



La double interview de septembre



Ariane Recizac

Membre de l'équipe
Sénior dames



Eric Esquive

Membre de l'équipe
Sénior messieurs

Tes débuts et ton arrivée à Bordeaux Lac

Depuis quand joues-tu au golf ? Qui (ou quoi) t'a incité à commencer ?

J'ai découvert le golf en 2004. J'avais 43 ans, donc un peu tard. (Avec le recul, je regrette de ne pas avoir commencé plus tôt) Je vivais, à l'époque, au Ghana à Accra et je jouais au tennis. Il y faisait très chaud et il n'y avait qu'un club en terre battue sur Accra. Des amis nous ont proposé de les rejoindre pour une partie de golf. Je n'avais jamais tenu un club de golf en main mais le format en Scramble m'a tenté. J'ai joué avec un copain qui était 6 de handicap et nous avons gagné la partie... comme j'ai l'esprit compétitif, je kiff !!

Depuis mes 12 ans, j'ai fait mes armes sur le golf de Biarritz le phare. Je m'étais inscrit à l'origine à l'école de golf du phare pour me rapprocher d'une jeune fille de mon âge pour laquelle j'avais le béguin (je me rappelle encore de son prénom Cécile). On était ensemble à l'école de golf et je ne manquais aucune leçon de golf Elle a arrêté au bout d'une année et moi je suis tombé amoureux de la petite balle blanche.....un report affectif sans doute 😊

Où as-tu fait tes premières armes ?

Depuis quand joues-tu à Bordeaux lac et pourquoi avoir rejoint notre club ?

Durant l'été, en vacances en France, à Bordeaux, je me suis achetée une demi série et j'ai commencé mes premiers cours avec Jean Delgado à Bordeaux lac. En 2005, nous avons déménagé au Kenya et c'est là que j'ai progressé et amélioré mon handicap. En 2 ans, je suis passée de 20 à 9 de handicap. Chaque été, je rentrais en France voir la famille et notre point de chute était Bordeaux. J'ai testé les clubs de la région et c'est vrai que l'ambiance de Bordeaux lac était très chaleureuse.

Au golf de Biarritz le phare où j'ai joué en équipe quelques temps. Etudiant, je jouais parfois sur le golf de Bordeaux lac et j'ai toujours trouvé l'ambiance de ce golf très cool. Gilbert Lafond reste une figure emblématique que j'ai eu la chance de côtoyer durant mes années de golf universitaire. J'ai logiquement rejoint ce golf quand je me suis installé professionnellement sur Bordeaux et l'ambiance au sein de l'équipe sénior de Bordeaux lac confirme le bien-fondé de ce choix.

J'ai fait la connaissance de Catherine après avoir gagné un grand prix séniors à Bordeaux Lac. Elle m'a proposé de rejoindre l'équipe séniors.

Ton jeu

Globalement, es-tu plus à l'aise au petit jeu ou au grand jeu ?

Je dirais plutôt le petit jeu. Le drive se dérègle plus facilement.

Je suis plus à l'aise au petit jeu car parfois en délicatesse avec le drivingmais j'essaie de me soigner sur cet aspect du jeu.

Quel est ton club préféré ? Une marque préférée ?

Je n'ai pas vraiment de préférence de club. Je joue avec une série XXIO. J'adore mon Driver surtout quand il est bien tapé et que le coup est tout droit !!

je reste un incondionnel de MIZUNO. Mon club préféré est un « Sand Wedge Mizuno Pro MS-3 » que j'ai dans mon sac depuis au moins 35 ans et qui mériterait d'être de nouveau usiné au niveau des stries (un véritable fer à repasser).

Individuel ou équipe ?

Préfères-tu jouer en individuel ou en équipe ?

Qu'est ce qui te plait dans le fait de faire partie d'une équipe ?

J'aime les deux. En équipe, j'aime le côté social, les déplacements en groupe, l'émulation et le dépassement de soi pour l'équipe.

Je dirais : plutôt en équipe, j'adore joué en individuel, mais avec l'équipe c'est autre chose, c'est vraiment une ambiance spéciale!

Quels sont tes objectifs pour cette année ? Ceux de l'équipe ? Tes attentes ?

Individuellement, être plus régulière et baisser mon handicap.
En équipe, j'espère qu'on va passer en 2ème division en national. J'aime gagner 🏆

Je préfère de loin jouer en équipe. L'émulation d'un groupe, le dépassement de soi pour un objectif commun et le fait de devoir compter les uns sur les autres sont des sensations incomparables avec la compétition individuelle. Je joue déjà (depuis 2002) en équipe corpo avec l'ASPTT BORDEAUX METROPOLE et nous avons validé cette année notre ticket pour un retour en 1ère division nationale les matchs d'équipe sont toujours des moments géniaux où l'adrénaline est souvent à son comble quand les copains sont sur le bord du green et vous encouragent du regard.
Mes objectifs sont de monter en division 1 au niveau régional avec l'équipe senior de Bordeaux lac et pourquoi pas en division 2 au niveau national

Est-ce que tu fais partie du clan des muets ou des bavards sur le parcours ?

Plutôt muette. J'aime me concentrer pour analyser mon parcours et mes stratégies.

l'un, ni l'autre mais si la carte de score commence à sentir bon, j'avoue que le muet prend parfois le dessus



Comment débriefes-tu ton parcours? Seul, en équipe, autour d'un verre, sur une appli ?

Souvent avec mon mari ou une copine, autour d'un bon Lillet !!

Je n'aime pas trop débriefer mes parcours mais si je le fais ce sera obligatoirement autour d'une bière avec les copains 😊

Après un parcours, tu te détends ou tu retournes t'entraîner ?

En général, je me détends, je m'étire sauf si je suis en compétition et que j'ai vraiment mal jouer, je retourne au practice pour me recalder.

Je me détends taper des balles après un parcours, pas vraiment mon kiff.

Ta préparation technique, physique et mentale

Pratiques-tu une activité de préparation physique ?

Oui, je fais du Pilates.

Oui je fais de la musculation et depuis peu du body pump, RPM et body combat avec mon épouse dans une salle de sport ! Famille sportive.

As-tu une routine de préparation du parcours ? D'échauffement ?

Oui, avant la compétition, je fais 5 minutes de cohérence cardiaque. Ca me permet d'évacuer le stress.

un seau de balle pour m'échauffer au practice (avec l'âge ce n'est vraiment pas du luxe), un séance de putting et quelques approches roulées..... roulez jeunesse.

Au practice, je commence par des exercices d'échauffement. Ensuite, je tape un ou deux seaux de balles pour les sensations, putting, approches courtes et quelques sorties de bunker.

Que manges-tu sur le parcours ?

Pas grand chose. Une demi banane, parfois, une barre de céréales. Par contre, je bois en général 2 litres d'eau.

banane et parfois des barres de céréales..... surtout ne jamais manquer d'eau.

Si tu es en difficulté sur le parcours, as-tu des astuces pour gérer ce passage ?

Comment gères-tu ton physique et ton mental ?

Si je sens le stress ou l'énervement monté, je me concentre sur ma respiration, j'essaye de me détendre et d'oublier le mauvais coup.

J'ai un tempérament à ne jamais rien lâcher, donc je fais le dos rond et j'essaye de limiter la casse Le basque est tignous 😊. Après on connaît tous l'ingratitude de ce sport, il y a des jours avec et des jours sans

Je ne lâche rien jusqu'au bout de la partie en gardant à l'esprit que chaque trou est une opportunité de birdy !!