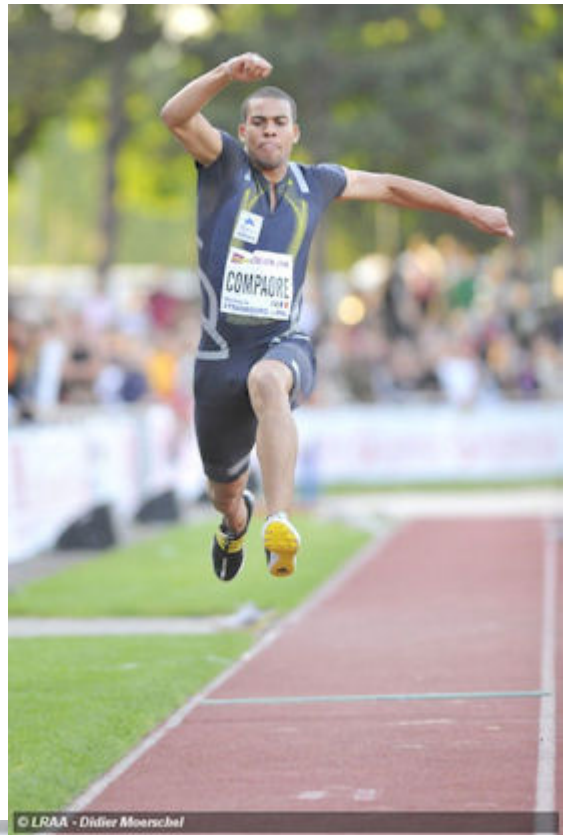


Avec trois médaillés aux Championnats de France



Céline



Benjamin



Driss

De belles breloques

Avec Mélanie Melfort, championne de France de la hauteur, Céline Distel, Benjamin Compaoré (aux championnats de France Elite en salle à Bercy) et Driss El Himer (aux championnats de France de cross-country à La Roche-sur-Yon) ont porté très haut les couleurs de la ligue d'Alsace aux championnats de France en ce début d'année. Ils se sont livrés aimablement à trois questions.

Comment se sont déroulés les championnats pour vous et en êtes-vous revenus satisfaits ?

Céline DISTEL : « J'avais bien préparé ces championnats de France avec mon coach Pascal Lacombe : deux semaines avec une belle dose de travail la première puis un programme un peu allégé la deuxième. Je m'attendais donc à de bons résultats et, pourquoi pas, à un podium. Mais faire 7"32 en série puis en finale (record d'Alsace l'ancien en 7"42 datant du début de l'hiver lors d'un meeting au Luxembourg) et obtenir le bronze derrière Mang et Soumaré (7"21) c'était inespéré. J'en ai été un peu surprise. C'était superbe. Et je suis évidemment très satisfaite de ces championnats. »

Benjamin COMPAORE : « Je visais une des deux premières places et les minima pour les Championnats du Monde de Doha (16,95), mais une douleur au talon dès le début du concours m'a beaucoup gêné et m'a empêché d'atteindre mes objectifs. Je finis troisième avec 16,93m et rate le Mondial. Je suis donc déçu. La blessure n'excuse pas tout, même si je viens de savoir seulement depuis cette semaine du 7 mars ce dont je souffre : d'une excroissance de l'os du talon qui me fait évidemment mal chaque fois que je rebondis et atterris dans la fosse du triple. Je vais voir ces jours-ci avec mes médecins si je me fais opérer ou si on essaye de régler ça avec des injections. Je suis au moins rassuré maintenant que je sais ce dont je souffre. »

Driss EL HIMER : « J'avais très bien préparé la course et j'étais confiant, mais la pression était tout de même plus forte que d'habitude avec cet objectif élevé que j'avais : conquérir, à 36 ans, un huitième titre pour devenir le seul recordman du nombre de victoires lors du Championnats de France. J'ai contrôlé toute la course en répondant à toutes les attaques. Puis, à 2000m de l'arrivée, j'ai accéléré sèchement et fais le trou. Mais comme il y avait beaucoup de virages, je n'ai pas vu revenir Meftah (qui avait gagné en 2008 à Laval) et qui finalement ne termine qu'à deux secondes de moi. C'est évidemment une grosse satisfaction pour moi. Je suis entré dans l'histoire du cross français. Je suis soulagé. »

Quel bilan dressez-vous de l'ensemble de la saison hivernale ?

Céline DISTEL : « Il est très bon grâce à ces beaux championnats de Bercy. Et c'est un peu paradoxal puisque initialement je ne devais pas faire la saison en salle. Nous voulions surtout travailler ma technique de course, intégrer d'autres façons de courir mais sans se précipiter, sereinement. Mais comme j'ai très vite battu mon record en 7"42 au Luxembourg, nous avons décidé de continuer en compétition. Ce fut d'abord un peu frustrant car je restais aux alentours des 7"40, 7"44, 7"46. Et puis ce fut le déclic à Bercy où, bien sûr, la motivation était décuplée. »

Benjamin COMPAORE : « A cause de ces problèmes de blessure, je n'ai sauté qu'une fois : aux championnats à Bercy. Mais je suis tout de même 13^e au bilan mondial et bat nettement mon record d'Alsace en salle qui était de 16,58m en 2007. Je voulais être au top mondial, mais je m'en contente et ce n'est pas si mauvais que ça vu les circonstances. »

Driss EL HIMER : « Je suis évidemment content de la saison puisque l'objectif principal, le titre aux Championnats de France, est atteint. Par ailleurs, j'ai participé à plusieurs cross internationaux très relevés et j'ai à chaque fois fini premier Français notamment aux championnats d'Europe où je termine 11^e et 5^e par équipes. J'avais aussi dit dès le début que je n'irai pas aux championnats du Monde de cross. »

Qu'espérez-vous maintenant de la saison estivale ?

Céline DISTEL : « Mon principal objectif sera d'obtenir une place de titulaire dans le relais français aux championnats d'Europe. Je pense avoir une réelle chance. Individuellement, il faudra réaliser les minima de 11"34. Mon record actuel sur 100m est de 11"46. Mais généralement je confirme en été mes progrès de l'hiver. Ces 11"34 ne sont donc pas utopiques. Mais il faudra aussi être parmi les trois sélectionnées et tout se décidera sans doute aux championnats de France. Si je pouvais courir aux

championnats d'Europe en relais et individuellement, ce serait évidemment génial et ma saison serait pleinement réussie."

Benjamin COMPAORE : « Avant tout j'espère guérir au plus vite pour pouvoir aborder l'été en pleine forme afin de m'exprimer pleinement. Mon objectif c'est évidemment d'être champion d'Europe. Si je suis en pleine possession de mes moyens, c'est faisable. J'ai passé 16,98m l'été 2009 avec une déchirure et mon record à 17,05m est largement battable. La concurrence sera très forte avec Tamgho, Fofana, Olsson, Evora, Idowu, etc... mais tout est possible. Pour le moment, je ne sais évidemment pas quand je sauterai la prochaine fois et je me suis dit que si jamais je devais avoir encore un peu mal au début, je ferai de la longueur et du 100m en attendant le triple. Je fais tout pour réussir et j'ai mis mes études (management du sport) entre parenthèses cette année. »

Driss EL HIMER : « Cette année, pas de marathon. Je vais préparer le 10.000m des championnats d'Europe. J'ai un record à 27'48" (en 2002) et j'espère atteindre vite les minima (28'23"). Je doublerai peut-être 5000-10 000m aux championnats d'Europe si je réussis les minima. Ma prochaine course ce sera la Corrida de Hellecourt le 25 avril, puis les 10km de Strasbourg le 9 mai, puis les championnats du 10 000m et la Coupe d'Europe du 10 000m le 5 juin à Marseille. »

Propos recueillis par René Kuhn

Mars 2010

