



Raphaël Varane : “J'ai l'impression de faire un métier différent aujourd'hui et je me sens plus épanoui en dehors du terrain”



Le défenseur de Manchester United, qui a pris sa retraite internationale après la Coupe du monde au Qatar, poursuit sa carrière plus sereinement en tâchant de prendre soin de son corps et de son esprit, mais en pensant aussi à son avenir d'entrepreneur.

Raphaël Varane a trouvé un nouveau rythme qui lui convient. Épuisé physiquement et mentalement après la Coupe du monde 2022 au Qatar, le défenseur français avait annoncé sa retraite internationale à l'âge de seulement 29 ans. L'ex-capitaine des Bleus avait pris la parole pour critiquer les calendriers surchargés imposés aux joueurs internationaux et partager son inquiétude à propos de l'avenir de son sport. “J'ai peur que les joueurs aient des carrières beaucoup plus courtes et doivent renoncer à l'équipe de France très tôt”, m'avait-il confié dans un entretien en début d'année 2023.

Un peu plus d'un an après cette décision, Raphaël Varane poursuit sa carrière professionnelle du côté de Manchester United en prêtant une attention particulière à sa santé physique et mentale et à trouver un meilleur équilibre entre sa carrière d'athlète et sa vie en dehors des terrains. “C'est le jour et la nuit d'avoir des coupures pendant la saison”, s'enthousiasme-t-il alors que nous discutons en visio lors de la dernière trêve internationale de mars. “L'environnement du football de haut niveau à très haute dose peut-être étouffant et ça fait du bien de décrocher un peu. J'ai presque l'impression de faire un métier différent aujourd'hui et je me sens plus épanoui en dehors du terrain.”

Sur le terrain, Raphaël Varane se sent de nouveau bien aussi. Si sa première saison de l'autre côté de la Manche (2021-2022) avait été perturbée par des pépins physiques, le footballeur qui fêtera ses trente-et-un ans à la fin du mois d'avril a su trouver un nouveau souffle dans le Nord de l'Angleterre, après une décennie remplie de victoires du côté du Real Madrid, et une Coupe du monde au Qatar particulièrement éprouvante. “À Manchester, j'ai vécu une première saison d'adaptation à la Premier League qui avait été tronquée par les blessures. Cela dit, l'année dernière a été bonne et je suis content de mes performances individuelles cette saison mais surtout de la résilience dont font preuve mes coéquipiers qui ne lâchent rien même si nous connaissons des hauts et des bas”, souligne-t-il alors que les Red Devils occupent actuellement la sixième place du

championnat britannique.

Blazer, MCM. Pull, Dior Men.

© Sylvain Homo

Le champion du monde 2018 a beau avoir trouvé ce nouvel équilibre personnel, ce dernier se préoccupe toujours de l'avenir de son sport de cœur et observe avec dépit les instances du football multiplier des décisions imposant aux footballeurs internationaux des calendriers toujours plus intenses : la Coupe du monde 2026 regroupera pas moins de 48 sélections nationales (contre 32 précédemment), la nouvelle formule de la Ligue des Champions promet plus de matchs, tout comme celle de la Coupe du monde des clubs, etc. La FIFPRO, la fédération internationale représentant les joueurs professionnels, a publié plusieurs rapports soulignant à quel point la santé physique et mentale des sportifs se trouve dégradée par manque de récupération.

“Les artistes qui partent en tournée, que ce soit des musiciens, des comédiens ou des humoristes, disent tous que c'est épuisant et certains font même des breaks de plusieurs années. Les footballeurs internationaux, eux, sont sous l'eau toute l'année.”

Raphaël Varane

Pour lui, cette “course effrénée” ne peut pas durer. “Il y a de plus en plus de compétitions et ce phénomène s'accélère. D'un côté, ça pose un problème sur le long terme pour la santé et la longévité des sportifs. De l'autre, ça peut être néfaste pour l'industrie du football et le spectacle”, analyse-t-il. “Le football c'est un métier passion avec un côté artistique que j'adore. Mais, les artistes qui partent en tournée, que ce soit des musiciens, des comédiens ou des humoristes, disent tous que c'est épuisant et certains font même des breaks de plusieurs années. Les footballeurs internationaux sont sous l'eau toute l'année et l'été 2024 ça va être non stop pour ceux qui iront loin dans toutes les compétitions. Si on veut défendre le football, préserver la haute intensité des matchs et voir les meilleurs joueurs à leur meilleur niveau, il faut en prendre soin et qu'ils jouent moins tout simplement.”

Et dans ce débat, il sait que sa parole est précieuse. “La moyenne d'âge baisse et les joueurs d'expérience à même de parler de ces sujets-là disparaissent. En Premier League, il y a de moins en moins de joueurs de plus de trente ans”, souligne-t-il. “Je pense aux jeunes générations et à ne pas les dégoûter du sport de haut niveau. L'objectif ça ne devrait pas être de jouer jusqu'à la blessure ou la méforme et de toujours être en train de se dire 'il y a un match dans trois jours'. C'est vraiment totalement différent de jouer un match tous les 4-5 jours ou d'enchaîner tous les 3 jours. Le risque de blessure est élevé et c'est difficile de maintenir l'énergie nécessaire pour offrir aux supporters le spectacle pour lequel ils paient.”

Veste, Louis Vuitton. Tee-shirt, MCM. Jean, Solid Homme. Sac, Louis Vuitton.

© Sylvain Homo

Depuis que Raphaël Varane a plus de temps pour lui, lors des trêves internationales et à la fin d'une saison, le footballeur se réjouit de pouvoir décompresser et profiter davantage de sa famille et ses amis, mais pense aussi à son après-carrière en investissant et s'engageant auprès de start-ups et projets à long terme, notamment dans le domaine du sport et de la santé. “On suit en quelque sorte le modèle américain d'athlètes professionnels qui diversifient leurs activités. Il y a beaucoup de points communs entre un sportif de haut niveau et un chef d'entreprise qui lui aussi recherche la performance.”

En fin d'année 2023, Raphaël Varane est par exemple devenu actionnaire de Footbar, une start-up française spécialisée dans la data. La société dans laquelle le pilote de Formule 1 Pierre Gasly a également investi a été créée en 2014 et commercialise des

capteurs de données de performance sportive à destination des clubs professionnels mais surtout des amateurs qui souhaitent analyser leurs matchs et leur progression — ou frimer en montrant la preuve d'un sprint à plus de 30km/h. En résumé, c'est une sorte de Strava du ballon rond boosté par l'intelligence artificielle avec des indicateurs adaptés (nombre de tirs et de passes, vitesse moyenne de sprint, temps d'activité...).

Manteau, Ami. Veste, Stone Island. Pull, Gucci. Pantalon, Bottega Veneta. Chaussures, Valentino.

© Sylvain Homo

Contrairement à d'autres acteurs du marché comme l'entreprise britannique Statsports, partenaire du PSG et d'Arsenal qui utilise notamment un GPS et un capteur de fréquence cardiaque pour récolter des données physiologiques et générer des heatmaps (une cartographie de la zone d'activité du joueur), Footbar vise à démocratiser l'usage de la data chez le grand public grâce à des résultats lisibles et accessibles et des tarifs plus abordables. Ce petit outil à 69 € à placer juste en dessous du genou de sa jambe forte, distribué chez Décathlon ou sur Amazon, l'ancien Lensois aurait bien aimé en être équipé plus jeune. "En tant que joueur professionnel nous avons aujourd'hui accès à une multitude de données et je trouve ça génial de pouvoir offrir ça à un maximum de personnes", déclare-t-il. "J'aurais adoré avoir accès à ce genre de statistiques quand, plus jeune, je jouais au foot avec mon grand frère pour savoir vraiment qui tirait plus fort ou allait plus vite."

"Si on décide de se préserver en ne jouant pas un match et que ça se passe bien pour l'équipe, on n'est pas sûr de jouer le prochain. On se retrouve souvent tiraillé et c'est dur de bien lire les messages du corps."

Raphaël Varane

Cela dit, Footbar destine également ses produits aux clubs professionnels et a d'ailleurs noué des partenariats avec la fédération de football néerlandaise, le Red Star ou Laval. Le but consiste dans ce cas à constituer une base de données de suivi complète des joueurs, à évaluer leurs performances en matchs et l'intensité de leurs efforts, mais peut-être aussi à quantifier la charge de travail nécessaire pour chacun à l'entraînement, à jauger leur niveau de forme, voire à prévenir des blessures ? "Mon expérience du monde professionnel m'a appris que même en ayant des données pour évaluer la fatigue d'un joueur, d'autres problématiques entrent en jeu", dit-il en insistant notamment sur la concurrence perpétuelle au haut niveau. "Le joueur cherche toujours à gagner sa place de titulaire et le coach veut les meilleurs joueurs sur le terrain. Si on décide de se préserver en ne jouant pas un match et que ça se passe bien pour l'équipe, on n'est pas sûr de jouer le prochain. On se retrouve souvent tiraillé et c'est dur de bien lire les messages du corps."

Manteau, Stone Island. Chemise, Solid Homme.

© Sylvain Homo

Depuis quelques années, le quadruple vainqueur de la Ligue des Champions travaille avec un staff médical personnalisé justement dans le but de mieux gérer sa fatigue physique, sa récupération, la prévention des blessures et la convalescence. L'un des premiers investissements du Varane entrepreneur a d'ailleurs été dirigé vers Kinvent, entreprise spécialisée dans le matériel de kiné destiné notamment à la réathlétisation. Il utilise à titre personnel leur plateforme de détection de la fatigue physique et des commotions cérébrales, un sujet qu'il a abordé dans une récente interview dans L'Équipe. "Les clubs s'appuient de plus en plus sur ce genre d'entreprises", dit-il. "Dans mes investissements, on reconnaît toute ma personnalité et mes centres d'intérêts"

Le principal : promouvoir la pratique sportive et la rendre accessible au plus grand

nombre. Raphaël Varane a donc choisi d'investir dans des services comme Kobi, une start-up qui incite les entreprises à proposer une offre sportive pour leurs salariés, mais a aussi créé ses propres stages de foot à destination des enfants, totalement gratuits. "Les stages de foot étaient tout simplement trop chers quand j'étais petit alors c'était important pour moi de créer un environnement le plus inclusif possible. Il y a aussi une dimension éducative importante avec pour objectif de transmettre des valeurs comme le respect, le travail, l'humilité et l'ambition."

Veste et chemise, Solid Homme. Cravate, Bottega Veneta.

À la fin de notre discussion, nous parlons de l'Euro qui a lieu cet été et où le joueur de Manchester United aimerait bien voir l'équipe de France affronter l'Allemagne en finale. C'est vrai que les Bleus ont une revanche à prendre depuis leur défaite fin mars face à la Mannschaft. Nous parlons également de sa participation à SLAM, un fonds d'investissement focalisé sur les industries du sport, du luxe, de l'art et de la musique (d'où cet acronyme), annoncée ce jeudi 11 avril. "À travers mes investissements, je transmets mon expérience du management et du sport de haut niveau et j'apprends petit à petit sur l'économie, la vie d'une entreprise et le développement d'une start-up."

Quand je demande à Raphaël Varane s'il se voit adopter la double casquette de business angel et d'entrepreneur à temps plein après sa carrière ou plutôt de poursuivre dans le milieu du sport, il me répond que c'est encore trop tôt pour le dire. Après tout, il a encore quelques saisons à jouer chez les pros. "Mais l'entrepreneuriat me plaît car j'aime fédérer et transmettre, créer des passerelles où il n'y en a pas forcément", assure-t-il avant de parler avec enthousiasme de Docent, une application surnommée le Tinder de l'art, qui permet à ses utilisateurs de découvrir des artistes et de pourquoi pas débiter une collection. "Je ne suis pas spécialiste mais ça rend les choses beaucoup plus accessibles pour les novices comme moi", dit-il. La carrière de footballeur de Raphaël Varane approche petit à petit de sa fin mais il a encore de beaux projets devant lui.

CRÉDITS PRODUCTION

Journaliste : Maxime Joly

Photographe : Sylvain Homo

Styliste : Harry Clements

Grooming : Paul Donovan

Assistant photo : Federico Micchetoni

Assistant styliste : Benjamin Carnall

Remerciements au Mill Row Club Studio.