



# TRAVIATZE



## XTREME DE VERBIER

**FREERIDE** Ames sensibles s'abstenir !

**SKI ALPIN**  
Trophée du Mont-Lachaux



**N°30**  
FEVRIER 2011

**Happy  
Ski Weeks**  
+ SWITZERLAND

www.hotelolympic.ch  
Hôtel Olympic Rue Louis Antille  
CH-3963 crans-Montana 1 +41 27 481 29 85



- 7 Nuits à l'Hôtel Olympic (samedi à samedi)
  - 7 Repas du soir à l'Hôtel Olympic
  - 6 Repas de Midi (Dans nos Restaurants de montagne)
  - 6 Jours de ski pass
  - 7 Jours de parking à l'Hôtel Olympic
- Supplément : chambre single Sfr. 160.- / € 120.-

Sfr 999.-  
€ 765.-

Une semaine  
tout compris



EDITO

L'avenir en rose ?



Le sport suisse se porte bien, merci pour lui. Il est vrai que ces derniers temps, nos athlètes se sont illustrés en obtenant des résultats probants. Coïncidence directe, notre pays se bouge (enfin) pour ses sportifs de haut niveau. La perspective de créer un centre olympique intervient donc de manière propice alors même que la Suisse rêve d'organiser des Jeux d'hiver en 2022...

Force est de reconnaître que mettre en place une telle structure autour de nos meilleurs représentants devient indispensable. Nos voisins l'ont compris depuis longtemps. La France, entre autre, est par exemple avant-gardiste en la matière. Ainsi, dans les murs de l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (INSEP), ce sont 130 éducateurs qui encadrent aujourd'hui quelque 630 athlètes, issus d'une bonne vingtaine de sports différents. Rencontré à l'occasion de notre dernier séjour asiatique, un de ses membres, en période de repos, nous a confirmé que huitante personnes du médical et du paramédical contri-

buent, jour après jour, à la bonne marche de cette formidable institution. Les titres et les médailles tombent ainsi avec une régularité qui suscite autant le respect que l'admiration. Nous pouvons donc nous demander, en toute logique, combien de temps notre système archaïque pourra-t-il encore résister à ces usines à champions qui émergent un peu partout en Europe ? Assurément pas très longtemps.

Le sport helvétique ne doit pas rester à la traîne, c'est une évidence. La Suisse doit voir de l'avant, croire en ses forces et vivre de séduisants projets. Celui du centre olympique est une chance que notre pays se doit de saisir. A tout prix ! Il en va de l'avenir et de la crédibilité du sport suisse. Et, pour toutes ces raisons, nous nous faisons un plaisir de relever, à l'occasion de ce 30<sup>e</sup> éditorial, notre soutien indéfectible à ce merveilleux projet. Nous formulons le voeu que tout se passe en douceur et de manière réfléchie. Le tout en intégrant des personnes engagées, responsables et compétentes. A suivre donc. De près.

Jean-Jacques Rudaz

*NB : Un grand merci aux lecteurs et annonceurs qui nous ont fait parvenir plusieurs messages d'encouragement entre les mois de décembre et de janvier. Sympa. Croyez bien que nous allons tout mettre en œuvre pour vous satisfaire en 2011. Et ceci plutôt treize fois qu'une !*

FREERIDE / XTREME DE VERBIER

Sur le grill ..... p.04  
 A propos du Freeride World Tour..... p.07  
 Qui sera sacré ?..... p.09  
 Avec Raphaël Bullet ..... p.10



TEST AUTO

Honda CR-Z ..... p.14  
 Le regard du spécialiste ..... p.17

PÊCHE

Bientôt le jour J ..... p.18  
 3000 permis délivrés..... p.21

SKI ALPIN / TROPHEE DU MONT-LACHAUX

Sur la bonne pente ..... p.22  
 Préparation 'top chrono'..... p.25

DIVERS

Du golf... dans la neige ..... p.27

IMPRESSUM

Parution :	10 fois par année, 10'000 exemplaires
Edition :	3 <sup>e</sup> année, février 2011 - édition n°30
Rédaction et publicité :	Jean-Jacques Rudaz, 079 347 21 11 Gregory Cassaz, 078 836 47 04
Editeur :	Les Editions de la Tour à Saillon
Mise en page	
Et impression :	Imprimerie de la Tour à Saillon, 027 744 61 51
Abonnements :	Annuel : Fr. 60.- / Soutien : Fr. 100.- abo@13mag.ch, 027 744 61 51
Copyright :	Tous droits réservés, reproduction autorisée avec l'approbation écrite de la rédaction
Photo couverture :	Aurélien Routens (F) - © Nissan XTreme By Swatch - Verbier 2010 / C.Margot
Site Web :	www.13mag.ch



# Sur le grill

NICOLAS HALE-WOODS

*A l'instar de 'son' Xtrême, Nicolas Hale-Woods ne prend pas une ride. Entre un déplacement à l'étranger et deux sonneries de son portable, le grand patron a répondu à trois petites questions. A toute blinde !*

NISSAN  
**XTREME  
 VERBIER**  
 swatch

© Nissan XTreme By Swatch - Verbier 2010 / M. Langvillier

**Toute la crème mondiale du freeride sera présente à Verbier. On en salive d'ores et déjà...**

**Nicolas, après 15 éditions le niveau atteint par les athlètes sur cette pente mythique peut-il raisonnablement encore évoluer ?**

« Le niveau progresse chaque année avec de nouvelles figures, une vitesse et une fluidité accrues, le tout de manière contrôlée car la sécurité est un des impératifs premiers. Toute perte de maîtrise est d'ailleurs sévèrement

sanctionnée par les juges. Il y a 15 ans, nous n'imaginions jamais assister, un jour, à des descentes aussi époustouflantes que celles aperçues l'an dernier. Quel merveilleux spectacle ! Je reste convaincu que le potentiel est inépuisable tant la richesse de la face du Bec des Rosses est énorme. Sans parler de la préparation toujours plus professionnelle de ces athlètes, de la glisse, lesquels s'entraînent physiquement et psychologiquement durant toute l'année. La multiplication et l'accès facile à la vidéo constituent d'autres facteurs de progression rapide, ceci dans tous les domaines des activités sportives dites d'action ».



## Quels sont vos objectifs pour cette édition ?

« L'objectif de la saison 2011 du Freeride World Tour est de présenter six étapes de qualité de Chamonix à Verbier en passant par St. Moritz, Kirkwood (USA), Sochi et Fieberbrunn (AUT) en mettant l'accent sur le spectacle et la communication. Elargir la base de la pyramide lors des 30 compétitions qualificatives réunissant plus de 1500 athlètes représente également un but à atteindre. Je précise que la grande nouveauté de l'exercice est l'organisation d'événements réservés aux juniors, de 12 à 17 ans, qui pourront se mesurer sur des pentes 'faciles' et côtoyer ainsi le gratin du freeride lors d'ateliers où la sécurité sera particulièrement mise en évidence. Nous proposerons aussi différentes animations (films, stands, concerts, etc.), histoire de créer un authentique festival du freeride durant la période s'étalant entre le 19 et le 28 mars prochain dans le Val de Bagnes. Verbier revêtera à cette occasion ses plus beaux habits de fête ».



## En matière de glisse (ski et snowboard), et toujours dans le cadre de l'Xtrême et du FWT, quel est votre rêve secret ?

« Le Freeride World Tour se résume par 'les meilleurs riders sur les meilleures montagnes pour la compétition de free-

ride ultime'. Sachant que certaines stars du ski alpin sont de très bons freeriders, j'imagine par exemple Aksel Lund Sindval se battant une fois sur le Bec des Rosses pour la victoire finale. Tout

comme l'avait fait, avec talent, Julia Mancuso en se clas-

sant finalement 3<sup>e</sup> lors du 15<sup>e</sup> anniversaire ! Et puis, vous savez, mon rêve n'est pas si secret : un hiver exceptionnel avec trois fois plus de neige que d'habitude et proposant des conditions climatiques idéales lors de chaque compétition me comblerait de bonheur. Tout le monde le sait... ».

Jean-Jacques Rudaz



**C'est le samedi 19 mars prochain, jour de la Saint-Joseph, que l'Xtrême de Verbier vivra sa 16<sup>e</sup> édition.**

# A propos du FWT

FREERIDE WORLD TOUR



**I**maginée par les organisateurs de l'Xtrême de Verbier, l'idée d'un Freeride World Tour s'est concrétisée en 2008.

Depuis, ce championnat réunit chaque hiver l'élite internationale des freeriders (skieurs et snowboarders, hommes et femmes) sur les plus belles faces de la planète. Un Tour qui est d'ailleurs passé cette année de quatre à six étapes avec le fameux Bec des Rosses en guise de grande finale. Lors de ces compétitions pour le moins spectaculaires, six juges (trois en ski et autant en snowboard) attribuent aux athlètes une note unique, entre 1 et 10, basée sur l'impression générale. Les principaux critères évalués étant le choix de la ligne, la fluidité et le contrôle de la descente. Une chute en terrain dangereux est fortement sanctionnée... « Le fait de décerner un titre de champion du monde, au terme du Tour, a contribué à crédibiliser notre sport, qui a la particularité d'être conduit par les athlètes eux-mêmes » explique Nicolas Hale-Woods, le grand patron.

Huit riders internationaux sont en effet regroupés au sein du 'Pro Freeriders Board' (PFB) et ont pour mission de garantir l'évolution du freeride en tant que sport de compétition, en

établissant et en validant le calendrier de la saison, le format de compétition, les règles de jugement et de classement. « Depuis quelques années maintenant, des sportifs de disciplines alpines ou freestyle nous rejoignent dans le freeride » poursuit notre interlocuteur qui rajoute malicieusement : « C'est le cas du champion du monde en titre Xavier de La Rue (photo) qui vient du boardercross ou Ane Enderud et Julia Mancuso (photo), du ski alpin. Leurs arrivées font plaisir. On se dit qu'on n'a pas tout faux... ».



© Nissan Xtreme By Swatch - Verbier 2010 / D. Carlier



© Nissan Xtreme By Swatch - Verbier 2010 / D. Daher



# Qui sera sacré ?

XTREME DE VERBIER

*Les couronnes mondiales seront, comme d'habitude, distribuées du côté de Verbier. Quels sont les favoris ?*



© Nissan Xtreme By Swatch - Verbier 2010 / D. Dehner

fet, et c'est une certitude, la catégorie ski hommes désignera un nouveau champion du monde. Pourquoi cette évidence ? Pour la simple et bonne raison que le Français Candide Thovex, grand dominateur du Tour 2010, est excusé depuis le début de la saison et qu'il sera absent des finales en Valais également. Ce dernier ne pouvait en effet pas refuser un projet de film qu'une grande marque du milieu freeride lui a proposé dès le début de la saison.

Dès lors, qui enfilera la couronne du meilleur skieur freeride du côté de Verbier ? Le Suédois Henrik Windstedt ? Les Français Ducroz (photo) ou Coirier ? Ou encore le Norvégien Torggrim Vole ? Les paris sont ouverts.

Dans les autres catégories, qui remplacera Ane Endrud en ski et Aline Bock en snowboard ? Prenons le risque d'avancer quelques noms, avec des pincettes

car deux courses sont encore à disputer à l'heure où nous mettons sous presse : Janette Hargin, Janina Kuzma ou encore Liz Kristofersich.

Enfin, notre voisin tricolore Xavier de la Rue, triple champion du monde, se succèdera-t-il à lui même ? C'est une issue possible.

Toutefois, pour obtenir la réponse, déplacez-vous au pied du Bec des Rosses, là où le spectacle risque d'être à la hauteur de toutes les espérances, le niveau ne cessant de croître année après année.

Gregory Cassaz



© Nissan Xtreme By Swatch - Verbier 2010 / C. Marquet

Ils étaient quatre l'année dernière, à survoler le Freeride World Tour, à ski ou en snowboard, hommes et femmes. Retrouverons-nous à nouveau ces visages identiques dans quelques jours ? Pas si sûr... En ef-

Nous proposons également les revendeurs de forfaits «familles» suivants:

## LATHION

V o y a g e s

Planifiez vos vacances

Les catalogues été sont arrivés!

**Voyages Denner**

**directvoyages**

**MIGROS Vacances**

[www.lathiongroup.ch](http://www.lathiongroup.ch)

SION 027 329 24 24
SIERRE 027 455 85 85
MONTHÉY 024 473 62 20

**CINQ BOUGIES POUR NENDAZ**

Avant l'Xtrême de Verbier, place à la Nendaz Freeride (11-16 mars) qui compte pour la Freeride World Qualifier, compétition au cours de laquelle Raphaël Bullet a pu démontrer tout son talent et terminer second en 2010. Un rang de dauphin qui lui a permis de prendre part au FWT cette saison. Edition spéciale pour Nendaz puisque la compétition fêtera cette année son cinquième anniversaire. Pour l'occasion, les organisateurs attendent à nouveau du beau monde. Comme à son habitude, cinq jours ont été bloqués si d'aventure la météo devait être capricieuse.

Les meilleurs riders mondiaux se disputeront la victoire, synonyme d'invitation pour l'Xtrême de Verbier 2011 lors d'un seul run sur la désormais mythique face du Mont-Gond.

qui doit prévaloir est l'impression générale que les juges peuvent ressentir et que c'est bien ce critère qui déterminera la note finale. Sans oublier non plus que toute manœuvre estimée dangereuse sera sévèrement sanctionnée. « Les trois meilleures étapes du FWT sont prises en considération. Puis, les cinq premiers snowboarders sont qualifiés pour les finales de Verbier. Mais je veux y prendre part. Je suis confiant et pense avoir les moyens de participer à ces finales » explique-t-il. Avant d'aborder la préparation d'une face : « En te retrouvant devant le Bec des Rosses, par exemple, c'est comme si tu te retrouvais face à une nouvelle maison. Je m'explique : d'abord tu regardes la face en entier, avant de voir un élément frappant qui peut être un caillou, un tas de neige... Ensuite tu regardes le départ et l'arrivée. Puis ce qu'il y a entre les deux. C'est à ce moment-là que tu dois imaginer différentes lignes qui relient le départ et l'arrivée. Cela demande un gros travail men-

tal, visuel. Tu te dois de réfléchir en trois dimensions ».

**Coup de foudre**

Seul suisse à prendre part à ce quatrième FWT sur une

première fois que j'ai débarqué ici, je suis tombé amoureux de Nendaz et de ses montagnes. J' y ai alors accompli trois saisons en tant que professeur de ski puis je suis parti dans le Haut-Valais pour ache-

précise encore l'ami de Diane. Avant de terminer : « Je le redis et pèse mes mots : le Valais est le plus beau pays du monde ! Je respecte sa culture, son histoire, ses traditions et surtout ses habitants ! ».

**"Quand j'ai débarqué ici, je suis tombé amoureux du Valais."** FB

planche, le Zurichois d'origine mais Valaisan de cœur est un passionné de montagnes. Ce n'est pas pour rien qu'il est arrivé en Valais à l'aube du 21<sup>e</sup> siècle et qu'il y a définitivement posé ses valises voilà trois ans. « La

ver une formation de charpentier. Depuis trois ans maintenant, j'habite à l'année dans la station nendette »

Pour suivre la saison de 'Raph' en détail, un seul clic s'impose : [www.rafaelbullet.blogspot.com](http://www.rafaelbullet.blogspot.com).

Gregory Cassaz

# Du sport à profusion

RAPHAEL BULLET

**"Le freeride nécessite un entraînement tout au long de l'année."**

**Q**uand il n'est pas sur son objet fétiche, une planche de snowboard, ne pensez pas retrouver 'Raph' paisiblement assis dans son canapé. Loin de là !

Vous l'aurez sans doute compris : ce qu'il apprécie avant tout, c'est le sport. Ou le sport au pluriel, tellement il en pratique. Ainsi, avant la saison de compétition, ce ne sont pas moins de deux mois d'entraînements intensifs dans un fitness de la capitale qui rythment ses journées. L'hiver arrivé, le freeride prend le dessus. Evidemment. Puis, une fois la saison arrivée à son terme, tant la natation, que le VTT (montée et descente), le skateboard, le surf ou encore la grimpe occupent cet amoureux de condition physique et de nature. « *Je me suis également mis au slackline, un sport très pratiqué aux Etats-Unis, pays où il a trouvé son origine vers les années 1980. Il s'agit d'un exercice qui peut être comparé au funambulisme, le but étant d'avancer sur une sangle légèrement élastique sans aucun accessoire. Cette dernière est tendue entre deux points d'ancrage tels que des poteaux ou plus régulièrement, des arbres* ». Cette activité lui est utile dans la préparation physique. D'ailleurs certains sportifs célèbres à l'image du skieur Bode Miller l'utilisent pour améliorer l'équilibre.

« *Tous les matins, j'accomplis également des exercices de renforcement, de souplesse et de stretching. Sans oublier mes séances de yoga qui m'aident pour la concentration* ». Esprit sportif, quand tu nous tiens...

gc

# S

j'étais



**Un pays**

Le Valais

**Une couleur**

Le bleu

**Un animal**

Un marsupial

**Un parfum**

La fraîcheur du m...  
ou du bois

**Une boisson**

L'eau de source  
montagnes valais

**Un moyen  
de transport**

Le vélo

**Un sport  
célèbre**

Rodger Federer  
ou Nicolas Mûller

**Nissan Xtreme By Swatch Verbier**  
18-20 mars 2011

**Verbier High Five by Carlsberg**  
2 avril 2011



**X SpeedSki 2011**  
Verbier Nendaz Mont-Fort

**16-24 avril**

- 16-17.04 POP KL
- 18-23.04 Championnats du Monde FIS
- 23-24.04 Speed Master (PRO Race)

FIS  
**Championnats du Monde 2011**  
Verbier - Nendaz CH

[www.xspeedski.net](http://www.xspeedski.net)  
[www.swiss-kl.com](http://www.swiss-kl.com)

SNOWPARK / LA CHAUD  
**ULTIME SESSION**  
VERBIER 30 AVRIL



[verbierbooking.com](http://verbierbooking.com)