

Louis Lardeux, bientôt 19 ans, est étudiant à l'ITM Graduate School, école située au cœur du Technoparc des 24 Heures du Mans. En parallèle, le jeune manceau pratique le golf, discipline dans laquelle il vise les sommets. Il se confie à vitav.fr sur sa passion et ses objectifs.



Depuis combien de temps pratiques-tu le golf ? Quel est ton niveau aujourd'hui ?

J'ai commencé à l'âge de 10 ans au Golf des 24 Heures, à Mulsanne (Sarthe). Aujourd'hui, je suis classé 3 d'index (handicap) sur 54. Au niveau amateur messieurs, j'occupe la 634e place nationale. Mon meilleur classement au ranking a été 420e en 2018. Mais j'ai très peu concouru en 2019. Mon objectif est de devenir golfeur professionnel d'ici six ans.

« Le golf est un sport exigeant »

À quel rang as-tu terminé lors de ton dernier Grand Prix ?

C'était au Mans, du 1er au 3 novembre. J'ai fini 21e ex æquo sur 70 engagés. Je suis satisfait de mon résultat, même si je vise plus haut.

Comment prépares-tu ces compétitions ?

Au niveau physique, sur une semaine, je m'impose quatre séances en salle et des footings réguliers. Sur le plan golfique, je suis sur un rythme d'une séance par semaine, mais cela peut monter jusqu'à un entraînement quotidien. Pour un entraînement technique, cela me prend environ 1h voire 2h, mais pour une séance sur le parcours, cela peut me prendre entre 4h et 5h. Ma préparation mentale est un autre point essentiel. Elle est faite par mon team-manager qui est un préparateur mental.

« La condition physique est essentielle »

Que faut-il pour atteindre ton objectif de golfeur professionnel ?

Je dois avoir un bon niveau golfique, mais aussi, physique. Ce sport est exigeant, tu pars toutes les semaines pendant quatre jours à marcher sur le parcours.

Ensuite, il faut de l'aide pour la gestion (organisation des déplacements) pour que je puisse me concentrer uniquement sur le golf. Enfin, l'aspect financier est important, car une saison chez les pros coûte 30 000 € tout compris.



Propos recueillis par Clémence DUSSOLIN.

Photo de couverture : Jérôme Bouquet.

Autres photos : Tony Brown.

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+\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)