

### Alex danse avec son vélo



*Alex Jumelin, 44 ans, a gagné une médaille d'argent en BMX Flat aux X Games 2022 au Japon. Sur son petit vélo, il fait des figures sans poser le pied à terre. Interview avec Le Journal des Enfants.*

#### **(1) Comment as-tu découvert le BMX ?**

5 Quand j'étais enfant, j'adorais le vélo. Dans mon quartier à Paris, il y avait un garçon qui faisait du BMX Flat. Il s'amuse sur les trottoirs à faire des sauts<sup>1)</sup> et des figures sans poser le pied à terre. C'est lui qui m'a appris les premières figures avec mon vélo.

#### **(2) Tu fais du BMX depuis longtemps ?**

10 Au début de ma carrière, à 16 ans, j'étais le plus jeune professionnel du BMX. Aujourd'hui, à 44 ans, je suis le plus vieux coureur cycliste français qui pratique cette discipline. Ma carrière est longue et je n'ai jamais arrêté de m'entraîner. Je passe des heures et des heures à répéter chaque figure.

#### **(3) Comment gardes-tu ton équilibre<sup>2)</sup> ?**

15 Garder son équilibre sur le vélo, c'est extrêmement difficile. C'est toute une technique et il faut avoir une bonne concentration. C'est très important de placer bien les mains et les pieds. Chaque mouvement a un effet sur l'équilibre. Il faut bien utiliser le corps.

#### **(4) Tu veux encore continuer longtemps à ce niveau ?**

20 Je ne sais pas. Je m'amuse, donc pourquoi pas ? J'aime les préparations aux compétitions. Je m'entraîne beaucoup et ça me fait plaisir. Les gens sur les réseaux sociaux me motivent aussi avec leur enthousiasme. Je sais que ce n'est pas vraiment normal à 44 ans de faire toujours du BMX. Mais moi, j'adore.

*d'après Le Journal des Enfants  
le 19 mai 2022*

noot 1 le saut = de sprong

noot 2 l'équilibre = het evenwicht

- 1p **24** Hoe heeft Alex kennisgemaakt met BMX? (alinea 1)
- A dankzij een jongen die hem leerde BMX-en
  - B door het bekijken van filmpjes over BMX-trucs
  - C via een BMX-club in de wijk waar hij woonde
- 1p **25** Wat vertelt Alex in alinea 2 over zijn carrière?
- A Hij moet steeds harder trainen om op niveau te blijven.
  - B Hij was een tijd geleden van plan om te stoppen met BMX-en.
  - C Hij was ooit de jongste en nu de oudste BMX-professional.
- 2p **26** Alex vertelt in alinea 3 welke eigenschappen belangrijk zijn bij het bewaren van zijn evenwicht.
- Geef van elke eigenschap aan of die door Alex genoemd wordt in alinea 3.
- 1 een goede concentratie hebben
  - 2 de juiste handschoenen gebruiken
  - 3 je lichaam goed gebruiken om evenwicht te bewaren
- Omcirkel 'wel' of 'niet' achter elk nummer in de uitwerkbijlage.*
- 1p **27** « Je ne sais pas. » (regel 20)  
Wat weet Alex niet?  
Hij weet niet of hij
- A de trainingen nog wel zo leuk vindt.
  - B nog lang op dit niveau wil doorgaan.
  - C zich wil bezighouden met social media.