



*Inclinaison, par Marie Denis*

## Quand l'art joue avec le sport

**Depuis une vingtaine d'années, les œuvres d'art contemporain s'inspirent volontiers de l'univers sportif.**

**Fondée sur le détournement des codes, des objets et des images, cette approche très distanciée bouscule nos perceptions et nous invite à nous interroger sur la place que le sport occupe dans nos vies.**

VIDÉO, SCULPTURE, PEINTURE, PHOTO, INSTALLATIONS...

# Détournements en tout genre

**De récentes expositions en témoignent, le sport est devenu l'un des thèmes favoris de la création contemporaine. Mais, loin de toute célébration, celle-ci se montre peu respectueuse à son égard...**

**U**n sac de frappe suspendu à une chaîne, des gants rembourrés et des écrans vidéo diffusant un combat sur un ring... Nous sommes bien là dans l'univers de la boxe. Sauf que le sac est en bois, les gants brodés de perles, et que sur le ring un authentique champion pétri de muscles affronte une jeune femme frêle et délicate. De quoi susciter quelques interrogations, sinon un certain trouble parmi les visiteurs de l'exposition «L'art est un sport de combat», qui s'est achevée en septembre au musée des Beaux-Arts de Calais.

Que ceux qui trouveraient ce thème sportif bien anecdotique se détrompent : il traduit au contraire une vraie tendance de l'art contemporain. En début d'année, c'était le prestigieux Centre Pompidou qui, nombreuses «performances» à l'appui, conviait le public au «Stade de l'art». Et, l'an passé, la Salle d'Exposition de Guyancourt (Yvelines) réunissait une vingtaine d'artistes sous un

titre sans ambiguïté : « Figure libre, quand l'art détourne le sport » (1).

Depuis une quinzaine d'années, les créateurs de tous poils se sont en effet emparés du sport pour tendre un miroir insolite, souvent ironique, émouvant parfois, aux spectateurs-pratiquants que nous sommes. Loin des icônes esthétisantes des spots publicitaires et des magazines, ces représentations artistiques racontent, de manière chaque fois singulière, une autre histoire, décalée et plus dérangement. Une histoire où la dérision est volontiers de la partie. Une histoire où le détournement des codes et des normes qui fondent le sport moderne devient la règle. Une histoire, enfin, où le jeu sportif se transforme en jeu avec les formes et les matières.

## LES COULISSES D'UNE RENCONTRE

Pourquoi, depuis les années 1980 et plus encore les années 1990, le sport s'est-il invité de manière significative dans l'art ?

La réponse renvoie tout d'abord à la place grandissante du sport qui, débordant des stades où il était resté cantonné, rythme désormais notre vie quotidienne, occupe les médias et influence la mode. Le sport est aussi devenu un sujet d'études : longtemps considéré avec indifférence ou mépris par les élites intellectuelles, il suscite désormais l'intérêt des sociologues, anthropologues ou philosophes, qui découvrent en lui un objet social digne d'intérêt. Il devient du même coup la cible d'une critique qui vilipende ce nouvel opium du peuple, avatar pervers du capitalisme et de la société du spectacle.

Mais ce qui précipite l'apparition de l'univers sportif dans les œuvres contemporaines, c'est le tournant que l'art connaît lui-même à ce moment de son histoire : « *Après une période où il était largement tourné vers lui-même, l'art s'est à nouveau intéressé à la réalité qui l'entoure, relève le critique d'art Jean-Marc Huitorel, qui étudie depuis une quinzaine d'années les relations entre le sport et l'art (2). C'est la conjonction de ce nouvel intérêt et de l'omniprésence du sport dans notre quotidien qui a conduit à leur rencontre.* »

Les nouvelles formes d'expression artistique sont particulièrement mises à contribution, et la peinture et la sculpture se voient largement concurrencées par la vidéo, le *ready-made* cher à Marcel Duchamp, les installations ou les performances. Et ce qui frappe d'emblée, c'est que la représentation du sport dans l'art ne passe plus forcément par celle du corps sportif, mais privilégie souvent un travail sur les objets liés à la pratique : ballons de foot, de hand ou de basket, tables de ping-pong, planches de skate-board, mais aussi trophées, maillots ou drapeaux sont détournés de leur fonction initiale pour constituer la matière même de certaines œuvres. Bien souvent, c'est le titre de l'œuvre qui en donne alors la clé.

« *Le sport fournit d'abord à l'art un réservoir d'images et de formes, confirme Julie Sicault-Maillé, responsable du Fonds départemental*

## PERFORMANCES À DOUBLE SENS

Mot du registre sportif par excellence, la « performance » s'est invitée dans le vocabulaire de l'art depuis les années 1950. Faut-il en conclure que les deux disciplines se rejoignent dans une même démarche ? « *Non, répond le critique d'art Jean-Marc Huitorel. Ce que l'on entend par "performance" dans le domaine de l'art n'a pas grand-chose à voir avec l'acception plus générale du terme, que ce soit dans le contexte économique ou sportif.* » Un détour par le dictionnaire nous apprend en effet qu'une performance « *s'applique à toute manifestation artistique dans laquelle l'acte ou le geste de l'exécution a une valeur pour lui-même* ». Alors qu'en sport, avant de désigner un exploit ou l'excellente prestation d'un joueur ou d'une équipe, la performance est le résultat chiffré d'un cheval de course ou d'un athlète. ● S.G

Sortées nomades, Fondation Cartier, 2000



Exercices de cinématique, vidéo de Valérie Belin



Chloé Ruchon (œuvre réalisée en partenariat avec la société Bonzini et la marque Barbie-Mattel)



Barbie Foot, par Chloé Ruchon

d'art contemporain au Domaine de Chamarande (Essonne). *Les objets sportifs représentent un vocabulaire particulier dans lequel l'artiste puise pour créer de nouvelles formes.* Le sculpteur Jacques Julien a ainsi travaillé des années durant autour du panier de basket, lui faisant subir des torsions improbables pour inventer par exemple de délicieux « Herbivores », étranges créatures « entre sphinx et biche au bois ». Aucun message subliminal, juste une « incongruité poétique » née de la rencontre entre deux univers largement étrangers l'un à l'autre.

## MÉTAPHORE SOCIALE

Quelquefois, c'est au contraire l'aspect familier et accessible du sport et de ses accessoires qui incite l'artiste à y puiser son inspiration. Comme pour Laurent Perbos, qui s'est beaucoup intéressé à la culture de masse : « *Ma démarche consistait à prendre un objet usuel et banal et d'en détourner les fonctions, de le déformer pour imaginer un autre rapport au monde* » expliquait-il. Le sport l'a attiré parce qu'il véhicule du plaisir, du partage, du jeu, et attise les passions du plus grand nombre. Mais lorsqu'il imagine « *Le plus long ballon du monde* » (voir p. 3), Laurent Perbos ne crée pas seulement un drôle d'objet, il pointe aussi notre goût de la performance et du record : « *Créer cette pièce, c'était suggérer qu'il y a parfois une forme d'absurdité à aller toujours plus loin. Vouloir*

*se dépasser est le propre de l'homme. Mais ce qui est au départ une qualité peut devenir un travers : à force de vouloir se dépasser, l'homme court à sa perte...* »

L'univers du sport est donc une porte d'entrée privilégiée pour appréhender le monde tel qu'il va, ou dysfonctionne. « *Le sport joue comme une métaphore sociale*, constate Isabelle Vernhes, conceptrice de l'exposition "Figure libre, quand l'art détourne le sport" (3). *Le sport porte en lui tous les symptômes de notre société : culte du corps, recherche de l'exploit, spéculations marchandes, rêves de richesse et de célébrité...* »

Quand Sophie Dalla Rosa tricote « *Gloriole Prize* », un trophée en laine et lurex de 1,70 m de haut, elle se moque des coupes brandies au soir des finales comme s'il s'agissait du Saint-Graal. Quand Chloé Ruchon invente le « *Barbie foot* », où les joueurs stylisés sont remplacés par des poupées blondes en tenue rose, comment ne pas y voir un pied de nez aux machistes en crampons, doublé d'une allusion à cet impératif posé aux sportives de faire sans cesse la preuve de leur féminité ?

Loin de la célébration des valeurs sportives, la plupart des artistes contemporains s'attachent donc à des aspects moins glorieux. Pourtant, on se tromperait à ne voir dans leurs œuvres qu'une charge frontale contre le sport et ce qu'il incarne. Celles-ci laissent souvent la place à une

multiplicité d'interprétations. « *Jouir des pistes, mais ensuite l'œuvre ne m'appartient plus !* » résume Laurent Perbos. Par son étrangeté, son décalage avec le réel, l'œuvre d'art déconcerte, mais n'ambitionne en aucun cas de livrer un « prêt-à-penser » sur le sport et ses dérivés. « *Le détournement des signes du sport peut servir à dénoncer quelque chose*, reconnaît l'artiste plasticien Pascal Le Coq. *Mais je ne suis pas sûr que ce soit la démarche la plus intéressante. L'art contemporain amène surtout à interroger son époque.* » Avec acuité, mais sans forcément porter de jugement. « *Les artistes n'ont pas une approche cynique ni une vision surplombante par rapport au sport* » confirme Jean-Marc Huitorel.

## NOSTALGIE ET GOÛT DU JEU

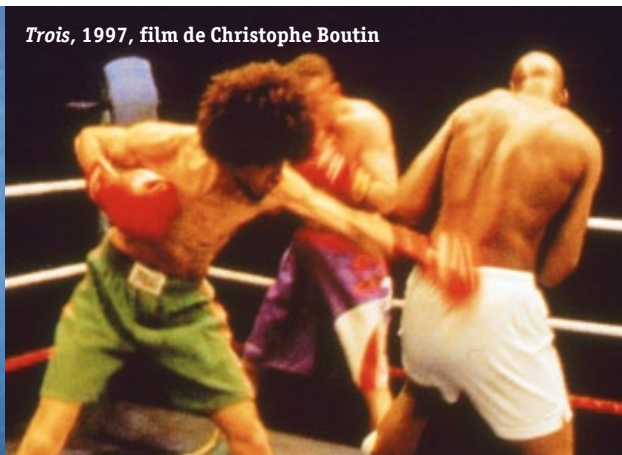
N'oublions pas non plus que le sport est aussi une pratique du plus grand nombre, y compris les artistes eux-mêmes. « *Certaines œuvres renvoient parfois à une histoire personnelle et intime de l'artiste avec le sport*, remarque Isabelle Vernhes. *Il peut alors y entrer une certaine forme de nostalgie.* » Et de citer le travail de Massimo Furlan : dans la vidéo de « *Numéro 10* », cet artiste suisse rejoue le mythique France-Allemagne du Mondial 1982 en enfilant le maillot de Michel Platini, seul dans l'immensité d'un Parc des Princes désert et sans ballon. Un ballet poignant et dérisoire qui renvoie à ce moment de l'enfance où l'identité se calque sur des idoles... ▶



Gloriole Prize, par Sophie Dalla Rosa



Le Ballon de football de Pelé, 2000, in Souvenirs du XX<sup>e</sup> Siècle (série de 6 pièces, 2000-2003), par Guillaume Bijl



Trois, 1997, film de Christophe Boutin

Entre férocité et tendresse, fascination et distance, la création contemporaine traduit finalement l'extrême complexité des liens qui nous unissent au sport. «*L'art envisage le sport dans sa double dimension de plaisir et d'aliénation*, souligne Jean-Marc Huitorel. *Il peut le regarder d'un œil franchement critique, mais cela ne signifie pas que le mythe soit absent. C'est précisément cette ambivalence qui rend la chose si intéressante!*» Le sport et l'art contemporain ont aussi en partage le goût du jeu, et certaines «installations» reposent sur la participation active du spectateur,

invité à mettre son corps en action (*lire encadré p. 13*). D'autres œuvres font davantage appel à l'imaginaire, comme lorsque Marie Denis trace les lignes d'un terrain de foot injouable car dessiné sur la colline du parc olympique de Munich. Faut-il y voir le rappel qu'avant d'être emprisonné dans des limites réglementaires et des arènes de plus en plus imposantes, le football est né dans des prairies où les accidents de terrain faisaient partie du jeu? Et que donnerait un match dans ce décor vallonné: serait-ce de l'art ou du sport? Un peu des deux sans doute... ● SOPHIE GUILLOU

(1) «L'art est un sport de combat», musée des Beaux-Arts de Calais, avril-septembre 2011; «Le stade de l'art», dans le cadre du Festival «Hors-pistes», Centre Pompidou, janvier-février 2011; «Figures libres, quand l'art détourne le sport», Salle d'Exposition de Guyancourt, octobre-novembre 2010. (2) Commissaire de nombreuses expositions où l'art contemporain prend le sport pour objet, Jean-Marc Huitorel est l'auteur de *La beauté du geste. L'art contemporain et le sport* (éditions du Regard, 2005) et de *L'art est un sport de combat* (Analogues, 2011). (3) Isabelle Vernhes dirige l'agence Pop Spirit et était co-commissaire de l'exposition avec Marie Deparis-Yafil.



## INTERACTIVITÉ ET PETIT JEU DES APPARENCES

En février dernier, parmi de nombreuses autres «performances» exigeant leur gracieuse participation, les visiteurs de l'exposition «Le stade du sport» étaient invités à grimper sur un ring pour y défier «The DonKingDom»: un boxeur géant conçu par l'artiste anglais Satch Hoyt au moyen de gants assemblés sur une structure en acier et renfermant un système audio, de façon à ce que chaque coup porté déclenche une bande sonore. Pas étonnant que certains prennent alors pour œuvre interactive ce qui ne l'est pas... La jeune plasticienne Aurélie



Seeing things, 2007, par Aurélie Godard

Godard, ancienne pratiquante de boxe française, en a fait l'amère expérience. Elle qui aime à faire balancer le spectateur entre deux interprétations d'un même objet a façonné un sac de frappe en balsa et baptisé sa création «Seeing things», ce qui peut se traduire par «avoir la berlue». Or, lorsqu'il a été présenté au public, le sac a souffert des violents uppercuts de plusieurs visiteurs. «*Sur le moment, j'ai trouvé ça désespérant*, avoue la jeune femme. *Puis ça m'a interrogée. Manifestement, l'objet invite au geste...*» Ah bon, ce n'était pas le but du jeu? ● S.G.

## DÉTOURNEMENT OBLIGATOIRE ?

La plupart des œuvres contemporaines qui prennent le sport comme objet ne cherchent pas à représenter le spectacle sportif mais privilégient le détournement: matériaux, objets, icônes, règles, valeurs, langage du sport sont réutilisés, transformés, sortis de leur contexte. «*Ce recours au détournement est lié à l'art et à son histoire*, explique l'artiste Pascal Le Coq. *Avant l'invention de la photographie, l'art cherchait à représenter la réalité. Après, il a dû se poser la question de ses finalités. Aurait-il une essence propre en dehors de la reproduc-*



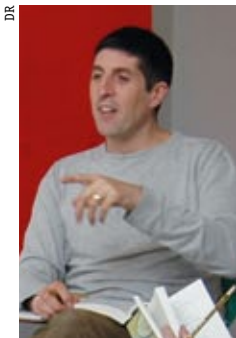
Miss Erotica, 1999, par Pascal Le Coq

tion du réel? Il s'est alors intéressé à lui-même et aux conditions de son élaboration.» Cubisme, abstraction ou art conceptuel sont autant de réponses à ce nouveau défi. Dans les années 1980, le détournement s'impose comme l'un des moyens d'expression privilégiés de l'art contemporain. Derrière le côté «gaganesque» se dévoile une vision décalée de la réalité qui permet de mieux l'interroger. Sans que disparaisse l'éternelle question des plus sceptiques: est-ce de l'art ou du cochon? ● S.G.



RODERICK BUCHANAN, ARTISTE ET SUPPORTER

## « Une langue que je comprenais »



**Roderick Buchanan est un artiste écossais de 45 ans qui s'est beaucoup inspiré de l'univers sportif pour composer des œuvres où il questionne les notions d'identité, d'appartenance et de territoire.**

Dans « Endless column », une vidéo réalisée au moment de l'Euro 2000 de football, il enregistre par exemple les équipes durant les hymnes nationaux, mais en coupant le son, privant ainsi les visages des joueurs de ce qui est censé les caractériser, l'appartenance à une nation. Et dans « Work in progress », il photographie des joueurs amateurs de Glasgow sous les maillots rayés des frères ennemis italiens du Milan AC (rouge et noir) et de l'Inter (bleu et noir) : un clin d'œil à la féroce rivalité locale entre les deux clubs du Celtic (catholique) et des Rangers (protestant) qui pose en filigrane la question de l'identité individuelle sous les emblèmes de l'appartenance à une communauté.

**Roderick Buchanan, pourquoi vous inspirez-vous de l'univers du sport ?**

Parce que j'aime ça ! Gamin, j'étais un passionné de sport. Quand je suis entré à l'école d'art, j'ai arrêté de pratiquer pendant cinq ans : le sport y était regardé d'un très mauvais œil ! J'ai commencé à employer le langage du sport dans mes œuvres lorsque j'ai été invité à exposer dans des expositions collectives un peu partout en Europe. Comme je ne parlais aucune langue étrangère, je me suis tourné vers une langue que je comprenais et qui pouvait être comprise ailleurs : la langue du sport.

**Vous jouez vous-même au foot et vous supportez le Celtic Glasgow...**

J'essaie de faire en sorte que ma vie soit un tout. Quand je crée une œuvre, je veux qu'elle me fasse me sentir bien, comme quand je réussis une belle passe au football. Quand je regarde du sport à la télé, ça peut être bouleversant de se sentir participer à quelque chose d'énorme, quelque chose qui se trouve en dehors de soi-même. Quant aux matches du Celtic, j'y vais pour le rituel que cela représente : la route, le stade, la foule, l'équipe, toutes ces choses me sont familières. Ça a quelque



chose de rassurant, comme la messe pour les catholiques. La Ligue des Champions, pour moi, c'est un peu la nuit de Noël...

**Portez-vous aussi un regard critique sur le monde du sport ?**

Non. Contrairement à beaucoup d'artistes aux côtés desquels je suis invité à exposer, je ne réalise pas des œuvres en me plaçant dans une perspective de spectateur ou de commentateur. Je les fais vraiment dans la perspective de quelqu'un qui participe, quelqu'un qui est content d'être à l'intérieur du système. Tout mon travail repose là-dessus. Il pose la question de l'identité de chacun derrière les signes d'appartenance à une équipe ou à une culture. Mais je ne me place pas en dehors. ● PROPOS RECUEILLIS PAR S.G.

## JEUX SANS FRONTIÈRES

L'art contemporain se caractérisant par son éclectisme et son caractère international, les œuvres inspirées par le sport ne sauraient être analysées au filtre de l'influence de telle ou telle école.

On pourra observer en revanche que, parmi les sources d'inspiration, le football, à la fois objet

de toutes les dérives et lieu de mémoire, est dominant. La boxe, elle, doit probablement à sa plasticité et à sa valeur métaphorique, celle du sport de combat par excellence, d'occuper une place sans commune mesure avec la réalité de sa pratique. Les autres disciplines apparaissent de manière plus isolée, pour ce qu'elles permettent à l'artiste d'exprimer. Si Édouard Levé choisit de photographier des actions caractéristiques d'une partie de rugby – touche, mêlée – avec des mannequins en tenue de ville, et sans ballon (voir en couverture), c'est pour mieux faire ressortir le stéréotype et son caractère absurde une fois replacé dans les habits du quotidien. Et si Oleg Kulik,



enfant terrible de l'art contemporain russe, représente « La Sportive » sous les traits d'une joueuse de tennis pleine de hargne quand elle lâche son coup droit, il demeure fidèle à une veine qui le porte à traquer la bestialité cachée en chacun de nous, tout en adressant un clin

d'œil appuyé à Maria Sharapova et consœurs, si féminines d'apparence mais connues pour ahaner bruyamment à chaque échange. Quant à Richard Fauguet, il est permis de penser que c'est aussi l'amateur de tennis de table qui parle quand l'artiste reproduit les trajectoires des petites balles en celluloid en embrochant sur des tiges en inox.

Gardons enfin à l'esprit qu'à travers le sport, l'art s'interroge aussi sur lui-même. « Au bout du compte, c'est ce que le sport dit de l'art plus que ce que l'art aurait à dire du sport qui semble le plus intéressant » observe Jean-Marc Huitorel avec le point de vue du critique spécialisé. Mince alors... ● S.G.



## DU « DISCOBOLE » AUX « FOOTBALLEURS »

# Petit précis d'histoire de l'art



Les expérimentations cubistes des *Coureurs* de Robert Delaunay, les jeux sur la matière des *Footballeurs* de Nicolas de Staël, et l'approche figurative du Chilien Claudio Bravo, *Before the game*.

### Avant l'approche iconoclaste des créateurs contemporains, les artistes avaient surtout cherché à représenter le geste sportif.

L'art a toujours cherché à représenter le « sport », et ce bien avant même qu'il n'ait porté ce nom. Dès le V<sup>e</sup> siècle avant J.-C., le sculpteur athénien Myron fixait dans le bronze la pose d'un homme au bord du déséquilibre, ramassé sur lui-même juste avant l'effort : le Discobole. Si l'art exalte alors la beauté du geste et des corps, ce n'est pas seulement par souci esthétique mais aussi parce qu'il s'inscrit dans les valeurs de l'époque : aux yeux des Grecs, l'excellence physique et la perfection morale vont de pair. C'est pourquoi, dans la statuaire antique, sur les vases peints ou les fresques murales, on trouve nombre de représentations d'athlètes en action, comme un rappel de la nécessaire harmonie entre le corps et l'âme. Par contraste, les siècles qui suivent apparaissent bien pauvres en termes de représentations « sportives », hormis quelques tableaux figurant des parties de jeu de paume, très en vogue à la cour de Louis XIV. Là encore, on peut y lire en creux les préoccupations de la morale chrétienne, réduisant le corps à une dangereuse animalité pour mieux lui opposer la vertu de l'esprit et son élévation vers le divin.

### IMPRESSIONNISTES ET AVANT-GARDES

C'est à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle que l'art s'intéresse à nouveau aux pratiques physiques et sportives. « *L'avènement du sport, au sens strict du terme, et l'émergence de la modernité artistique dans les sociétés occidentales sont rigoureusement contemporains* », remarque le critique d'art

Jean-Marc Huitorel. Quittant leur atelier pour s'ouvrir sur le monde, les Impressionnistes font écho aux loisirs de leurs contemporains : canotage chez Renoir et Caillebotte, courses de chevaux ou danseuses chez Degas. Pas tout à fait du sport au sens strict du terme, mais une célébration du corps en mouvement, de l'effort physique et du plaisir nouveau apporté par les activités de plein air.

Les avant-gardes du XX<sup>e</sup> siècle vont accentuer la tendance en s'intéressant aux moyens de traduire en images le mouvement et la vitesse qui caractérisent l'époque. Le sport apparaît à certains comme un sujet rêvé pour figurer cet élan. Entre 1912 et 1926, Robert Delaunay peint le rugby, le football ou la course à pied, comme ces célèbres « Coureurs », inspirés du cubisme. « *Si Delaunay s'intéresse au sport, c'est parce qu'il cherche à représenter picturalement l'énergie et le dynamisme du monde moderne* », note Pierre-Olivier Douphis, docteur en histoire de l'art contemporain (1). Parallèlement s'opère une révolution technique qui va bouleverser durablement les finalités de l'art : la photographie. Pionniers visionnaires, à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle Étienne-Jules Marey et Georges Dumenil décomposent les phases successives du mouvement d'un corps lorsqu'il court, saute ou tient à la main un fleuret d'escrimeur. Entre recherche scientifique et œuvre d'art, leurs « chronophotographies » amorcent une tendance durable. Peu à peu, c'est en effet principalement l'art photographique qui va se charger de représenter l'esthétique sportive. Pour le meilleur, et le pire. Car au tournant des années 1930, elle se transforme en instrument de propagande des dictatures

naissantes : fascisme, nazisme et stalinisme mettent les représentations du sport au service de leurs idéologies. Emblématique de ce mouvement, Leni Riefenstahl exalte dans ses images l'avènement de l'homme nouveau : un athlète taillé dans le roc, exaltant la virilité et la force martiale.

Faut-il y voir une conséquence de cette dérive ou, plus probablement, de l'évolution des finalités de l'art, qui ne cherche plus à représenter le réel ? Toujours est-il que dans la seconde moitié du XX<sup>e</sup> siècle les apparitions du sport dans l'art se font plus rares : quelques toiles de Francis Bacon, et bien sûr la série flamboyante des footballeurs de Nicolas de Staël, réalisée en 1952. Enthousiasmé par un match en nocturne au Parc des Princes, l'artiste peindra vingt-quatre tableaux sur le sujet. Mais la question qui l'occupe est avant tout d'ordre esthétique. « *J'ai choisi de m'occuper sérieusement de la matière en mouvement* », explique-t-il. Le sujet représenté, un match opposant la France à la Suède, reste secondaire.

Aujourd'hui, la façon distanciée dont les créateurs contemporains s'emparent du sport tranche avec l'approche plus classique des « anciens ». Néanmoins, des artistes demeurent attachés à une certaine tradition. « *Before the game* » (2003), scène de vestiaire où flotte un parfum de maniérisme italien, œuvre du peintre chilien Claudio Bravo, récemment décédé, en est un bel exemple. ●

S.G. ET Ph.B.

(1) Pierre-Olivier Douphis propose une lecture du tableau de Delaunay dans *Le sport, miroir de la société ?* (Folio plus classiques, 2011).

## Chaussettes de compression : utiles ou futiles ?

**Coureurs à pied, cyclistes, footballeurs, les sportifs sont de plus en plus nombreux à porter des chaussettes de compression, pour augmenter leurs performances ou mieux récupérer. Effet de mode ou réelle efficacité ?**

**E**n apparence, les chaussettes de compression pour sportifs n'ont pas grand-chose à voir avec leurs homologues médicales que l'on trouve en pharmacie. Pour les amateurs de trail, de course à pied ou de vélo, les concepteurs ont osé les couleurs et opté pour un aspect beaucoup plus fun ! Pourtant, le principe de fonctionnement est exactement le même : grâce à des fibres élastiques, il s'agit d'exercer une pression sur les veines des membres inférieurs pour stimuler la remontée du sang vers le cœur. On comprend bien l'intérêt de cette technique pour l'insuffisant veineux. Chez lui, la compression vient compenser le fonctionnement défectueux de parois veineuses relâchées et donc peu dynamiques ou de valvules endommagées exerçant mal leur fonction anti-reflux. Les bénéfices sont également évidents lors d'un long voyage en avion qui peut mettre le réseau veineux à rude épreuve du fait de la position assise prolongée et de la pressurisation de la cabine. Mais quel intérêt chez le sportif en pleine forme, ne souffrant d'aucun problème circulatoire ? Là est toute la question !

### DE L'OBSERVATION À LA DÉMONSTRATION

L'idée d'équiper les sportifs de chaussettes de compression remonte à une dizaine d'années. « En 1996, lors du voyage en avion vers Atlanta pour les Jeux Olympiques, plusieurs de nos athlètes ont eu des soucis de thromboses et de phlébites » se souvient Roland Questel, médecin à la Fédération française de sport universitaire. « En 2000, pour aller aux JO de Sydney, puis en 2001 pour se rendre aux Universiades de Pékin, ils ont donc tous porté des chaussettes pendant les trajets. Puis certains ont eu l'idée de les revêtir aussi après leurs entraînements et ont observé qu'ils récupéraient mieux et plus vite. Phénomène auquel nous avons évidemment décidé de nous intéresser de près, car l'on connaît bien l'importance de la récupération pour les performances d'un sportif engagé dans des épreuves successives » poursuit le médecin.

Il s'en est suivi plusieurs études destinées à mettre en évidence de manière scientifique les éventuels effets des chaussettes de compression. Et c'est là que les choses se compliquent, car toutes ne parviennent pas aux mêmes conclusions... Citons d'abord celle menée en 2010 par le Creps de Strasbourg. Des sujets volontaires recrutés au sein du Creps ont été soumis à deux épreuves de course à pied d'une heure, espacées d'une semaine. Après la deuxième course, ils ont porté une chaussette de compression pendant plusieurs heures. Le lendemain de chaque



Visuel commercial, marque Sigvaris.

course, ils ont subi une prise de sang afin de doser la créatinephosphokinase (CPK), une substance qui indique la présence de lésions musculaires. Les résultats ? « Les taux de CPK étaient moins élevés après la deuxième course, celle où il y avait eu port de la chaussette, ce qui signifie que les lésions musculaires produites par l'effort s'étaient résorbées plus vite. De même, près de 80% des participants ont déclaré avoir eu moins de sensations de douleurs musculaires avec la chaussette, par rapport à la récupération passive » détaille Roland Questel. Selon lui, ces résultats s'expliquent parfaitement.

« Après un effort, on observe toujours un ralentissement du retour veineux et une stase du sang dans les membres inférieurs. Les chaussettes relancent la circulation et permettent ainsi que le sang évacue les substances toxiques produites pendant l'effort et apportent aux muscles les éléments nécessaires pour se réparer ».

### EFFET PLACEBO ?

En revanche, les conclusions de l'étude menée la même année par l'Insep avec l'université de Toulon se révèlent beaucoup moins optimistes... Des sportifs ont été soumis trois fois à la même épreuve (un trail en montagne de 16 km) à deux semaines d'intervalle : une fois en portant un manchon ou chaussette sans pied pendant le trail, une fois en portant une chaussette pendant la phase de récupération, une fois sans rien. « Nous n'avons rien pu mettre en évidence concernant les performances : les athlètes ont répété trois fois les mêmes. Tout ce que l'on a pu noter : un tout petit effet sur la récupération de la force explosive grâce à la chaussette mais vraiment minime. Par contre, on a vu un effet très positif au niveau des paramètres psychologiques, les athlètes insistant sur le bien-être et le confort produit par la chaussette » explique François Bieuzen, chercheur à l'Insep.

Alors, effet placebo, énorme opération marketing digne du fameux bracelet power balance ? Pas tout à fait quand même... « Peut-être n'avons-nous pas cherché dans la bonne direction. Les effets de récupération de ces chaussettes existent sans doute sur des efforts beaucoup plus longs, type marathon ou ultra-trail, où les traumatismes sont plus importants. Ou peut-être pour d'autres sports comme le vélo ou le canoë-kayak, où la position induit une stase veineuse beaucoup plus conséquente que la course. Ou encore le tennis où les chocs répétés peuvent vraiment hypothéquer la circulation » explique le chercheur. Il est clair qu'il faut donc poursuivre les études avant toute conclusion hâtive ! ● ISABELLE GRAVILLON