

L'UNION FAIT NOTRE FORCE

2^{èmes} Championnats d'Europe U18

Du 05 au 08 juillet 2018

Győr (HON)



COCORICO n°3

#Athlè2024
ATHLETISME

EDITO

Mercredi 04 Juillet 2018

Dans ce numéro :

Edito	1
Les expérimentés	2-3
Les rookies	4-5
Insolite et bruits de couloirs	6



Bienvenue dans l'équipe de France Cadet !

Vous voilà au départ d'une grande aventure européenne.

Győr: nom qui signifie espoirs pour tous les bleuets !

Alors pour ceux qui ne le savent pas encore, les bleuets c'est vous, les jeunes qui allez porter, la plupart du temps pour la première fois, le maillot de la France dans des contrées lointaines !

En regardant les prestations de vos aînés, ceux qu'on appelle « les grands », aux différents championnats internationaux, je revois d'anciens cadets que j'ai accompagnés aux championnats du Monde Cadets depuis 1999. Je parle de, et vous les reconnaîtrez sans doute, Stella, Cindy, Jeanine, Vanessa, Eloïse, Christophe, Jimmy, Mickael, Thomas, Willhem, Kevin, encore Kevin, Gautier.... Encore bien d'autres, certains en préparation pour Berlin, certains dont les carrières brillantes sont terminées. Beaucoup d'anciens bleuets brillent aussi dans les championnats juniors et espoirs.

C'est donc avec beaucoup de joie que nous vous retrouvons pour partager de merveilleux moments d'athlétisme, vous qui êtes les futurs « grands » de demain.

Voire de Paris 2024.

Vous pourrez compter pour réussir ce championnat sur l'ensemble des cadres techniques et de santé qui sont là pour vous accompagner, vous conseiller et vous guider dans cette compétition inhabituelle pour vous. Merci d'avance à eux.

C'est en mouillant le maillot que vous représenterez dignement notre beau pays de France. « **Pouvoir c'est vouloir** » donc soyez fiers et confiants et engagez-vous sans complexe dans cette compétition européenne pour apprendre, progresser, performer et montrer toute la vitalité de votre jeunesse et de votre talent !

A très bientôt sur le stade.

Martine PREVOST, Cheffe de délégation
Vice-Présidente de la FFA

Photos: Patrick Gellens

Toutes les infos sur la
compétition :

Site officiel de l'AEA :

[Cliquez ici](#)

Site officiel de la FFA :

[Cliquez ici](#)



www.athle.fr

@ffathletisme

Les expérimentés *Retour sur leur première expérience en bleu.*

Ludovic peux-tu nous rappeler ton palmarès ?

Je suis champion de France en titre du 800m en salle et j'ai été Champion des FOJE à Győr l'an passé sur 400m.

Dans quel état d'esprit étais-tu lors de cette première sélection ?

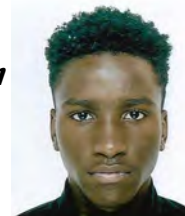
J'étais très déterminé et n'avais qu'une envie, aller chercher l'or. J'ai abordé les tours un par un sans jamais penser à ce qu'il va se passer. J'ai géré en série, cela m'a permis de prendre confiance et de jauger le niveau des autres concurrents.

C'est donc un stade que tu connais bien et qui t'as porter chance. As-tu un conseil à donner aux rookies de cette année ?

Ne pas prendre en considération les bilans et porter haut les couleurs du maillot. Passer en mode championnat, c'est-à-dire: bien manger, bien dormir.

Justement je crois savoir que tu étais leader européen en arrivant au FOJE. Est-ce que cela constitue une pression supplémentaire ?

Non en tout cas pas pour moi, lors d'un championnat on remet les compteurs à zéro. En revanche je n'ai jamais penser qu'à l'or, impossible de finir 2ème ou 3ème.



Maelly tu es aussi un pilier de cette jeune équipe de France en totalisant 3 sélections, comment as-tu géré ta 1ère au monde cadet l'an passé ?

Avant la compétition j'étais très stressée, trop. J'ai mal géré mon stress. Je me suis mise la pression toute seule. Je voulais absolument être finaliste en terminant dans les 8 meilleures et faire mes six essais.

Au final tu termine à la 9ème place, à 5 cm de la 8ème. Qu'est-ce qui pour toi explique ce résultat ?

Il y avait une planche à 3 mètres lors du concours de longueur et cela m'a perturbé. Aujourd'hui, avec le recul, je me rends compte que je me suis laissée perturbée. J'ai prêté trop d'attention à un détail que je n'avais pas anticipé lors de ma préparation. Cela m'a servi d'expérience, je me sens capable aujourd'hui de me focaliser sur moi et ma performance et de ne plus prêter attention à des détails.

Et pour cette année, quel est ton objectif ?

Mon objectif pour les Europe est de faire ce que je sais faire. Faire ce que mon entraîneur m'a appris. J'ai une routine que je fais avant chaque saut: je souffle, je ferme les yeux et je me rappelle ce que me dit mon coach, « pousser sur mes 4 premiers appuis, mettre du rythme et être relâchée du haut du corps ». Cela me permet de rester concentrée, de toute façon à l'appel de mon nom, j'entends plus rien.

Les expérimentés Retour sur leur première expérience en bleu.

Naïs, avec tes 4 sélections tu es la plus capée de cette jeunes équipe. Tu te souviens de ta première sélection?

Ma première sélection était lors des championnats du monde de montagne. Mon entraîneur m'a incité à participer au France pour pouvoir être sélectionnée. En terminant 3ème je gagne ma première breloque nationale et du même coup la possibilité de revêtir le maillot de l'équipe de France.



Que ressens-tu à ce moment là?

J'ai réalisé lors de la cérémonie d'ouverture l'importance que revêt une telle compétition. Porter le maillot de l'équipe de France représenter le pays est quelque chose de fou? Les compétitions hors stade sont très différentes de la piste sur laquelle je préfère évoluer. L'esprit y ait beaucoup plus festif. Toutes les nations se côtoient en permanence, ce qui est moins le cas lors des championnats sur piste. De fait le stress est moins important.

Tu as ressenti plus intensément du stress lors du FOJE de Győr l'an passé?

Oui c'est sûr que sur la piste ça fait beaucoup plus peur qu'en montagne. Il y a plus de densité et le chrono casse la tête.

C'est-à-dire?

Tout n'est que bilan, forcément c'est la référence, qui est favori qui ne l'est pas. Du coup on se pose des questions quant à notre place. Je n'ai jamais été favorite lors des grands championnats.

C'est un problème de ne pas être favorite?

Je n'ai pas vraiment confiance en moi, je ne sais pas comment aider les gens par rapport à leur mental car moi-même je ne sais pas.

Est-ce que les grands rendez-vous, comme les Europe U18 ne sont pas l'occasion de s'aguerrir de ce point de vue là?

Bah si forcément, on acquiert de l'expérience. D'une année sur l'autre on va prendre plus confiance en soi. On apprend de ses points forts et de ses points faibles. Je suis persuadé qu'avec le temps cela viendra, et que je pourrai gérer le stress.

Il en faut du stress ou pas?

Le stress est très important pour l'adrénaline juste avant la course ou l'épreuve cela dépend de ce que l'on fait. Mais quand il est quotidien avant l'échéance et qu'il nous submerge, c'est néfaste pour la performance. Mon but quoiqu'il arrive est de faire la finale. Si déjà, j'arrive à ce niveau c'est super, il y a beaucoup de densité c'est très dur.

La seule chose que j'ai apprise est que l'on en ressort toujours avec des bons souvenirs. On est quand même peu à pouvoir faire ça et quand on relativise on se rend compte que c'est tout de même incroyable ce que l'on fait, nous ne sommes que 40 dans notre tranche d'âge.

Les rookies. Entretien avec des nouveaux capés.

Jack il s'agit de ta première sélection. Dans quel état d'esprit es-tu?

Ben ça fait un peu bizarre. Je ne projetais pas ici il y a 3 mois.

Comme je viens de commencer, je n'ai pas vraiment de pression puisque j'ai rien à perdre. Etre ici en équipe de France n'est que du bonus.



Quand tu dis commencer, tu parles de l'athlétisme?

Ben oui, j'ai commencé en septembre. Au début ce n'était que du loisir, et pour découvrir l'athlé. Etant rugbyman par avant j'ai très vite eu envie de découvrir la compétition. C'est aux interclubs que j'ai réalisé mon premier demi-tour de piste en 23'. Comme je ne m'entraînais pas vraiment jusque là, mais que j'ai vite pris goût à la compétition, les échanges avec mon entraîneur se sont orientés vers la compétition.

23" sur 200m au mois de mai, comment tu te retrouves à Győr?

J'ai commencé à m'entraîner plus sérieusement mais pas comme les autres (2 fois par semaine). Je me suis aligné lors d'un meeting sur 100m et 400m. Je loupe mon départ sur 100m (11"67) du coup cela m'a un peu frustré mais ça m'a aussi motivé pour bien faire sur 400m. Premier 400m de ma vie, mon coach me conseille de gérer la course pour finir correctement. Au final j'ai suivi les gars devant moi et comme il m'en restait encore dans la dernière ligne droite, j'ai accéléré et remporté la course (51"26). Ensuite je triple aux départementaux, 100, 200, 400. Je remporte les trois et signe 49"67 sur 400m. Après les régionaux (48"66) je suis invité à Blois où j'améliore une nouvelle fois mon record et termine 2ème derrière Ludovic.

Tu savais qui était Ludovic?

J'ai regardé les bilans avant la course et ait découvert son palmarès après les sélections.

C'est une histoire absolument incroyable, comment elle se termine à Győr?

Je sais pas encore, faudra voir après les courses. Je suis content de me mesurer à des mecs vraiment très très bons.

On prend rendez-vous jeudi après ta course?

Ok.

Les rookies Entretien avec des nouveaux capés.

Corentin, comment as-tu vécu l'annonce de ta sélection ?

J'étais très surpris, je ne m'y attendais pas, je n'ai toujours pas réalisé.

C'était un rêve ?

Oui. J'ai toujours rêvé de porter la maillot de l'équipe de France et de la défendre.

Comment tu te sens à l'approche de la compétition ?

Je me sens plutôt en forme, j'ai hâte de courir les séries. Pour l'instant j'ai pas énormément de pression mais je pense que ça va venir le jour J.

Comment tu vis la pression ?

Je pense que cela me rend plus fort, ça me force à faire les choses bien. À donner mon maximum. Les compétitions où j'avais pas de pression je les ai ratées, j'étais peut-être pas assez concentré et motivé. Les moments où j'ai la pression, je donne mon maximum.

Est-ce que l'expérience de tes « aînés » peut t'être utile ?

Oui les athlètes qui ont fait les FOJE l'an passé me donnent des conseils pour gérer la pression ou pour la tactique de course. Cela me donne confiance, de tirer profit de leur expérience et de ne pas reproduire leurs erreurs.

Les finales du 1500m ont lieu samedi. On se donne rendez-vous ?

C'est carrément mon objectif de participer à cette finale et je vais tout donner pour être présent au rendez-vous.



Gamille, c'est ta première sélection en équipe de France. Quelle a été ta réaction ?



Ben du coup c'est pas ma première sélection puisque j'ai fait une sélection cet hiver avec l'équipe junior à Nantes.

Mais c'est toujours un plaisir de savoir que l'on est sélectionné. Après ma course au meeting de référence, j'ai pleuré parce que je ne m'y attendais pas. Je n'avais jusque là pas réalisé le niveau de performance requis.

A la veille de ton entrée en lice, comment te sens-tu ?

Je suis plutôt détendue. Plus détendue que pour le meeting der sélection. Je n'ai pas encore de stress pour le moment. Lors des sélections je voulais vraiment être sélectionnée et fallait absolument faire une place et la performance requise. Ici à part faire du mieux qu'on peut, y'a pas forcément une place ou un temps à faire.

Est-ce que cela veut dire que tu arrives ici sans objectif ?

Non, forcément y'a toujours des objectifs. Après le meeting je suis à 1sec du record de ma ligue, et cela constitue un premier objectif. Après j'aimerais bien faire dans les 10 premières, peut-être, ça serait vraiment super.

L'ambiance dans l'équipe de France, ca ressemble à quoi ?

C'est comme si on se connaissait tous depuis longtemps. Il n'y a personne dans son coin, tout le monde s'entend bien. On fait des jeux en dehors des entraînements pour mieux se connaître. C'est sur c'est un peu intimidant, mais je me sens bien dans cette équipe il y a toujours quelqu'un pour détendre l'atmosphère.

Insolites et bruits de couloirs

Les loupés.

- *A évènement exceptionnel, comportements exceptionnels.*

Lors du départ, un vent de panique a soufflé sur certains (pour être exact et complètement honnête, certaines).

C'est Angèle qui ouvre le bal. Prise de panique, lorsqu'elle ne retrouve plus ses papiers d'identité à seulement deux mètres du boarding desk, elle arbore rapidement un air serein genre: « non c'est bon ils sont dans ma poche. Vous y avez cru? ». 1-0

Puis c'est Pauline qui fais feu, toujours au moment d'enregistrer . Pas de photocopie de la carte d'identité de sa mère pour valider son autorisation de sortie de territoire. Et là ca coince. Heureusement que Thierry n'a pas compté ses allers retours pour récupérer les documents manquants (11 kms, tout de même dans l'aéroport CDG) et permettre à Pauline d'embarquer juste à temps. 2-0

Enfin pour clôturer les embarquements, vient le tour de Camille. Et là c'est la totale, pas du tout d'autorisation parentale. Vous remarquerez la montée en puissance de nos féminines. Heureusement pour Camille, les agents d'Austrian Airlines ont été plutôt conciliants. 3-0

Et 1, et 2 et 3 -0...!!!

- *Mais l'égalisation masculine n'allait pas se faire attendre très longtemps.*

C'est seul qu'Eric a réaliser ce que l'on appelle le coup du chapeau ou dans le cas présent le coup du porte feuille. Eric pour ceux qui ne le savent pas est le délégué financier de l'équipe de France. C'est grâce à lui, entre autre, que nous pouvons régler les accréditations et autre frais qui peuvent survenir pendant le séjour. Patrick et Julien, accompagnés d'Eric, sont à « l'accréditation office » lorsqu'au moment de régler la note des chambres, Eric nous dit qu'il a oublié son bagage dans le bus contenant entre autre la mallette de billets. L'organisateur réussit à joindre le chauffeur qui accepte de faire demi-tour.

But compte triple. Match nul 3 partout. Merci Eric.



Atelier peinture au stade pour Paul.



Le

Atelier création du Haka à la française pour les sprinteuses de l'Equipe.



Atelier ménage pour Julien dans la salle kiné tant attendue.