

# **LE MARCHE-PIED n°25**

## **Éditorial**

On peut espérer que la saison 2007 marque un nouveau tournant pour la marche au club : D'une part un nombre croissant de jeunes a participé aux compétitions et à l'atelier que j'anime le mercredi. (Michel s'occupe toujours de faire marcher un niveau à chaque séance), d'autre part la deuxième place d'Emmanuel au France ancre un peu plus la discipline dans "l'élite".

Les plus assidues, à l'école d'athlétisme, ont été trois minimes filles (Fiona Maury, Héloïse Lenglet et Adèle Toutain), un minime : Mathias Nouvel et deux poussines prometteuses Margaux Laroche et Laura Bloch. Quasiment toutes les benjamines ont participé au moins une fois et les garçons de façon épisodique.

Pour la saison 2007, 24 marcheurs(euses) ont participé à des compétitions : trois poussines, six benjamines, quatre minimes filles, quatre benjamins, un minime, une cadette, deux seniors femmes, trois seniors hommes.

Emmanuel Boulay a concouru aux France en salle (7<sup>ème</sup>) et au critérium national (4<sup>ème</sup>).

Aux interclubs, ce sont six marcheurs qui nous ont représentés. (Nathalie Quesnost, Charlotte Gosselin, Christèle Vaqué, Daniel Andrieu, Emmanuel Boulay et François Pesquet.)

Christèle Vaqué et Emmanuel Boulay se sont également qualifiés pour les championnats de France élite. Christèle obtient la 14<sup>ème</sup> place et Emmanuel la 2<sup>ème</sup>.

Chez les jeunes, Charlotte Gosselin est vice-championne régionale et Adèle Toutain 22<sup>ème</sup> au critérium national, Margaux Laroche est sélectionnée au critérium national.

Pour ma part j'ai terminé 13<sup>ème</sup> aux France Vétérans en salle et 3<sup>ème</sup> au challenge Pouchet en demi-fond marche.

Il ne reste plus qu'à attendre la confirmation de cette embellie pour la prochaine saison, en espérant que la 2<sup>ème</sup> place de Yohan Diniz apporte de nouvelles recrues.

**François le 01/09/07**

## Bilans : Saison 2007

(à partir du 1er septembre 2006 jusqu'au 31/08/07)

		1000 m	poussines	
1	Margaux	Laroche	POF	6'47"1
2	Emeline	Avenel	POF	7'06"2
3	Laura	Bloch	POF	7'21"2
		2000 m	filles	
1	Charlotte	Gosselin	CAF	11'36"54
2	Adèle	Toutain	MIF	13'54"27
3	Marion	Loisel	BEF	14'14"0
4	Océane	Auzoux	BEF	14'28"1
5	Mérim	Dridi	BEF	14'49"6
6	Salma	Berkami	BEF	15'50"9
7	Margaux	Loison	MIF	16'05"4
8	Christina	Kouadio	BEF	16'06"7
9	Audrey	Leviennois	MIF	16'08"1
10	Coleen	Douyère D	BEF	16'34"4
11	Anissa	Toumi	MIF	17'46"8
		2000 m	garçons	
1	Nicolas	Ninot	BEM	13'47"9
2	Quentin	Legal	BEM	14'12"8
3	Adrien	Naz	BEM	14'33"6
4	Pierre	Vallerand	BEM	14'48"5
		20 minutes	filles	
1	Adèle	Toutain	MIF	2 739 m
		3000 m	garçons	
1	Mathias	Nouvel	MIM	20'30"7
		3000 m	femmes	
1	Christèle	Vaqué	SEF	15' 37"68
2	Charlotte	Gosselin	CAF	17'40"93
3	Nathalie	Quesnot	SEF	18' 01"08
		5000 m	hommes	
1	Emmanuel	Boulay	SeH	20 32"23
2	François	Pesquet	VeH	23'44"59
3	Daniel	Andrieu	VEH	33'29"3
		10 km route	hommes	
1	Emmanuel	Boulay	SeH	44'28"
		Heure		
1	François	Pesquet	VeH	11 412 m
		20 km route	hommes	
1	Emmanuel	Boulay	SeH	1h28'48"
2	François	Pesquet	VeH	1h42'29"
		20 km route	femmes	
1	Christèle	Vaqué	SEF	1h52'58"

Tourlaville le 1<sup>er</sup> juillet 2007 : objectif Niort

Long déplacement au fin fond du Cotentin (Tourlaville), pour aller chercher une qualification aux Championnats de France Elite. Arrivée la veille, nous allons repérer les lieux et en particulier le circuit de ces championnats de Basse-Normandie qui servira de support aux Championnats nationaux les 21 et 22 juillet prochain.

Le circuit (boucle de 2km) ne semble pas présenté de difficultés majeures (faux plat de 500m). Le départ est tôt, 7h50, pour éviter toutes surprises dues à une improbable canicule (en ce début d'été 2007).

L'objectif majeur sont les minima pour les France Elite (1h55'00). Le dernier 20km remonte à plus d'un an avec ce superbe Critérium National de d'Epinal où Christèle finit 3<sup>ème</sup> en 1h47'35. Depuis, beaucoup de choses se sont écoulés avec principalement la naissance de Célia.

La reprise n'est pas des plus simples, il faut reprendre ses marques. Après une préparation sage et prometteuse, les ennuis reviennent. Il faut à nouveau gérer 2 à 3 semaines pour régler quelques problèmes aux genoux.

A la vue des entraînements, les chances de réussite semblent très favorables. Le choix de l'allure est primordial : 1h53' est réaliste. Finalement, Christèle part sur des bases de 1h50'.

Jusqu'au 8<sup>ème</sup>, tout se passe très bien sur ce parcours, malgré un vent très gênant. Le 10<sup>ème</sup> kilomètre est passé en 55'19", Il y a de la marge, mais le manque de compétition se fait cruellement sentir : de 5'35/km on passe à 5'42/km. C'est largement suffisant, à condition de ne pas craquer. Finalement le temps : 1h52'58".

Le contrat est parfaitement rempli.

Rendez-vous est pris le vendredi 3 août pour les championnats de France à Niort.

Gilles Belloir

## **Championnats de France : Niort 3 et 4 août 2007.**

**C'est comme une victoire** : être vice-champion de France derrière Yohan Diniz, actuel champion d'Europe, vice champion du monde et recordman de France du 20 et 50 km, cela vaut une première place. Emmanuel Boulay a réalisé cette superbe performance ce samedi à Niort.

Quel plaisir pour Sandrine, sa femme, et Pascaline, sa fille, toujours à ses côtés et qui lui sont d'un grand soutien.

Quel plaisir pour "tonton " Jean Yves qui le suit depuis son arrivée à Rouen et qui a toujours été présent lors des championnats de France.

Quel plaisir pour les supporters (et reporters) Christèle, Fred et pour Marie Thérèse Pouchet notre présidente de ligue toujours aux côtés des athlètes.

Quel plaisir pour le compagnon d'entraînement que je suis, d'un athlète simple et discret mais au combien talentueux. Un athlète qui symbolise le sport comme l'on voudrait qu'il soit, c'est à dire beaucoup de travail et d'abnégation et le dépassement de soi : l'amateurisme à l'état pur.

J'espère que Christèle me pardonnera si je parle un peu moins de son épreuve mais quelle fut belle cette 2<sup>ème</sup> place alors que nous osions rêver d'un podium.

Pour la marche, tout à commencé vendredi soir avec le 20 km femmes. Christèle, qui a donné naissance à la petite Célia fin décembre 2006, a réussi l'extraordinaire challenge de revenir, en 3 mois, à niveau suffisant pour se qualifier aux France élites.

Le départ a été donné à 19 h 30 sous un beau soleil. Partie sur des bonnes bases, Christèle a malheureusement fléchi progressivement mais s'est battue pour finir à une très bonne 13<sup>ème</sup> place. La victoire est revenue à Mandy Loriou devant Patricia Garnier et l'étonnante caennaise Anne Gaëlle Retout qui a réalisé une belle compétition.

Samedi à 19 h 20 le 20 km hommes s'élançe. La chaleur est au rendez-vous pour le plus grand plaisir d'Emmanuel.

Au premier kilomètre Yohan Diniz prend la tête accompagné Sébastien Biche. Emmanuel suit à une quinzaine de seconde dans un groupe où figurent notamment Eddy Rozé et Hervé Davaux.

Dés le deuxième kilomètre Yohan s'envole vers une victoire qui ne peut pas lui échapper. Sébastien Biche décroche et maintiendra longtemps un écart de 20 s avec le groupe des poursuivants.

Progressivement Emmanuel prend la mesure de ses adversaires. Mieux : il va même de plus en plus vite, réalisant un deuxième 5000 m plus rapide que le premier.

Au dixième kilomètre, il commence à décrocher son adversaire le plus coriace : Hervé Davaux et se lance à la poursuite de Sébastien Biche.

Au deux tiers de la compétition, Emmanuel dépasse et décroche Sébastien Biche.

Son troisième 5000 m est encore plus vite parcouru que le précédent. Sur le bord de la route, les supporters sont en liesse tout le monde commence à croire à l'exploit.

A 3 km du but l'écart est tel qu'il ne peut plus être rejoint. Il maintient néanmoins le rythme pour pulvériser le record du club de près d'une minute.

A l'arrivée, félicité par ses concurrents qui n'en reviennent pas, il est accueilli par les journalistes et par la "horde" des supporters de l'asptt ( six en tout !) qui ont réussi à envahir la piste. Puis c'est le podium, les honneurs et j'en passe : Quelle journée inoubliable !

François Pesquet Rouen le 5 août 2007

Distance	Temps au km	Temps cumulé
1000 m	4'26"	4'26"
2000 m	4'31"	8'57"
3000 m	4'30"	13'27"
4000 m	4'29"	17'46"
5000 m	4'29"	22'25"
6000 m	4'28"	26'53"
7000 m	4'27"	31'20"
8000 m	4'28"	35'48"
9000 m	4'28"	40'16"
10000 m	4'26"	44'42"
11000 m	4'25"	49' 07"
12000 m	4'24"	53' 31"
13000 m	4'22"	57' 53"
14000 m	4'26"	1 h 02' 19"
15000 m	4'26"	1 h 06' 45"
16000 m	4'23"	1 h 11' 08"
17000 m	4'24"	1 h 15' 32"
18000 m	4'26"	1 h 19' 58"
19000 m	4'26"	1 h 24' 24"
20000 m	4'24"	1 h 28' 48"

	Epinal	St Bertevin	Niort
1 <sup>er</sup> 5000 m	23'15''	22' 09"	22'25"
2 <sup>ème</sup> 5000 m	22'58''	22' 20"	22'17"
3 <sup>ème</sup> 5000 m	23'05''	22' 35"	22'03"
4 <sup>ème</sup> 5000 m	22'40''	22'44"	22'03"

## Résultats

8 mai 2007 Challenge Ecureuil 2000 m piste.

Nicolas Ninot BEM 15'47"7

17 mai 2007 Dieppe Départementaux : 3000 m piste.

3 Mathias Nouvel MIM 20'31"11

27 mai 2007 Yvetôt Régionaux 20 km route.

1 Emmanuel Boulay SeH 1 h 29' 37" 0 (R.P)

3 François Pesquet VeH 1 h 42' 29" 0 (R.P)

2 juin 2007 Petit Couronne Challenge Ecureuil 2000 m piste.

Margaux Loison MIF 17'45"4

Anissa Toumi MIF 17'46"8

15 juin 2007 Maromme challenge Pouchet : 5000 m piste.

1 François Pesquet VeH 23' 47" 5

17 juin 2007 Paris Jean Bouin Meeting National : 5000 m piste.

4 Emmanuel Boulay SeH 20' 32"23

23 juin 2007 Hérouville Meeting National : 5000 m piste.

1 Emmanuel Boulay SeH 20' 54"47

24 juin 2007 ROUEN Meeting international jeunes : 3000 m

1 Mathias Nouvel MIM 20'30"7 (R.P)

24 juin 2007 ROUEN Meeting : 2000 m

1 Nicolas Ninot BEM 14'18"5

30 juin 2007 Lillebonne challenge Pouchet : 5000 m piste.

1 François Pesquet VeH 24' 12" 0

8 juillet 2007 Arques la Bataille 10 km duo.

1 Sébastien Delacourt-François Pesquet 51'31"

13 juillet 2007 Lillebonne challenge Pouchet : 5000 m piste.

1 François Pesquet VeH 25' 38" 0

13 juillet 2007 Lillebonne challenge Pouchet : 3000 m piste.

3 Nathalie Quesnot SeF 18'21"76

15 juillet 2007 Arras Meeting national : 5000 m piste.

4 Emmanuel Boulay SeH 21' 18" 43

4 août 2007 Niort France élite 20 km.

2 Emmanuel Boulay SeH 1 h 28' 48"

4 août 2007 Niort France élite 20 km.

13 Christèle Vaqué SeF 1 h 54' 51"