



SAVERNE

Garder la ligne avec Richard via les réseaux sociaux

Véritable figure sportive locale, Richard Bankeu fait parler de lui sur Facebook (*). Désormais sympathique star du net, il réunit à chaque séance plus d'une cinquantaine d'internautes et en rallie de nouveaux à chaque fois, grâce à son dynamisme.

A lors que les salles de sport sont désormais vides à cause du coronavirus, Richard Bankeu propose deux rendez-vous quotidiens virtuels pour continuer à entretenir sa forme. Entraîneur diplômé du Saverne Boxe Club, il anime depuis des années des cours de fitness et de renforcement musculaire dans la salle du Haut-Barr à Saverne. Depuis le confine-

ment, il a décidé d'investir la toile pour offrir le même service ou presque, bonne humeur garantie.

« Beaucoup de sportifs amateurs ont perdu leurs repères »

« Sans salles de sport, beaucoup de sportifs amateurs ont perdu leurs repères », explique le Camerounais de 66 ans qui vit en France depuis plus de 40 ans. « C'est la première fois qu'on connaît un épisode comme cela. Maintenant que tout le monde est confiné, avec Marc Scherrer (le président du Saverne Boxe Club et président du comité du Bas-Rhin de boxe, *ndlr*), on s'est dit qu'il fallait trouver un moyen pour que les

gens se défoulent en ligne et ne restent pas toute la journée assis dans leur canapé », poursuit l'ancien boxeur professionnel du CP Strasbourg.

Ce sportif accompli vit et respire le sport à longueur de journée, et ce à raison de six heures par jour, du lundi au samedi, réparties entre les salles du Haut-Barr à Saverne et de Neuwiller. Quand il ne prend pas ses bâtons pour pratiquer la marche nordique en foulées bondissantes sur les sentiers vosgiens.

Bon nombre de ses 200 élèves, Richard Bankeu les retrouve ainsi tous les jours sur Facebook, le matin entre 10 h 30 et 11 h 15 et le soir de 19 h à 19 h 45. Depuis son salon, armé d'une caméra et d'une tablette, l'ancien

président du comité départemental de la Fédération française sports pour tous, délivre ses conseils.

« On ne va pas chercher les performances »

« Tout le monde peut participer et se prendre au jeu, par l'intermédiaire de Facebook. C'est ouvert à tout le monde, pas compliqué, on ne va pas chercher les performances, chacun suit à son rythme. L'important, c'est de bouger. » Cet homme au grand cœur propose aussi, pendant ces séances, de penser très fort au personnel soignant dont il salue le dévouement.

(*) <https://www.facebook.com/richard.bankeu>



Alors que les salles de sport sont vides, Richard Bankeu anime deux séances de sport par jour sur Facebook. Photo/archives DNA