



De quelle victoire êtes-vous la plus fière?

Il est difficile de choisir. Pour avoir une certaine « rainbowstripes » (scratch, piste) est incroyable. Mais ce n'était pas la victoire, j'ai travaillé très dur pour, donc je pense que je prends au Qatar!

Quel est votre meilleur souvenir d'une course sur route?

Mes premiers championnats du monde en tant que junior à Vérone. Tout était nouveau et très excitant. J'ai étonnamment gagné une médaille de bronze, il fait mon meilleur souvenir.

En 2007, Yumari González est championne du monde du scratch. En 2009, Yumari González remportera de nouveau le titre. Lors de votre titre, vous avez pensé à quoi en premier: j'ai gagné contre Yumari González ou je suis championne du monde du scratch?

Je n'étais pas concentré sur Yumari Gonzalez en particulier. Je savais qu'elle était l'une des sprinteuses les plus rapides et si je voulais gagner, je devais être partie avant le sprint. J'étais super content de devenir champion du monde.

Quel est votre second meilleur souvenir d'une course sur piste, sauf si votre titre de championne du monde sur le scratch n'est pas votre meilleur souvenir?

La série de Coupe du monde à Copenhague en 2009. J'étais en bonne forme et j'ai remporté la poursuite, de la course aux points et nous sommes devenus deuxième de la poursuite par équipe.

2008 était votre quatrième année professionnelle, est-ce que ce très grand succès vous a libéré ou mis une pression?

Bien sûr, vous voulez toujours vous améliorer et devenir meilleure. Ce n'est pas facile, mais c'est le défi d'être un athlète. Je ne vois pas Succès que la pression, mais plus que la motivation de continuer pour elle

2011, vous avez participé aux championnats du monde sur piste, dans votre pays, mais vous aviez commencé la saison par un double succès sur le Ladies Tour of Qatar, est-ce que vous avez pu concilier la route et la piste, pour vous préparer à cette échéance? Est-ce que c'était un objectif pour vous ?

Piste et sur route sont difficiles à combiner, c'est loin d'être une situation idéale. Mais j'aime beaucoup les deux disciplines et je pense qu'avec un programme équilibré, il est possible d'être bon dans les deux. La piste est un objectif pour moi en ce qui concerne les jeux olympiques de Londres.

Au début de la saison sur route, vous avez commence avec 2 victoires, la deuxième étape et le general du Ladies Tour of Qatar. Les conditions climatiques au Qatr ont-ils contribué au succès là bas? Comment avez-vous remporté le général?

Les conditions climatiques ne m'ont pas permises de gagner le tour. Avant la visite, nous avons eu un camp d'entraînement difficile avec l'équipe à Majorque. Nous sommes venus tout droit de Majorque et étaients toutes en très bonne forme. Parce qu'il y avait beaucoup de vent au Qatar nous pouvions vraiment faire une différence avec une solide équipe. Nous l'avons mis dans les rassembler dans la 2ème étape et que je pouvais gagner le sprint de l'échappée. Le lendemain, l'équipe a travaillé dur pour maintenir le peloton ensemble et j'ai pu garder la tête du classement général.

Pourquoi ne pas avoir fait l'Energie Wacht Tour, alors que cette course est faite pour des rouleuses?

Je n'ai pas fait l'Energie Wacht Tour car n'étant pas en bonne forme parce que je venais juste de la piste. Heureusement, ma coéquipière Adrië Visser a été dans une très bonne forme.

Les mois d'avril, mai, juin ont été difficiles, lors des championnats du chrono, vous avez fait le deuxième meilleur temps, aviez-vous préparé votre début de saison pour gagner le titre, ou les championnats nationaux apportent-ils de la motivation supplémentaire?

Les championnats nationaux du contre la montre étaient un gros objectif pour moi, car je voulais vraiment me qualifier pour les championnats du monde du chrono à Copenhague.

Cette seconde place, suivi d'un Giro qui vous a mis en bonne condition, nous avons pu vous voir prendre une cinquième place, ont-ils permis de lancer votre deuxième partie de saison, celle qui vous réussit le mieux traditionnellement. Êtes-vous contente de ce que vous avez fait depuis (Une victoire dans les TTT et une seconde place dans la course du dimanche)?

Oui, j'ai été très heureuse de ma performance en Suède. La deuxième partie de ma saison se passe bien et pour le moment je suis en camp d'entraînement pour les championnats du monde de chrono. Espérons que ce sera une belle fin de saison pour moi.

Après le Giro Donne, vous avez fait un stage dans les Alpes, est-ce que vous avez effectué un travail très spécifique pour aborder au mieux les 2 manches de Coupe du Monde, ou avez-vous fait ce stage pour préparer la deuxième moitié de la saison dans sa globalité?

Les deux. Je voulais être en bonne forme en Suède parce que j'aime ces courses worldcup et aussi parce qu'il était très important pour l'équipe. En France, j'ai aussi travaillé sur mon niveau de base, donc je vais profiter de ça dans la seconde moitié de la saison.

Avez-vous pensé que l'échappée avait ses chances d'aller au bout et de gagner?

Je n'ai jamais été sûr, car l'échappée n'a jamais eu un gros avantage. Mais parce que nous avons encore notre sprinter (Ina-Yoko Teutenberg) dans le peloton, je n'ai pas eu à m'inquiéter.

Avez-vous senti comme une forme de peur, de stress quand le peloton revenait sur l'échappée?

Bien sûr, j'ai ressenti un peu de stress quand le peloton est revenu, mais comme j'ai dit que nous avons encore notre sprinter dans le peloton de sorte qu'cela m'a un peu plus détendu.

Dans les 900 derniers mètres, est-ce que vos talents de pistarde ont été précieux?

Non mes compétences piste spécifique, plus de compétences en général, je pense. Il est important que vous puissiez rouler vite pour environ 1 km dans un tel final. Et il y avait un virage délicat aussi.

Qu'avez-vous ressenti en passant la ligne d'arrivée de la course en ligne de l'Open de Suède-Vårgårda?

D'abord j'ai été déçu, parce que j'ai perdu la chance de gagner une course worldcup. Plus tard, j'ai été heureux, parce que la vaincue Annemiek Vleuten était tout simplement meilleure.

Quel podium avez-vous préféré: le podium avec vos coéquipières ou celui de votre deuxième place?

Les deux podiums ont été très différents. La victoire dans le contre la montre par équipes, je l'ai ressenti plus comme un soulagement, parce que toute l'équipe voulait vraiment gagner cette année et nous avons mis de la pression sur nous-mêmes. Le podium de la course sur route a été plus d'une surprise.

Vous êtes sélectionnées pour le championnat du monde du chrono à Copenhague, c'est votre quatrième fois. Vous êtes double championne d'Europe U23. Durant ces deux dernières années vous avez participé au Chrono Champenois. La dixième et dernière étape du Giro était un contre la montre individuel, vous avez pris la cinquième place. Le chrono est-il un exercice que vous préparez. Connaissez-vous le circuit de Copenhague ? Et est-ce un objectif ?

Je n'ai pas été à Copenhague encore, mais j'ai vu les cours sur Internet et entendu des histoires de personnes qui ont été là. C'est un objectif important pour moi, car il est la première fois le championnat du monde du chrono qui est plat.



Autres championnats du monde, ceux sur piste à Melbourne, pensez vous y participez?

Je ne suis pas encore sûr, après le championnat du monde sur route je vais décider de mon programme d'hiver et de ma préparation pour les Jeux Olympiques.

Connaissez-vous cette piste?

J'ai fait la coupe du monde à Melbourne à trois reprises et je suppose que les championnats du monde sur piste seront sur la même piste.

Vous êtes présélectionnée pour les Jeux Olympiques, contre la montre et la course en ligne. Le sélectionneur national reconnaît vos qualités, mais vous ne pouvez y aller (à la course du 14 aout). Est-ce que vous allez, aller reconnaître le circuit ou allez vous, vous contenter d'une reconnaissance vidéo?

Je ne pouvais pas aller avec eux, parce que je me prépare pour les championnats du monde, dans un camp en altitude. C'est une honte, mais Londres n'est pas loin, donc si je veux je peux toujours y aller.

Si vous avez un conseil à donner aux jeunes cyclistes, quel est-il? Persévérez pour gagner plus tard? Croire en soi? Quelle(s) qualité(s) doit développer une cycliste?

La chose la plus importante est que vous appréciez le cyclisme. Alors profitez de ce que vous faites, un travail acharné et le succès viendra.

Son site officiel : <http://www.ellenvandijk.nl/>