

QUI TOMBE VRAIMENT

et pourquoi le corps finit toujours par parler

Dans le cyclisme professionnel, ce ne sont presque jamais les têtes d'affiche au sommet, en temps réel, qui tombent. Et surtout : personne n'avoue au sommet. La vérité sort à la fin. Voici les cas, avec les noms, les années et les âges. Tous sanctionnés officiellement ou ayant publiquement avoué. Tout est source. C'est le genre de travail que personne ne fait, et c'est exactement pour ça qu'on le fait.

Par Emmanuel Gutierrez, TrainingPerf. Consulting en performance biologique.

Méthode : uniquement des personnes officiellement sanctionnées par une autorité (UCI, AMA, TAS, USADA, justice) ou ayant publiquement avoué. Aucune rumeur. Aucune accusation contre un coureur jamais sanctionné. Ce document ne constitue pas un avis médical.

La these, et ce qu'elle vaut vraiment

L'idée de départ : seuls les coureurs en fin de cycle tombent. Prise au pied de la lettre, cette version ne tient pas à 100 pour cent, et il faut le dire. Des jeunes tombent aussi. On y revient, et cette honnêteté est justement ce qui rend la suite solide.

Premier socle : l'aveu

La détection en temps réel peut frapper à tout âge. Mais l'aveu et la révélation, eux, arrivent quasi toujours en fin de cycle. Ça, c'est du béton.

« Personne n'avoue au sommet. On avoue quand on n'a plus rien à perdre. »

Deuxième socle : le poids

Et surtout, regarde QUI tombe en direct. Presque jamais le plus gros nom en exercice. Presque toujours un jeune ou un coureur de second rang. Ce n'est pas un hasard : c'est une question de poids commercial. On développe ça en partie 3, avec les cas qui le prouvent.

La formulation la plus juste (recadrage Emmanuel) : ce ne sont pas les plus gros cadors EN EXERCICE qui tombent. Ceux qui tombent en temps réel sont les sacrificiables (jeunes, mid-tier, non cash-cow). Les vrais gros sont protégés (fédération qui blanchit, filet sélectif, dossier clos). Et l'aveu, lui, attend la fin de cycle. Le prédicteur, c'est le poids commercial, pas la substance.

Les cas, sources

Code couleur du verdict : **oxblood** = OUI, **fin de cycle**. **acier** = tombe en direct, mais sacrificable (jeune ou second rang). **gris** = nuance ou cas ecarte.

PAQUET A. L'AVEU ET LA REVELATION ARRIVENT EN FIN DE CYCLE

Le coeur solide de la these. Personne n'avoue au sommet. La verite sort a la retraite : confession, re-test retroactif, ou passeport qui rattrape.

COUREUR	ANNEE	SUBSTANCE / METHODE	AGE	SITUATION AU MOMENT	VERDICT
Lance Armstrong	2012 (radiation USADA) / 2013 (aveu Oprah)	EPO, transfusions, testosterone, cortisone	40-41 ans	7 Tours de France (1999-2005) tous retires. Deja retraite depuis fevrier 2011.	OUI
Bjarne Riis	2007 (aveu public)	EPO (1993-1998), cortisone, hormone de croissance	43 ans	Vainqueur du Tour 1996. Retraite comme coureur depuis 1999, manager d'equipe au moment de l'aveu.	OUI
Erik Zabel	2007 (aveu partiel) / 2013 (aveu complet)	EPO, cortisone, dopage sanguin (1996-2003/2004)	43 ans (aveu complet)	Recordman de maillots verts et d'etapes du Tour. Retraite depuis 2008.	OUI
Stuart O'Grady	2013	EPO (avant le Tour 1998), revelee par re-test retroactif	39 ans	Vainqueur de Paris-Roubaix 2007, or olympique piste 2004.	OUI
Laurent Jalabert	2013 (revelation)	EPO (echantillon du Tour 1998 re-teste positif en recherche)	44 ans	Vuelta 1995, nombreuses classiques. Retraite comme coureur depuis 2002, consultant TV a la revelation.	OUI
Michael Rasmussen	2007 (exclusion) / 2013 (aveu)	EPO, GH, testosterone, transfusions (aveu couvrant 1998-2010)	33 ans (2007)	Maillot jaune du Tour 2007 quand ecarte. Jamais gagne de grand Tour.	OUI

PAQUET A BIS. SANCTIONNES EN VET. / FIN DE CARRIERE

Bans officiels tombes quand la carriere touchait a sa fin.

COUREUR	ANNEE	SUBSTANCE / METHODE	AGE	SITUATION AU MOMENT	VERDICT
Danilo Di Luca	2013	EPO (recidive)	37 ans	Vainqueur du Giro 2007. Carriere quasi terminee.	OUI
Jan Ullrich	2006 (exclusion) / 2012 (sanction CAS)	Dopage sanguin (reseau Fuentes, Operacion Puerto)	32 ans (2006)	Vainqueur du Tour 1997. En 2006 : derniere saison, retraite en 2007.	OUI
Alexandre Vinokourov	2007	Transfusion sanguine homologue	33 ans	Vuelta 2005, classiques. Leader encore competitif.	NUANCE
Antonio Carvalho Ferreira	2025	Anomalies passeport biologique (ABP) sur 2018, 2023, 2024	36 ans	Niveau continental (scene portugaise). Palmares modeste.	OUI

PAQUET B. LES 'CONTRE-EXEMPLES' : EN FAIT, DES SACRIFIABLES

Reexamen (recadrage Emmanuel). Ces cas n'infirmen PAS la mécanique économique : ils la confirment. Regarde le poids commercial. Ricco (jamais vainqueur de grand Tour, pris sur le bus), Lazkano (25, coureur de classiques, pas une cash-cow de grand Tour), Piccolo (23, neo-pro sans palmares), Dostiyev (U23) : ce sont des NON-cadors, sacrificiables sans casser la machine. Le seul vrai cador de la liste, Contador, a d'abord été BLANCHI par sa fédération (cf. paquet D). Un jeune inconnu tombe, ça passe. On ne fait pas tomber le plus gros en exercice.

COUREUR	ANNEE	SUBSTANCE / METHODE	AGE	SITUATION AU MOMENT	VERDICT
Alberto Contador	2010 (contrôle) / 2012 (CAS)	Clenbuterol (50 pg, trace ; CAS retient un complément contamine comme cause probable)	27 ans	Au sommet absolu. Tenant du Tour, n°1 mondial, multiple vainqueur de grands Tours.	CONTRE-EX. FORT
Riccardo Ricco	2008	CERA (EPO longue durée)	24 ans	Jeune star montante ('il Cobra'), 2 étapes de montagne sur ce Tour, 2e du Giro 2008.	CONTRE-EX. FORT
Ivan Basso	2007	Tentative de dopage sanguin (Operacion Puerto)	29 ans	En plein prime. Vainqueur du Giro 2006, favori des grands Tours.	CONTRE-EX.
Alejandro Valverde	2010 (CAS)	Dopage sanguin (poche 'Valv. Piti', réseau Fuentes)	30 ans	En pleine carrière, loin d'être fini.	CONTRE-EX.
Oier Lazkano	2025	Anomalies passeport biologique (ABP) 2022-2024	25 ans	Jeune en ascension. Champion d'Espagne 2023, coureur de classiques, gros transfert Red Bull-Bora 2025.	CONTRE-EX.
Andrea Piccolo	2024	Soupçon de transport d'hormone de croissance (HGH)	23 ans	Jeune espoir, palmares quasi vierge. Neo-pro.	CONTRE-EX. FORT
Ilkhan Dostiyev	2024	CERA (variant EPO)	espoir U23 (~20-22 ans)	Début de carrière. 2e du Tour du Rwanda, vainqueur du Turul Romaniei, sur le point de passer pro WorldTour.	CONTRE-EX.

PAQUET C. CAS ECARTES DU RAISONNEMENT DOPAGE (RIGUEUR)

On les cite pour montrer qu'on ne gonfle pas le dossier. Ce ne sont PAS des violations antidopage à la performance.

COUREUR	ANNEE	SUBSTANCE / METHODE	AGE	SITUATION AU MOMENT	VERDICT
Nairo Quintana	2022	Tramadol (interdit par le règlement médical UCI, PAS sur la liste AMA en 2022)	32 ans		CAS A PART
Tom Boonen	2008	Cocaine (hors compétition, interdite seulement en compétition)	27 ans		CAS A PART

Qui est protege, qui est sacrificable

Le bon predicteur de la chute n'est pas 'qui s'est dope', c'est 'qui peut-on faire tomber sans casser la machine'.

Les cas de la partie 2 qu'on prend pour des contre-exemples n'en sont pas. Regarde le poids commercial au moment de la chute. Ricco n'avait jamais gagne de grand Tour et a ete cueilli sur le bus de son equipe. Lazkano est un coureur de classiques, pas une locomotive de grand Tour. Piccolo etait un neo-pro sans palmares. Ce sont des sacrificables. Un inconnu qui tombe, ca passe, ca fait meme propre. Le probleme n'est jamais le plus gros.

NIVEAU	TRAITEMENT OBSERVE
1. Superstar dominant EN EXERCICE (la cash-cow) Contador (avant TAS), Froome (dossier clos)	Quasi intouchable en temps reel. Quand une trace apparait, la federation blanchit d'abord (Contador blanchi par la RFEC avant que le TAS ne tranche). Le dossier du plus gros nom concerne peut se refermer sans sanction (Froome, salbutamol 2x la limite, classe sans suite).
2. Star etablie prise dans un filet massif Basso, Ullrich, Valverde	Sanctionnee car le filet ne peut pas etre etouffe, MAIS poursuite selective : dans Puerto, seuls les cyclistes, foot/tennis proteges, poches detruites.
3. Jeune sensation / mid-tier (expendable) Ricco (pris sur le bus), Lazkano, Piccolo, Dostiyev	Pris en flag, sacrifie sans etat d'ame. Ce sont mes faux 'contre-exemples'.
4. Fin de cycle Armstrong, Riis, O'Grady, Jalabert, Zabel, Rasmussen	Aveu spontane ou revelation retroactive, une fois la carriere finie.

QUAND UN GROS EST CONCERNE, IL NE TOMBE PAS COMME LES AUTRES

Contador (la federation blanchit d'abord)

Trace de clenbuterol (50 pg) au Tour 2010. La RFEC, sa PROPRE federation, le BLANCHIT en fevrier 2011 (viande contaminee acceptee). Il a fallu que l'UCI ET l'AMA fassent appel au TAS pour obtenir une sanction (fevrier 2012).

Lecture : Le reflexe institutionnel sur un cadador est de le sauver, pas de le sanctionner. Il n'a ete puni que sous la double pression UCI + AMA, un an et demi apres.

Operacion Puerto (le filet qui ne poursuit que les cyclistes)

Reseau du Dr Fuentes : 211 poches de sang, 35 personnes (23 cyclistes et 12 autres athletes), plus de 50 cyclistes accuses. Fuentes disait soigner footballeurs, tennismen, boxeurs. La juge a decide qu'il n'avait PAS a nommer d'autres que les cyclistes et a ordonne la DESTRUCTION des poches. Seuls des cyclistes ont ete inculpes. Andy Murray a parle du 'plus gros cover-up de l'histoire du sport'.

Lecture : Meme dopage, meme docteur. Le sport le plus lourd economiquement (le football espagnol) est protege, le cyclisme est sacrifie. La sanction suit le poids commercial, pas la substance.

Froome (le dossier qui se referme)

Cas sensible, a lire avec precision. Chris Froome a ete BLANCHI, dossier clos, jamais sanctionne. Aucune accusation n'est formulee ici. On rapporte un fait 100 pour cent public et on observe une difference de traitement selon le poids du coureur.

Controle anormal au salbutamol a environ 2x la limite (2000 ng/mL) sur la Vuelta 2017. Le plus gros nom du peloton en exercice, quadruple vainqueur du Tour. Dossier CLOS sans sanction le 2 juillet 2018, l'UCI n'a pas retenu de violation, l'AMA n'a pas fait appel. Froome blanchi.

Lecture : Fait public : le plus gros actif du peloton a beneficie du plein benefice du doute et des ressources d'expertise, la ou un neo-pro pris par la police est evince en 24h. On ne dit PAS qu'il s'est dope (il est blanchi). On observe la difference de traitement selon le poids.

« Meme docteur, meme dopage. Le football espagnol protege, le cyclisme sacrifie. La sanction suit le poids commercial, pas la substance. »

La correlation

Deux variables predisent la chute. (1) Le poids commercial en exercice, en INVERSE : plus tu rapportes vivant, plus tu es protege. (2) L'exposition individuelle isolee, en DIRECT : pris seul en flag = sacrificable ; noye dans un filet ou arme d'une defense = protege. Le dopage est probablement diffus dans le peloton ; la SANCTION, elle, est selective, et la selection suit l'argent. C'est ca, le 'politique' : ce n'est pas un complot, c'est une logique economique et institutionnelle. On ne coule pas son meilleur actif ; on lache un sacrificable pour faire propre.

1. On ne fait pas tomber le plus gros en exercice. Quand un cadreur est concerne, on le blanchit d'abord (Contador, RFEC), on protege le sport le plus lourd (Puerto : foot et tennis epargnes), ou on referme le dossier sans sanction (Froome, salbutamol 2x la limite, classe sans suite).
2. Ceux qui tombent en direct sont les sacrificables : jeunes sensations et coureurs de second rang (Ricco, Lazkano, Piccolo, Dostiyev). Pas des cadors. Ca passe.
3. L'aveu, lui, attend la fin de cycle, et c'est la biologie longitudinale qui rattrape : le passeport ne lit pas une photo, il lit la courbe dans le temps. Plus l'historique est long, plus elle trahit.

Le decodage : trois etages

ETAGE 1 · L'ECONOMIE

C'est la mecanique de la partie 3. Une tete d'affiche fait vivre tout le sport : audiences, sponsors, caisses des organisateurs. Un scandale plus gros qu'Armstrong et c'est tout l'ecosysteme qui coule. Personne ne peut se le permettre. Ceux qu'on peut laisser tomber sans casser la machine, ce sont les sacrificiables et les fins de cycle. C'est une observation de systeme, pas une accusation contre un coureur actuel.

ETAGE 2 · LA BIOLOGIE LONGITUDINALE

C'est le coeur du sujet, et c'est notre metier. Le passeport biologique ne prend pas la molecule sur une photo. Il traque les fluctuations de ton sang dans le temps : hematocrite, reticulocytes, suivis mois apres mois. Un dopage etale sur des annees laisse une signature longitudinale qui finit par depasser les bornes. Le coureur en fin de cycle a un historique long : plus d'annees, plus de chances que la courbe le trahisse.

Le distingue maitre : l'antidopage moderne cherche a separer un corps qui PRODUIT d'un corps qui RECOIT. La signature isotopique du carbone dit si la testosterone vient de toi ou de dehors. Un chiffre total, seul, ne dit rien : la testo totale est un leurre sans la LH qui la pilote.

« Ton bilan sanguin, c'est une photo. On le lit comme un systeme qui bouge. »

ETAGE 3 · L'OMERTA

Salaire souvent modeste au regard du risque, tout le monde loge a la meme enseigne, silence collectif. On en laisse tomber un de temps en temps pour faire propre. La aussi, c'est une analyse de systeme, pas une denonciation de personne.

Ce que ca change pour toi

Retiens une chose. Des labos depensent des fortunes pour qu'un bilan reste normal alors que tout est trafique. Ca prouve exactement notre point : un chiffre dans la norme ne prouve rien.

Ton bilan a toi, c'est la meme histoire qu'un passeport biologique. Une valeur seule, une photo, ca ne prouve rien. Ce qui parle, c'est la dynamique : ce que ton corps fait dans le temps. Meme l'antidopage a arrete de croire a un seul chiffre. L'UCI construit aujourd'hui un passeport base sur les donnees de puissance, parce que le sang seul est devenu contournable. Le fonctionnel et le longitudinal ont remplace le dogme du chiffre isole. C'est mot pour mot notre approche de ta sante.

« Un chiffre normal, ce n'est pas un chiffre sain. C'est juste un chiffre que personne n'a vraiment lu. »

NOTE RHETORIQUE · LIRE L'AVERTISSEMENT

Avertissement : USAGE RHETORIQUE UNIQUEMENT. AUCUNE ACCUSATION. Personne cite ici n'a jamais ete controle positif ni sanctionne.

Une domination hors norme n'a jamais ete, en droit ni en fait, une preuve de dopage. Miguel Indurain en est l'illustration : 5 Tours de France consecutifs (1991-1995), 2 Giro, champion du monde du CLM 1995, record de l'heure 1994, or olympique CLM 1996. Retraite en 1997. Jamais controle positif, jamais sanctionne par aucune instance. Un palmares extraordinaire et un casier antidopage vierge coexistent. On le rappelle pour une seule raison : la performance seule ne prouve rien, ni dans un sens ni dans l'autre. Aucune accusation n'est formulee ni suggeree.

Tout est vérifiable

Chaque cas ci-dessus repose sur des sanctions officielles ou des aveux publics, documentés par la presse spécialisée et les instances. Sélection des références principales :

Lance Armstrong : https://www.washingtonpost.com/sports/usada-strips-lance-armstrongs-titles-bans-him-from-cycling/2012/08/24/d6f7d382-ee04-11e1-afd6-f55f84bc0c41_story.html ·
<https://www.history.com/this-day-in-history/october-22/cyclist-lance-armstrong-is-stripped-of-his-seven-tour-de-france-titles>
 Bjarne Riis : <https://www.npr.org/2007/05/25/10451448/former-tour-winner-admits-to-doping-in-1996-win> ·
https://en.wikipedia.org/wiki/Bjarne_Riis
 Erik Zabel : <https://www.cyclingweekly.com/news/erik-zabel-doped-throughout-professional-career-27122> ·
<https://www.aljazeera.com/sports/2013/7/29/zabel-admits-extensive-doping>
 Stuart O'Grady : <https://www.cyclingnews.com/news/ogrady-admits-epo-use-ahead-of-1998-tour-de-france/> ·
<https://www.aljazeera.com/amp/sports/2013/7/25/aussie-cycling-great-admits-to-epo-use>
 Laurent Jalabert : <https://www.cyclingnews.com/news/jalabert-acknowledges-1998-epo-positive-but-does-not-confess-to-doping/> ·
<https://inrng.com/2013/06/jalabert-equipe-positive/>
 Michael Rasmussen : <https://www.cyclingnews.com/news/michael-rasmussen-confesses-to-12-years-of-doping/> ·
<https://www.aljazeera.com/news/2007/7/26/tour-leader-rasmussen-expelled>
 Danilo Di Luca : <https://velo.outsideonline.com/news/road/danilo-di-luca-banned-for-life-after-epo-positive/> ·
https://en.wikipedia.org/wiki/Danilo_Di_Luca
 Jan Ullrich : <https://www.cyclingnews.com/news/jan-ullrich-given-two-year-ban-from-cas/> ·
https://en.wikipedia.org/wiki/Operaci%C3%B3n_Puerto_doping_case
 Alexandre Vinokourov : <https://www.cyclingnews.com/news/vinokourov-positive-for-transfusion-astana-quits-tour/> ·
<https://www.aljazeera.com/news/2007/7/31/astana-sack-cyclist-vinokourov>
 Antonio Carvalho Ferreira : <https://www.uci.org/pressrelease/uci-statement-concerning-antonio-carvalho-ferreira/2DQAmTdVRnw145nfhlFyGL> ·
<https://www.cyclingnews.com/pro-cycling/doping/uci-suspends-portuguese-rider-in-eighth-biological-passport-case-of-2025/>
 Alberto Contador : https://www.espn.com/olympics/cycling/story/_/id/7545798/alberto-contador-stripped-2010-tour-de-france-title ·
https://en.wikipedia.org/wiki/Alberto_Contador
 Riccardo Ricco : https://en.wikipedia.org/wiki/Riccardo_Ricco%C3%B2 ·
<https://www.cyclingweekly.com/news/latest-news/ricco-positive-for-epo-at-tour-de-france-94297>
 Ivan Basso : <https://www.cbc.ca/sports/cyclist-basso-gets-2-year-doping-ban-1.689226>
 Alejandro Valverde : <https://www.cyclingnews.com/news/valverde-suspended-for-two-years-world-wide-keeps-results/>
 Oier Lazkano : <https://www.uci.org/pressrelease/uci-statement-on-oier-lazkano-lopez/4xbYXOMQoHOK2VdhHcLub> ·
<https://inrng.com/2025/10/oier-lazkano-suspension/>
 Andrea Piccolo : <https://www.uci.org/pressrelease/uci-statement-concerning-andrea-piccolo/5yiJFZeWKiKlRA286Tz9f> ·
<https://escapecollective.com/ef-fires-andrea-piccolo-after-rider-reportedly-caught-with-hgh/>
 Ilkhan Dostiyev : <https://www.cyclingnews.com/news/astana-development-team-rider-handed-four-year-ban-for-cera-positives/>
 Nairo Quintana : <https://www.uci.org/pressrelease/uci-statement-concerning-naio-quintana-rojas/7DIAQXAGCJPfb3Axi6BW3W> ·
https://www.espn.com/olympics/cycling/story/_/id/34938294/cas-upholds-naio-quintana-dq-tour-de-france-opioid-use
 Tom Boonen : <https://www.cyclingnews.com/news/boonens-cocaine-use-thrown-into-confusion/>
 Contador (la fédération blanchit d'abord) : <https://www.aljazeera.com/sports/2011/3/24/cleared-contador-faces-being-banned-again> ·
<https://inrng.com/2012/02/contador-cas-verdict/>
 Operacion Puerto (le filet qui ne poursuit que les cyclistes) : <https://www.aljazeera.com/sports/2013/5/1/outrage-over-operation-puerto-ruling> ·
https://en.wikipedia.org/wiki/Operaci%C3%B3n_Puerto_doping_case ·
<https://gulfnews.com/sport/tennis/andy-murray-blasts-biggest-cover-up-in-sports-history-1.1177843>
 Froome (le dossier qui se referme) : <https://www.cyclingnews.com/news/wada-will-not-appeal-uci-verdict-on-chris-froome-salbutamol-case/> ·
<https://feeds.bbc.co.uk/sport/cycling/44679483>
 Miguel Indurain : https://en.wikipedia.org/wiki/Miguel_Indur%C3%A1in

Et maintenant, on part de toi.

Ce dossier t'a montre le mecanisme. Mais le mecanisme general, ce n'est pas ton corps. La vraie question, c'est ce que TA biologie raconte.

BioScan · offert.

Ta cartographie sur 5 axes, 10 minutes depuis ton telephone, sans carte bleue. Le point de depart.

trainingperf.fr/bioscan

Decodage Performance · 197€ ou 3x66€.

Tu as deja des analyses ? Je les lis vraiment, ligne par ligne. Protocole applicable inclus.

trainingperf.fr/decodage-performance

Bilan Performance · 697€ ou 3x232€.

La vue complete : 4 analyses qui dialoguent (biologie, posture, biomecanique, composition). Kit envoye chez toi.

trainingperf.fr/bilan-performance

« C'est pas dans ta tete. C'est dans ta biologie. »

Emmanuel · TrainingPerf

Ce document est educatif et ne constitue pas un avis medical. Les ranges fonctionnels TP different des ranges labo standards et sont issus de la pratique clinique TrainingPerf. Parles-en a ton medecin ; ce guide ne se substitue pas a une consultation ni a un suivi par un professionnel diplome.

TrainingPerf : precision clinique par la biologie. Cabinet de consulting en performance biologique premium, France. trainingperf.fr