



JJ Rivet et David Leadbetter

Quel joueur de golf amateur ou professionnel n'a pas eu l'impression un jour d'avoir tout oublié de son swing ? Combien de fois avons-nous refait dans le vide ce swing, cherchant le timing correct, vérifiant l'écartement de nos pieds, la montée du club, la descente ? Ce stress du golf les « pros » le connaissent aussi, mais ils ont un coach pour les conseiller et des programmes de plus en plus sophistiqués pour les aider. Je vous propose donc de découvrir un programme utilisé par les pros qui aujourd'hui est accessible aux amateurs ! Ce programme est baptisé « Biomecaswing ». Il est le fruit d'une collaboration entre Jean-Jacques Rivet et l'Américain David Leadbetter, considéré comme le plus grand professeur de golf au monde. Ce programme permet d'éclaircir le fonctionnement du corps dans le swing en analysant notamment les déséquilibres posturaux. Le swing est numérisé en « capture » instantanée puis analysé avec l'appui d'un membre du Biomecaswing et de votre coach.

Ce programme s'adresse à tous les golfeurs

En Europe, Jean-Jacques Rivet exerce son art en exclusivité au golf de Terre Blanche, à Tourettes. Le Biomecaswing fonctionne grâce au couplage d'informations morphologiques et physiologiques du golfeur et des informations biomécaniques sources de problématiques relevées pendant le swing. Les données sont analysées par différents logiciels qui pointent les incohérences biomécaniques perturbatrices du swing. Une fois le diagnostic établi, il devient beaucoup plus évident de trouver des exercices appropriés. Jean-Jacques Rivet étudie, avec ses collaborateurs, la mécanique du corps humain pendant la réalisation d'un swing. En une demi-journée, cet ancien recordman de vitesse en planche à voile est

Le Coaching des pros au service des amateurs !

capable de cerner les faiblesses d'un golfeur, et de lui proposer des solutions afin d'améliorer son geste. « Un des éléments de la biomécanique qui est la cinématique consiste à observer comment les différentes parties du corps bougent. Elle permet après détection d'apporter des solutions aux problèmes d'appui, de dissociation entre les épaules et le bassin, ainsi que de la coordination musculaire à la descente du swing. Pour tel ou tel joueur il peut y avoir des mouvements impossibles à réaliser par exemple, du fait de déficit musculaires ou de spécificités osseuses qui modifient le jeu musculaire. Dans 80 % des cas il existe des possibilités de réhabiliter les déficits notamment musculaires, et ainsi de consolider une amélioration dans le swing, et, dans les cas restants, il faut travailler en collaboration avec le coach sur une adaptation des gestes aux possibilités du corps.

J'ai commencé à travailler avec David Leadbetter en 1998, après l'avoir rencontré dans le sud de la France. Il m'a demandé s'il était possible d'appliquer les concepts de biomécanique au golf. Je lui ai répondu que oui. Jusque-là je travaillais essentiellement avec les pilotes automobiles Gilles Panizzi et Jean-Louis Schlesser très connus en Principauté, ou les pilotes d'enduro du team KTM. Je collabore depuis avec David Leadbetter et ses champions dans le cadre de son académie d'Orlando. Soucieux de pouvoir rester toujours à la pointe, j'ai associé à mon programme permanent de recherche et développement un comité scientifique comprenant le Pr. E. Berton et le Dr. M. Maestro de l'IM2S Monaco. » Biomecaswing et l'IM2S ayant uni leur expertise, des

programmes de suivi spécifique suite aux analyses faites à Terre Blanche, pourront donc être coordonnées sur Monaco.

Jean-Jacques Rivet travaille aujourd'hui pour une dizaine de joueurs professionnels dont Raphaël Jacquelin et Jean Van de Velde. Il est aussi consultant pour le PGA European Tour dans le domaine de la biomécanique : permettre aux champions comme les Britanniques Ian Poulter et Justin Rose de visualiser parfaitement la mécanique de leur swing afin d'en tirer le meilleur, telle est sa mission.

Biomecaswing est un service haut de gamme qu'utilisent également des golfeurs amateurs comme l'ancien footballeur David Ginola ou encore des stars en activité du ballon rond comme Patrick Vieira. De nombreux débutants en golf ont aussi pu en bénéficier dès le début. Les golfeurs amateurs sont donc les bienvenus sur le domaine de Terre Blanche, et sont les principaux bénéficiaires de cette approche du haut niveau pour tous.

Après une séance de coaching sur place et une analyse 3D, un programme d'entraînement vous sera proposé. Un des membres de l'équipe Biomecaswing vous accompagnera. En concertation avec vous, il développera un programme d'entraînement global. Vous serez suivi si besoin par un kinésithérapeute à domicile ou sur votre terrain de golf favori. Une coopération planifiée avec votre coach du Biomecaswing sera indispensable pour garantir l'efficacité de cette mesure.

À la fin de la journée, vous aurez déjà fait plus de progrès que vous ne l'auriez jamais imaginé ! ■



JJ Rivet et Jean Van de Velde