

LE MARCHE-PIED n°34

Editorial

Voici venir le mois de mai avec une deuxième partie de saison qui ne s'annonce pas encore sous les meilleurs auspices. Notre chef de file **Emmanuel Boulay** est blessé et n'a pas pu participer à la sélection en équipe de France à Metz où il aurait eu largement sa place. Notre cadette **Héloïse Lenglet** a une saison perturbée par des problèmes de santé mais fait face à l'adversité avec beaucoup de courage et de volonté. Je ne suis pas épargné avec une petite déchirure qui j'espère va guérir vite.

Mais il y a quand même de bonnes nouvelles :

Charlotte Gosselin, après avoir battu son record sur 3000 m aux France jeunes en salle, réalise sa première perf N3 au critérium national à Metz. Au même critérium, **Christèle Jouan** fait une bonne performance à moins de trente secondes de la perf N1. **Manuela Fernandes**, en gagnant les régionaux longue durée, complète le tableau avec également une perf N3 alors que **Sébastien Delacourt** termine 4ème chez les hommes.

Chez les jeunes **Margaux Laroche** et **Dahlia Dridi** font première et deuxième sur 10' aux régionaux longue durée et, quelques jours plus tard, à Rouen, **Dahlia** et **Louis Mercier** font leur premier 2000 m. A cette occasion, notons la forte participation, à l'initiative d'Alexandre Maurice (responsable de l'école d'athlé) des tous petits sur 500 m et 1000 m. Cela est assez encourageant et laisse espérer que la relève est là. Le tout est d'être patient.

François le 17/04/09

France jeunes 3000 m juniors femmes :
un contrat bien rempli.

Si vous vous promenez à Canteleu, un dimanche matin, vers 7h15 du matin, vous ne croiserez pas grand monde, peut être "une petite mamie" qui vient d'acheter son pain. C'est pourtant là que débute cette belle journée.

Je récupère Charlotte, encore un peu endormie, mais prête à affronter la piste de 166,66 m de Paris INSEP.

Une première étape nous mène à Rouen, Place Cauchoise, où Pierrot nous attend, la voix peu réveillée, mais décidé à nous emmener à bon port. La seconde étape est le siège de la ligue où nous attend le club des supporters (Manuela, Maëva et Sébastien). Nous voilà partis vers Paris.

Peu avant l'arrivée, nous pouvons admirer le superbe château de Vincennes, situé à quelques centaines de mètres du lieu de la compétition. A notre descente du véhicule, une petite angoisse fait monter l'adrénaline : pas de licence, ni de carte d'identité. Heureusement une juge, assez conciliante, acceptera, tout de même, de nous donner le dossard.

Le départ est donné. Charlotte suit bien les consignes et part prudemment en fin de peloton. Elle parvient, ensuite, à accrocher une concurrente qu'il lui permet d'assurer un bon rythme. Au 2000 m un petit coup de barre se fait sentir, mais elle réussit à maintenir un tempo suffisant pour battre son record de 3s (16'41''61).

Elle se hisse à la treizième place, gagnant ainsi trois rangs par rapport aux temps d'engagement. Le résultat est d'autant plus satisfaisant que Charlotte n'a pris aucun carton rouge. Cela va donc nous permettre de continuer à progresser dans la sérénité.



François le 15/02/2009

**France élites en salle à Liévin.
Il faut pourtant continuer.**

Nous avons fini par nous convaincre, Manu et moi, que sa chute du mercredi ne serait pas gênante. C'était sans doute illusoire. En effet, on ne peut être à cent pour cent lorsqu'on a une entorse du pouce, une contusion à l'épaule et une douleur à la hanche. En marche athlétique, cela est souvent synonyme d'une moins bonne gestuelle et peut conduire à la faute. Pourtant nous sommes partis confiants, avec Jean Yves, le samedi matin.

Arrivés deux heures avant le début de la compétition, Manu a eu tout le loisir de prendre la température, discuter avec **Antonin Boyer**, son principal adversaire et futur grand de la marche.

Yohann Diniz est venu battre le record de France et cela aura sans doute joué en défaveur d'Emmanuel.

La soirée semble, vraiment, mal engagée car après l'échauffement, Emmanuel fait appel au kiné pour une contracture à la hanche. Juste avant le départ une nouvelle contracture, cette fois ci au mollet, se fait sentir. Non, décidément, cette chute ne l'a pas laissé indemne.

Le départ est donné, Yohann prend très rapidement le large, derrière lui se forme un groupe de quatre (Manu, Antonin, **Cédric Houssaye** et **Damien Molmy**) qui prend également rapidement ses distances avec le reste des concurrents. Damien Molmy fait illusion 2000 m et décroche du groupe animé par Antonin et Manu. Cédric suit mais ne relaie pas. Il est probablement à la limite de la rupture.

A partir du 3000 m, Emmanuel a un style plus haché. C'est à ce moment qu'il prend un premier carton rouge. Un fait important se produit, qui va sans doute influencer sur le déroulement de la fin de compétition : Yohann prend un tour au trio. Il ne les dépasse pas franchement, il a ralenti et est quasiment au même rythme. Antonin emboîte le pas. Emmanuel le suit un instant, il se prend peut être à ce moment son deuxième rouge.

Complètement pris par le suspense de l'épreuve, car Cédric est à peine dix mètres derrière, je ne pense même pas à une possible élimination et quand Manu s'arrête à deux tours de l'arrivée, je crois à une douleur violente mais comprend très vite le triste verdict : la disqualification. C'est la première depuis le début de sa carrière.

Pendant ce temps Yohann bat le record de France, Antonin, et cela fait très plaisir, pulvérise le sien, Cédric récupère la troisième place.

Tout est dit, on refera, certainement, la compétition cinquante fois, mais c'est ainsi. Une disqualification est très dure à accepter, car à la frustration de ne pas finir s'ajoute le doute. Pourtant cela fait partie de notre discipline, il faut l'accepter et repartir de l'avant.

François le 23/02/2009



Dans l'ordre, Emmanuel Boulay, Antonin Boyer, Cédric Houssaye et Damien Molmy.

Critérium National : Metz le 5 avril 2009.

Charlotte Gosselin et Christèle Jouan ont participé, dans un contexte très relevé, au critérium national, qualificatif pour la coupe d'Europe, à Metz ce dimanche.

Partis, samedi, de Mont Saint Aignan vers 13 h sous un temps brumeux, nous arrivons à Metz par un beau Soleil. Le temps de tourner un peu pour trouver le Kyriad et visiter la ville, il est 19h30 quand nous nous attablons à la Pizzeria juste à côté de l'hôtel. C'est le coin des normands, puisque Philippe Cousin, Laura Toumire et Marion Rouland du Stade Dieppois sont là.

Après le repas on repère le parcours : situé en centre ville il est plat et ne présente pas de difficulté.

Il faut se lever à 5h45 le dimanche pour que la digestion soit faite au moment de la compétition.

A 8h10, Christèle est la première à partir pour le 20 km seniors femmes. Vingt minutes plus tard c'est au tour de Charlotte d'entamer son 10 km.

Christèle effectue une bonne première partie de course avec Nora Leksir. Malheureusement, au dixième km, elle ne peut suivre et se retrouve seule. Elle n'arrive pas à maintenir un rythme suffisant pour passer en dessous des 1h50 (Perf N1). Elle finit 11ème et réalise 1h50'27. Compte tenu d'une semaine fatigante et d'une préparation perturbée en raison du passage de l'agrégation d'anglais, cela reste néanmoins un très bon temps.

Charlotte, quand à elle, part en fin de peloton. C'est son premier 10 km. Il s'agit d'être prudente. L'objectif est de finir et d'essayer de flirter avec la perf N3 (59'50). Ses trois premiers km sont assez rapides (17'17 soit 40 secondes d'avance), elle ralentit ensuite mais maintient une allure suffisante pour être sur le bon tempo. Le passage au 5000 m (29'01) est même en dessous de son record. Un petit fléchissement entre le sixième et le neuvième kilomètre ne l'empêche pas de réaliser largement l'objectif. Elle termine 12ème en 58'47. Une belle performance qui récompense un entraînement régulier depuis le début de saison.

Nous retrouvons le camp Dieppois le midi à la même pizzeria. Si Marion est plutôt déçue, Laura (2ème espoir en 1h52'22) a de quoi être satisfaite.

Le retour vers la Normandie, s'effectue sans problème.

Un beau week-end end, même si une ombre reste au tableau. En effet Emmanuel, blessé n'a pu participer à ce qui constituait l'un de ces principaux objectifs de la saison.

François Pesquet, le 06 avril 2009.



Départ des Juniors filles

Résultats

14 février Paris INSEP France jeunes : 3000 m

13 Charlotte **Gosselin** JUF 16'41''61

20 février 2009 Lievin France : 5000 m

Emmanuel **Boulay** SEH DQ

28 février 2009 Eaubonne France Vétérans : 5000 m

8 François **Pesquet** VeH 24'22''39

21 mars 2009 La Remuée

10 km femmes

2 Christèle **Jouan Vaqué** SEF 53'49

4 Manuela **Fernandes** SEF 1h00'09

10 Km hommes

2 François **Pesquet** VeH 49'47

28 mars 2009 Saint Nicolas D'Aliermont

10 km femmes

2 Christèle **Jouan Vaqué** SEF 57'28

10 Km hommes

1 Emmanuel **Boulay** SEH 50'04

2 François **Pesquet** VeH 50'05

7 Sébastien **Delacourt** SEH 56'20

36 Jean Luc **Mercier** VeH 1h07'08

5 avril 2009 Metz Critérium national

20 Km seniors femmes

11 Christèle **Jouan Vaqué** SEF 1h50'27

10 Km Juniors femmes

12 Charlotte **Gosselin** JUF 58'47

11 avril 2009 Gaillon Critérium Régional

10 minutes benjamines

1 Margaux **Laroche** BEF 1617 m

2 Dalhia **Dridi** BEF 1453 m

Heure seniors femmes

1 Manuela **Fernandes** SEF 10 034 m

Heure seniors hommes

4 Sébastien **Delacourt** SEH 10581 m

14 avril 2009 Rouen 2000 m

Louis **Mercier** BEG 14'36''4

Dalhia **Dridi** BEF 16'03''0

