

- Compte rendu du circuit Carole d'un étudiant du CEESO Paris -



Cette année au cours du week end du 3 octobre, Gregory DENTZ actuellement en 2^e année d'études en ostéopathie au CEESO Paris, a participé aux 4 heures du circuit Carole, situé près de Paris à Tremblay-en-France. Ouvert aux motos et au karting il offre la possibilité aux motocyclistes amateurs de pouvoir s'exercer aux sports motocyclistes sur route en binôme avec une ou deux motos par équipage.



Lors de cette manifestation les résultats sont répertoriés sous la forme de deux classements : général et spécifique à chaque cylindrée. Le week end respecte l'organisation quotidienne des divers championnats amateurs ou professionnels :

- Le vendredi correspond à la journée d'essais, le principe étant de prendre ses marques sur le circuit et de régler, si besoin est, la moto.
- Le samedi laisse place aux séances qualificatives, où la moyenne des temps des deux pilotes de l'équipage est retenue pour le placement sur la ligne de départ, en finale A ou B. (25 pilotes en finale A et 22 pilotes en finale B).
- Le dimanche est le jour de la course.



Son témoignage :



Le dimanche matin à 8h30, le départ est donné (je prends le départ pour 1h), et nous sommes 22 à vouloir passer en tête au premier virage (sensations garanties !!). Les consignes de l'équipe sont claires : la course c'est 4h, donc on reste calme ! A la sortie du premier virage, je me retrouve en 16^e position et parvient à rouler en 1'10'' tout au long de mon relais qui durera 1h15, ce qui nous permis de reprendre la 14^e place.

Une erreur lors du passage de relais, obligera mon coéquipier à revenir aux stands en urgence 10 minutes après son départ. Me revoilà donc en piste le temps que le problème soit réglé. 20 minutes après j'aperçois le signe de sortie : ouf !! Je commençais à avoir du mal à gérer l'effort. Ma cuisse droite et mes poignets se manifestaient de plus en plus. Mon coéquipier remonta à la 12^e position en roulant régulièrement en 1'09''20 pendant 1h. Lors de mon 2^e relais nous reprîmes la 10^e place, avec des chronos réguliers en 1'09''50 (durant 35 minutes). Dans le dernier relais, mon coéquipier repris la 8^e place qu'il tiendra jusqu'à l'arrivée.

Nous nous sommes donc classés 8^e au classement général et 4^e en 1000 cm3.

D'un point de vue des traumatismes engendrés par cette activité, nous retrouvons :

- *Les classiques courbatures :*

- Sollicitations importantes au niveau des quadriceps, des muscles de l'avant bras, des érecteurs du rachis, des trapèzes et des grands dorsaux (pour les principaux).

- Les vertèbres cervicales sont aussi soumises à des contraintes aérodynamiques importantes (avec la résistance au vent vitesse et le poids du casque), qui occasionnent également l'apparition de tensions musculaires.

- *Les douleurs articulaires :*

- Les poignets subissent de fortes décélérations (à Carole, il y a 2 phases principales d'accélération et de décélération où l'on passe de 240 km/h à 70 km/h, en tout cas à notre niveau). La technique de pilotage, consistant à verrouiller les membres supérieurs lors des freinages, pour ne pas parasiter la direction et ne pas sur solliciter les muscles.



- Les chevilles et les genoux peuvent être soumis à des phénomènes d'ankylose, dus aux mouvements de faibles amplitudes, et aux vibrations très présentes, particulièrement lors d'une course d'endurance.

Cette liste non exhaustive, donne un petit aperçu de l'étendue des champs de traitements possibles en ostéopathie.

C'est la raison pour laquelle, en tant qu'étudiant du CEESO et participant, il me paraissait intéressant de faire de la communication autour de l'ostéopathie, au cours de ce week end. Cette initiative vient en complément de la présence de l'association « Action Ostéo » représentée par Jérôme Seban Ostéopathe DO.MROF, au sein de la même compétition lors du mois de Mai (L'organisateur de la compétition est différent mais le déroulement reste strictement le même).

Je serais à nouveau présent lors de cette épreuve de Mai, avec comme coéquipier un autre étudiant du CEESO.

Merci encore au CEESO pour son soutien et son implication dans ma démarche.