pour un footballeur"*. Pour un treiziste, c'est plutôt la main, l'épaule, le pectoral. De nouveaux champs d'exploration pour Jérôme.

« L'impression d'avoir fait le tour »

On n'imaginait pas une autre scène : demain, pour la reprise de l'entraînement, le Bourges Basket au grand complet, joueuses, staff technique et médical. Seulement voilà : il en est un qui ne prendra plus, professionnellement parlant, le chemin du Prado : Jérôme Baicry, le kiné de ces demoiselles.

« L'affaire s'est décidée rapidement »

Comme nous vous l'annoncions dans notre édition du 24 décembre, Jérôme va, dans quelques jours, exercer ses talents ailleurs. Ça ne s'invente pas : à Valenciennes. Mais pas au Hainaut : non, il quitte le ballon orange pour le ballon rond. Direction le stade Nungesser et le Valenciennes Football Club !

« L'affaire s'est décidée super rapidement », explique Jéjé. « Je n'étais pas demandeur, c'est le club de Valenciennes qui est venu me chercher. Tous les ans, j'avais des contacts avec un autre club de foot, Bastia. Mais bon, la Corse, c'est pour les vacances. Là, ça me faisait un peu peur. Il y avait la distance avec la famille, les amis. Valenciennes, ce n'est trop loin de Paris, où j'ai pas mal d'attaches. Et je pourrai y garder un œil sur le basket féminin. »

Visiblement, Jérôme avait envie de découvrir autre chose. Il connaissait déjà, professionnellement, le monde du foot américain, du rugby. Et bien entendu du basket. « J'ai l'impression d'avoir fait le tour de la question. »

« J'ai tout à découvrir dans le football »

Il intervenait au Bourges Basket depuis 1999. D'abord ponctuellement, pour les



SOUVENIRS. Avec le Bourges Basket, Jérôme Baicry a vécu beaucoup de joies et rencontré des joueuses marquantes, comme ici Evina Maltisi. PHOTO HERVÉ LE FELLIC

matchs européens. Puis à plein temps, comme salarié du club tango, depuis 2001 et la cession de son cabinet parisien de kiné.

Il en a vécu, des aventures, avec le Bourges Basket comme avec l'équipe de France. Lui qui aime à dire que « la joueuse la plus agréable à masser... est celle qu'on ne voit pas » a savouré « tous les titres, toutes les joies, c'est évident. Mais ce qui compte le plus, c'est d'avoir rencontré autant de joueuses. Des personnes hors normes, extrêmement attachantes, exigeantes voire excessives parfois. J'ai été gâté, vraiment », affirme-t-il, en évoquant Yannick Souvré, Anna Kotocova, Nina Bjedov, Vicky Hall, Silvia Janostinova, toutes passées par ses mains.

Evina Maltisi, la shooteuse grecque aujourd'hui à Valenciennes, « qui a eu beaucoup de

difficultés à s'adapter, et qui a vécu le plus dur, à savoir joueuse étrangère arrivée blessée », occupe visiblement une place de choix. Tout comme la perle espagnole Laia Palau, on s'en doute.

Et les actuelles Berruyères, qui n'ont appris que vendredi dernier, veille du match de Tarbes, le départ de leur kiné. « Forcément, elles ont bougé un peu, à cette annonce. Mais elles comprennent, ça fait partie du métier. J'ai été super content de leur réaction, même si je comprends que ce n'est pas facile pour elles, à ce stade de la saison. Les habitudes vont forcément changer, et c'est ce qui les inquiète le plus. »

Pendant que le club berruyer cherche un remplaçant, Jéjé court partout, pour s'adapter au plus vite à sa nouvelle existence. « Je me retrouve dans la même situa-

tion que lorsque j'ai quitté Paris pour Bourges. Je n'ai pas encore de chez-moi, et j'ai tout à découvrir dans le foot. Et ça va être une grande source de progression. On voit dans le foot des pathologies différentes. Il faut aussi gérer les conditions de jeu, terrain, température, beaucoup plus fluctuantes qu'au basket, forcément. »

Et la Ligue 1, où Valenciennes occupe une belle 6^e place, c'est un autre monde, quand on arrive de la Ligue féminine. Financièrement, bien sûr. Mais pas seulement. « Pour le moment, le seul interlocuteur que j'ai eu, c'est l'entraîneur, Antoine Kombouaré. Un ancien joueur du PSG, le club dont j'étais fan quand j'étais gamin. J'ai été séduit par le personnage, j'ai bien aimé son discours. » Une nouvelle aventure commence. Bonne chance, Jéjé... ■

HERVÉ LE FELLIC

FOOTBALL (LIGUE 1)

Jérôme Baicry, le kiné basketteur, lâche la balle orange pour les crampons de VA

Le VAFC a un nouveau kiné. Après le départ de Pascal Guéry, c'est un « basketteur » qui rejoint le club. Jérôme Baicry était en effet le kiné de Bourges (Ligue féminine de basket) et de l'équipe de France féminine de basket, après avoir pratiqué dans la plupart des sports collectifs.

PAR PHILIPPE GUILBAUD

valenciennes@lavoixdunord.fr

PHOTO BRUNO FAVA

Une petite touche personnelle orne depuis quelques jours la salle de kiné du VAFC. Le (joli) calendrier des basketteuses de Bourges. Un peu de basket dans cet environnement de foot, ça pourrait paraître incongru. Pas autant que la présence du nouveau kiné du VAFC. Depuis huit ans, Jérôme Baicry était celui des Berryères, les meilleures ennemies des joueuses de l'USVO. Le 1^{er} janvier, il a troqué les baskets pour les crampons. « Je connaissais Thomas (Duée, l'autre kiné de VA) parce qu'il avait été speaker à la salle du Hainaut pour l'USVO et qu'il avait participé au livre que nous avons écrit avec Sabine (Jurass, la kiné de l'USVO). C'est lui qui m'a dit qu'il y avait une place de libre à VA. »

Il était alors en pleine interrogation sur la suite de sa carrière, la proposition était alléchante. « Le foot, je ne connaissais pas. Je ne m'imaginai même jamais y travailler: J'ai passé un entretien avec Antoine Kombouaré qui a fini de me convaincre. Je savais



Jérôme Baicry va « disputer » son premier match de Ligue 1 ce soir avec le VAFC.

que c'était une opportunité unique. »

Le voilà donc qui accroche un nouveau sport à son palmarès. « Avant Bourges et l'équipe de France de basket, j'ai été kiné d'une équipe de volley en Pro B, en rugby, football américain et handball. J'ai eu la chance d'avoir beaucoup d'expériences différentes. » Bourges d'accord pour le laisser partir (il a trouvé son successeur), il a pu basculer dans un environnement totalement différent. « Ce ne sont pas les mêmes moyens, tout est plus grand, plus pro, avec les déplacements, les médecins, l'organigramme... »

Tranquillement, il apprend à connaître les habitudes, les

« C'est un énorme changement. Ce ne sont pas les mêmes moyens qu'au basket. Tout est plus grand. »

joueurs, et à collaborer avec Thomas Duée. « Travailler avec un collègue au quotidien est une grande source de partage et de progression. On échange nos expériences. Pour le moment, je le regarde beaucoup, car un strapping de footballeur, ce n'est pas celui d'une basketteuse... »

Et puis, ce soir, il plongera dans le grand bain. Son premier match, sa première paire de crampons. « Je viens d'avoir ma licence et on m'a donné des chaussures, mes premières. Je commence par Saint-Etienne, c'est toute mon enfance, c'est amusant. A Bourges, j'essayais d'avoir le plus de recul possible sur le match, pour être lucide dès qu'il y avait quelque chose à faire. Là, je ne sais pas comment je vais être, il y a tellement de choses à faire et à voir. En tout cas, je ne regrette pas mon choix. J'aime tellement ce que je fais, je suis aux anges. »

► Jérôme Baicry - 43 ans. Kiné de l'équipe de France de basket depuis 1995 et de Bourges depuis 1999.

Un buste musclé grâce au livre de Jérôme Baicry

« Le gainage pour tous », c'est le titre du livre écrit par le kiné du Bourges Basket, Jérôme Baicry, avec sa consœur de Valenciennes, Sabine Juras. Une belle réussite sur un thème - le renforcement musculaire du buste - jusque-là peu abordé.

Le gainage pour tous ? Non, rassurez-vous, Jérôme Baicry, le kiné du Bourges Basket, n'est pas devenu un spécialiste des travaux d'électricité et des conseils en bricolage. Le gainage, sujet principal de son tout premier livre, coécrit avec Sabine Juras, son amie et kiné de Valenciennes, concerne bien son domaine de prédilection : l'anatomie humaine, et plus particulièrement le renforcement musculaire du buste, qui « permet de former une gaine protectrice uniforme autour de la colonne vertébrale ». Eh oui ! avoir des abdos façon « tablettes chocolat », c'est bien, mais cela ne suffit pas aux yeux des spécialistes. « Les exercices d'abdos "contaminent" souvent tout, mais le gainage renforce, lui, l'ensemble des muscles du buste », souligne ainsi Jérôme Baicry, qui s'est lancé dans l'aventure de l'écriture il y a trois ans. « L'idée est partie lors du tournoi de Chaviognol, où j'étais parti voir jouer Ivano Ballarini (adjoint d'Alain Jardel en équipe de France féminine), raconte le kiné du club tango. J'y ai rencontré le CTR d'Ile-de-France, qui était intéressé par des exercices sur le gainage. Je lui ai envoyé un programme et cela m'a donné l'idée d'aller plus loin. Lors d'un stage de l'équipe de France, on



Le kiné du Bourges Basket a coécrit un ouvrage qui fera sans doute référence dans le domaine du gainage.

en a parlé avec Sabine Juras et on a commencé à dessiner des exercices et écrire des textes. Cela a pris du volume et on a eu l'envie d'en faire un livre. Cela a duré ainsi près de trois ans... »

Cela valait le coup d'attendre car le résultat est concluant : une jolie couverture, un contenu très didactique adapté à tous (sportifs avertis ou amateurs), superbement illustré avec plusieurs centaines de photos (avec l'ex-Valenciennoise Sandra Le Dréan comme modèle s'il vous plaît), une préface signée

Boris Diaw et Alain Jardel, et...déjà des retours très positifs. « Rien n'avait été fait, ni écrit sur le sujet avant, et on a eu que des échos positifs pour le moment, apprécie modestement Jérôme Baicry. Ce livre a été réalisé pour être un outil pratique de travail. Les textes sont très courts et on voulait que les exercices proposés soient compris par l'image... »

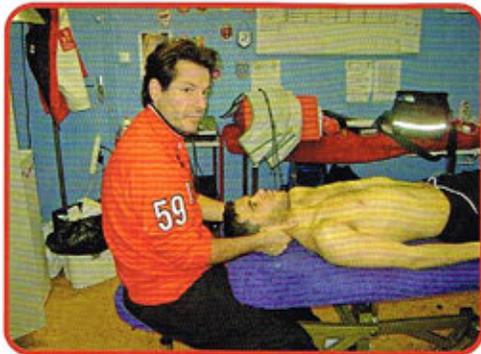
Pari réussi : les premiers exemplaires des deux mille livres imprimés se vendent plutôt bien. Y aura-t-il une suite dans la vie d'écrivain

de Jérôme Baicry ? « Je ne sais si on fera un autre livre, mais ce fut une expérience magnifique avec Sabine, et même Sandra qui a été très disponible. On retravaillera ensemble avec Sabine, c'est certain ! »

Jean-Marc DURET

« Le gainage pour tous », Collection Sport +, 325 pages, 25 €. Renseignements sur le site www.sportnaturepassion.fr. Disponible à la Fnac ou auprès de Jérôme Baicry.

UN NOUVEAU KINÉ AU VAFC



>> Le 1^{er} Janvier 2008, Jérôme Baicry a rejoint le staff rouge et blanc pour former, avec Thomas Duée, le duo de kinés du VAFC. Faisons connaissance avec ce nouveau membre de la famille valencienne...

• Jérôme, comment se passent tes premières semaines au VAFC ?

Ça se passe très bien. Il y a beaucoup de travail, ce qui veut malheureusement dire qu'il y a de nombreux blessés. Comme j'adore mon boulot, je ne vais pas me plaindre, c'est plus un problème pour le staff technique. Je suis venu ici dans le but de progresser, d'avancer. Par exemple, dans le foot, il y a beaucoup de pépins musculaires, pas trop en basket. Je vais donc travailler ça. En tout cas, il a fallu que je sois dans le bain très vite. Thomas (Duée) m'a beaucoup aidé. Je suis arrivé le 1^{er} Janvier et petit à petit, j'ai découvert les coutumes du foot, comme les mises au vert. Ensuite, il y a eu le 1^{er} match à domicile face à Saint-Etienne.

• Pourquoi avoir choisi de quitter le club de Bourges (basket féminin) pour rejoindre VA ?

J'avais la sensation que je n'aurai pas 50 occasions comme celle-là. C'était le moment de le faire, je pensais me retirer du basket pour changer donc je n'ai pas hésité trop longtemps. Je prends ça comme un défi, une avancée.

• Par rapport à ta fonction, peux-tu déjà comparer le monde du basket féminin à celui du football ?

Ce sont deux mondes totalement

différents. D'un côté, ce sont des filles en salle sur un petit terrain et de l'autre, ce sont des garçons en extérieur sur un grand terrain. Maintenant, il y a tout de même des points communs par rapport à ma fonction : je suis toujours kiné dans un sport pro, avec les mêmes exigences, la même volonté de rapidité. Il faut sans arrêt faire mieux plus vite. C'est ça que j'aime, on est poussé dans nos retranchements pour être meilleur. En basket, j'ai été joueur, j'ai fait une dizaine d'années dans un secteur que je connaissais donc bien. Tout était calé. Là, j'arrive dans un monde où je dois tout enregistrer, pour connaître les petites ficelles du foot.

• Es-tu passionné de foot à la base ?

Gamin, j'ai vécu, grandi avec la Coupe d'Europe et l'épopée de Saint-Etienne. Il y avait aussi celles de Bastia et de l'équipe nationale. Étant Parisien, je suis allé un peu au Parc. En fait, je n'ai pas une grande culture foot mais je m'y connais quand même. Et j'aime tous les sports.

• Connaissais-tu auparavant ton nouveau compère Thomas Duée ?

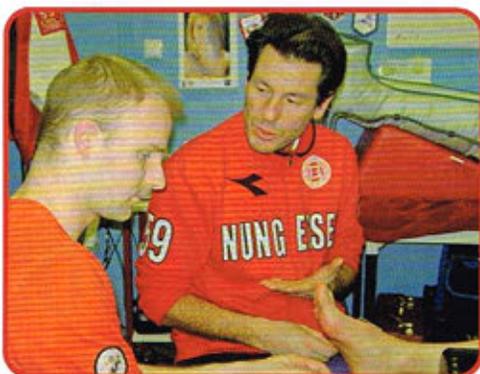
Nous avons une amie en commun, Sabine Juras, la kiné de l'USVD, avec qui j'ai travaillé en équipe nationale et écrit un livre pour lequel Thomas nous avait aidés au niveau de l'illustration. C'est là que je l'ai rencontré. Aujourd'hui, on s'entend très bien, je suis vraiment ravi de travailler avec lui, c'est un bon mec. Il est jeune et arrive donc avec des idées nouvelles et de mon côté, j'ai un peu plus d'expérience du haut niveau. Je pense que l'on peut bien se compléter et avancer ensemble.

• C'est drôle de voir l'ancien speaker de l'USVO (Thomas Duée) faire équipe avec l'ancien kiné de Bourges, deux clubs concurrents historiques de la Ligue de basket féminine...

Justement, j'ai commencé à l'apprécier par ce biais-là, quand on se croisait lors

des rencontres entre les deux clubs. Ses prestations scéniques me faisaient bien rire et d'ailleurs je l'imitais. J'aimais aussi beaucoup la musique qu'il passait à la salle du Hainaut.

• Enfin, clin d'œil pour ton arrivée au club, c'est à travers ta voiture que tu as récemment subi un bizutage (voir photo)... Oui, et j'ai trouvé ça très drôle. Ceux qui l'ont fait ont du bien se marrer aussi. En tout cas, je ne reconnaissais plus ma voiture...



Thomas Duée

J'aime le professionnalisme et l'ouverture d'esprit de Jérôme. C'est un plaisir de coopérer avec lui, de discuter des cas cliniques et d'avancer ensemble dans la rééducation des joueurs. Mais il ne faut pas qu'il mette la musique trop forte dans la salle de soins (rires)...

LOOPING by SATELLIUM

BAR - BRASSERIE - RESTAURANT PANORAMIQUE

Aérogare Valenciennes Prouvy - www.satellium.fr

0327252009

JEAN-LOUIS LECA

« Il faut continuer »



Tout d'abord, comment vas-tu ? Comment se passe ta rééducation suite à ta blessure (rupture du ligament croisé antérieur du genou droit) ?

Cela va tout doucement, ça suit son cours. Je fais de plus en plus de choses, notamment commencer à marcher sans béquilles, c'est bien.

Comment as-tu appréhendé cet « événement » ?

Je ne mesurais pas la gravité de la blessure parce que je n'avais jamais été touché gravement. On croit que cela va se régler en deux semaines, comme un petit pépin physique, mais pas du tout. C'est finalement quand on en parle, qu'on l'annonce, que l'on s'en rend compte. Et après l'opération, on voit que le seul fait de se lever, de se laver, est compliqué. Heureusement que ma femme est là pour m'aider ! J'ai donc un peu encaissé. Voir jouer les potes par la fenêtre, ce n'est pas facile, mais il faut vite passer à autre chose, sinon on s'enterme mentalement.

Travailler au Centre d'entraînement du Mont-Houy doit rendre les choses plus faciles...

Cela facilite les choses de voir les potes tout

le temps. Je peux aussi rentrer chez moi le soir, ce qui n'est pas toujours le cas quand on doit partir loin pour faire une rééducation. Au club, j'ai la chance d'avoir un très bon kiné, Jérôme Baicry, qui me fait bien bosser. Après, je rentrerai certainement à Bastia en avril, l'objectif étant d'être prêt pour la reprise, la saison prochaine.

Sur ces derniers matches, tes coéquipiers restent sur une bonne série...

Ils ont attendu que je me blesse pour gagner (rires) ! C'est bien, il faut continuer pour se rapprocher le plus vite possible du maintien. Et s'il se passe quelque chose en Coupe, ce sera la cerise sur le gâteau !

Quel regard as-tu sur l'AS Saint-Etienne ?

C'est une équipe qui marche fort en ce moment, avec de très bons joueurs. Ils ont un peu galéré ces dernières années, mais là, ça bosse bien avec un entraîneur que je connais. C'est bien pour eux. Chez les Verts, il y a Laurent Battles, avec qui j'ai joué à Bastia. Plus les saisons passent, plus il est impressionnant. C'est un bon exemple pour les anciens (rires) !

Que peux-tu dire à propos de Ruffier et Janot, le duo de gardiens stéphanois ?

Ruffier, comme son équipe, fait une bonne saison. Et Saint-Etienne a la chance d'avoir deux bons gardiens. Quand on a Jérémie Janot comme doublure, on peut être tranquille. Jérémie, ce n'est pas un n° 2, c'est un n° 1 bis, et, en plus, c'est un super mec. Ce n'est pas évident d'être remplaçant après avoir été titulaire pendant longtemps, mais il est toujours là pour son club et ne fait pas de vagues.



Monsieur Jérôme BAICRY
72A, rue Jean Lefebvre
95530 LA FRETTE SUR SEINE

Paris, le 28 septembre 2001

YM/AC

Cher Ami,

Vous avez marqué l'histoire du Basket, ces dernières semaines et en particulier dimanche dans la salle d'Antarès au Mans où vous avez acquis ce titre de championne d'Europe, tant convoité.

L'ensemble du Comité Directeur Fédéral et moi-même, tenons à vous renouveler nos sincères félicitations pour cette brillante prestation, et l'ensemble des rencontres que vous avez réalisées.

J'ai partagé personnellement cette joie intense que vous avez exprimé au coup de sifflet final, et transmise à l'ensemble des spectateurs et téléspectateurs.

Je vous remercie une nouvelle fois, et vous souhaite une pleine réussite dans les prochaines confrontations sportives.

Nous et Bravo.

Yvan MAININI
Président

117, rue du
Château des Rentiers
B.P. 403
75626 Paris Cedex 13
Tél. 01 53 94 25 00
Fax 01 53 94 26 80



Siret 784 405 862 00052 Code APE 926C
BCG Rivaud 43559 00001 01002376203 46
Reconnue d'utilité publique par décret du 1er octobre 1971
Internet : www.basketfrance.com

VALENCIENNES

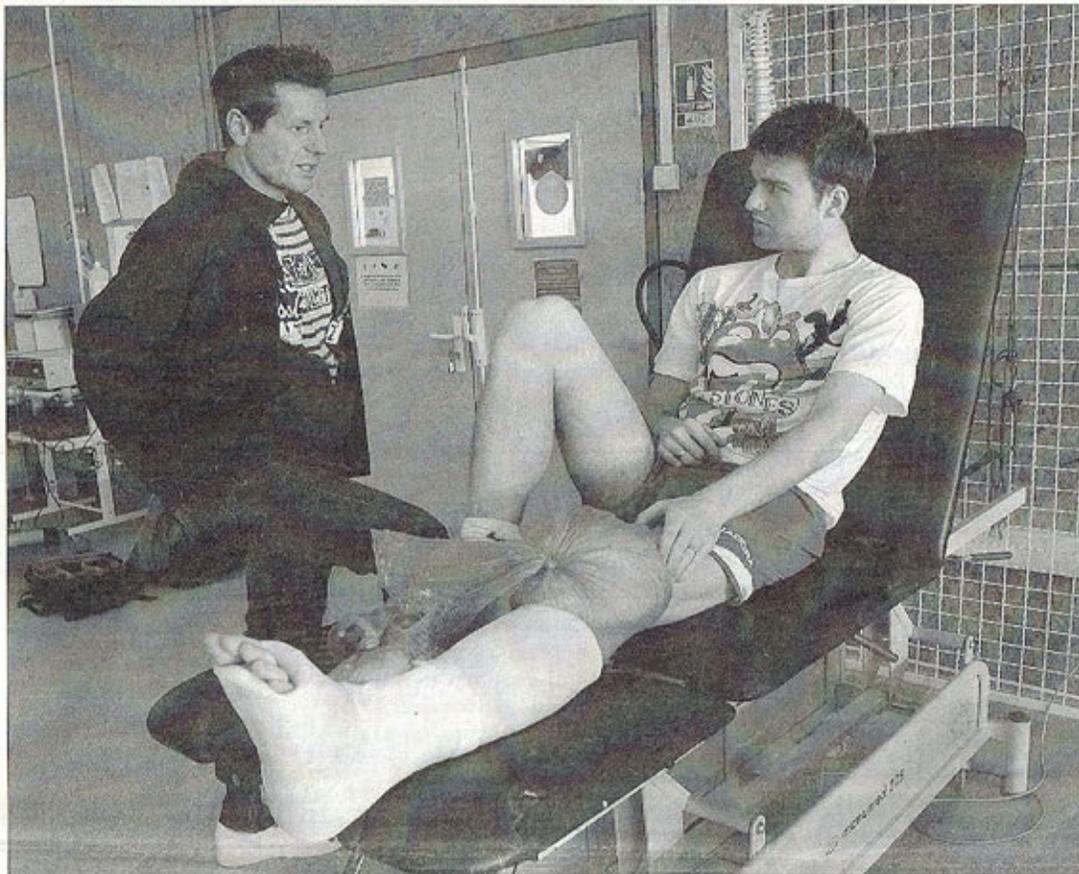
Jonathan Lacourt, le patient impatient du VAFC

Sa blessure inquiétante en direct a donné des images terrifiantes. Opéré à Rennes dans la nuit du 21 au 22 mars d'une double fracture tibia-péroné, Jonathan Lacourt a entamé sa rééducation à Berck-sur-Mer. Il digère avec courage ce coup d'arrêt en pleine ascension. Il veut revenir vite et donne une leçon de moral.

PAR RICHARD GOTTE
sports@lavoixdunord.fr
PHOTO GUY DROLLET

Étendu sur la table de soins, il se masse la cuisse gauche au-dessus du plâtre. Jérôme Baicry, kiné de VA, est pris à témoin. « Regarde, il n'y a plus rien. » On lui explique que c'est normal, le choc opératoire, un réflexe du quadriceps... « Ne te fais pas de soucis avec ça. Ça reviendra dès qu'on se remettra au boulot », assure le spécialiste. Son avis compte et permet de surmonter ce rare moment de doute.

Car pour le reste, Jonathan Lacourt, même une jambe dans le plâtre, est plutôt du genre offensif. Pas celui qui va pleurer sur son sort. À 22 ans, le joueur originaire d'Albi a une force de caractère musclée aux valeurs du rugby. Ses visiteurs peuvent tous le constater. Lundi, c'était le tour de Mathieu Roidin (l'intendant



L'avis de Jérôme Baicry, kiné de VA, permet à Lacourt de surmonter les rares moments de doute.

le beau gosse accueille ses complices avec un t-shirt des Rolling Stones, le short de VA et un large sourire. Il y a du soleil et « de ma chambre, je vois la mer, ça fait du bien », s'amuse-t-il une fois re-

tients. « Ici, il y a des gens à qui il manque un bras ou une jambe, ça permet de relativiser. »

Bien sûr, beaucoup de choses lui manquent, mais il a choisi de positiver. « Le chirurgien a dit que la

fois c'est difficile. Pour un footballeur, se faire casser la jambe, il n'y a rien de pire. » C'est comme si... On égrène alors quelques métiers où les mains sont indispensables. Et naturellement, l'actua-

que ça consolide » et « être patient ». Prendre son mal en patience, il n'a pas fini de l'entendre celle-là, lui qui voudrait déjà mettre le pied par terre pour vraiment se remettre à travailler. « Juste marcher, ce serait un grand pas. » En attendant, il n'a pas dormi dans son lit depuis quinze jours et piaffe à l'idée de pouvoir profiter de l'appartement que le club lui a mis à disposition à Berck. « J'attends le feu vert du docteur. »

Pour l'heure, les journées sont

« La guérison c'est 50 % dans la tête. Si je suis négatif, ça prendra deux fois plus de temps... »

longues, mais la semaine s'annonce pas mal : il y aura match à la télé. « La Champion's League, ça fait rêver ». « Même quand je ne suis pas blessé, je regarde tout. » Ce week-end, ce sera la L1 et un travail d'équipier à distance. Comme lors de la victoire face à Auxerre samedi. « Je suis fier d'eux. On a fait un grand pas. » La télé de l'hôpital ne diffusait pas le match, alors il a regardé sur son téléphone. Il n'a pas tout vu mais a vu l'essentiel, s'est fait raconter les chants en

JÉRÔME BAICRY ET LOÏC PARIS

KINÉS ET BUSINESSMEN

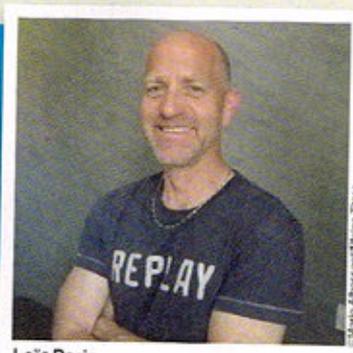
Jérôme Baicry et Loïc Paris sont tous deux masseurs-kinésithérapeutes du sport, le premier à Perpignan, le second à Borgo. Il y a quinze ans, ils ont breveté ensemble des plaquettes pour la rééducation proprioceptive des chevilles fragiles, qu'ils commercialisent grâce à leur SARL : Propriofoot. Une activité commerciale qu'ils mènent de front avec leur cabinet. PAR MARIE ALBESSARD/PLEINS TITRES

REPÈRES

- 1989 : DE pour Loïc Paris
- 1991 : DE pour Jérôme Baicry
- 1995 : Rencontre
- 1999 : Dépôt du brevet des plaquettes Propriofoot
- 2003 : Création de la SARL Propriofoot



Jérôme Baicry.



Loïc Paris.

“Nous sommes la preuve qu'amitié et business peuvent faire bon ménage”, assure Jérôme Baicry, masseur-kinésithérapeute à Perpignan (Pyrénées-orientales), ami et associé de Loïc Paris, son confrère de Borgo (Corse). De leur rencontre, en 1995, sont nées une amitié solide et une aventure entrepreneuriale – avec leur SARL Propriofoot.

Libéral jusqu'en 2001, Jérôme Baicry était également le kinésithérapeute référent de l'équipe de France féminine de basket, de 1998 à 2007, puis, à compter de son départ du cabinet où il exerçait, également de celle de Bourges. Recruté en 2007 par le club de football de Valenciennes, il suit, à partir de 2012, les Dragons Catalans, l'équipe de rugby à XIII de Perpignan. Quant à Loïc Paris, d'abord référent de l'équipe de football de Saint-Denis Saint-Leu, parallèlement à son activité libérale, il déménage en Corse en 2000. Là, il collabore à temps plein avec le SC Bastia jusqu'en 2009, date à laquelle il a créé son cabinet de masso-kinésithérapie du sport, à Borgo.

Jérôme Baicry et Loïc Paris se sont rencontrés lors d'un séminaire, autour d'un point de vue commun : les plateaux déséquilibrants utilisés pour la rééducation proprioceptive des

chevilles ne sont pas adaptés. “Les patients me le transcrivaient avec leurs mots, de façon très explicite : ‘ça travaille, mais plutôt au niveau du genou. Je voyais bien que ce n'était pas ce que je recherchais”, rapporte Jérôme Baicry. Les deux confrères réfléchissent alors à un concept permettant de mieux cibler la cheville, en diminuant la taille et l'amplitude de ces plateaux.

“Kinés avant tout”

Le résultat ? Quatre plaquettes de 10 x 10 cm en résine colorée, dotées d'un support les rendant plus ou moins stables. Le patient place deux plaquettes sous son pied et se tient en équilibre dessus. Les différentes combinaisons permettent de dissocier l'avant et l'arrière du pied. L'exercice crée une situation de stress contrôlé qui stimule les mécano-récepteurs, parfois en sommeil et responsables de la vulnérabilité du pied. Les exercices peuvent s'effectuer en auto-rééducation (à l'aide de la notice explicative), en rééducation ou en prévention. Les deux masseurs-kinésithérapeutes s'occupent de leur SARL sur leur

temps libre. Le rôle de chacun est bien défini : Jérôme Baicry gère l'envoi des commandes, prises sur Internet ou par des distributeurs d'équipements sportifs et de matériel médical, en France et à l'étranger. Il s'occupe aussi de la relation avec les clients étrangers. Loïc Paris prend en charge la logistique fournisseurs (fabrication du produit, du packaging, du mode d'emploi...) et les aspects financiers de la société. “Cela nous prend très peu de temps. Environ 99 % du temps, nous sommes kinés et distributeurs de Propriofoot pour 1 % du temps”, commente ce dernier. Si la SARL vend chaque année un millier de plaquettes, elle reste une “structure artisanale”, explique Loïc Paris. “Nous n'avons pas de commercial, nous débrouillons seuls. Le produit pourrait être beaucoup plus diffusé si on s'en occupait vraiment, mais nous restons avant tout des kinés.” Cela n'empêchera sans doute pas une évolution : des confrères tchèques viennent de demander aux deux associés de réfléchir à des modèles pour enfants... ■