

Mardi 4 février 2020

Ian Lipinski impatient de renouer avec la compétition

Le vainqueur de la Transat Jacques Vabre débute la saison 2020 par un nouveau défi en solitaire et se prépare activement aux 5 courses inscrites à son calendrier 2020.

La victoire de Ian Lipinski et Adrien Hardy sur le Class40 Crédit Mutuel dans la Transat Jacques Vabre relève déjà du souvenir pour les skippers. Le monocoque innovant aux lignes arrondies avait battu le record de vitesse de la catégorie (415 milles en 24 heures), il a depuis effectué un long voyage retour en cargo vers Lorient. Ian Lipinski et son équipe regardent déjà vers le large. Ils sont en ordre de marche pour démarrer la saison 2020 dont le point de mire sera The Transat CIC, doyenne des courses transatlantiques en solitaire, considérée comme l'un des sommets de la course au large en solitaire.

« Le temps de préparation est très court pour une saison qui comprend deux transats d'affilée, une en solitaire (The Transat CIC), et l'autre qui bien que se disputant en équipage (LaTransat Québec/Saint-Malo), n'en sera pas moins exigeante. Il n'y aura pas de temps mort », souligne Ian qui ne veut surtout rien laisser au hasard.



L'appui d'une équipe solide

À l'aube d'une saison complète sur le circuit des monocoques de 40 pieds (12,19 m) au niveau de concurrence garanti, une nouvelle aventure technologique et humaine commence pour Ian et son équipe fidèle. Pour l'aider à fourbir ses armes à bord du bateau aux couleurs du Crédit Mutuel, il peut compter sur Sébastien Picault aux manettes du chantier, épaulé par deux préparatrices, Camille Seassau et Vittoria Ripa Di Meana : un trio bien rodé entièrement dédié à la révision et l'optimisation du monocoque, de la quille au mât, de l'étrave au tableau arrière.

Une préparation sur-mesure

En parallèle, et parce que compétition en solitaire exige un skipper entraîné et préparé, Ian a mis en place un programme personnel sur-mesure pour se donner toutes les chances d'aborder les prochaines courses et régates au programme dans les meilleures dispositions possibles.



Sur le plan physique, il travaille, avec Anne Beaudart, éducatrice sportive, les positions sur le bateau à travers des exercices ciblés pour rester en forme et se renforcer au niveau du dos. Sur le plan sportif, il reprendra bientôt les entraînements sur l'eau, au large de Lorient, de quoi s'affûter avant de prendre ses premiers départ de course. Enfin, Ian Lipinski accorde une attention toute particulière au mental. Il l'aborde avec Pierre Grellard, préparateur mental. « J'apprends des méthodes pour évacuer la pression et lâcher prise. C'est nouveau pour moi, mais j'ai vraiment envie de ne pas me sentir fatigué, d'être en bonne forme quand il s'agira de rentrer en mode compétition. Il y a beaucoup d'inconnus au programme cette année, de grandes premières, j'ai hâte d'y être ».

Programme 2020 de Ian Lipinski à bord du Class40 Crédit Mutuel

- Les 1000 milles de Sables : une boucle de 1000 milles au départ et à l'arrivée des Sables d'Olonne - En solitaire – Départ le 30 mars.
- The Transat CIC : transatlantique entre Brest et Charleston au États-Unis - 3000 milles - En solitaire - Départ le 10 mai.
- La Transat Québec/Saint-Malo : grande classique de la course au large en équipage entre Québec et Saint-Malo – Départ le 12 juillet.
- Le Grand Prix Guyader : RDV annuel avec une série de régates à la journée et des runs de vitesse en baie de Douarnenez - En équipage - À partir du 15 août.
- La Normandy Channel Race : un parcours d'environ 1000 milles en Manche, Mer Celtique et Mer d'Irlande au départ et retour de la ville de Caen. En double - Départ le 13 septembre.

Contact au Crédit Mutuel Alliance Fédérale

Frédéric Monot - Tél. : 03 88 11 24 64 - Mél. : frederic.monot@creditmutuel.fr