

Grand espoir de l'athlétisme français (60 m haies, 110 m haies), l'ancien hurdler Thomas Delmestre a changé de piste en 2020 pour se lancer dans le bobsleigh. Son choix s'est avéré payant. Le Manceau de 30 ans est sélectionné pour les Jeux Olympiques d'Hiver à Pékin 2022 en tant que remplaçant (4 février-20 février). Avant de mettre le cap sur la Chine, il s'est confié à Vitav pour revenir sur sa trajectoire et évoquer ses ambitions.



Pouvons-nous tout d'abord revenir sur vos dernières saisons de hurdler ?

En février 2014, je décrochais la médaille de bronze aux Championnats de France Elites (Bordeaux) sur 60 m haies, en 7"80, derrière Ladji Doucouré et Pascal Martinot-Lagarde. En 2015, je suis passé du 110 m haies au 400 m haies où j'ai réalisé deux bonnes saisons. En 2016, j'ai terminé 3e en championnat de France Élites tout en continuant le 60 m haies où j'ai obtenu une médaille de bronze en 2016. En 2017, je terminais vice-champion de France sur 400 m haies et 3e aux Jeux de la Francophonie la même année. Sur 4X400, je termine 3e avec le collectif relais.

À quand remontent vos débuts dans le bobsleigh ?

En décembre 2020, j'ai été contacté par Romain Heinrich, pilote de l'équipe de France de bobsleigh. Il m'a parlé du projet JO 2022 en précisant que mon profil l'intéressait. Il m'a proposé des créneaux pour venir essayer le bob'. **Le 28 décembre, je me suis retrouvé à La Plagne (Savoie). Le lendemain, je faisais ma première descente.**

Le changement était radical. Je connaissais un peu le bobsleigh, car certains anciens athlètes

s'étaient tourné vers cette discipline.

Dans quels domaines avez-vous dû travailler ?

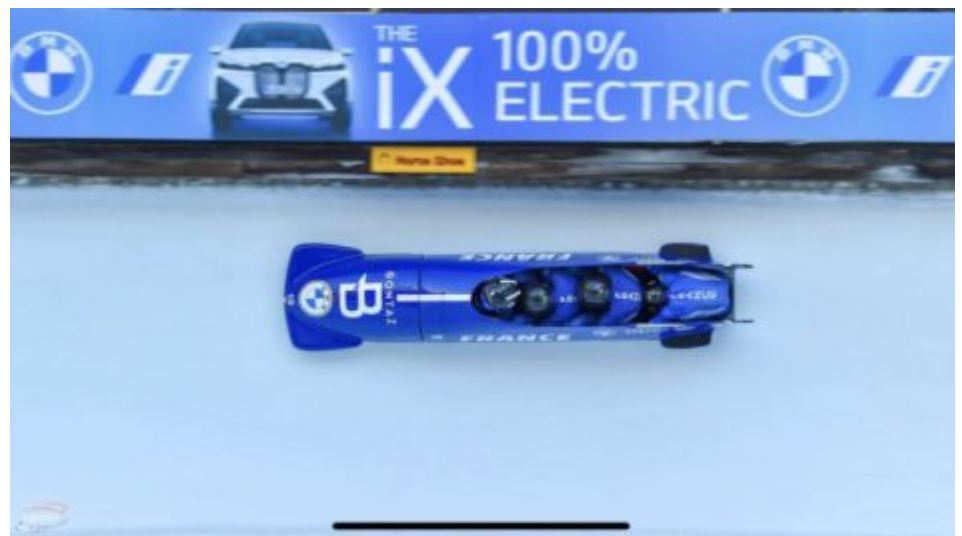
J'ai d'abord été contacté pour mes qualités physiques, de vitesse et de puissance. Avec Marc Reuzé, mon entraîneur actuel, nous avons dû tout repenser, notamment la manière de travailler la force. Je devais m'habituer à faire des efforts sur un temps très court. En tant que pousseur, on pousse le bob sur 35 mètres, voire 40 mètres au maximum. Les engins sont lancés à plus de 60 km/heure sur certaines pistes lorsque nous sommes tous installés après la phase de poussée.

Comment sont définis les rôles de chacun dans le bob à 4 ?

Je fais partie des 3 pousseurs. Nous partons d'un point 0. L'objectif est de faire gagner le maximum de vitesse au bobsleigh dans un court laps de temps. Nous avons entre 5 et 6

secondes pour tous rentrer dedans dans l'engin. Romain Heinrich, le pilote, entre en premier suivi de Lionel Lefebvre qui est latéral droit.

Cette saison, **suite à la blessure de Dorian Hauterville, j'ai eu l'occasion de faire mes débuts en Coupe du Monde.** J'entre dans le bob en 3e position et je suis sur le côté gauche. Jérôme Laporal, le « brake », celui qui freine, entre en dernier. Il nous donne le signal à Lionel et moi pour s'asseoir.





Vous disputez les JO de Pékin avec l'équipe de France de Bobsleigh. Quelles sont vos ambitions ?

Pour les J.O, je serai remplaçant et au regard de nos performances durant la saison, nous allons viser une place dans le top 10. Nous allons rencontrer les équipes que nous avons rencontrées en coupe du monde où nous avons réalisé deux « top 10 ». Après, nous sommes des compétiteurs, nous viserons le plus haut possible.

Nous partirons pour Pékin le lundi 31 janvier après un dernier stage de préparation en Allemagne où nous aurons travaillé, entre autres, nos embarquements et la synchronisation.

Propos recueillis par Jaheli NAMAI.

Photos (IBSF). Crédit : Rekords.

Photo de poussée, Thomas Delmestre est sur la gauche lors d'un entraînement avec l'équipe de France à Saint Moritz.

Photo 2, Thomas Delmestre est en no3 dans le bob à Saint-Moritz lors des championnats d'Europe où l'équipe de France a terminé 8e.

Partager :

- [Cliquez pour partager sur Twitter\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)
- [Cliquez pour partager sur Facebook\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)
- [Cliquez pour partager sur Google+\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)