

LE PONTET (VAUCLUSE), 2 MARS

« Nous misons sur le collectif »

Les demoiselles d'Athlé Sud 77 font figure d'épouvantails en cross depuis quelques saisons et ont, à nouveau, brillé au Pontet avec quatre médailles individuelles et collectives. Une densité rare à ce niveau. Thierry Choffin, responsable demi-fond du club mais aussi des sections sportives et du pôle espoirs de Fontainebleau, revient sur les clés de cette réussite.

ATHLÉTISME MAGAZINE : Quelle est la recette de votre groupe d'entraînement, qui a obtenu de brillants résultats lors de ces championnats ?

THIERRY CHOFFIN : La dynamique vient d'abord de notre structure qui est triple avec, premièrement, les sections sportives des lycées François Couperin à Fontainebleau et Uruguay France à Avon. Deuxièmement, les athlètes du pôle du Centre national des sports de la défense (CNSD). Troisièmement, les membres du club local, Athlé Sud 77. Tout cela permet de former une espèce de melting pot très efficace. Les demi-fondeurs arrivent jeunes chez nous en section sportive, à seize ans. On a trois ans pour les former en espérant qu'ils intègrent le pôle. Comme l'ambiance est intéressante, certains athlètes changent de club et s'installent à Fontainebleau.

Les équipes féminines d'Athlé Sud 77 ont particulièrement marqué les esprits...

C'est vrai que ce sont les performances des filles qui sont les plus marquantes. Comme il y a moins de densité que chez les garçons, ça se voit vite quand on a plusieurs fondeuses de qualité. Nous avons une génération de filles très performantes, dont certaines qui acceptent de faire à la fois de l'indoor et du cross, ce qui n'est jamais facile.

Comment se déroulent les entraînements ?

Toutes les séances sont communes et réunissent une cinquantaine d'athlètes, dont une vingtaine fait partie de « l'élite ». Les filles sont très à l'écoute et reproduisent rapidement ce qu'on leur demande, de manière assez scolaire. Elles sont devenues amies les unes avec les autres et forment un réseau de camaraderie. Il n'y a pas d'animosité. Les garçons et les filles sont mélangés pendant les entraînements. Il y a des athlètes du club qui sont un peu moins forts et qui peuvent donc toujours aider nos meilleures coureuses. Nous misons beaucoup sur le collectif. J'utilise l'éventail de disciplines du groupe. Certaines filles sont très fortes en fartlek

et en aérobie, d'autres préfèrent la piste. C'est vraiment complémentaire.

Cette ambiance s'est installée naturellement ?

Oui, elle est venue assez vite. Quand des nouveaux arrivent, ils découvrent que le groupe fonctionne comme ça et s'y intègrent facilement. Pour un coach, gérer une équipe aussi importante est parfois compliqué. Je donne toujours la priorité au collectif mais il ne faut pas oublier les individualités. J'essaie de trouver du temps pour discuter avec chacun.

De quelle manière avez-vous préparé la saison de cross ?

Les athlètes s'entraînent beaucoup en nature. Avec la forêt de Fontainebleau à côté, c'est l'idéal. Il y a deux voire trois séances en nature obligatoires par semaine. La nouveauté au CNSD, c'est qu'une piste indoor vient d'être livrée. C'est ce qui explique les résultats en salle de certains athlètes du groupe (ndlr : doublé de Rénelle Lamote et Camille Laplace sur 800 m lors des championnats de France Élite). La piste de 200 m est vraiment nickel. On a connu la galère l'hiver pendant des années. Aujourd'hui, on revit un peu.

Où sont logés les athlètes du pôle ?

Ils habitent tous dans le coin. Certains sont internes dans les établissements scolaires, d'autres sont logés au pôle. Les plus âgés ont une chambre universitaire en ville. Ils étudient presque tous sur place. Jusqu'au bac, ils sont vraiment dans le confort. En revanche, après, il n'y a pas grand-chose au niveau études supérieures. Ils doivent parfois aller à Créteil pour leurs cours.

Quel est votre mode de recrutement ?

Depuis cinq ou six ans, le bouche-à-oreilles fonctionne à plein. Cela se sait en Île-de-France que

le demi-fond marche bien chez nous. On recrute au niveau régional par l'intermédiaire des sections sportives. Pour le pôle, le recrutement est national. Une fille comme Johanna Geyer Carles (championne de France juniors au Pontet) vient de Toulon. Elle s'est dit qu'il lui fallait une nouvelle structure pour passer un cap et elle nous a rejoints.

Y-a-t-il des leaders dans votre groupe de filles ?

Sur le plan des résultats, je citerais Rénelle Lamote. Elle est aussi une meneuse au niveau de l'ambiance. Camille Laplace, elle, est une chef de meute. Ce sont des filles extra, épanouies, qui tirent tout le monde. Johanna se fonde plus dans le groupe et le tempère. Elle est importante aussi. Il y a également une fille comme Aïsse Sow (championne de France espoirs du 3000 m steeple), un peu plus vieille que les autres et qui est la sage africaine qui conseille tout le monde.

Avec un groupe aussi dense, comment gérez-vous les tensions ?

Le groupe est relativement apaisé. L'idéal est de réussir à éviter ces comparaisons qui peuvent parfois inhiber. Avant les championnats de France, Johanna s'est retrouvée deux fois derrière Emma (Oudiu, 3^e chez les juniors). Elle est venue me voir et on a discuté. Sur 800 m, Camille et Rénelle avaient le même niveau en junior. À l'époque, je les prenais chacune à part avant les compétitions pour leur donner leur propre plan de course. Elles s'échauffaient ensemble mais, pendant le 800 m, elles étaient des adversaires comme les autres. Lors des derniers championnats de France Élite, elles ont cependant préféré que l'on prépare la course ensemble. Ça les rassurait.

Quelle image votre groupe de demi-fond possède-t-il à l'extérieur ?

Parfois, on nous présente comme une machine de guerre. Les gens ont l'impression que, chez

RÉDACTEUR
FLORIAN GAUDIN-WINER
PHOTOGRAPHE
S. KEMPINAIRE / KMSP

LA RAZZIA
DES SEINE-ET-MA
OR : Johanna Geyer Carles et équipe cross court f
ARGENT : équipe junior et équipe juniors filles
BRONZE : Emma Oudiu
ET AUSSI : Doublé de Rénelle Lamote et Camille Laplace sur des championnats de France Élite et Or pour Alexis Bosio sur des championnats de France Élite



nous, c'est la RDA. Mais ça n'est pas du tout ça ! L'ambiance est cool, ici. Suite à nos résultats, j'ai reçu pas mal de félicitations de la part de personnes qui mesurent l'investissement que tout cela représente. Le point noir, ce sont les athlètes qui rejoignent le club après avoir intégré le pôle. On nous le reproche et il y a un peu de jalousie en Seine-et-Marne. Ce n'est pas faux mais ce sont les athlètes qui souhaitent nous rejoindre. On ne leur dit jamais de venir. La ligue est, en tout cas, très contente du fonctionnement du pôle.

À terme, souhaitez-vous conserver le plus longtemps possible tous ces athlètes ?

Deux membres du pôle sont partis aux États-Unis cette année. Cela faisait partie de leur plan de carrière, notamment dans le cadre de leurs études. Je leur ai dit d'y aller. Rénelle, quand elle n'aura plus besoin du cocon familial qui existe ici, rejoindra peut-être une structure plus professionnalisée comme l'Insep. Le but, c'est de trouver le mieux possible pour les athlètes. Notre ambition n'est pas de les garder à tout prix. ●