

## JEUX

Tirages du 29 juin 2018

### EURO Millions

15 21 23 40 48 3 12

N° • Étoiles	Gagnants	Gains (Fr.)
5+ ★★	0	-
5+ ★	1	1'175'625.40
5	10	27'381.65
4+ ★★	23	8'186.15
4+ ★	592	339.25
3+ ★★	1'026	273.25
4	1'607	98.95
2+ ★★	15'330	47.75
3+ ★	28'679	27.00
3	73'315	19.95
1+ ★★	81'888	25.30
2+ ★	427'917	14.50
2	1'087'939	7.00

SWISS WIN 15 20 30 37 48

N°	Gagnants	Gains (Fr.)
5/5	0	-
4/5	96	950.00
3/5	5'223	48.10

Prochain Jackpot: Fr. 51'000'000.-\*

---

Tirages du 30 juin 2018

### LOTO

4 5 8 11 25 34

tePLAY 4 chance 2

N° • N° Chance	Gagnants	Gains (Fr.)
6+1	0	-
6+0	0	-
5+1	13	6'899.30
5+0	51	1'000.00
4+1	575	116.65
4+0	2'706	64.35
3+1	8'243	20.45
3+0	40'076	8.95

Prochain Jackpot: Fr. 17'700'000.-\*

---

### JOKER

9 2 5 9 6 3

N°	Gagnants	Gains (Fr.)
6/6	0	-
5 derniers	2	10'000.00
4 derniers	11	1'000.00
3 derniers	144	100.00
2 derniers	1'444	10.00

Prochain Jackpot: Fr. 9'40'000.-\*

\*Montants estimés en francs, non garantis. À partager entre les gagnants du 1<sup>er</sup> rang.

---

### TRIO MAGIC

ORDRE EXACT: Aucun gagnant  
TOUS LES ORDRES: Fr. 174.90  
MILIEU: Fr. 10.50

MAGIC 4 8 0 1 7

ORDRE EXACT: Aucun gagnant  
TOUS LES ORDRES: Fr. 434.60  
1er CHIFFRE: Fr. 10.40

---

### BANCO

1 6 12 15 21 25 35  
36 38 41 43 48 51  
53 56 58 59 61 63 69

Seule la liste officielle des résultats de la Loterie Romande fait foi.  
www.loro.ch

# Ces coachs qui ont fait grandir l'athlétisme valaisan

**ATHLÉTISME** Julien Quennoz, Nathalie et Michael Duc mettent toute leur énergie au service de l'athlétisme du canton qui fait aujourd'hui partie des meilleurs viviers du pays.

PAR JOHAN TACHET@LENOUVELLISTE.CH / DE THOUNE

Insatiables! Les athlètes valaisans ont glané leur seconde étoile nationale en devenant pour la deuxième année de suite champions de suisse interclubs juniors. Sous le cagnard de Thoune, la délégation rouge et blanc, favorite, n'a pas flanché sous la pression. Ce succès intervient un mois après la quatrième place aux CSI élites du COA Valais romand et confirme que le canton possède un vivier d'athlètes de pointe. Derrière ces probants résultats, se trouvent trois entraîneurs aussi motivés qu'avertis qui ne recensent plus les heu-

**Notre récompense intervient lorsque ton athlète atteint les objectifs qu'il s'est fixés.**

**NATHALIE DUC**  
COACH ET RESPONSABLE DES CADRES VALAISANS D'ATHLÉTISME

res consacrées à leur discipline depuis plusieurs années: Julien Quennoz, Michael et Nathalie Duc. Le trio de trentenaires, tous anciens compétiteurs, court dans la même direction avec un même leitmotiv: «Transmettre.» «Notre travail est valorisant et la récompense intervient lorsque ton athlète atteint les objectifs qu'il s'est fixés», explique Nathalie Duc, la responsable des cadres valaisans qu'elle a remis sur pied voilà une décennie. «Ce qui est plaisant est de voir l'athlète progresser saison après saison, de construire quelque chose sur le long terme pour réaliser une performance», poursuit son frère Michael. «Car personne ne peut obtenir des résultats par hasard.



Les conseils de Michael Duc ont payé: Lucie Rey a amélioré son record personnel au lancer du disque. LE NOUVELLISTE

## Ils vivent la compétition comme les athlètes

Ici, les trois compères partagent une philosophie commune. «Nous voulons offrir un travail de qualité plutôt que de quantité, mais nous attendons que les athlètes soient motivés et puissent avoir des attentes qui correspondent à leur niveau», détaille Michael Duc qui s'occupe du groupe des lanceurs. Dans le staff des cadres valaisans, chacun a sa spécialité: la hauteur pour Nathalie Duc et les sprints pour Julien Quennoz. Un cercle de coachs qui comprend également depuis cette année les anciens fers de lance de l'athlétisme cantonal: Clélia Rard-Reuse (haies) et Flavien Antille (longueur et triple saut).

Bien plus que de simples entraîneurs, ce sont également des conseillers et des confidents pour les athlètes. Pendant que Michael Duc réajuste techniquement l'un de ses lanceurs de javelot, sa sœur Nathalie rassure une spécialiste de la hauteur qui panique de ne plus retrouver ses repères. «Le jour de la compétition nous essayons surtout de mettre nos jeunes en confiance pour qu'ils puissent reproduire ce qu'ils réalisent à l'entraînement», mentionne Michael Duc qui avoue vivre «intensément, mais intérieurement» les performances de ses protégés. Julien Quennoz confie, pour sa part, «être plus tendu» que lorsqu'il courait à l'époque sur 400 mètres.

## Une activité presque bénévole

Disponibilité, travail et humilité: les trois coachs se dévouent ainsi corps et âme à l'athlétisme valaisan. «Cela va au-delà de la passion», reprend Julien Quennoz. A raison de quatre à cinq entraînements par semaine, sans compter les compétitions du week-end et la planification des séances, leur calendrier est bien chargé. Et contrairement aux jeunes entraîneurs dans le ski qui peuvent gagner leur vie, le trio travaille presque bénévolement. «Cela équivaut à un 50-60% professionnel. Mais nous sommes juste défrayés. On ne le fait naturellement pas pour l'argent mais parce qu'on aime ce que l'on fait.»

Et les trois coachs ne sont pas près de rendre leur casquette. «Il est important de se réserver des plages hors athlétisme pour éviter la saturation», mentionne Nathalie Duc qui «ne se lasse aucunement» de son rôle qu'elle tient depuis une quinzaine d'années. «Il s'agit de trouver le bon équilibre entre vie professionnelle, vie privée et l'athlétisme», rétorque son frère Michael. Les résultats récoltés attestent la compétence de ces coachs. En dix ans, ils sont parvenus à faire passer un énorme palier à l'athlétisme valaisan. Lorsque l'on concilie passion et détermination, tous les chemins des possibles sont ouverts.

## Championnats de Suisse interclubs U20: le COA Valais romand conserve son titre

Ils étaient attendus au tournant après leur titre à Lausanne l'année dernière, les athlètes du COA Valais romand ont répondu présent. L'équipe masculine est devenue championne de Suisse interclubs U20 pour la seconde année de suite. Les Valaisans, avec 107,5 points, devançant Berne de 5 points et Genève de 12. «L'objectif est rempli, mais ce fut plus dur que prévu», concède Julien Quennoz, l'un des responsables de l'équipe, en faisant référence aux absences de plusieurs leaders blessés ou en vacances. «Tous les athlètes présents se sont montrés solides et ont évolué à leur niveau», apprécie le coach. Parmi les performances notables, Mathias Patuzzi a pulvérisé son record à la perche (4 m 20), après avoir totalement manqué son concours au javelot, alors que Xavier Mirailles, en 50''09,



Les jeunes athlètes valaisans ont une nouvelle fois brillé à Thoune. LE NOUVELLISTE

s'est rapproché à six centièmes du record valaisan U18 sur 400 m détenu par son coéquipier Julien Bonvin. Grâce à ce succès, la formation valai-

sanne participera en 2019 aux championnats d'Europe par équipe juniors. Une compétition qu'elle découvrira d'ailleurs déjà au mois de septembre

à Coimbra (Portugal) après son succès national de l'an dernier. «Comme nous évoluerons dans la Ligue 2, nous tenterons la promotion pour pouvoir concourir avec l'élite continentale l'année prochaine», sourit Julien Quennoz.

## Les filles prennent la 7e place

De son côté, l'équipe féminine du COA Valais romand prend la 7e place de la compétition. «Un résultat mi-figue, mi-raisin. Les filles ont été excellentes dans certaines disciplines et très faibles dans d'autres», analyse Nathalie Duc. Lucie Rey (34 m 82 au disque), Coralie Emery (13''18 sur 100 m) et Alana Vannay (59''16 sur 400 mètres) ont toutes amélioré leur référence personnelle. La meilleure performance de la journée est à mettre au crédit de Julie Gay-Crosier qui a remporté le 100 m haies en 14''45. JT