

POURQUOI JAY CUTLER A-T-IL

Le dernier Mr Olympia a été, encore une fois, riche en émotions et en surprises. Très ouvert pour le titre suprême, puisque de nombreux bodybuilders pouvaient espérer glaner le Sandow tant convoité lors de cette dernière édition. Jay Cutler, le tenant du titre et déjà vainqueur à trois reprises de la plus prestigieuse compétition culturiste, faisait quand même figure de favori logique. Dexter Jackson, surnommé " la lame " et titré en 2008, est toujours aussi magnifique. Il représente toujours une menace potentielle, comme Branch Warren, le dauphin de Jay, en 2009. Et puis il y a Phil Heath, qu'on annonce depuis quelque temps comme le futur grand, et enfin des outsiders de premier choix, comme Kai Greene ou encore Victor Martinez. Tous ces athlètes exceptionnels étaient susceptibles de gagner... Mais à la fin, il n'en est resté qu'un ! Alors pourquoi Cutler a-t-il été déclaré vainqueur, malgré un préjudging où Heath l'a dominé ? Que s'est-il passé pour que Cutler s'impose au final ? C'est ce que nous allons essayer de comprendre à travers une analyse complète de ce 45^{ème} Mr Olympia. Retour en images, avec explications à l'appui et analyses d'experts présents sur les lieux de la grande compétition professionnelle de bodybuilding de la planète.



UNE ÉDITION DE LÉGENDE

Orleans Arena, Las Vegas, le 25 septembre 2010, il est 19 heures. Tout a été fait pour que ce 45^{ème} anniversaire de Mr Olympia reste gravé dans l'histoire. Le nom du vainqueur reste encore mystérieux. Le lieu est féérique. L'organisation est magnifiquement rôdée, de la superbe scène à la déclaration émouvante d'Arnold Schwarzenegger, en passant par la présence de Lou Ferrigno, accompagnant Joe Weider, mais aussi la diffusion du film rétrospectif des légendes de Mr O. Tous les ingrédients sont réunis pour vous plonger dans la folie olympienne. Et la présentation des derniers vainqueurs de légende, comme Yates, Coleman, Dexter et Jay, fait monter une pression déjà bien palpable en ce jour de finale historique.



ENCORE GAGNÉ MR OLYMPIA ?

Avant le préjudging de la veille, peu d'éditions de Mr Olympia ont vu un nombre de prétendants aussi important. Pas moins de six athlètes pouvaient espérer gagner : Cutler, Heath, Jackson, Warren, Greene et Martinez. Mais le préjudging s'est avéré être un précieux révélateur, mettant en avant les lacunes des uns et en relief les atouts de certains. Bref, on y voit nettement plus clair, et ce même dès les présentations individuelles...

PRÉSENTATIONS INDIVIDUELLES ET PREMIÈRES IMPRESSIONS

Le premier des prétendants à se présenter sur scène a été **Branch Warren**, qui portait le dossard numéro 1. Immédiatement, le Texan a mis la barre très haut. Très compliqué ensuite pour tous ceux qui sont passés après lui. Il affichait 251 livres sur scène, soit 113,85 kg pour 1,67 m : ça commence à peser... Dur de visage comme de physique, à la limite du désagréable, un vrai Texan bodybuildé, quoi ! Mais quelle impression de puissance il dégageait ce soir-là...

Dennis Wolf se présentait avec le numéro 4. En bien meilleure forme que l'an passé (ce qui n'était pas difficile...), on a vu dès le début que l'Allemand serait dans le coup. Même en mettant 270 livres (près de 122,5 kg) de fibres plutôt sèches, comme c'était le cas cette fois-ci, ce n'est pas facile de remplir un grand gabarit de 1,80 m !

" Le loup " est apparu pas toujours " plein " comme les autres concurrents du Top 5.

Le numéro 9 est **Victor Martinez**. Très populaire, très apprécié et doué génétiquement, le Dominicain était dans une forme honorable, même si ses jambes étaient en retrait par rapport à son haut du corps impressionnant. De plus, Victor était passif et manquait de dynamisme pour lutter avec les premiers.

Dexter Jackson, surnommé " the blade " (" la lame " en français) arrivait avec le dossard 13. Cela porte malheur, me direz-vous. Allait-il trancher ses adversaires et les découper en rondelles ? Le Mr O. 2008 s'est présenté en excellen-

te forme. Affûté et bien rond, il semblait avoir pris un peu de volume. Même si ce grand champion manque parfois d'enthousiasme sur scène, il a fait une très bonne première impression, montrant à tous qu'il pouvait se battre encore une fois pour le titre.

Kai Greene, avec le numéro 15, a été la grande déception de la soirée. Tout le monde attendait beaucoup de lui. Affichant un gros volume musculaire, le New-Yorkais est aussi arrivé avec de l'eau, en particulier au niveau du buste. Et ce n'est pas le bon jour pour ne pas être au top...

Phil Heath est entré en scène avec le dossard 18 sous les clameurs du public. Et dès les premières poses, tout le monde a hurlé. Impressionnant ! Heath a présenté un double biceps de dos légendaire, qui en disait long sur ses intentions pour cette édition »

« Heath a présenté un double biceps de dos légendaire, qui en disait long sur ses intentions pour cette édition »

intention pour cette édition. Dès la présentation, Phil Heath se présente comme l'un des grands favoris de ce Mr Olympia 2010. Le dernier concurrent à passer a été le tenant du titre, **Jay Cutler**, avec le numéro 22. Coïncidence ou ordre de passage réglé au millimètre ? Au premier coup d'œil, Jay

n'a pas totalement convaincu. Il ne paraissait pas plein et ne semblait pas aussi expéditif que l'année précédente. Mais le moment des comparaisons allait nous en dire un peu plus sur les forces (et les faiblesses...) en présence.



Branch Warren : 1,67 m pour presque 114 kg de muscles secs à Olympia 2010. Dur de visage comme de corps !



Phil Heath : Le dos extraordinaire de Mr Fantastique !



Jay Cutler : Même en dessous au préjudging, il a su redresser la tête pour s'imposer. C'est vraiment un grand champion et un Monsieur du bodybuilding ...



COMPARAISONS : LES " 4 FANTASTIQUES " SE DÉTACHENT

Juste après les poses imposées, où les concurrents défilent par vagues successives de cinq ou six athlètes, le temps des comparaisons est venu. Les juges ont dû commencer à se positionner, et ainsi à nous livrer quelques indices...

Dès le premier appel en comparaison, on était fixé sur les quatre premiers athlètes qui se dégageaient dans le haut du tableau : **Jay Cutler, Branch Warren, Phil Heath, Dexter Jackson**. Le ton était donné. Désormais, c'était parmi l'un de ces quatre que le titre allait se jouer...

De face et de profil, Heath dominait les débats, notamment grâce à sa ligne, à sa densité musculaire et à sa fameuse pose triceps, " les jambes en crabe ". De dos, à l'exception de l'insertion basse de ses grands dorsaux, exceptionnelle, il a eu beaucoup plus de mal face aux puissantes cuisses de Branch Warren et de Jay Cutler. Mais Jay Cutler ne semblait pas au mieux. Il avait du mal, parfois, à tenir longtemps les poses. Il était moins souriant et moins énergique aussi. Il paraissait fatigué et plus plat que d'habitude. Malgré cela, il a essayé de se battre avec ses rivaux affamés de victoire...

Sauf renversement de situation ou surprise incroyable, les juges devaient choisir le Mr Olympia entre ces " 4 fantastiques ". Comme dans le célèbre film des Marvels, où les héros étaient exposés à une dose massive de rayons cosmiques lors d'une mission spatiale, ces quatre champions ont subi les difficultés d'une préparation de très haut niveau : un tonnage de fonte soulevé dans les dernières semaines et des manipulations diététiques et hydriques pointues quelques jours avant. En poussant la comparaison avec la fiction, " Mr Fantastique ", c'était **Phil Heath**, ce soir-là ! Magnifique sous tous les angles et dans toutes les poses, il s'est placé immédiatement en tant que menace majeure pour Jay. **Dexter Jackson** incarnait " l'être Invisible " du groupe. Une lame est peut-être tranchante, mais trop fine pour couper les trois autres en morceaux lors de ce préjudging. " The Blade " devra visiblement encore attendre un peu pour s'imposer... **Jay Cutler** était la " torche humaine ", en quelque sorte, parce que déshydraté.

" Jay Cutler est sorti vainqueur aux points de ce premier round, mais d'après les juges seulement... "

Manquant d'eau, il a semblé plat et fatigué. Jay, qui est pourtant un garçon courageux à l'accoutumée, avait du mal. Il semblait souffrir et ne tenait pas les poses au maximum. Et ce n'est pas le jour de Mr O. qu'on n'a pas envie de se battre, je pense... À mon avis, il savait qu'il n'était pas au top et n'avait pas toute l'énergie nécessaire pour donner le maximum de lui-même sur scène. **Branch Warren** pourrait être comparé à " la chose "

sans hésitation. Dur comme du granit au niveau de son physique comme de son visage, Branch a fait sensation. Après, on peut toujours discuter de la ligne et de l'harmonie, mais enfin le Texan était là, et bien là, au préjudging, si bien que je le voyais aussi menacer le tenant du titre.

Après deux comparaisons pour définir les dernières places du Top 6 et du Top 10, les juges ont procédé à un nouvel appel pour revoir les favoris à l'œuvre. Cette fois-ci, **Warren, Heath, Cutler, Jackson, Rockel et Wolf** ont été appelés sur le devant de la scène. On a compris alors que les deux Allemands pouvaient venir perturber le quatuor américain.

Rockel était beau, complet et charismatique, mais il avait du

mal à rivaliser avec les autres en masse pure. **Wolf** n'était pas plein de partout et il était difficile pour lui de s'insérer parmi les " 4 Fantastiques ". Quant aux autres favoris, ils continuaient leur " job " pour se maintenir en tête de liste. Après de nouvelles comparaisons pour affiner le Top 10 et définir tous les

athlètes classés de la compétition, la dernière était comme la cerise sur le gâteau, identique à la première : **Jay Cutler, Branch Warren, Phil Heath, Dexter Jackson**. La boucle était bouclée et le préjudging terminé. Jay Cutler est sorti vainqueur aux points de ce premier round, mais d'après les juges seulement, qui lui ont accordé 6 points, devant **Phil Heath** (9 points), **Branch Warren** (16 points) et **Dexter Jackson** (19 points). Un juge seulement en faveur de Heath ? Ce n'est pas cher payé compte tenu de la forme de ce dernier. À mon avis (et c'est aussi celui de beaucoup de spécialistes objectifs présents à l'Arena ce soir-là), **Phil Heath** méritait d'être en tête à la fin du préjudging. Ensuite,



la seconde place était à voir entre Branch Warren et Jay Cutler. Mais sur la valeur intrinsèque de Jay ce soir-là, je ne suis même pas certain que je l'aurais classé second...



Le posedown, un nouveau tournant : Rockel, Jackson et Heath (au centre) regardent tous le biceps de Cutler (à droite) au lieu d'être actifs. Incompréhensible ! A ce moment là, Jay prend l'ascendant définitivement...

LA FINALE ET LES POSES IMPOSÉES : CUTLER RENVERSE LA VAPEUR

Après les résultats des autres catégories est venu le passage individuel en posing libre de tous les concurrents de la catégorie open, où on a pu apprécier encore le physique phénoménal de Phil Heath, s'apercevoir que Jay Cutler était en bien meilleure forme que la veille, tout comme Kai Greene, qui a mis en valeur ses qualités artistiques, avec toujours autant d'agilité, autour de sa gigantesque tresse formant une liane... J'ai trouvé dans l'ensemble les évolutions libres très classiques, sans trop d'innovations. Ensuite, l'heure est venue de dégager le Top 6. Les juges avaient décidé de retenir Branch Warren, Dennis Wolf, Ronny Rockel, Dexter Jackson, Phil Heath et Jay Cutler. Premier constat : excellente opération des deux Allemands (Rockel et Wolf), qui ont réussi à éjecter deux grands favoris des finalistes : Victor Martinez et Kai Greene. Ces deux derniers ont payé leur manque de dureté musculaire, et à ce niveau-là, un petit défaut ou une méforme temporaire, ça ne pardonne pas, parfois... Mais on sentait déjà que vu la forme affichée par Jay en ce samedi soir, le titre suprême allait se jouer entre Cutler et Heath. Après les quatre faces et les poses imposées, exécutées par ce prestigieux Top 6, Cutler et Heath se sont retrouvés toujours côte à côte, malgré les inversions de placement demandées par les juges, ce qui confirme encore une fois le duel tant attendu pour la conquête du Sandow... Cutler a beaucoup mieux rivali-



sé avec son adversaire direct. Plus plein, plus fibreux et plus énergique, on a retrouvé le grand Jay, qui a fait sa légende lors de la finale. Il avait le regard vif et on le sentait déterminé comme jamais. Il savait sûrement qu'il avait été menacé au prejudging et il voulait tout faire pour être décisif en finale. Il s'est battu sur chacune des poses et le public a retrouvé le grand champion du passé. Même si le public américain apprécie beaucoup la ligne, la musculature et la personnalité de Phil Heath, il respecte énormément le charisme et le professionnalisme de Jay, qui a fait beaucoup de bien pour le bodybuilding, en le médiatisant et en lui donnant une image très positive. Qui des deux, finalement, s'est imposé ? Le posedown en a décidé...



3 QUESTIONS À DAVE BOURLET, MANAGER DE JAY CUTLER

D.A. : *Dave, peux-tu nous expliquer pourquoi Jay Cutler n'était pas en grande forme au prejudging cette année à Olympia ? Peux-tu nous dire*

ce qui s'est réellement passé ?

D.B. : C'est très simple ! Vendredi, durant le prejudging, Jay a souffert de déshydratation parce qu'il a coupé l'eau trop tôt. Il était au point, vraiment parfait, quelques heures avant le show. A cause de cela, il n'a pas réussi à être " plein " sur scène. Il a eu des difficultés à finir le prejudging. Jay se sentait de plus en plus faible, et à bout de souffle... Après, en backstage, il a bu et s'est étendu sur le sol pendant plus de 45 minutes ! Il avait des crampes et ses jambes se durcissaient de plus en plus. Avec l'aide d'un ami, il a réussi à se relever et à sortir de l'Arena. Sans signer d'autographe ni prendre de photos avec ses fans, il est rentré dans la voiture pour retourner à l'hôtel...

D.A. : *Jay était vraiment en meilleure forme, le samedi, en finale. Comment a-t-il réussi à changer son physique en aussi peu de temps ?*

D.B. : En fait, Jay a beaucoup bu pour remettre de l'eau dans son corps juste après le prejudging. Il a aussi remis un peu de sel dans son alimentation, ce qui l'a aidé à se réhydrater. Il se sentait mieux le lendemain matin, mais il avait un voile d'eau sous cutané qu'il fallait absolument enlever avant la fin de la journée. Il a donc passé toute la journée avec son coach, Hany Rambod, dans sa chambre d'hôtel, où il n'a fait que manger et se reposer, dans le but de se remplir et de se débarrasser de la couche d'eau qui voilait son physique. Comme on a pu le voir, le corps de Jay a très bien répondu, en finale, et il a gagné le samedi soir avec un score parfait !

D.A. : *Jay était vraiment en meilleure forme, le samedi, en finale. Comment a-t-il réussi à changer son physique en aussi peu de temps ?*

D.B. : Comme tu peux l'imaginer, Jay et toute son équipe étaient très heureux de ce titre cette année. Mais, nous étions aussi un peu déçu par ce soucis physique de dernière minute, sans lequel Jay aurait gagné plus facilement qu'en 2009 !



3 QUESTIONS À LIONEL BÉKÉ, BODYBUILDER PRO IFBB

D.A. : Comme tu étais présent dans l'arena pour assister aux deux derniers sacres de Jay Cutler, qu'as-tu pensé de sa condition physique par rapport à l'année dernière ?

L.B. : Je pense qu'il était en condition, mais les comparaisons avec les autres étaient plus rudes cette année. Le niveau des autres compétiteurs a augmenté également, et c'était donc plus difficile pour lui ! C'est un sport où tout se joue en un ou deux jours. C'est dur d'être au top de sa forme à chaque fois ! Mais c'est aussi ce qui fait la beauté de notre sport et ce qui montre que nous ne sommes que des hommes.... C'est le bodybuilding, un sport d'humains !

D.A. : Que penses-tu de la victoire de Jay Cutler ? Penses-tu qu'elle soit vraiment méritée ?

L.B. : Une victoire reste une victoire ! La victoire de Jay est méritée. Jay est un super athlète. Il a fait ses preuves depuis de nombreuses années. De plus, il est toujours poli et respectueux. Il représente vraiment bien notre sport.

D.A. : Que vois-tu pour l'année prochaine ? Un pronostic peut-être, Lionel ?

L.B. : Il peut y avoir des surprises pour l'année prochaine... Beaucoup se défendent pour le titre actuellement. Phil Heath bien entendu. Kai Grenne a connu un échec cette année, mais il va vouloir se rattraper. Tout cela va motiver Jay aussi. S'il se représente une fois de plus, il sera conscient qu'il a des adversaires et des progrès à faire pour pouvoir battre ses rivaux. Je pense qu'on risque d'avoir un Olympia 2011 avec des athlètes dans une forme exceptionnelle et avec un super niveau !

UN POSEDOWN ORIGINAL : JAY, CHEF DU GANG

Dernier exercice pour prendre la décision dans la compétition : le posedown ! Tout a commencé de manière plutôt classique, même si à Olympia les physiques sont exceptionnels. Ce n'est donc pas tous les jours qu'on voit un posedown avec des athlètes de ce niveau... Mais ensuite, un fait a marqué l'événement : Jay Cutler a pris les affaires en main. C'est lui qui a mené la danse ! Il a dirigé le posedown à sa guise et les autres se sont mis à le regarder, et même à le suivre ! À partir de ce moment-là, c'était lui le boss... Il a conquis les juges et il a gagné Olympia. Une image significative au retour de l'extrémité de la scène : Jay est devant, les autres bodybuilders



le suivant tel " le gang des Olympians ", un peu comme dans la comédie musicale Starmania, dans le style " Quand on arrive en ville "... Jay Cutler a remporté ce second jour avec 5 points, devant Phil Heath, 10 points, et Branch Warren, 15 points. Tel est, dans l'ordre, le podium gagnant du 45^{ème} Mr Olympia. Dexter Jackson, Dennis Wolf et Ronnie Rockel ont respectivement obtenu les quatrième, cinquième et sixième places.

Jay Cutler remporte un 4^{ème} Mr Olympia, après ses titres de 2006, 2007 et 2009. Mais c'est sans doute le Sandow le plus contesté de son palmarès tant Phil Heath était en forme le premier jour et a fait la différence, à mon sens. Sur les deux jours, il n'est pas scandaleux que Jay ait gagné, mais l'avoir classé premier au préjudging était quand même exagéré... N'oublions pas qu'il était déshydraté, pas au mieux de sa forme, alors que Heath a crevé l'écran ce soir-là... Mais enfin, c'est le bodybuilding ! Jay Cutler est un grand champion. Il a su se battre et convaincre en finale pour s'imposer. Mais il sait désormais que la menace pèse... Il est vrai que Phil Heath aurait lui aussi pu prétendre au titre, pour cette édition. Mais on ne va pas refaire ce Mr Olympia, ni l'histoire de ce concours de légende. Il y a toujours eu des contestations par le passé. Il y en a toujours, et cela durera encore... Retenons que c'était le 45^{ème} anniversaire de Mr O., en présence de Lou Ferrigno, de Joe Weider, et il fallait que la fête soit belle... Mais tout le monde sait à présent, et Jay le premier, que sa victoire n'a tenu qu'à un Phil... ■

Moment de complicité entre les deux premiers, Phil Heath (à gauche) et Jay Cutler (à droite), qui sont aussi partenaires d'entraînement et amis dans la vie.

Et c'est Jay Cutler qui remporte ce 45^{ème} Mr Olympia ! Son 4^{ème} Sandow lui est remis par Joe Weider (au centre) accompagné par Lou Ferrigno (à gauche)

