



La double interview de mars

Aude Morizio

capitaine des équipes
dames et Mid Amateur



Laurent Mériaux

capitaine des équipes
messieurs et Mid Amateur

Tes débuts et ton arrivée à Bordeaux Lac

Depuis quand joues-tu au golf ? Qui (ou quoi) t'a incité à commencer ?

Depuis mes 8 ans ; cela fait plus de 20 ans que je joue. Mon papa et mon frère. Enfin surtout mon frère pour le battre !

Je suis arrivé au Lac avec mes parents, à l'ouverture du golf en 1976, j'avais 2 ans.

Où as-tu fait tes premières armes ?

Depuis quand joues tu à Bordeaux lac et pourquoi avoir rejoint notre club ?

Au golf municipal de Limoges Saint Lazare. J'ai rejoint Bordeaux Lac en juillet 2021, à l'occasion de mon retour à Bordeaux pour jouer en équipe.

J'ai commencé vers 10 ans à l'école de golf avec Jean Delgado et n'ai jamais quitté le Lac. Vu que ma maman y travaillait, J'y étais tous les week-ends ou presque, et beaucoup pendant les vacances.

Je m'y suis vraiment mis vers 13 ans après avoir arrêté le foot et je suis en équipe depuis 1989.

Ton jeu

Globalement, es-tu plus à l'aise au petit jeu ou au grand jeu ?

Plutôt le grand jeu

Sans hésitation, le Grand jeu

Quel est ton club préféré ? Une marque préférée ?

Mon bois 7 Mizuno que j'ai depuis 15 ans ! Pas de marque préférée mais j'ai toujours eu dans le sac des clubs Mizuno notamment les bois

un rescue qui est dans est dans mon sac depuis 2 ans. Aucune marque préférée

Préfères tu jouer en individuel ou en équipe ?

En équipe mille fois !

En équipe depuis toujours !

Qu'est ce qui te plaît dans le fait de faire partie d'une équipe ?

Que l'on se dépasse pour les autres, jouer en équipe donne une autre dimension au golf. C'est un état d'esprit différent qui me plaît beaucoup et me motive à ne jamais lâcher une partie

Le fait de se battre pour les autres et de partager les réussites tous ensemble. Pour avoir eu la chance de gagner en individuel et en équipe, je trouve que les émotions sont beaucoup plus fortes en équipe.

Si tu es en difficulté sur le parcours, as-tu des astuces pour gérer ce passage?

Oui, une petite astuce : me rappeler la chance que j'ai de pouvoir jouer et surtout me dire que ce n'est qu'un jeu (beaucoup plus facile à dire qu'à appliquer en vrai)

Je me rattache à des choses simples, me laisse les distances que je préfère, joue le centre du green et essaye juste de faire des pars faciles. Les birdies viendront ensuite

Est-ce que tu fais partie du clan des muets ou des bavards sur le parcours?

Plutôt des bavardes, c'est toujours agréable d'échanger avec ses partenaires de jeu. Plus de 4h sur un parcours.. ça peut être long sans parler !

Je suis dans le clan des muets

Ta préparation technique, physique et mentale :

Quels sont tes objectifs pour cette année?

Le premier objectif reste celui de prendre du plaisir à jouer. L'autre objectif est de monter en première division aux championnats par équipes. Nous avons une super team cette année encore et nous sommes motivées à tout donner pour aller le plus loin possible

Le maintien en Gounouilhou** et le titre en Mid Amateurs***

** Précision : la Gounouilhou est la 1^{ère} division nationale (équipes masculines)

*** Il est question de la 1^{ère} division nationale hommes des Mid (plus de 25 ans)

Si tu exerces un métier (tu peux préciser lequel), quand trouves-tu le temps de t'entraîner et de jouer? As-tu réussi à aménager ton emploi du temps professionnel ?

Je suis juriste au sein de la direction de la commande publique de la région Nouvelle Aquitaine. Je trouve le temps notamment les weekends et une fois par semaine on essaie de se retrouver avec les autres joueuses pour s'entraîner le soir. J'ai la possibilité d'organiser mon travail pour me libérer du temps quand je le souhaite.

Je suis comptable dans une étude de notaires et j'essaie de taper des balles au moins tous les 15 jours en hiver, et plus quand les tournois approchent. Pas d'emploi du temps précis, ça dépend beaucoup de mon envie d'aller jouer ou pas. Ensuite il y a les entraînements d'équipe avec Laurent Elduayen.

Pratiques-tu une activité de préparation physique?

Je pratique la course à pied depuis longtemps et j'ai commencé le crossfit il y a un peu plus d'un an. Cette prépa m'aide beaucoup quand il faut enchaîner les parcours !

j'essaie de courir, ou d'aller à la piscine une fois par semaine, parfois à la salle de sport aussi.

As-tu une routine de préparation du parcours? D'échauffement ?

Pas de véritable routine mais j'ai besoin de reconnaître le parcours avant la compétition et j'essaie de me le refaire avant de dormir histoire de me préparer mentalement.

A la 1ere partie de reconnaissance, je drive partout pour voir les dangers, ensuite j'adapte la stratégie

Pour l'échauffement, je commence par un échauffement physique rapide puis quelques balles au practice (je tape en général tous mes clubs pour être sûre qu'ils sont bien tous réglés !). Et je finis par le petit jeu et le putting avant d'aller prendre le départ

En tournoi, d'abord des étirements avant d'aller au golf, un café, du putting, du chipping, le practice et à nouveau du putting

Que manges-tu sur le parcours?

Un sandwich la plupart du temps, des barres de céréales et des fruits.

Alors là, je suis nul, je ne mange quasiment pas sur un parcours, je préfère prendre un gros petit déjeuner.

Comment débriefes-tu ton parcours? Seul, en équipe, autour d'un verre, sur une appli?

En équipe autour d'un verre c'est le mieux !

Pas d'appli, devant un verre plutôt

Après un parcours, tu te détends ou tu retournes t'entraîner?

Si vraiment un compartiment de jeu ma posé problème pendant la partie je retourne au practice ou sur la zone d'entraînement pour régler tout ça mais ce n'est pas a chaque fois.

Il y a quelques années, ça m'arrivait de retourner m'entraîner, maintenant c'est détente.