

## **Interview de Ricous (Eric Grossenbacher)**

par **Alain Droz**, lundi 16 février 2015

### ***Qu'est-ce qui t'a motivé à patiner ?***

Gosses à Tramelan dans les années 1930-40, et suivantes (époque de la dernière guerre de 39 à 45), qu'avions-nous comme libertés en matière d'activités sportives ? Le football, le cyclisme, voire la natation à l'Étang de la Gruyère pour les plus hardis, en été, la luge, le ski et le patinage, en hiver. A Tramelan et environs, tout nous portait à pratiquer ces sports.

Le patinage commença dans la rue... pour moi, à la rue du Midi. Elle s'y prêtait bien, cette rue, horizontale et peu passante à l'époque. Le No 12 (devenu par la suite No 15) de la rue du Midi (« Les Frênes ») donna pas moins de 4 joueurs à la première équipe du H.C. Tramelan en 1<sup>ère</sup> ligue des années 50 : Jean-Pierre et Bertrand Haeberli, Jean-Pierre Bottinelli « Pépin », et moi, « Ricous ». Cela va sans dire que nous sortions de la « Ligue de garage » de Tramelan, autrement dit des hockeyeurs de rue ! En effet, nos patins, nos arrache-talons faisaient l'affaire pour un tel patinage sur la neige tassée de la rue.

Nos cannes ? Elles provenaient de la forêt... Nous allions chercher des branches qui avaient plus ou moins l'allure d'une canne de hockey ad hoc. A l'aide d'un couteau, nous affinions ladite branche pour qu'elle ressemble le plus possible à une vraie canne de hockey. A nos débuts, impossible de trouver une canne de hockey pour enfant dans le commerce : cela n'existait pas.

Dans la « Ligue de garage », nous avions des équipes de quartiers, par exemple je me souviens où la « Rue du Midi » se fit étriller par le « Bas-Du » qui, elle, possédait une mini-patinoire avec de la glace ! Cette mini-patinoire avait des « bandes » faites de neige de 30 à 40 cm sur laquelle on avait giclé de l'eau pour durcir les bandes naturelles. De la neige à la glace, quel saut dans la perfection !

Le passage du « hockey de rue » à la grande « Pati » fut un saut encore plus grand : m'élançant du bord de la patinoire avec mes arrache-talons, je ne pus tout simplement pas patiner... mes lames arrondies m'empêchèrent de patiner. Impossible de se mouvoir sur la grande patinoire. C'est à quatre pattes que je regagnai le bord de la pati... impossible de se tenir ne serait-ce que debout.

On m'indiqua un atelier sis à Tramelan-Dessous qui aiguisait les patins. Ni une ni deux, nous fîmes le déplacement à Tramelan-Dessous, je dis nous, car je n'étais pas le seul à faire l'expérience du passage du hockey de rue au patinage sur de la vraie glace.

Tout naturellement, il y eut les matchs Ecole primaire – Ecole secondaire, en foot en été, en hockey en hiver... Ces matches prenaient l'allure de véritables corrections, selon les « vedettes » présentes du moment, d'une école ou de l'autre. Ces matchs Ecole primaire – Ecole secondaire remplacèrent les parties entre quartiers.

***Et ce « hockey de rue » tramelot, ce hockey « ligue de garage » canadien, que t'a-t-il apporté ?***

Tout, absolument tout dans la technique de hockey ! Comme l'a si bien dit Wayne Gretzky (considéré comme le joueur le plus grand de tous les temps en NHL) : « Aucun entraîneur ne m'a appris à jouer au hockey, tout ce que j'ai appris vient de la ligue de garage ». J'approuve entièrement les paroles de Wayne Gretzky. Le hockey d'instinct naît de ce hockey-là. Dans ce hockey de rue, vous êtes obligé de composer avec une surface d'à peine un mètre carré pour déjouer l'adversaire, dans ce hockey naît des astuces techniques que personne ne peut vous apprendre. De plus, dans le hockey de rue, le nombre de joueurs est variable au possible. Cela va de 3 contre 3, comme de dix contre dix. Imaginez les possibilités de combinaisons qui s'offrent au petit gamin. Elles sont innombrables. Je me souviens que le jeu passant du hockey de rue à la grande patte de Tramelan fut pour moi une découverte royale : j'avais de la place ! Transposer du « petit format » à du grand fut une véritable révélation. Tout devint plus facile... Oui, Gretzky avait raison en disant qu'il a tout appris dans la « ligue de garage »...

***Tes patinoires, en dehors de la rue, quelles furent-elles ?***

Les étangs situés à 1000 m : L'Etang de la Gruyère, Le Lavoir, La Marnière... en faisant attention à ne pas couler. La première glace, lisse à ressembler à de la mélasse congelée, offraient un plaisir à nul autre pareil. Un seul regret : à La Marnière, dès que la glace avait atteint 20, voire 30 cm, des ouvriers arrivaient et la sciaient pour l'entreposer et la conserver dans la glacière sise en bordure sud de l'étang, en vue de la livrer avec la bière dans les restaurants de la place.

***Dès 1940, alors que tu avais 8 ans, tu as suivi attentivement l'épopée du hockey tramelot, ne manquant aucun match... Qu'en as-tu retiré ?***

Ce qui m'a le plus impressionné, en regardant évoluer les joueurs tramelots, c'est leur tenue impeccable sur la glace. De vrais gentlemen ! L'exemple donné par ces jeunes adultes (moyenne d'âge lors de leur première rencontre, 19 ans) aura été pour moi une philosophie du comportement que je m'efforçai de suivre tout au long de ma carrière sportive, aussi bien en hockey, d'abord, qu'en tennis ensuite. Et de la transmettre, à mon tour, aux générations suivantes, il n'y avait qu'un pas.

A ce propos, il est à relever que les jeunes Tramelots ont eu le privilège de profiter des directives d'Albert Voumard qui, du haut de ses 32 ans, était leur maître à penser (président, entraîneur, capitaine).

***As-tu eu des ennuis, en tant qu'écolier, lors de ton premier match officiel avec le H.C. Tramelan ?***

Mon Dieu oui ! En 9<sup>e</sup> secondaire, en 48/49, alors que je venais de jouer ma première partie avec Tramelan II (victoire 5-2 contre Cortébert I, le 8 janvier 1949), Le Progrès écrivait : « *Le trio Louis-Edouard Châtelain (Louison) - Eric Grossenbacher (Ricous) - Frédy Boillat (Pacha) a soulevé de vifs applaudissements, car ces trois jeunes ont joué avec une technique*

*étonnante et une conception du jeu déjà très avancée... ».* Louison et Frédy avaient 17 ans, Ricous 16...

Suite à ce match, je fus convoqué dans le bureau de M. Philippe Monnier, nouveau directeur de l'Ecole secondaire, qui... m'interdit de jouer alors que je fréquentais ma dernière année d'école. Sous le prétexte que je n'avais pas le droit de jouer avec des adultes (le règlement, c'est le règlement). Même qu'il me le mit sous le nez...

Cette ligne d'attaque, prometteuse à souhait, ne dura donc que ce que durent les roses, l'espace d'un match ! En effet, dès ma sortie de l'école, en première année gymnasiale, je fus intégré à la première ligne d'attaque du H.C. Tramelan I et devins le centre-avant entre Adrien Doriot (Diyen), à l'aile gauche, et Gérald Hasler (Didi), à l'aile droite ; une fameuse ligne d'attaque s'il en fut : Diyen (23 ans), Ricous (17 ans) et Didi (20 ans).

A propos de jouer avec des adultes, il est piquant de faire remarquer que nous étions plusieurs écoliers, André Vuilleumier (Mathieu), Francis Houlmann (Titi) et Ricous, entre autres, à jouer avec des adultes au Club d'échecs de Tramelan, et qui plus est, en soirée ! Même que j'eus l'honneur de jouer contre... Frédéric Mathez, directeur de l'Ecole secondaire à l'époque. C'est lui-même qui m'invita à jouer contre lui ! Là, pas d'interdiction...

***Peux-tu nous dire quelques mots concernant les entraîneurs que tu as rencontrés ?***

En 47-48, pas de match à Tramelan : un hiver doux en montagne, froid en plaine. Inversion des températures. Le H.C. Tramelan organisa un voyage à Zurich pour assister au match amical Suisse - Etats-Unis d'Amérique, sur la patinoire du Dolder. Ces deux équipes rentraient de St-Moritz, après les Jeux Olympiques d'hiver. Et, cerise sur le gâteau, rendez-vous à la Brasserie Hurlimann, pour une rencontre avec Herbert Kessler, ancien membre de la fameuse ligne Er-Sturm, du C.P. Zurich : Charly Kessler – Heini Lohrer – Herbert Kessler. Quelle aubaine !

Herbert Kessler nous parla, au restaurant, de la manière à se comporter pour l'entraînement d'un hockeyeur. J'étais écolier de 8<sup>e</sup> année et j'écoutais Herbert Kessler comme un chrétien aurait pu écouter le Christ, s'il en avait eu l'occasion... Herbert Kessler insista sur l'entraînement de détail : répéter un geste, le répéter encore et encore, voilà le secret de la réussite ! Eh bien, j'ai appliqué ce conseil dans tous les sports que j'ai pratiqués, en particulier le hockey sur glace, et le tennis par la suite.

Le tout premier entraîneur sur la glace fut le Tramelot André Gerber (Buser), joueur de la 1<sup>ère</sup> équipe. Un samedi après-midi, Buser nous donna quelques rudiments de hockey. A commencer par le patinage. Il nous donna un conseil très utile : ramener les patins l'un contre l'autre après avoir esquissé les mouvements de balancement, gauche-droite et droite-gauche. J'ai appliqué ce conseil durant toute ma carrière.

Le deuxième : le Canadien Tommy Durling, alors entraîneur du Rot-Weiss de Bâle. Je me souviens que je suis rentré spécialement de Porrentruy pour assister à cet unique entraînement. A la fin de la séance, Tommy Durling vint vers moi et me dit, fort gentiment : « You are pretty good ! »

Le troisième : le Tchèque Vladimir Suchoparek, dès 1954, et pour deux saisons. Il nous inculqua l'école tchèque du hockey. Son passé, son métier nous fut fort profitable. Un seul regret, le radoux de la saison 1954/55 lui fut contraire, car, nul doute qu'on aurait pu profiter davantage de son savoir.

### *Et des joueurs qui t'ont impressionné ?*

Dans l'ordre, et pour les principaux : Hans-Martin Trepp (Arosa), dès 1948... Ensuite, de mémoire : Vsevolod Bobrov (Russie), 1954 ; Bob Dennisson (Lausanne et Bienne), 1956 ; Aleksander Yakushev (Russie), 1972 ; Jacques Lemaire (Sierre, ex-Canadiens de Montreal), 1979 ; Reijo « Rexi » Ruotsalainen (CP Berne, **découvert à... Tramelan !**), 1990 ; Steve Yzerman (Déroit Red Wings, NHL), 1990 ; Wayne Gretzky (New York Rangers, NHL), 1997...

Je me souviens d'avoir été, pour ne citer qu'un exemple, à Lyss, car il y avait le match de ligue B, Lyss – Sierre (1979). Parce que Sierre alignait le joueur Jacques Lemaire, un ancien joueur du Canadien de Montreal (NHL). Je l'avoue sans détours, je n'ai pas vu le match. Je n'ai regardé que Jacques Lemaire ! Quel joueur, avec ou sans le puck... En rentrant chez moi, je me suis dit : « Si j'étais entraîneur de hockey professionnel, je demanderais le droit d'aller filmer une partie pour suivre uniquement Jacques Lemaire. Et je montrerais le film à mes joueurs... ».

A propos du match amical C.P. Berne – Milan, joué à Tramelan, il est assez étonnant de savoir que le Finlandais Reijo Ruotsalainen jouait dans l'équipe de Berne, alors qu'en face, Milan alignait un autre finlandais de légende Jari Kurri. Ces deux joueurs ont griffé les glaces de NHL durant de nombreuses années.

### *Du point de vue tactique, comment opérer sur la glace ?*

Les 5 joueurs de champ doivent se comporter comme les doigts d'une main. Chaque doigt à sa place, chaque joueur à sa place. L'idéal, selon mon expérience, était de jouer avec trois anciens joueurs, pour deux jeunes recrues. Si l'on inverse le rapport, tout change.

Une chose est très importante dans un sport d'équipe : les qualités des joueurs alignés doivent être multiples. Il faut des techniciens, il faut des travailleurs (ceux qui vont gratter le long de bandes pour ramener les pucks au centre). Un savant mélange des uns et des autres fera la bonne équipe.

Dans la fameuse série de 8 parties de septembre 1972, entre la Russie et la NHL, en hockey sur glace, les Canadiens vinrent à bout de la Russie 4-3, une partie restant nulle, grâce à leurs « plombiers », grâce à des joueurs qui allèrent « au charbon »... Les Russes alignèrent trop de « seigneurs de la glace » et pas assez de travailleurs. C'est la conclusion « philosophique » avancée par les connaisseurs du hockey qui ont suivi la fameuse série du siècle.

### *Au fait, qu'est-ce qu'un « grand entraîneur » ?*

Un grand entraîneur n'est grand que par la présence de la qualité des joueurs alignés sur une place de jeu. Ce sont les grands joueurs qui font les grands entraîneurs, jamais l'inverse ! Que voulez-vous qu'un entraîneur apprenne à Wayne Gretzky ? Rien, absolument rien ! Donnez à un supposé grand entraîneur 5 ou 11 ânes, selon les sports, et vous verrez le résultat...

### ***Et la condition physique ?***

C'est la base. Sans condition physique, pas de résultat. La technique, les dons, ne compenseront jamais, ô grand jamais, la condition physique. Le H.C. Tramelan, qui végétait en queue de classement de série A (1<sup>ère</sup> ligue), en 1949, 50, 51, eut une idée géniale : aller à Macolin ! Le H.C. Tramelan était le seul club de Suisse à aller au paradis régional du sport... Par la suite, les clubs n'eurent plus accès à Macolin. Seules les grandes associations eurent le privilège de stages sur les hauteurs de Bienne. Le H.C. Tramelan fut une toute belle exception.

Une véritable aubaine de découvrir l'art de la préparation physique dans ce lieu mythique. Questionné au sujet de son passage à Tramelan, Jean-Pierre Régamey (6 saisons, de 1951 à 1957), me rappelait que son souvenir le plus lumineux n'était autre que Macolin.

Le H.C. Tramelan, encore dernier de série A en 1951, devint champion jurassien en 1952, grâce à... Macolin ! Le H.C. Tramelan qui, durant 12 années, de 1940 à 1951, n'avait jamais pu battre le H.C. Reuchenette (équipe reine du Jura bernois et Neuchâtel), prit le meilleur par 5-3, sur son rival en finale jurassienne à Sonceboz. Durant la saison 1951-52, le HCT ne perdit aucun match de championnat...

L'entraînement fractionné enseigné à Macolin aura été, désormais, la base de l'entraînement physique des hockeyeurs tramelots. Voir ci-après...

Oui, la condition physique, nul n'en doute, est primordiale à toute activité sportive, quel que soit le sport envisagé.

### **Entraînement fractionné** (*Interval training*)

En 1950, quand j'ai débuté en 1<sup>ère</sup> équipe du H.C. Tramelan (1<sup>ère</sup> ligue jurassienne : équipes du Jura bernois d'alors, de Neuchâtel et de Fribourg) je suis arrivé dans une équipe perdante, une équipe de cave comme disent les Canadiens. L'élan insufflé par les anciens fondateurs du club en 1940 (ils avaient propulsé le H.C. Tramelan en 1<sup>ère</sup> ligue en 1947) était retombé avec les suivants. Tramelan végétait en queue de classement.

Il fallait absolument réagir... ce qui fut fait de magnifique façon : nos dirigeants prirent langue avec Macolin, pas moins ! Et nos joueurs de fouler les installations de Macolin, un paradis pour les sportifs...

Nous sommes à l'automne 1951, Tramelan vient de terminer sa 4<sup>e</sup> saison d'affilée en queue de classement (et de sauver une fois de plus sa place devant les équipes de 2<sup>e</sup> ligue), et voici Macolin. C'est **Pierre Joos**, instructeur, qui nous initia à l'entraînement fractionné.

Nous courrions sur la piste finlandaise de Macolin : une piste en boucle de 600 m de longueur, faite d'un lit de sciure. Imaginez une tranchée conçue pour recevoir des câbles de téléphone, mais au lieu de câbles on la remplit de sciure. Quelle souplesse ! Ce que le contact

du pied peut être agréable sur un lit de sciure... Le principe de l'entraînement fractionné est fort simple : c'est une alternance d'efforts et de repos. Imaginez un cycliste sur une route plate : il donne deux à trois tours de pédales rapides, puis repos... 5 à 10 mètres plus loin, il recommence, et ainsi de suite. A la course à pied, cela donne : sprint sur 3 à 4 m, puis on vit sur l'inertie de cet effort, en laissant couler..., puis on marche 5 à 10 m. Et on recommence ce manège un nombre de fois qui nous conduisit, lors de notre initiation, sur une distance totale de 7 km ! Résultat ? Pratiquement pas de fatigue. Incroyable, quelle découverte pour nous qui venions de... Tramelan.

Le plus étonnant, après cette initiation, c'est d'avoir terminé par des exercices divers (surtout en forêt : slalom autour des arbres, saut par-dessus un vieux tronc coupé, etc.) par une partie de football sur une pelouse ad hoc, une pelouse comme on n'en avait jamais vue de pareille ! On faisait ce que l'on voulait de la balle. Fatigue ? Aucune fatigue... Le lendemain, soit le dimanche matin, retour à la piste finlandaise pour une mise en train : entraînement fractionné de... 12 km !

A remarquer que le H.C. Tramelan était l'unique club de Suisse à avoir eu l'honneur de Macolin. Après **Pierre Joos**, nous eûmes le privilège de profiter de l'enseignement d'autres instructeurs, tels que « **Taio** » **Eusebio**, **André Metzener**, puis finalement **Gaspard Wolf**.

Tout ce que nous avons appris de ces instructeurs nous a profité par la suite. « Inutile d'aller à Macolin : il suffit de faire la même chose à Tramelan... » - **dixit Gaspard Wolf !**

Cet entraînement fractionné, je l'ai inculqué à tous ceux qui ont été en contact avec moi, que ce soit en hockey sur glace... ou en tennis.

P.S.

En 1952, été-automne (21 juillet au 15 novembre) : Ecole de recrues de Colombier ! Là, le soir, il m'arrivait de m'éclipser pour pratiquer l'entraînement fractionné, en « cachette » pour ne pas être en retard dans ma préparation physique par rapport aux hockeyeurs de Tramelan qui, eux, auraient pris de l'avance sur moi dans leur préparation ! Et je tenais trop à être au top de ma condition physique pour attaquer la saison 1952/53 de hockey sur glace. C'est que **l'entraînement fractionné** était devenu une pratique « **sacrée** » pour les hockeyeurs tramelots.

### ***Et que dire de l'entraînement mental ?***

C'est un complément utile et je dirais indispensable à tout entraînement. Dans son cerveau, on peut répéter tel geste à foison. Il suffit, en pratique, d'exécuter la scène, maintes fois répétée dans sa tête. « *Quand le moment est venu, j'oublie tout et je danse au-delà des notes* » / Ludmila Tcherina, danseuse, « La Géode », Paris, 17.10.1990

### ***Des souvenirs de matchs qui sortent de l'ordinaire ?***

A notre niveau (à mon époque la 1<sup>ère</sup> ligue, années 1949 à 1961), il est évident que le fait d'avoir pu jouer en Coupe cantonale bernoise contre le C.P. Berne, ancien champion suisse de LNA, a été extraordinaire. Jugez plutôt :

Tramelan, après avoir battu successivement St-Imier (4-1), Crémines (15-1), Bümpliz (8-1), se trouvait qualifié pour rencontrer... le C.P. Berne (LNA) !

J'avais appris par la presse que l'équipe de 1<sup>ère</sup> ligue qui avait rencontré Berne dans le match précédent avait bétonné son camp, jouant tout le match avec ses joueurs massés devant leur cage... pour un résultat de 7-0. Dès l'engagement, les joueurs de 1<sup>ère</sup> ligue se précipitaient devant leur cage.

Quant à nous, Tramelots, le dimanche soir 19 février 1961, sur la Ka-We-De à Berne, notre philosophie était tout autre : jeu ouvert comme dans n'importe quel match dans le but de marquer au moins une fois contre Kiener, gardien de l'équipe suisse de hockey. Cela impliquait, évidemment, que l'on allait en recevoir un certain nombre. Nous en reçûmes 24, oui, mais nous en avons marqué 3... Un exploit ! Match il y eut, et le public, de même que les journalistes du Bund de Berne ne s'y trompèrent pas : « *Tramelan (1<sup>ère</sup> ligue) mérite des compliments pour sa façon de jouer offensivement. Jamais les visiteurs ne se tinrent sur la défensive (dans le but de fermer le jeu), mais au contraire profitèrent au mieux de chaque occasion.* »

A titre de consolation, un résultat qui pouvait mettre un peu de baume sur la plaie tramelote : Canada – Suisse 23 – 0, le 6.3.59 à Bratislava...

***Ricous, tu as 83 ans cette année... et si c'était à refaire ?***

Eh bien, sans aucune hésitation, je recommencerais, sans changer quoi que ce soit !