



Planète Athlé Jeunes

Numéro 12 - Oct Nov Dec 2009



Editorial

L'athlé des jeunes va bien !

La saison 2008/2009 a vu les effectifs de toutes les catégories augmenter de façon importante avec 2 records tous temps chez les EA et PO. Le nombre de licenciés BE, MI remonte pour la première fois depuis de nombreuses années.

La saison qui vient de débiter est partie sur les mêmes bases (voir tableau ci-dessous).

Ce qui nous rassure le plus est la prise de conscience des clubs pour former des cadres compétents :

- les formations 1^{er} degré -12 et 1^{er} degré -16 connaissent un énorme succès,
- le 2^{ème} degré -12 -16 aura connu une participation record en 2009. (plus de 100 participants)

Des jeunes bien encadrés, cela ne peut que générer de la confiance de la part des parents, et inciter ces mêmes jeunes à retrouver le chemin du stade pendant de nombreuses années.

Nous disposons d'outils formateurs que bien des fédérations nous envient.

De plus en plus de ligues, de comités et de clubs ont intégré les changements préconisés par la FFA dans la pratique des jeunes, une rubrique sera régulièrement dédiée à des expériences mises en place ici et là pour l'éducation athlétique de nos jeunes.

Le cycle de colloques entamé voici quelques semaines montre que l'athlé des jeunes est une vraie préoccupation de la part des entraîneurs mais aussi des dirigeants, puisque de nombreux présidents de clubs assistent à ces colloques.

La FFA essaie d'être présente partout où des jeunes pratiquent notre sport.

La semaine nationale du cross qui vient de se dérouler à travers la France en partenariat avec l'UNSS, l'UGSEL et la FFSU en est la parfaite illustration.

La FFA vous souhaite une bonne saison 2010 qui débutera officiellement le 1^{er} janvier sur le plan sportif.

Sommaire :

- Licenciés jeunes
- La formation
- Les stages
- Les témoignages
- Communication

1. Licenciés jeunes

Effectifs 2009/2010

Pour effectuer une comparaison du nombre de licenciés entre la saison dernière (2008/2009) et la saison qui vient de débiter, nous nous sommes livrés à une comparaison en fonction de l'année d'âge (en fonction de la catégorie au 1^{er} Janvier 2010) et non en fonction de la catégorie à ce jour. La progression est beaucoup plus forte chez les garçons que chez les filles, chez lesquelles on note un certain "tassement".

EA : M (+ 12,3%) F (+ 5,6%)

PO : M (+ 15,8%) F (+ 8,6%)

BE : M (+ 11%) F (+ 4,6%)

MI : M (+ 9%) F (+ 6,5%)

Cela voudrait dire que nous sommes sur la bonne voie avec les tout jeunes et que cela va rejaillir un jour ou l'autre sur les BE, MI.

REGLEMENTS BENJAMINS – MINIMES

Il n'est pas inutile de repréciser quelques points de règlement applicables en France dans nos compétitions jeunes.

MINIMES

Tous les règlements FFA – IAAF s'appliquent aux minimes à l'exception de :

Faux départs : l'ancien règlement s'applique aux minimes.

A savoir : chaque athlète a droit à un faux départ

BENJAMINS – BENJAMINES

Faux départs : l'ancien règlement s'applique aux benjamin(e)s.

A savoir : chaque athlète a droit à un faux départ

Longueur – Triple saut :

La performance peut être mesurée de 2 manières différentes :

- L'athlète prend son impulsion sur la planche d'appel : mesurage du bord de la plasticine le plus proche de la planche d'appel jusqu'à la marque laissée dans le sable par l'athlète la plus proche de la planche d'appel (mesure 1)
- L'athlète prend son impulsion avant la planche d'appel : mesurage du bord de la planche d'appel le plus éloigné de la plasticine jusqu'à la marque laissée dans le sable par l'athlète la plus proche de la planche d'appel (mesure 2)

Hauteur :

Une bande de 50 cm de long et de 5 cm de large sera tracée perpendiculairement à la bande blanche tracée au niveau des poteaux de saut de façon à partager la zone d'impulsion en 2 parts égales. On saute dans la zone côté élan

50 m haies :

La hauteur des haies est de 0.65 cm minimum. (règlement FFA/UNSS de juin 2004)

2. La formation

Formation d'entraîneurs 2^{ème} degré moins de 12, moins de 16

Au total, pour cette année 2009, ce sont plus de 100 stagiaires qui auront suivi cette formation à travers la France, si l'on ajoute aux stagiaires de Lannion, Wattignies et Limoges, ceux qui ont suivi le stage en mai à Aix en Provence.

Des stagiaires qui deviennent des experts de l'athlétisme des jeunes et qui vont apporter la bonne parole dans leurs clubs. Les formateurs sont rassurés, tellement on a vu de qualité parmi ces nombreux stagiaires. Les idées ne manquent pas et les enfants qui leur sont confiés sont entre de bonnes mains. Il leur reste tout de même à valider leur stage au travers d'une évaluation écrite et pédagogique. Bonne chance à tous.

La liste complète de tous les stagiaires :

LANNION

THORAVAL Rozenn, BOURQUIN Pierre-Yves, RIOU Mickaël, JEULAND Pieree-Yves, LE RAY Dominique, FIEVRE Christophe, SANOU Idrissa, VAAST Isabelle, MAURICE Alexandre, MORAND Frédéric, FAUCAMPRE Jérôme, RANDRIAMIHAJA Berlioz, MORICE Laetitia, LECLAVIER Béatrice, GRIMM Morgan, ELYOUSFI Kamel, LAMBERT Wendy ALLEAUME Lousiane, BUSNEL Guillaume, BERTHELOT Chantal, ESTIENNE Florent, LAM David, ANYLA Bastien



WATTIGNIES

ALBERT Laetitia, BALLEUX Jean Philippe, BARBOUCHE Jamel, BASCOU Dimitri, BELKHARRAF Achraf, BERTELOOT Anne, BORTOLAMEOLLI Olivier, CAUVIN Jean, CZYMNIEWSKI Sébastien DAUBRESSE David, DERISBOURG David, DESCHANELS David FILLON Nicolas, FLORIMOND Laetitia, FRENOY Martine, GORRE Ludovic, ITSWEIRE Bertrand, JOURDAIN Laetitia, LOGEL Franck, LOUBRY Céline, MANTEL Nathalie, NAIZOT Nicolas, NURY Thomas, RONDEAUX Vincent, SAVARY Florent, SEFFAR Hatim, TACITE Sébastien



LIMOGES

CHEVALIER Fabien, RAMBOURG Benjamin, GAZZOLA Jean-Jacques, PIERRE Marie, COLLET Damien, CHAUVET Jean-Sébastien, DURECHOU Julien, PERRIERE Vincent, DEUX Geoffrey BESSE Laurent, EYROLLE Benjamin, PONS Eric, SAZ Emilie, EKANDO MPAKAMA Florine, LE BARS Sylvain, AMOKRANE Fathia, BEAUJEAULT Jacky, RENAUD Thibaud, OLIVERAS Damien, LACOMBE Aymeric, DOGER Cedric, LAMY Bruno, BENOIS Vanessa, MANSARD Cindy, BRULE Antoine.

Les colloques « athlé des jeunes »

Dans le cadre de sa politique jeunes, la Fédération Française d'Athlétisme organise au sein des ligues des colloques consacrés à la pratique de l'athlétisme chez les jeunes en France. A cette date, 5 colloques ont été organisés dans les ligues suivantes :

- Ligue du
- Ligue de Côte d'Azur
- Ligue Nord Pas de Calais
- Ligue d'Ile de France
- La ligue d'Auvergne.

C'est face à une augmentation croissante de ses effectifs jeunes et dans le but d'améliorer la pratique de l'athlétisme chez les enfants, que la Fédération Française d'Athlétisme souhaite que toutes les ligues mettent en place un colloque jeunes avant la fin de l'année.

Pour chaque ligue, c'est l'occasion d'aller à la rencontre des clubs et du monde scolaire pour aborder avec eux l'enseignement de l'athlétisme chez les jeunes (6 à 15 ans) et faire un point sur le développement de ces nouvelles pratiques.

Ces colloques s'adressent à toutes les personnes qui encadrent l'athlétisme des jeunes dans une structure : entraîneurs, enseignants, animateurs, bénévoles.

Pour plus d'informations, [cliquez ici](#)

3. Les stages

Stage national minime à l'INSEP

Compte rendu stage Minimes – INSEP – Toussaint 2009

Pour ce stage nous avons un but qui pourrait se résumer à la phrase suivante :

« En athlé le détail n'est rien, si l'essentiel n'a pas été réglé » :

- dans le domaine de l'organisation de l'entraînement
- dans le domaine technique
- dans le domaine environnemental
- dans le domaine de la préparation physique

Nous avons calé ce stage dans une périodisation qui correspond à la saison d'un post-ado. Ce stage devait correspondre à une exigence qui fait parfois cruellement défaut, la préparation physique athlétique.

Objectifs :

- s'entraîner à s'entraîner pour les athlètes
- accompagnement et formation continue des entraîneurs

Ce stage a été une phase clé du développement des fondements et du travail des diverses capacités physiques, intégrés à un entraînement biquotidien adapté à l'âge.



Les 4 thèmes d'une séance de préparation physique ont été abordés

- le pied :
- bondir et rebondir
- la souplesse
- le renforcement général avec Medecine- Ball

Des séances d'1h30 sur chaque thème ont été réalisées :

- 2h ont été consacrées à la mesure de tests habituels du 1000 Minimes
- Nous avons intégré le développement des qualités mentales cognitives émotionnelles en travaillant sur la visualisation, la concentration, la relaxation

Chaque athlète et entraîneur sont repartis avec quelques exercices utilisables à la « maison »
Sur une séance consacrée aux haies, nous avons développé les habiletés qui permettront à tous de franchir « les obstacles »

Un après-midi , les stagiaires et les entraîneurs ont pu « jouer sur des activités « auxiliaires » pour beaucoup d'entre eux, la perche et le marteau

Chaque fin d'entraînement de d'après midi revenaient les ateliers de suspension, abdos,...

Chaque soir après le repas les stagiaires et les entraîneurs étaient invités à se mesurer au badminton et au volley

Les entraîneurs :

Ils n'ont pas été que spectateurs, ils ont été associés aux séances, aux tests et ont été réunis 2h par jour pour travailler sur les contenus, les techniques, les athlètes de ce niveau et de cet âge.

L'ensemble des cadres a également participé en permanence à l'élaboration du cadre sur la rigueur de la vie en collectivité et le respect des autres.

Remarques de participants :

Danielle Chrétien, entraîneur de Gautier Dautremer : « J'ai appris plein de nouveaux exercices que je vais pouvoir utiliser chez moi, il y a eu un vrai échange entre tous. »

Basile Rolnin : « On a pu revoir des bases qu'on oublie souvent comme le pied et la souplesse. Il y a eu une super ambiance entre nous même si, au début, il y avait forcément quelques exilés. »

Estelle Bandini : « C'était comme dans un rêve, le paradis. L'entraînement était dur mais c'est ce qui est bon. Je remercie les coaches pour tout ce qu'ils ont fait. C'est dommage que le stage n'ait pas duré plus longtemps. »

4 minimes français invités au stage national allemand

Expérience intéressante pour nos jeunes français à Sarrebruck où étaient réunis les meilleurs minimes allemands de la zone OUEST et SUD. Le Nord et l'Est ça sera la semaine prochaine près de Berlin.

Ce stage coordonné par le responsable allemand des moins de 18 ans a pour but de repérer les futurs talents capables de participer aux mondiaux cadets de Lille notamment en 2011 et de voir leur comportement en société! (car certains seront appelés à intégrer les futures équipes allemandes!)

3 d'entre eux, pourtant doués, savent qu'ils ne feront plus partie du prochain stage. (2 retards! 1 vol de biscuits)

Les jeunes français, en retard pour le premier repas, n'ont plus osé recommencer!

Les installations de Sarrebruck sont superbes, tant les chambres, salles de réunion, que toutes les halles de sport; une salle encore plus grande, multi-fonctionnelle est en projet! Le stade côtoie la salle d'athlétisme, ce qui permet de travailler, la moitié de la séance en extérieur, l'autre en intérieur! Un rêve pour les sportifs comme Clément Hocq qui s'entraîne là.

La salle ne manque d'aucun matériel, notamment de l'équipement de gym très utilisé dans l'échauffement allemand de l'athlétisme (cordes, cheval d'arçons, barres parallèles etc.).

Pour ce stage (c'est la période creuse en Allemagne) les objectifs n'étaient pas de travailler à fond chaque discipline mais les sauteurs ont privilégié le travail du pied et de la coordination les lanceurs, la coordination, la gym et le gainage les sprinters, la coordination, la réactivité, le gainage, la souplesse (gymnastique) les demi-fondeurs, le travail du pied, la souplesse, la ppg

Tous ont eu droit au test de Cooper, même les lanceurs qui d'ailleurs terminent toujours leur séance par de la course. Et la PPG dernière séance en commun a été conçue de manière originale!

Dans les 3 groupes, les échauffements se font faits la plupart du temps avec des jeux de ballon, passe à 10 pour les lanceurs, football etc.(courant en hiver)



Des conférences ont eu lieu sur le dopage, le fair-play dans le sport. Manu-Georges N Guenyang, Loic Herkenrath, Camille Longuépée du LMA et Marie Codevelle de Marck, comme tous les autres, ont été gâtés (équipement-desserts surprise-participation au Stade 2 régional etc.)

Camille Longuépée a été félicitée pour son intégration très aisée au milieu des allemands! (sur la photo en compagnie d'une minime à 3m90 en perche)

Expérience à poursuivre...

Françoise Bels

Professeur d'Allemand

Entraîneur jeunes Lille Métropole Athlétisme

Echanges franco allemands

La 44^{ème} session des Fédérations sportives allemande et française s'est tenu à Annecy du 28 au 30 octobre 2009.

Cette réunion avait pour but de faire le point sur les différents échanges sportifs ayant eu lieu en 2009 ou devant se dérouler en 2010 et 2011 (du haut-niveau au niveau club). Elle concernait les échanges dans le domaine de l'entraînement et des échanges linguistiques.

Il s'avère que l'athlétisme profite peu de ces opportunités d'échanges, alors que des moyens financiers sont mis à disposition des structures pour les aider dans ce type de projet.

Les moyens financiers couvrent :

- les déplacements des stagiaires
- l'hébergement : 15 euros/jour/stagiaire
- l'animation sportive : 250 euros/jour
- l'animation linguistique : 150 euros/jour

à condition que l'échange (qui ne doit pas être exclusivement compétitif) comprenne un minimum de 4 nuits.

Les échanges peuvent se faire :

- entre fédérations, la FFA envisage des échanges entre les athlètes de haut niveau des 2 fédérations dans certaines disciplines comme les lancers par exemple.
- Entre ligues : ex : la LIFA développe un échange avec le Land de Brandebourg (région de Berlin).
- Entre clubs : seuls 3 à 4 clubs en France mettent en place ce type d'échange.

La FFA était représentée par Gérard Cambreling CTN athlétisme et la DLV par Hans Aelbrecht représentant la commission nationale des jeunes en Allemagne.

Il a été convenu entre les 2 parties de préparer un échange d'envergure à l'occasion des championnats du monde cadets qui se dérouleront à Lille en 2011 (du 5 au 11 juillet)

Certaines régions françaises sont jumelées avec des Länder allemands. Les ligues désireuses d'entrer dans ce processus sont donc invitées à prendre contact :

- avec les services responsables des échanges internationaux des Conseils régionaux,
- les ligues allemandes correspondantes..

La FFA se propose de faciliter les démarches d'hébergement sur Lille dans le cadre de ces opérations.

Gérard CAMBRELING se propose de rassembler les projets éventuels, vous pouvez le contacter : gerard.cambreling@athle.org

L'OFAJ (Office Franco allemand pour la jeunesse) qui gère tous ces échanges organise pour sa part un certain nombre d'activités tout au long de l'année dont un stage multi-sport durant les vacances d'été (du 18 juillet au 1^{er} août 2010).

Pour prendre connaissance des multiples activités de l'OFAJ , vous pouvez consulter le site suivant : <http://francoallemmand.franceolympique.com>

4. Les témoignages

La semaine Nationale du Cross

Il est encore trop tôt pour faire le bilan de l'opération 2009.

L'implication des 2 fédérations scolaires (UNSS et UGSEL) a encore été forte.

La FFA s'est déplacée sur 3 manifestations :

Collège Louis Braille à ESBLY (77)

Collège Albert Camus à LUMBRES (62)

Collège St Marie à Valognes (50)

Lors de chacune de ces manifestations nous avons pu, une fois de plus, nous rendre compte de l'impact très fort de ce genre de manifestation au sein des établissements.



Cross de Lumbres

Jamais, sans doute, le collège A Camus de Lumbres n'avait connu autant d'animation à l'occasion de son traditionnel cross d'établissement.

Avec le soutien du CG 62, de la municipalité de Lumbres, du comité départemental FFA 62 et du club local, ce sont 840 jeunes qui ont franchi la ligne d'arrivée ce samedi sous une légère bruine, sur un parcours tracé intégralement dans l'enceinte du collège.

Les épreuves se sont déroulées sous l'œil averti du maire de Lumbres, du député et conseiller général JC Leroy et de Lise Legrand marraine de l'établissement et sélectionnée Olympique en lutte.

L'IPR en EPS Thierry Tribalat, lui-même ancien athlète, triple sauteur de niveau national a suivi avec un grand intérêt le déroulement de cette manifestation.

Les professeurs d'EPS ont suivi de très près les classements afin de composer les équipes qui représenteront l'établissement lors de la finale départementale, l'objectif étant de qualifier au moins une équipe aux championnats de France UNSS qui se dérouleront ...en Corse au mois de Mars.

Lors de la cérémonie finale le conseil Général a offert un Kit de matériel d'athlétisme au collège et au club local "Courir dans le Lumbrois", représenté par son président J Luc Cordonnier.



« JOUER A L'ATHLE » : Une initiative originale organisée à Elbeuf (76)

Samedi 28 novembre, le CORE athlétisme (Club Omnisports de la Région Elbeuvienne) organisait sa traditionnelle rencontre « Jouer à l'athlé ». Cette forme de compétition collective réunit tous les ans les jeunes athlètes âgés de 6 à 10 ans issus des sections locales du Stade Sottevillais 76 : le DAC (Duclair Athlétique Club) l'EAPE (Entente Athlétique du Plateau Est de Rouen), le Stade Sottevillais 76 et bien sûr le COR Elbeuf.

Pas moins de 140 enfants se sont affrontés, par équipes de dix, chacune représentant un pays du monde : Suède, Ukraine, Espagne, Canada, Maroc, Japon, Algérie, Russie, Jamaïque, Italie, Kenya, Portugal, Brésil et Sénégal. Chaque équipe était mixte de sexe, d'âge et de club, et était encadrée par un parent ou



un bénévole des différents clubs. Les six ateliers proposés permettant d'accueillir 3 équipes en même temps, les 14 équipes étaient toujours occupées et le tout s'est déroulé dans un délai de deux heures.

Les six épreuves : lancer de médecine-ball, saut en longueur sur escalier, saut de grenouille, relais sprint-haies, course rythmée sur échelle et relais final Formule 1.

Que ce soit un chronomètre, une distance ou une addition des performances individuelles, le résultat global est le fruit de la contribution de chaque membre de l'équipe. Le décompte des points sur chaque épreuve reprend le modèle de la Coupe d'Europe ou du DécaNation : 14 points pour la 1ère équipe, 13 points pour la 2ème, etc, et 1 point pour la dernière équipe.

A l'issue des cinq premières épreuves, un classement provisoire est établi afin d'assurer la confrontation sur le relais final Formule 1 entre les équipes qui se tiennent dans une poignée de points. Après un match à suspense dans une ambiance de folie, place au classement final... Et c'est l'équipe d'Espagne qui s'est imposée devant le Kenya et la Canada !

L'ensemble des enfants présents a été récompensé par une médaille offerte par l'Agglo d'Elbeuf et des petits cadeaux offerts par l'OMS d'Elbeuf et la Fédération Française d'Athlétisme.

Tous sont repartis avec la satisfaction d'avoir défendu, le temps d'un après-midi, les couleurs d'un pays, au sein d'équipes mélangées dans lesquelles chacun mettait ses qualités physiques au profit du groupe. Qui a dit que l'athlétisme était un sport individuel ?

Tous les résultats et photos sur le site du CORE athlétisme : <http://core.athle.com>



Sport en famille à ARRAS

Pour la 5e année consécutive, le RC ARRAS Athlétisme a organisé le week-end "SPORT ET FAMILLE" où plus d'une centaine de personnes a contribué une nouvelle fois au succès de cette opération.

Le samedi après midi une compétition par équipe (enfants/parents) était organisée au Stade Degouve à ARRAS.

Cette compétition se composait de 5 épreuves avec un Sprint sur 7", une Course sur 5' (épreuve la plus épuisante selon les parents), le Lancer de Vortex, le Lancer précision et le Saut en Longueur.

Une épreuve finale, un relais Parents contre enfants fut organisée avec la victoire des "graines de champion".

Un sac de sport récompensait la meilleure doublette par catégorie et par sexe et chaque participant recevait un t-shirt.

Pour clôturer cette journée, un goûter et un verre de l'amitié furent offerts aux participants.

Le dimanche matin, une sortie "Jogging/Remise en forme" animée par Monique WAGON, a permis à une quinzaine de personnes de découvrir cette nouvelle activité leurs permettant de pratiquer du sport tout simplement dans le but d'être en forme dans la vie de tous les jours ou bien encore de perdre du poids et ainsi de lutter contre la sédentarité, le surpoids voire le tabagisme

5. La communication

La rubrique Jeunes du site Internet de la FFA

Vous avez remarqué que le site de la FFA a été reconfiguré cet été. Il est désormais composé de 4 rubriques :



Une rubrique entièrement dédiée aux jeunes a été créée (en cours de mise à jour). Au sein de cette rubrique, vous retrouvez l'architecture classique avec les onglets génériques situés en haut (adhésion, formation, médical...), les actualités et les gros plans.



Le menu de gauche est organisé en 4 parties :

- **je découvre l'athlé** : rubrique destiné au jeune qui découvre l'athlétisme
- **je pratique l'athlé** : rubrique destiné au jeune qui pratique déjà l'athlé dans une structure
- **j'encadre les jeunes** : rubrique destiné aux personnes qui encadrent l'athlé dans une structure
- **je suis fan d'athlé** : rubrique destinée aux jeunes, fans d'athlé qui souhaitent obtenir plus d'infos sur les athlètes, l'équipe de France...

Vous devriez, au fil des mois, y trouver tous les renseignements que vous recherchez. Dites nous également quelles rubriques vous aimeriez voir développées et quelles informations vous aimeriez voir figurer.

Contactez nous à planetearthle.jeunes@athle.org



Littérature enfantine

Merci à l'USEP de nous avoir communiqué, en cette période de Noël l'existence de ces magnifiques ouvrages qui peuvent faire l'objet d'un beau cadeau de Noël pour nos EA, PO ;

Le marathon de Safia (bande dessinée)

Scénario : Didier Quella-Guyot

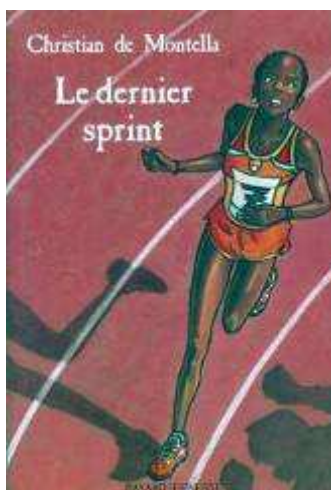
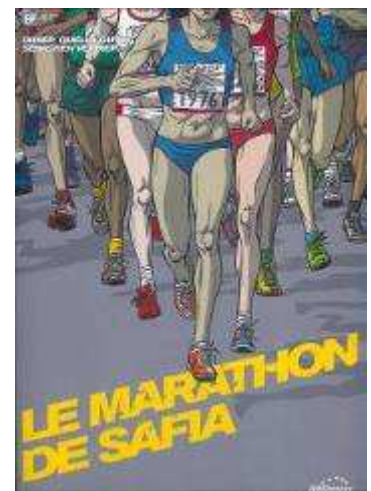
Atmosphère SPORT, Emmanuel Proust Editions, 13,90 euros, 2008, 56 pages

Le dessin et le travail de mise en pages sont relativement classiques et ne surprennent guère. Le sujet est lui aussi assez souvent abordé : une jeune fille d'origine maghrébine qui veut faire du sport est en butte à l'opposition de son père pour des raisons culturelles, d'apparence religieuse. Mais la manière dont le sujet est traité est intéressante.

La vie de cette famille et l'opposition de principe du père sont expliquées sans a priori, sans intégrisme de quelque bord qu'il soit. La jeune fille a une réelle place dans la famille, elle n'est pas une sorte d'esclave ; sa résistance et sa volonté de s'exprimer par le sport existent et correspondent à une actualité simple et quasi quotidienne ; il n'y a pas de violence sinon la volonté d'indépendance et d'expression d'une adolescente.

Cette BD a de plus une volonté pédagogique en personnalisant le marathon à travers l'histoire de cette jeune fille : son désir de courir lui fait chercher l'histoire de sa discipline, sa culture. De plus, à la fin de l'album, quelques pages bien composées complètent l'apport documentaire.

C'est très pédagogique, mais bien fait car le côté encyclopédique est bien amené à travers une histoire bien actuelle.



Le dernier sprint, de Christian de Montella, Bayard jeunesse

Les romans de Je Bouquine, août 2003

A partir de 10 ans

2 courses ; 75 pages qui racontent 2 courses. Fort bien. Et la passion d'une collégienne pour la course. Pas pour courir : elle n'aime pas courir. Pas plus que s'entraîner. Pas plus que se lever le dimanche matin pour aller courir. Non, ce qu'elle aime, c'est la course en elle-même : elle aime ce moment où elle oublie l'angoisse du départ et qu'elle a « l'impression qu'elle pourrait courir jusqu'au bout du monde ». Mais voilà, la première course vécue dans le livre, c'est celle qu'elle ne gagne pas.... Elle ne rejette la responsabilité sur son entraîneur qui ne sait que lui crier dessus ! « Est-ce qu'il sait courir

seulement ? » Alors, elle crie, hurle sa déception, et clame sa volonté d'arrêter de courir, d'arrêter de se lever tôt le dimanche, d'arrêter d'avoir mal.... Mais il y aura un autre dimanche matin où elle se réveillera, il y aura les copains du club et une autre course....

Fort bon roman qui montre de l'intérieur tous les sacrifices, toutes les douleurs de l'athlétisme. Cet ouvrage ne cherche pas à expliquer pourquoi certains se consacrent à la course mais il montre ce paradoxe: ils ont mal, ils ont froid et ils continuent quand même, peut-être seulement pour revivre ces quelques secondes où ils sont « en course ».

JOYEUSES FETES !



La Fédération Française d'Athlétisme et toute l'équipe chargée de l'athlétisme des jeunes à la FFA vous souhaitent de bonnes fêtes de fin d'année et une joyeuse année 2010 !

2009. Les visages de la réussite..



Christophe Lemaitre,
médaille d'Or et recordman
d'Europe Juniors du 100 m,
Novi-Sad 2009

Romain Mesnil,
médaille d'Argent,
Berlin 2009

Boubdellah Tahri,
médaille de Bronze, recordman
d'Europe du 3000 steeple,
Berlin 2009

Renaud Lavillenie,
médaille de Bronze,
Berlin 2009, recordman
de France à la perche

Pour 2010, La Fédération Française d'Athlétisme
vous souhaite une année
pleine d'émotions partagées et de défis relevés.

www.athle.com

