INFOS MARCHE

Bulletin d'Information bimestriel de la CNM et de l' ETN Marche

N° 06 Mars 2008

Profitant du passage de Pascal CHIRAT à La Londe Les Maures et compte tenu de l'actualité très importante avant les Critériums Nationaux Seniors du 30 Mars, il nous est apparu nécessaire de sortir un INFO Marche spécial DTN.
Bonne lecture.

Jacques XEMARD

Ce numéro est important car juste avant le critérium de La Londe, il paraissait important de présenter aux athlètes toutes les règles du jeu pour la saison internationale que ce soit pour les seniors ou les Jeunes. A lire attentivement donc, car il vaut mieux être au courant de tout avant de partir au combat. Pour ceux qui ont besoin de compléments d'infos ou davantage d'explications, je reste, volontiers, à votre disposition. Vus pouvez me joindre au 06 13 50 90 75 ou m'envoyer un mail à pascal.chirat@athle.org. Avant que la saison ne débute, et qu'elle livre ses premiers verdicts, il me reste à souhaiter bonne chance à tous et toutes, en espérant que vous atteigniez vos objectifs et que vous soyez récompensés à la hauteur de votre investissement.

Pascal CHIRAT.

CRITERIUM DE LA LONDE LE 30 MARS 2008.

La pression monte tout doucement pour le critérium national de marche de la Londe des Maures.
Cette épreuve s'annonce comme étant la plus belle épreuve de marche de l'hexagone : en effet, toutes les catégories de cadets à seniors sont représentées. Tous les leaders de la marche française seront présents, puisque ce critérium est sélectif pour la Coupe du Monde de marche en Russie au mois de Mai. Seul, manquera à l'appel le leader de la marche française, Yohann DINIZ, puisque d'une part celui-ci était dispensé de l'épreuve de sélection et d'autre part, ayant pris du retard dans sa préparation suite à la blessure contractée en Janvier, celui-ci a renoncé à sa participation à la Coupe du Monde pour mieux se préparer aux JO.

Manquera à l'appel également, Denis LANGLOIS : en effet, le même jour, il se trouvera du côté de Dudince en SLOVAQUIE, pour tenter de réaliser les minima aux Jeux Olympiques sur 50km.

Voici, donc ci-dessous un rappel des modalités de sélection pour la Coupe du Monde.
Les athlètes qui seront sélectionnés pour celle-ci auront un stage préparatoire, obligatoire, en Pologne du 14 au 26 Avril. Ils ne devront pas oublier de se soumettre au suivi longitudinal obligatoire avant la Coupe du Monde.

Du côté de la Londe, Jacques XEMARD la ville et le club local, déploient beaucoup d'énergie pour que cet événement mérite sa réputation de plus belle épreuve de marche de l'hexagone. Nul ne doute qu'ils seront à la hauteur de cette ambition.

RAPPEL DES MODALITES DE SELECTION COUPE DU MONDE CHEBOKSARY 2008.

Pour l'ensemble des épreuves, les sélections se dérouleront au critérium national seniors de la Londe des Maures le 30 MARS 2008.

50km :
Les compétitions prises en compte sont :

- les Championnats de France du 50km de REIMS le 28 Octobre 07
- le 35km du critérium national seniors le 30 Mars à la Londe des Maures.

La participation aux 2 compétitions est obligatoire pour prétendre à la sélection à l'exception de Denis LANGLOIS.
La participation à un 50km en début de saison 2008 (3 mois avant la date de la Coupe du Monde) est incompatible avec la sélection à la Coupe du Monde à l'exception de Denis LANGLOIS.
Une équipe (5 athlètes au maximum) ou des individuels seront sélectionnés en fonction du potentiel de cette équipe ou des individuels.
Le DTN prononcera la sélection à l'issue de la compétition du 30 Mars en fonction des différents résultats des compétitions précitées.

20km Hommes :
Yohann DINIZ est sélectionné sous réserve de son état de forme ou d'une blessure.
Les 2 premiers de l'épreuve de sélection seront automatiquement sélectionnés sous réserve qu'ils réalisent une performance inférieure à 1H26'.

Une place pourra être attribuée prioritairement à un jeune athlète de moins de 25 ans en fonction de son potentiel et de sa performance réalisée lors de l'épreuve sélective.

L'engagement d'une équipe (5 athlètes au maximum) se fera en fonction du potentiel de celle-ci.

20km Femmes :
La décision d'engager une équipe (5 athlètes au maximum) ou des individuels sera prise par le DTN au vu des résultats de l'épreuve de sélection du 30 Mars à la Londe des Maures.

Une place pourra être attribuée prioritairement à une jeune athlète de moins de 25 ans en fonction de son potentiel et de sa performance réalisée lors de l'épreuve sélective.

10 Km Juniors Hommes et Femmes.
Les résultats du critérium national du 30 Mars 2008 à la Londe des Maures détermineront les sélections : La décision d'engager une équipe (3 athlètes au maximum) ou des individuels sera prise par le DTN. Sous réserve de l'accord du DTN, des cadets et cadettes pourront prendre part à l'épreuve de sélection. Ils ne devront avoir participé à aucune autre épreuve supérieure à 5 km entre le début de l'année 2008 et l'épreuve de sélection. En cas de sélection, ils devront s'engager, sous peine de non sélection, à ne participer à aucune épreuve supérieure à 5 km avant la Coupe du Monde.

La participation au stage terminal préparatoire à la Coupe du Monde est obligatoire, sauf dérogation exceptionnelle accordée par le DTN.

Dans tous les cas, les athlètes seniors devront avoir réalisé un suivi biologique dans le cadre et selon les modalités de la FFA entre J-15 et J-10 avant la Coupe du Monde.

La responsabilité de réaliser ce suivi incombe à l'athlète qui doit contacter le médecin fédéral (Emmanuel PROU emmanuel.prou@athle.org Mobile : 06 09 09 38 81) en charge du suivi longitudinal pour obtenir la prescription indispensable à la réalisation du suivi. En cas de non réalisation du suivi dans les conditions citées ci-dessus, la sélection de l'athlète sera annulée.

Le DTN pourra retirer de la sélection, des athlètes qu'il considère ne plus être en mesure de disputer la Coupe du Monde dans des conditions optimum, notamment en raison d'une blessure ou d'une pathologie ou d'une méforme avérée ou de la non réalisation de son suivi biologique dans les délais ou pour toute autre raison le justifiant.

LES INTERCLUBS POUR LES SELECTIONNES A LA COUPE DU MONDE.

La CSO a validé un projet présenté par la DTN concernant des aménagements particuliers pour les marcheurs et marcheuses qui seront sélectionnés à la Coupe du Monde. En effet, celle-ci se déroulera entre les 2 tours Interclubs. Ainsi, pour les marcheurs du 50km, étant donné la difficulté d'effectuer un 5000M une semaine après le 50km, ces athlètes seront dispensés du deuxième tour : la performance qu'ils auront réalisé lors du 1er tour sera prise en compte pour le 2è tour. Il suffit simplement aux clubs d'en faire la demande, mais il ne faut surtout pas oublier de le faire.

Cette dispense du deuxième tour, ne vaut que pour les marcheurs du 50km. Tous les autres seront tenus d'effectuer le second tour avec une seule exception pour les athlètes qui se blesseraient lors de leur épreuve

de la Coupe du Monde et sous les conditions suivantes : la blessure ne peut intervenir que lors du week-end de la Coupe du Monde et le constat de cette blessure relève uniquement du médecin fédéral présent sur l'épreuve de la Coupe du Monde sur la base de la délivrance d'un certificat médical. Dans ce cas, l'athlète sera dispensé du second tour sans préjudice pour son club : la performance réalisée lors du 1er tour sera prise en compte pour le second tour, le club aura juste à en faire la demande en présentant le certificat médical rédigé par le médecin fédéral.
Voilà une mesure qui va dans le bon sens et qui nous en sommes sûrs, satisfera les clubs.

PORTRAIT DE SEBASTIEN BICHE.

Qui ne connaît pas Sébastien BICHE ?
A moins de débarquer de la planète Mars dans le monde de la marche hexagonale, sa tête de Harry Potter, son style mécanique, tranchant avec sa réserve et sa gentillesse en dehors des circuits, ne peut vous être inconnue. C'est que Sébastien comptera, l'année prochaine, 20 années d'athlétisme et autant de marche athlétique car, sous la houlette de Bernard SOULISSE, la discipline l'a séduit d'emblée. Peu de temps, il prit l'habitude de fréquenter les podiums nationaux. En 1990, le voilà déjà 3e du championnat cadet, puis double champion de France chez les juniors. Son extraordinaire vélocité et son dynamisme font des ravages. Il collectionnera en tout 5 titres dans les jeunes catégories, pour un garçon né en 1973, c'est à dire la même année que David Boulanger et Eddy Riva. Il ponctuera sa moisson de médaille, en 95, par un record de France – tiens, tiens – sur 50 km.

Question : Comment as-tu préparé ton championnat de France de Reims ?
Ma préparation a été très réduite, seulement 6 semaines, où nous (ndlr : avec Denis Langlois, son entraîneur) avons rajouté un peu de kilomètres pour passer de 120-130 habituellement à 180-190km pour simplement être capable d'aller au bout.

Quels étaient tes objectifs en venant à Reims ?
Le titre et moins de 4 h. Je me sentais une épée de Damoclès au dessus de la tête. Il me fallait réaliser un truc avant la fin de l'année.

Comment s'est déroulée la course ?
J'étais serein. Contrairement à mes habitudes, j'ai bien dormi. Je savais que nous étions 4 d'un même niveau et que le coup était jouable. Denis et moi avions décidé d'un schéma de course : rester tranquille jusqu'au 35ekm et ensuite tout donner.
Cédric (HOUSSAYE) et Hervé (DAVAUX) ont fait une course désordonnée mais je n'ai pas dérogé à mon schéma. Je suis revenu entre le 30 et le 35 et ensuite j'ai géré. J'ai été bien jusqu'au 46e mais j'ai eu un coup de fatigue jusqu'au 48 et je n'étais pas bien dans le dernier tour qui a été dur.

On vous a vu sur une photo, après l'arrivée, assis la tête dans les mains. A quoi pensiez-vous à ce moment là ?
Il y avait beaucoup d'émotion. Je touche un peu de réussite après une longue carrière où je n'ai pas été épargné. On disait que j'étais capable du meilleur comme du pire, que j'étais un éternel espoir et enfin, j'atteignais quelque chose même si je sais bien que 3h58' ce n'est pas grand chose. Ce titre m'a remotivé et je ne me sens pas usé.

Quand on regarde ton parcours, outre ton record de France sur 50km, on voit une participation à la Vasalopet (une épreuve de ski de fond en Suéde) et un record du monde sur 100 km … sur un rameur. Les efforts longs ne te rebutent pas, bien au contraire, alors pourquoi s'est-il écoulé 12 ans entre ton record de France sur 50km espoir et ce titre ?
J'adore l'effort solitaire et le vivre de l'intérieur. C'st la fragilité qui m'a freiné… ou peut être un certain manque de sérieux du côté de mon hygiène de vie. Mes préparations étaient toujours très courtes et étaient en quelque sorte des coups de poker. Ca marchait sur une compétition mais ça ne pouvait pas tenir sur la distance. J'ai aussi été opéré de la vésicule biliaire, il y a 2 ans, ce qui a je pense réglé certains problèmes et puis la création de l'association a permis, dans un climat de saine émulation et de respect mutuel, de faire des préparations vraiment plus solides.

Quel sont tes objectifs pour 2008 ?
Je ne ferai pas d'indoor. Toute ma préparation sera axée sur la coupe du monde Chebokzary et la réalisation d'un chono sous les 3h55. Pour cela, il y aura un stage de 2 mois au Portugal en janvier et un mois en Chine, comme l'an dernier.

A 34 ans, un marcheur est à son apogée, comment vois-tu la suite de ta carrière ?
J'espère encore 2 ou 3 bonnes années pour qu'on dise non pas « il aurait pu mais il a fait »
Bruno Fougeron

LE REGLEMENT DU CHALLENGE ADIDAS 2008.

Les lauréats 2007

Le challenge Adidas pour les cadets et cadettes a été reconduit en 2008 : les grandes lignes du règlement de l'an dernier sont restées en vigueur : seuls quelques aménagements ont été apportés. Le principal d'entre eux, est la participation au 10km du critérium de la Londe des Maures : la non participation a celui-ci n'est plus éliminatoire comme c'était le cas l'an dernier. Par contre, la participation à cette épreuve entraîne pour chaque participant un bonus de 10 points, suffisamment attractif pour inciter chacun et chacune à prendre part à cette épreuve.
Vous trouverez ci-joint le classement après les 2 premières épreuves (Journée Nationale des Jeunes d'Octobre à Montreuil et le Championnat de France en salle à l'INSEP)

CHALLENGE ADIDAS 2008
Cadettes Filles

		1	2	T
MENUET Emilie	AJ Blois Onzain	15	15	30
ONNO Marie	Grand Angoulême A	13	13	26
GRALITZER Delphine	Le Chesnay 78 AS	11	2	13
BARR Lucile	US Athlétiques De Liévin	1	11	12
BELLEMBOIS Marine	AC Villeneuve D'ascq	9	3	12
PASTORINO Ines	Nice Côte D'azur A	1	9	10
GUEGUEN Charlene	Quimper Athlétisme	4	5	09
MARCOU Amandine	SA Mérignac	-	7	07
PAMART Anne	AS Marck	7	-	07
BOURGON Julia	Doubs Sud Athlétisme	6	-	06
DELACROIX Oceane	Haute Bretagne Athlétisme	-	6	06
VERREAUX Marine	Givet Revin AC	5	1	06
LIKWETTI Yovianne	Assoc. Feyzin Athlé.	-	4	04
QUENNEHEN Marine	CA Montreuil 93	3	-	03
BESCOND Florence	USC Mézidon	2	-	02
BONNAIRE Karine	UA Des Côtes D'armor	1	1	02
DIGARD Melissa	UA Des Côtes D'armor	1	1	02
BOUNAB Marie	Cognac AC	1	-	01
CASANOVAS Natatcha	US Bazas	-	1	01
CERANTOLA Laury	US Bazas	-	1	01
CHIRAT Gaelle	Athlé Halluin Val de Lys	1	-	01
DIMECH Marine	Nice Côte D'azur A	1	-	01
DUQUESNE Corinne	EA Cherbourg Querqueville	1	-	01
FABY Marion	Cercle Athlétique de L'Eure	1	-	01
FOURNET Marie	CA Montrichard	1	-	01
FRANZETTI Mathilde	CO Haute Moselotte	1	-	01
GOSSELIN Charlotte	ASPTT Rouen	1	-	01
HUMBERT Audrey	ASMA La Seyne	1	-	01
LE BONGOAT Audrey	UA Des Côtes D'armor*	1	-	01
LENGLET Heloise	ASPTT Rouen	1	-	01
LEPICIER Julie	Moissy Cramayel A	1	-	01
MILLON-PRIEUR Claire	EFS Reims A.	1	-	01
MINET Emmanuelle	Pays De Colmar A	1	-	01
PIERREL Eva	CO Haute Moselotte	1	-	01
PONSART Julie	SE Pavillons sous Bois	1	-	01
POULAIN Clemence	GA Basse Seine Bolbec	1	-	01
QUERRIEN Pauline	USC Mézidon	1	-	01
ROLLIN Pauline	UA Orange Haut V	1	-	01
SENECHAULT Pauline	Stade Niortais	1	-	01
SIMOES Cloe	Lyon Athlétisme	1	-	01

Cadets Hommes

ANDRIEU Hugo	UAVH Aubagne	11	6	17
LETT Sébastien	A Sarreguemines SA	8	9	17
LACEY Jérôme (GBR)	ASPTT Toulouse	15	-	15
MALOSSE Dimitri	JS Lézignan Corbières	-	15	15
ERARD Damien	ASM Bar le Duc	13	1	14
GABORIT Axel	RC Nantais	-	13	13
SIZORN Arnaud	Quimper Athlétisme	9	2	11

RICHARD Dorian	ACJ Nérac	-	11	11
CHAUSSON Nicolas	Omnisports Pithiviers	1	7	08
BELLAND Jérôme	Yonne AC	7	-	07
COUTURIER Marvin	US Berry Athlétisme	6	1	07
NASRI Yannis	Coquelicot 42	-	5	05
MUSSILLIER Vincent	MJ Trouville	5	-	05
BELLAND Jérôme	Yonne AC	-	4	04
BOENNEC Simon	Grand Angoulême A	4	-	04
GOSSELIN Nicolas	ASC Le Havre	-	3	03
PFISTER Guillaume	ASM Bar le Duc	3	-	03
TORLET Doniphan	E Sambre Avesnois 59	2	-	02
NAZE Alexandre	Mouy ATAC	1	-	01
GOURCEROL Gabriel	CA Montreuil 93	1	-	01
DENIMAL Romain	Stade Saint Quentinois	1	-	01
ZAZAFIMAHEFA Tao	Lille Métropole Athlétisme	1	-	01
DECHAMPS Timothée	GA Basse Seine Bolbec	1	-	01
DASSONVILLE Aurél.	Etoile Oignies	1	-	01
OUDIN Anthony	CO Champagne AA	1	-	01

LES MODALITES DE SELECTION AUX CHAMPIONNATS DU MONDE JUNIORS 2008.

Le Directeur Technique National a validé les modalités de sélection pour cette compétition.

Les minima sont :

- **Juniors Filles : 50'55''**
- **Juniors Hommes : 44'05''**

Pour chaque discipline, une épreuve de référence doit être choisie : les minima réalisés sur cette épreuve de référence sont prioritaires sur les autres compétitions pour obtenir la qualification.

Pour la marche, voici ce que les responsables nationaux ont proposé, propositions qui ont été validées par le DTN, et qui sont donc officielles :

Meeting de référence pour la Marche : 2 cas de figure :
1) Des Juniors sont engagés à la Coupe du Monde de Marche.
2) Aucun junior n'est engagé à la Coupe du Monde de Marche.

1) **Des Juniors sont engagés à la Coupe du Monde de Marche A CHEBOKSARY : 11 MAI 2008.**

Dans ce cas, la Coupe du Monde de Marche est le meeting de référence pour la qualification aux Championnats du Monde.
Le ou la junior français(e) réalisant les minima lors de l'épreuve de Coupe du Monde est automatiquement sélectionné(e) pour les Championnats du Monde Juniors.

2) **Aucun**(e) **junior**(e) **n'est engagé à la Coupe du Monde de Marche.**

Dans ce cas, le critérium de Printemps Jeunes du 1er Juin 2008 à SARREGUEMINES, devient le meeting de référence pour la qualification aux Championnats du Monde.

Si aucun(e) junior(e) ne réalise les conditions automatiques de sélection:

- les résultats de la Coupe du Monde et du critérium National de Printemps Jeunes seront plus particulièrement pris en compte.

- La réalisation des minima sur d'autres compétitions sera possible uniquement entre le 1er Mai et le 22 Juin 2008 et à condition que :
  - les dites compétitions soient officielles (on entend par officielles, des compétitions ayant un jury marche officiel et qualifié, et si les épreuves se déroulent sur route, qu'elles aient fait l'objet d'un mesurage officiel)
  - ET pour pouvoir y participer, l'athlète aura, au préalable, sollicité et obtenu l'autorisation de la Direction Technique Nationale (Pascal CHIRAT responsable du Département Hors Stade et Marche).

La sélection sera prononcée officiellement à l'issue de la période de qualification.

Compte rendu du Match Juniors en salle ALL-FRA-ITA à Halle (ALL) le 1er mars

C'est une équipe complète et soudée qui s'est déplacée à Halle dans ce fief des lancers de l'ex Allemagne de l'Est, nos marcheurs ont fait à 75% ce que l'on attendait d'eux. En effet chez les filles, Lauren Delon et Marion Rouland, montraient l'exemple en battant leur record personnel. Toute deux essayaient de rester au contact de leurs adversaires, Lauren parvenait à rester dans un groupe de 3 marcheuses et se battait jusqu'au bout pour prendre un belle 4ème place 14'18''41 (ancien record 14'33''23 en plein air 14'54'' en salle)

Marion, moins stressée dès le départ donné, elle était lâchée rapidement et dût faire la course à l'arrière. Sans se désunir, elle termine 6ème avec un nouveau record personnel 14'44''21 (ancien record 15'09'' en salle)

Pour les garçons même scénario, Medhi en guerrier va lutter jusqu'au bout sans se laisser impressionner par ces deux adversaires avec lesquels il reste au contact, la décision se faisant dans le dernier tour, il termine 4ème à la bagarre avec comme récompense son meilleur chrono sur la distance 21'27'' (ancien record 21'37 en plein air 21'55'' en salle)

Louis Guillaume, parti prudemment sur les bases de son meilleur temps, ne sera jamais dans la course, lâché dès le début, il ne reviendra pas même s'il fit une timide tentative, il ne parviendra pas à rejoindre le groupe de Medhi 80m devant pendant 3Km, il finit même par lâcher prise et se désunir dans les deux dernier Km.

Notons sur le plan Technique, que nos athlètes Marion et

Mehdi ont eu une mise en garde, mais pas de carton.

Que pour l'ensemble un comportement exemplaire, tant sur l'heure des rendez vous que sur le respect des consignes, presque des pro, que du bonheur.

En résumé, un match idéalement placé 1 semaine après les France, nos athlètes encore en forme se prennent volontiers au jeu. Même si l'on peut déplorer les aléas dûs au voyage, l'expérience me parait concluante pour être renouvelée. Ces performances ont été réalisées par des athlètes bien préparés, auxquels il faut associer leurs entraîneurs.

Il semble important de permettre le plus souvent possible, à nos athlètes de s'affronter au plus haut niveau, l'adversité étant la meilleure des motivations.

John Patin Pour l'équipe technique.

Laurène DELON

A LIRE.
A lire, le prochain numéro de l'AEFA, la revue des entraîneurs français d'Athlétisme : en effet, une large partie de ce numéro sera consacré à la marche avec notamment une analyse de kinogrammes des Championnats du Monde d'Osaka et une présentation des tests physiologiques, mécaniques et physiques réalisés lors des stages nationaux jeunes de 2005 à 2007.

adidas
CAISSE D'EPARGNE
Partenaires Principaux de la Fédération Française d'Athlétisme
FFA
On est tous Athlètes