

SPORTMAG

LE MAGAZINE MENSUEL DE TOUS LES SPORTS

16

DOSSIER

La Team qui brille

38

DÉCOUVERTE

*Le Flag Football,
le sport en devenir*

56

TERRITOIRES

*Collection Automne / Hiver
en Grand Est*

10

À LA UNE

*Melvin Landerneau a
rendez-vous avec l'histoire*

www.sportmag.fr

Octobre 2022 | Vol. 157 | 6,90€



ABONNEZ-VOUS

à l'édition nationale en version papier

SPORTMAG, ambassadeur des acteurs du sport dans les territoires.

Chaque mois, notre magazine vous propose des reportages, interviews, portraits de sportifs, analyses à travers les acteurs du sport.

En vous abonnant, vous contribuez à mettre en lumière ceux qui oeuvrent au quotidien pour la valorisation et le rayonnement du sport français.

11 numéros / an
59,90€*

*au lieu de 75,90€



Bulletin d'abonnement à retourner accompagné de votre règlement à :
SPORTMAG - Mas de l'Olivier - 10 Rue du Puits - 34130 Saint-Aunès

Raison sociale : N° abonné :

Nom : Prénom :

Adresse :

CP : Ville :

Téléphone : Email :

MÉTROPOLE : 59,90€

EUROPE : 88,00€

DROM-COM : 95,50€

Service abonnement au 04 67 54 14 91 ou envoyer un email à : abonnement@sportmag.fr

Chèque bancaire ou postal à l'ordre de EVEN'DIA SPORTMAG

Virement Chorus

Je souhaite recevoir une facture

Adresse de facturation différente :

Date et signature obligatoires :

SPORTMAG



L'énergie renouvelable

Si la vie reprend ainsi que chacun l'espère, si les promesses énoncées en période noire de pandémie sont toutes honorées, alors, peut-être, pourrions-nous nous diriger doucement vers les temps d'avant avec des intentions moins étriquées, des désirs sains et sensés.

L'espoir, ce carburant naturel dont se nourrissent les sportifs que nous vous invitons à découvrir au fil de ces pages, existe sans doute, bien que les échos, d'Al Wakrah, Lusail ou même de ces contrées soudainement ensorcelées par le char à voile, disent un tout autre son de cloches.

Alors tant pis, laissons-nous bercer d'illusions douces et candides. Laissons-nous appâter par le discours de l'Association Nationale des Etudiants en STAPS qui, lors de son Congrès d'octobre à Besançon, va n'avoir de cesse de valoriser la parole des jeunes sur la thématique de l'environnement. Savourons le plaisir de Mallory Leconte lorsqu'elle évoque l'horizon olympique et cette « piste où je m'entraîne qui servira de piste d'échauffement pendant les Jeux ». Laissons-nous charmer par notre Championne du monde, Laëticia Guapo, que tous les bambins devraient avoir comme professeur

d'Education Physique et Sportive. « J'essaie de comprendre les motivations de mes élèves, clame-t-elle, leur apprendre de nouvelles choses, ne pas les laisser dans leur zone de confort et les motiver. L'obésité et la sédentarité sont en hausse en raison de notre mode de vie actuel. L'école, c'est un terrain essentiel pour former le citoyen de demain. »

Les Fédérations aussi. Elles intègrent d'ailleurs de plus en plus naturellement le sport-santé dans leurs programmes de développement. Sport fit n'est plus un gros mot mais une évidence déclinée en aviron,

en badminton ou au tennis de table où l'on forme des coachs autant que des militants.

Laissons-nous convaincre, oui. Comme lors de cette matinée au cœur du Bois de Vincennes. Nous avons eu l'aubaine d'assister à la rentrée des futurs champions à l'INSEP. Les adolescents étaient particulièrement attentifs aux discours des personnels encadrants sur ce fameux temps d'entraînement invisible, celui qui touche à la nutrition, au sommeil, à l'hygiène de vie, à la rigueur et au monde qui nous entoure, le fameux monde d'avant. Ou d'après.

« RIEN DE GRAND
N'A JAMAIS PU ÊTRE RÉALISÉ
SANS ENTHOUSIASME. »

Ralph W. Emerson



06

L'INVITÉE

Coco Lindelauf, une
pilier ambitieuse

10

À LA UNE

Melvin Landerneau
entre en piste

16

DOSSIER

La Team SPORTMAG
au sommet



26

SPORT PRO

Les futurs champions font
leur rentrée à l'INSEP

32

AU FÉMININ

La folle année 2022 de
Madelon Catteau

38

DÉCOUVERTE

Le Flag hisse haut
son drapeau

44

SPORT SCOLAIRE

Scolaire et basket
font bon ménage



50

SPORT FIT

Les fédérations s'engagent
en faveur du sport santé

56

TERRITOIRES

Collection automne-hiver
en Grand Est



62

ESPRIT 2024

Mallory Leconte
rêve des JO

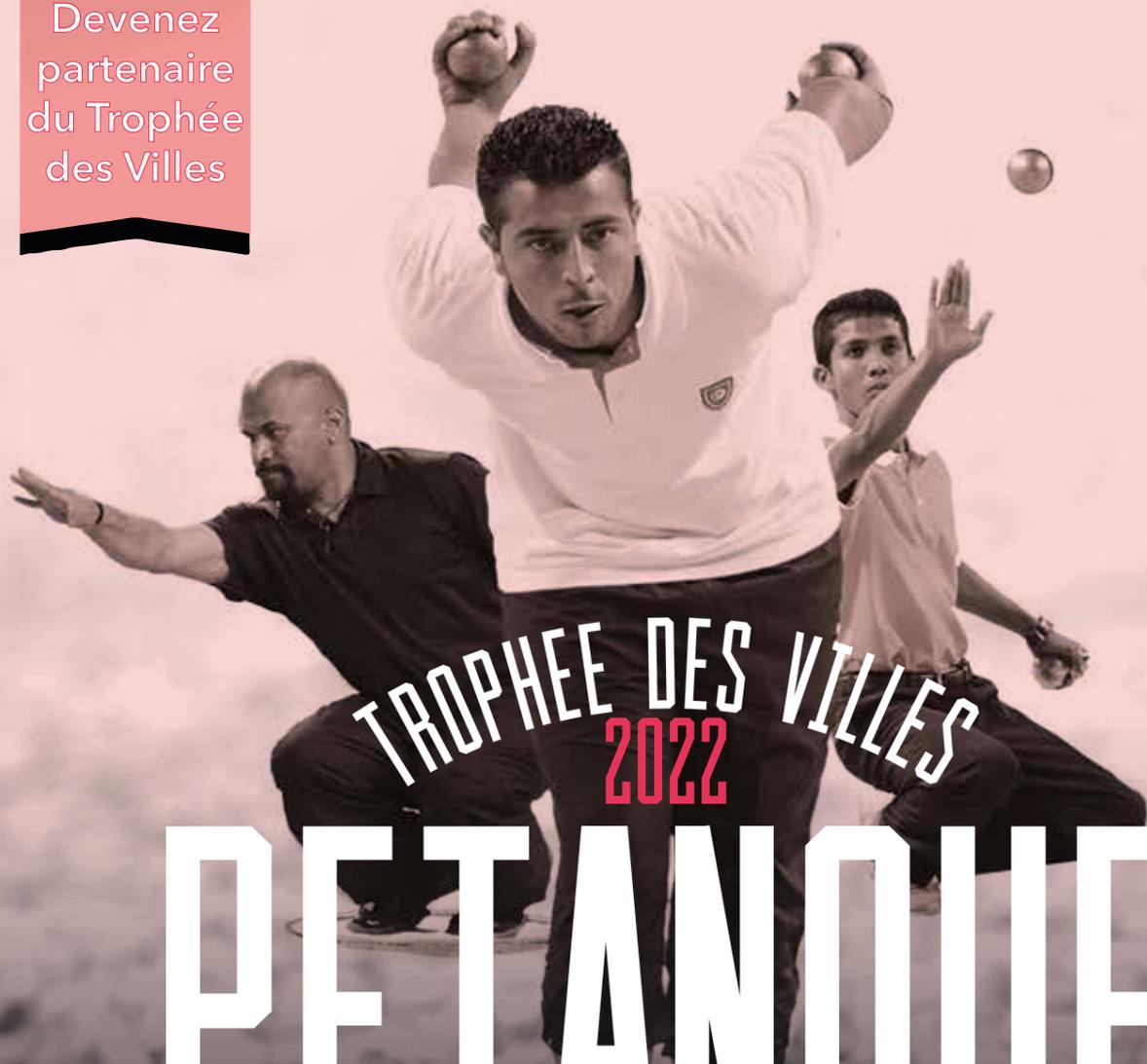


66

LA TRIBUNE ANESTAPS

Directeur de la Publication : Pascal Rioche - p.rioch@sportmag.fr • Comité de rédaction : Simon Bardet, Olivier Navarranne - redaction@sportmag.fr • Rédaction : O. Navarranne, S. Bardet, E. Le Van Ky, J. Bulet, P. Pailhories • Maquette : Dora David • Secrétaire de rédaction : Noémie Rioche • Service administratif & communication : Aurélie Marty • Service commercial : Roxanne Lingua • Secrétariat comptabilité : Martine Barbey • Service abonnement : abonnement@sportmag.fr • Photo de couverture : © Icon Sport • Impression : SOCOSPRINT Imprimeurs - 36 route d'Archettes - 88000 EPINAL • Diffusion : Abonnement et numérique • SPORTMAG est une publication de la SAS EVEN'DIA avec associé unique au capital de 8 000 euros. Président : Pascal Rioche. Siège social : SAS EVEN'DIA - Mas de l'Olivier - 10, rue du Puits - 34130 Saint-Aunès - Tél : 04.67.54.14.91 - RCS : 450263785 Montpellier - Commission paritaire : 0224 K 89740 - ISSN : 1960 - 7857 - Dépôt Légal : à parution - Prix : 6,90 euros. Toute reproduction ou toute adaptation même partielle quels que soient le support et le destinataire est interdite. Une autorisation écrite préalable devra être demandée. Dans le cas contraire toute fraude sera poursuivie (Art.19 de la loi du 11 mars 1957). Selon source initiale les textes, dessins ou cartes, mises en pages et photos de ce document demeurent la propriété de l'éditeur. Prochaine parution le 1^{er} novembre 2022.

Devenez
partenaire
du Trophée
des Villes



TROPHEE DES VILLES
2022

PETANQUE

PALAVAS-LES-FLOTS

DU 17 AU 20 NOVEMBRE

LES 32 MEILLEURES ÉQUIPES DE FRANCE
LUTTENT PENDANT 4 JOURS POUR UN TROPHÉE D'EXCEPTION

tropheedesvilles.fr

UN ÉVÉNEMENT *QUARTERBACK*

SPORTMAG.fr
Au-delà du sport.



trans natural

eldera



L'EQUIPE



© Icon Sport

A 21 ans, Coco Lindelauf a fait sa place dans la rotation du XV de France Féminin.

Coco Lindelauf

« On veut aller chercher le titre, rien de moins »

Un an après sa première sélection avec le XV de France, Coco Lindelauf part pour la Coupe du Monde de rugby féminin, en Nouvelle-Zélande (du 8 octobre au 12 novembre). La joueuse franco-néerlandaise de Blagnac revient sur les ambitions tricolores, mais aussi sur son propre parcours et ce qui l'anime dans le rugby.



En s'envolant pour la Nouvelle-Zélande, l'Equipe de France nourrit de grandes ambitions à la Coupe du Monde.

Vous êtes née aux Pays-Bas, avant d'arriver jeune en France. Pouvez-vous nous raconter votre parcours, et comment vous avez découvert le rugby ?

Je suis arrivée en France à l'âge de 6 ans, avec mes parents qui ont lancé une chambre d'hôte près de Narbonne. C'est en jouant avec mes amis dans la cour de récréation que je suis venue au rugby. Ma famille n'était pas du tout dans ce sport, ils ne connaissaient même pas ! En arrivant au collège, j'ai eu envie de continuer et d'aller plus loin. Je suis entrée dans la section rugby, et au club de Corbières XV. Je me suis lancée sans grandes ambitions, juste pour m'amuser, comme j'aurais pu faire du tennis ou autre... Le déclic est venu lorsque je suis arrivée au Pôle Espoirs de Toulouse. On s'entraîne beaucoup plus, on nous parle d'Equipe de France...

C'est là que j'ai commencé à prendre ça au sérieux.

« ON A UNE ENVIE DE REVANCHE... »

Votre première sélection en Equipe de France remonte à près d'un an, avec cette tournée de novembre 2021. Quel souvenir gardez-vous de ce moment ?

C'est un très bon souvenir, avec beaucoup d'émotions ! Jouer une nation comme l'Afrique du Sud, c'est quelque chose, d'autant plus face à ces joueuses qui se battent tous les jours pour leurs droits. Je me rappelle que les Sud-africains avaient chanté dans le couloir avant d'entrer sur le terrain. On les entendait depuis le vestiaire, c'était très fort en émotion ! L'annonce de ma participation à la tournée, la remise des maillots...là-aussi ce sont de grands moments. Quand

j'ai su que j'allais débiter ce premier match, je me suis dit « Waow, c'est maintenant, c'est pour de vrai ! » C'est allé très vite, et j'ai profité de chaque moment.

Sur cette Coupe du Monde, quelles sont les ambitions du XV de France ?

On ne va pas se cacher : on veut aller chercher le titre de championnes du monde, rien de moins. C'est l'objec-

tif que l'on s'est fixé, et il n'y a rien d'autre qui pourrait pleinement nous satisfaire. Nous sommes dans un trio de tête, avec les Néo-Zélandaises chez elles et l'Angleterre. Après la défaite face à elles au tournoi des Six Nations, on a une envie de revanche... On a très à cœur de montrer qu'on peut aller les embêter et s'emparer de ce trophée.

BIO EXPRESS

Coco Lindelauf

21 ans, née le 17 janvier 2001

Discipline : Rugby à XV

Poste : Pilier gauche

Club : Blagnac Rugby Féminin

Sélections en Equipe de France : 9

Palmarès : Vice-championne de France (2021, 2022), Deuxième du Tournoi des Six Nations (2022)

« PRÊTES À PARTIR AU COMBAT L'UNE POUR L'AUTRE »

De votre point de vue de joueuse, au cœur de l'action, qu'est-ce qui fait la force de ce collectif ? A Nice, lors du stage de préparation, la satisfaction du staff était surtout du côté de la défense et de la discipline.

Exactement, et cela représente bien notre collectif. C'est très dur de venir gagner du terrain face à nous. On est prêtes à partir au combat l'une pour l'autre, et à venir défendre chacune d'entre nous. Sur et en dehors du terrain, c'est vraiment l'état d'esprit de notre groupe. Toujours prêtes à s'entraider et se soutenir. Sur les deux confrontations contre l'Italie, on tenait à montrer une bonne image aux arbitres. On a beaucoup travaillé la technique et la propreté, avec des séances de préparations encadrées par des arbitres. On nous a rappelé la règle, les bons comportements à adopter... Tout ça dans le but d'être le plus propre possible, même en situations tendues en match.

A titre personnel, quelles sont vos ambitions au sein du groupe France ?

Lors du stage de préparation à Nice, mon objectif était de faire mes preuves et d'être sélectionnée pour cette Coupe du Monde. Désormais, je voudrais à terme faire partie intégrante de ce groupe, que ce soit parmi les titulaires ou en tant que remplaçante. Quel que soit le rôle que l'on me donne, je veux être utile et aider le collectif du mieux que je peux. Je veux



© Icon Sport

Pour Coco Lindelauf, mener des études en parallèle de sa carrière sportive est inhérent à son équilibre.

disputer un maximum de matchs, pour apporter ma pierre à l'édifice.

« CE QUE J'AIME LE PLUS DANS LE RUGBY : LE PLAISIR, LE PARTAGE... »

Cet été, vous avez été la marraine d'un tournoi de beach rugby à Gruissan. Qu'est-ce que cela représente pour vous ?

C'est important pour moi de promouvoir le beach rugby. C'est une discipline moins professionnalisée, avec un cadre de règles moins strict. Cela prouve que n'importe qui peut découvrir le beach rugby, en particulier les plus jeunes et les filles. C'est un sport accessible à tous et vraiment ludique. Pour moi, cela représente ce que j'aime le plus dans le rugby : le plaisir, le partage...

des notions que je n'oublie jamais. C'est très important pour moi d'aimer ce que je fais et ce que je vis. Sans non plus que le rugby tombe dans le simple loisir, je pense qu'il faut être animé, que ce que l'on fasse nous fasse vibrer et que l'on arrive à y prendre du plaisir. C'est ce que je ressens avec mon sport.

En club et en sélection, est-ce difficile de garder ce « plaisir », ou bien la pression et les enjeux prennent le pas ?

Evidemment, il y a des moments plus durs. Que ce soit lors de défaites difficiles à avaler, ou alors lorsque l'on va vraiment chercher dans nos retranchements sur le terrain. C'est le cas sur des préparations à la Coupe du Monde, où l'on veut prouver de quoi on est capable, alors on cherche à tout donner et à multiplier les efforts avant tout. Mais il y a un très bon groupe de filles, tout le monde se soutient et se pousse vers

le haut. Et avec de si grands objectifs, cela nous permet de garder cette motivation et ce feu en nous.

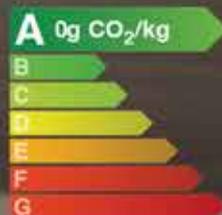
Vous menez des études supérieures à côté du rugby. Pourquoi ce choix de continuer une formation ?

Je suis diplômée d'un DUT GEA et d'une licence en marketing, et j'étudie actuellement en master de marketing stratégique à Toulouse. C'est important pour moi de mener ce double projet. J'ai toujours aimé les études, pour continuer d'apprendre et être dans un univers hors-rugby. Ça fait du bien de voir autre chose. Le domaine du marketing m'intéresse, même si, comme beaucoup de gens de mon âge, je ne sais pas exactement ce que je voudrais faire plus tard ! Tant que j'arrive à concilier les deux, je continue. Je suis épanouie dans ce que je fais et j'ai trouvé un bon équilibre.



Nouveau Nissan Ariya

Le crossover coupé 100% électrique



Le modèle présenté est un modèle de présérie. En accord avec la politique de l'entreprise, à savoir l'amélioration continue de ses produits, Nissan International se réserve le droit de modifier à tout moment les spécifications et les véhicules décrits et représentés. Modèle présenté : version spécifique

Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer

01 NISSAN GEX	13 NISSAN ARLES	34 NISSAN MONTPELLIER	74 NISSAN ANNEMASSE
04 NISSAN MANOSQUE	13 NISSAN SALON-PCE	38 NISSAN GRENOBLE	74 NISSAN THONON
05 NISSAN GAP	30 NISSAN ALÈS	66 NISSAN PERPIGNAN	84 NISSAN AVIGNON
11 NISSAN CARCASSONNE	30 NISSAN NÎMES	73 NISSAN CHAMBÉRY	84 NISSAN CARPENTRAS
11 NISSAN NARBONNE	34 NISSAN BÉZIERS	74 NISSAN ANNECY	84 NISSAN ORANGE

Retrouvez un NOUVEAU POINT DE VENTE & DE RÉPARATION : 84 NISSAN CAVAILLON



© Sirotti - Icon Sport

Melvin Landerneau a décroché
trois médailles européennes
sur la piste de Munich.

MELVIN LANDERNEAU

*« Décrocher une médaille mondiale
sur le kilomètre »*



© Siretti - Icon Sport

Maillot de champion d'Europe et médaille d'or autour du cou, Melvin Landerneau a remporté le kilomètre aux Championnats européens de Munich.

Après des Championnats européens très réussis – trois médailles, dont un titre sur le kilomètre – Melvin Landerneau espère briller à la maison, lors des Championnats du monde de Saint-Quentin-en-Yvelines (12-16 octobre).

Melvin, comment allez-vous après les Championnats européens et les championnats de France ?

Physiquement, ça va. Quand on fait de bonnes performances, qu'on gagne, ça fait du bien à la tête et on récupère plus rapidement. Mais j'ai toujours ce petit problème au genou, qui est un peu préoccupant.

Qu'est-ce qui vous est arrivé au genou ?

C'est le même problème que l'année dernière. J'ai eu une lésion du tendon quadriceps, qui ne s'est jamais réellement refermée. J'ai fait des interventions dessus, j'ai fait des PRP [les injections de Plasma riche en plaquettes (PRP), obtenues à partir du propre sang du

patient, permettent de stimuler la régénération de certains tissus, NDLR]. De temps en temps, la douleur revient, et là, à la fin des Championnats européens, c'est revenu un peu plus fort que d'habitude, ce qui est un peu préoccupant. J'ai dû passer par l'INSEP pour faire des analyses et régler ce souci.

Un titre européen sur le kilomètre, une médaille d'argent en vitesse par équipes, le bronze sur le keirin... C'est un bilan qui vous satisfait ?

J'en tire un bilan positif, surtout que c'était mon retour sur un grand championnat. Ça faisait longtemps que je n'avais pas couru lors d'un gros rendez-vous. Cela fait plaisir de repartir avec trois

médailles, ça fait du bien au moral, et surtout, ça donne beaucoup de confiance avant les championnats du monde à la maison. En plus, ce n'était pas gagné, parce que j'ai attrapé le Covid une semaine et demie avant. Pendant tout ce temps-là, je n'ai pas touché le vélo, je n'étais pas au top. J'avais beaucoup d'interrogations, je ne savais même pas si j'allais pouvoir participer aux Championnats européens. Finalement, les quelques entraînements avant de partir à Munich se sont plutôt bien passés, donc on a décidé que j'y allais, mais que je ferai un peu moins d'épreuves. J'aurais pu toutes les faire, mais on a décidé de faire une impasse.

« MAINTENANT, JE FAIS MA MUSCULATION SUR LE VÉLO »

Ce titre et cette Marseillaise, c'était important pour effacer des moments plus difficiles ?

Oui, parce que je sais par où je suis passé pour en arriver là. Ça faisait longtemps que j'attendais ce moment. Quand on est sur le podium, qu'on entend la Marseillaise, et qu'on voit tout le monde heureux après ma performance – car toute l'équipe de France sait par quoi je suis passé – ça donne des frissons, et ça donne envie de revivre des moments comme ça. Quand ça arrive, on n'oublie pas par quoi on est passé, et ça donne un goût particulier à la victoire.

Par le passé, vous avez eu des soucis pour prendre du muscle, ce qui a un peu freiné votre progression. Comment avez-vous remédié à cela ?

Cela a pris du temps, pour se rendre finalement compte que la musculation traditionnelle n'était pas forcément faite pour moi. Très tôt, j'ai eu de bonnes capacités physiques et de bons résultats, avant d'être un peu freiné par des blessures. J'ai eu une pubalgie que j'ai traînée vraiment longtemps. Je me suis blessé à cause de la musculation. On a réussi à régler ce problème il n'y a pas si longtemps que

ça, fin 2019. J'ai donc pu reprendre la musculation, mais je me suis à nouveau blessé, au genou. On s'est donc dit que ça ne servait à rien de s'obstiner dans cette voie-là. Du coup, maintenant, je fais ma musculation sur le vélo. C'est beaucoup plus spécifique, je fais des efforts sur le vélo avec un gros braquet. Pour l'instant, ça me convient plutôt bien. Le plus important, c'est que moi, j'y crois. Je pense que

cette méthode est bien pour moi. Quand j'ai commencé le vélo et la piste, c'était pour faire du vélo.

Je sais qu'il faut faire de la musculation, car c'est un sport de puissance et de force. On a besoin de ce complément. Mais jongler entre les deux, avec beaucoup de vélo, ça me convient parfaitement. Entre l'hiver dernier et le début de saison, je n'ai jamais passé autant de temps sur mon vélo, que ce soit sur piste ou sur route. Et ça a l'air de plutôt bien fonctionner.

« AVEC SÉBASTIEN, NOUS SOMMES ADVERSAIRES DEPUIS QUE NOUS SOMMES EN POUSSINS ! »

Comment est l'ambiance en équipe de France, et comment gère-t-on le fait d'être collègue en vitesse par équipes et adversaires le lendemain sur l'individuel ?

Pour l'ambiance générale, on est tous assez jeunes et on se connaît depuis maintenant pas mal d'années. On progresse tous ensemble. Dans le groupe sprint, Seb [Vigier] et moi, nous sommes les plus vieux alors qu'on a 25 ans. On est vraiment sur une bonne dynamique, on sait tous ce qu'on a à faire pour progresser ensemble et aller le plus haut possible.

Concernant le fait d'être adversaires sur les épreuves individuelles, je vais prendre l'exemple de Sébastien. Nous sommes adversaires depuis que nous sommes en Poussins ! On a commencé le vélo la même année, dans le même département.



© Icon Sport

Après un été réussi, le Français a rendez-vous aux championnats du monde, à Saint-Quentin-en-Yvelines.



© Sirotti - Icon Sport

Melvin Landerneau, Rayan Helal, Sébastien Vigier et Timmy Guillon (de gauche à droite) ont décroché l'argent lors de la vitesse par équipes à Munich.

Du coup, depuis que nous sommes petits, on a l'habitude de se côtoyer et d'être adversaires. On est assez proches, dans la vie on est potes. Pendant toutes ces années, on s'est aidé mutuellement à progresser. Même si nous sommes adversaires, c'est plus un point positif de vivre les compétitions ensemble, qu'un point de tension.

Après les Championnats européens, vous êtes allé aux championnats de France, avec un titre remporté sur le kilomètre. C'était l'objectif ?

Oui, j'étais parti avec l'objectif de gagner le « kilo », et de prendre du plaisir sur la vitesse et le keirin en essayant de finir sur le podium, parce que la piste de Hyères est dans un cadre

sympa. On a commencé avec la vitesse, et mon genou a commencé à me faire mal, donc je n'ai pas fini l'épreuve. Le lendemain, il y avait le kilomètre et ça me tenait à cœur de le faire avec le maillot de champion d'Europe. Du coup, j'ai un peu serré les dents et j'ai fait ce qu'il fallait pour au moins ramener ce titre-là. Ensuite, pour le keirin, j'ai décidé de faire l'impasse et de ne pas prendre de risques.

« PARIS 2024, C'EST L'OBJECTIF D'UNE CARRIÈRE »

Les Mondiaux, à la maison, arrivent vite. Quels sont vos objectifs ?

On n'a pas encore la sélection [décision le 4 octobre, NDLR], mais j'ai ma place pour le kilomètre en tant que champion d'Europe. Je sais que je ferai cette épreuve, et il va y avoir du niveau, ce sera plus relevé qu'aux Championnats européens. Il va falloir que je fasse mon record personnel, et j'aimerais bien décrocher une médaille sur le kilomètre.

Est-ce que la piste de Saint-Quentin-en-Yvelines a des spécificités ?

Elle fait partie des pistes les plus rapides au monde, parmi celles qui se trouvent au niveau de la mer, parce qu'elle est très, très large. Le bois rend bien, quand il est bien chauffé, la piste va super vite. Ensuite, c'est

une piste qui n'est pas compliquée, contrairement à celle des Championnats européens, et c'est très agréable de rouler dessus.

Cela va aussi permettre de prendre des repères avant les Jeux de Paris 2024 ?

Oui, on y pense forcément, depuis que l'annonce des Jeux à Paris a été faite. Dans une carrière, tous les athlètes olympiques rêvent d'avoir les Jeux olympiques chez eux, à la maison. Notre génération va avoir l'occasion de vivre ça. Tout le monde va vouloir y être, c'est dans toutes les pensées, dans toutes les têtes. C'est l'objectif d'une carrière, d'y être et d'y performer.

LIVRABLE

SPORT ET ENVIRONNEMENT



ÉCHANGES
ENTRE 100 JEUNES
ET DES EXPERTS

1

ÉDUCATHON



ÉDUCATHON SPORT
ET ENVIRONNEMENT
DU 9 SEPTEMBRE 2021



PUBLICATION
DES RÉSULTATS

PROPOSITIONS CONCRÈTES
EN LIEN AVEC LE SPORT
ET L'ENVIRONNEMENT

2

RESTITUTIONS DES **24**
PROPOSITIONS

3

LIVRABLE

LA TEAM SPORTMAG AU SOMMET





*Jonathan Hivernat, Madelon Catteau,
Victoire Andrier, Léonie Cambours,
Mattéo Baud, Dylan Rocher, Laëtitia
Guapo, Margot Chevrier : forte de huit
athlètes, la Team SPORTMAG brille sur
tous les terrains et aux quatre coins du
monde en cette année 2022.*

Margot CHEVRIER

plus perchée que jamais

Championne de France et finaliste des Mondiaux cette année, la perchiste a franchi un cap. Et ce n'est que le début : à 22 ans, la marge de progression de Margot Chevrier est encore importante.

Cette année, Margot Chevrier s'est envolée dans de nombreux cieux. Celui de Salon-de-Provence par exemple, où elle a passé une barre à 4m70, nouveau record personnel en plein air. Ou celui de Eugene, aux États-Unis, lors des championnats du monde d'athlétisme. « Cette saison, j'ai emmagasiné beaucoup de confiance et d'expérience. Il y a clairement un avant et un après 2022. Beaucoup de choses ont changé à partir du moment où j'ai fait 4m65 à Miramas. Désormais, je me sens à ma place sur les grands championnats internationaux. L'enjeu, la pression, le public... j'adore ces sensations ! », se réjouit la Niçoise.

DES ÉTOILES DANS LES YEUX AUX MONDIAUX

Une saison satisfaisante en plein air née d'une période prometteuse en salle.



Margot Chevrier a battu ses deux records personnels cette année.

Championne de France, avec là aussi un record personnel à la clé, Margot Chevrier compose alors son billet direction Belgrade et les championnats du monde en salle. « Au niveau de ma performance, j'étais très déçue sur le coup. Je savais que j'avais les moyens de faire mieux, et je n'avais pas été parfaite sur mes sauts, loin de là. À chaud, je m'en voulais et je n'étais pas satisfaite, explique la Niçoise, dixième

du concours. Mais autour de moi, je voyais le staff et toute l'équipe de France qui étaient super contents de ce que j'avais fait pour une première. D'autant que c'était un événement d'une ampleur que je n'avais jamais connue. Chez les jeunes, les stades sont souvent vides et dans d'autres compétitions, c'est assez confidentiel. Là, il y avait 30 000 personnes, on annonce ton nom en anglais, il y a des jeux de lumières...

On se rend compte qu'on est DANS la télé, c'est dur de faire abstraction ! »

CONTINUER À PROGRESSER EN 2023

Des étoiles pleins les yeux que Margot Chevrier a gardées durant l'été lors des championnats d'Europe en plein air à Munich. Même si la performance n'a pas été au rendez-vous. « Forcément, il faut se planter avant de faire de meilleures choses, et c'était une vraie saison d'apprentissage à ce niveau pour moi, confie la Niçoise. Partager le quotidien de l'équipe de France est aussi quelque chose de génial, et j'ai hâte de revivre tout ça. » Cela sera le cas dès le début de l'année 2023, avec la saison en salle. Avant une période en plein air qui doit permettre à Margot Chevrier de continuer à progresser... et à s'élever, direction Paris dans deux ans.

Jonathan HIVERNAT

collectionne les titres

Champion d'Europe et double champion de France cette année, Jonathan Hivernat règne sur la discipline du rugby-fauteuil. Avec, forcément, Paris 2024 en ligne de mire.

Côté trophées, Jonathan Hivernat a plutôt bien rempli son armoire cette année. Jugez plutôt : champion d'Europe avec l'équipe de France, champion de France sous les couleurs du Stade Toulousain et champion de France XIII fauteuil avec la tunique des Dragons Catalans. « Les derniers mois ont été à part, exceptionnels, confie le capitaine de l'équipe de France de rugby fauteuil. C'est la concrétisation de toutes ces années d'entraînements, d'échanges, de sacrifices et de persévérance. Quand j'y repense, avec un peu de recul, c'est assez fou, au sein de mon club notamment. C'est le 10^e titre pour le Stade Toulousain, avec un effectif arrivé à maturité. Le club dépasse les frontières de la région, le Stade Toulousain Handisport est désormais ancré comme un acteur fondamental qui met beaucoup de choses en place sur la thématique du handicap. »

UNE BELLE PROMOTION POUR LA DISCIPLINE

Au-delà du sport, Jonathan Hivernat est particulièrement engagé dans le développement de son sport et autour de la thématique du handicap. « Quand j'ai commencé, les seuls moyens pour découvrir la discipline étaient les clubs et les actions mises en place par le mouvement parasportif. Désormais, la démocratisation autour de la pratique est plus importante, mais aussi au sujet des sources d'informations. C'est un aspect fondamental pour le développement de notre sport, souligne Jonathan Hivernat, qui mesure le chemin parcouru depuis plusieurs années. Beaucoup de gens, des jeunes notamment, ont pris conscience lors des championnats d'Europe qu'il est possible de pratiquer le rugby-fauteuil en compétition, à haut niveau. Le sport est un moyen de nous aider et d'enlever cette fragilité qui



© Icon Sport

Jonathan Hivernat est le capitaine et chef d'orchestre de l'équipe de France de rugby-fauteuil.

nous guette tous. Avec beaucoup de volonté, d'abnégation et une certaine forme de résilience, on peut être acteur de notre vie. Je pense que le sport est un élément fondamental. Dans mon cas personnel, le sport est devenu mon mode de vie. »

OBJECTIF PARIS 2024

Un sport et une discipline qui entendent bénéficier de la dynamique suscitée par Paris 2024. Jonathan Hivernat sera là, en chef d'orchestre, afin de mener ses troupes à une médaille lors des Jeux paralympiques. « Depuis longtemps,

on sait que cette génération-là peut faire quelque chose au plus haut niveau. Mais entre nourrir des espoirs et les concrétiser, il y a un monde. C'est tout nouveau pour nous ce qui nous arrive. Maintenant que le titre de champion d'Europe a été obtenu, il y a forcément beaucoup plus d'attentes autour de nous, confirme Jonathan Hivernat. Maintenant, on ne peut plus se cacher. Il va falloir rester au plus haut niveau mondial, et c'est ce qui va être le plus dur. On est à jamais les premiers à avoir écrit cette belle histoire européenne. C'est quelque chose de fort pour la discipline. Alors pourquoi pas faire de même aux Jeux paralympiques. »

L'année de rêve de Madelon CATTEAU

Titrée chez les juniors et en bronze chez les seniors, Madelon Catteau s'est révélée depuis le début de l'année. A 19 ans, l'avenir appartient à la jeune nageuse.



© Fédération Française de Natation

Madelon Catteau vient de vivre la plus belle saison de sa jeune carrière.

Difficile de vivre plus belle année, et surtout plus chargée, que celle de Madelon Catteau. Études, déménagement, nouveau club... et médailles à gogo ! Au printemps, la jeune nageuse de 19 ans décroche le titre de championne d'Europe junior en eau libre, récompense après laquelle elle courait depuis plusieurs années. Quelques semaines plus tard, elle devient championne de France du 10km en eau libre. Son tout premier titre chez les seniors. « Cette première partie de saison, avec ces deux titres obtenus, ça m'a fait du bien. Cela fait longtemps que je travaille énormément à l'entraînement, je savais que je valais mieux en compétition et je n'avais jamais vraiment réussi à le montrer. Je suis heureuse que le travail

paye enfin. Je suis satisfaite, c'étaient les deux gros objectifs que je m'étais fixés cette année », confie Madelon Catteau.

UNE MÉDAILLE ET BEAUCOUP D'ÉMOTIONS

Durant l'été, la cerise est venue atterrir sur le gâteau de Madelon Catteau. Sélectionnée pour les championnats d'Europe seniors en eau libre, elle s'est distinguée du côté de Rome. Dans la cité éternelle, elle termine huitième des deux courses individuelles, avant de prendre la médaille de bronze sur le relais en compagnie d'Aurélié Muller, Axel Raymond et Logan Fontaine. « Quand Logan touche la plaque d'arrivée, on s'est pris

dans les bras avec Aurélié et les larmes sont montées, avoue Madelon Catteau. Ce sont des émotions fortes, que l'on ne peut vivre que dans ce type de moment. Sur le podium, j'ai juste apprécié le moment présent. Je regardais le public, car il y avait énormément de monde, c'est assez rare pour une compétition d'eau libre. En regardant le staff et l'équipe de France, je me suis dit punaise, mais quelle saison ! »

DÉSORMAIS SOUS LES ORDRES DE PHILIPPE LUCAS

La jeune nageuse entend désormais poursuivre sur cette belle dynamique, avec Paris 2024 en ligne de mire. Un objectif majeur qui a poussé Madelon Catteau à quitter son club des

Dauphins du TOEC pour aller s'entraîner à Martignes sous les ordres de Philippe Lucas. « J'avais envie de changement, révèle la nageuse tricolore. Ça faisait 14 ans que j'étais aux Dauphins du TOEC. C'est un club qui m'a fait grandir, en tant que nageuse mais aussi en tant que personne. Je lui dois beaucoup. Mais j'avais envie de connaître autre chose, de nouvelles techniques d'entraînement notamment. J'ai effectué plusieurs stages avec Philippe Lucas qui s'étaient très bien passés, ce sont des entraînements qui me conviennent vraiment. Je vais pouvoir nager avec un groupe entièrement consacré à l'eau libre en plus, donc c'est vraiment quelque chose qui me correspond. » La voilà désormais prête à nager jusqu'à Paris.

Léonie CAMBOURS

éloge de la polyvalence

Spécialiste de l'heptathlon, Léonie Cambours a vécu une année 2022 chargée en émotions, des Mondiaux en salle aux Championnats d'Europe en plein air en passant par un titre, chez elle, en Normandie.



La saison 2022 a permis à Léonie Cambours de prendre part à ses premières compétitions internationales.

De 5 à 7, Léonie Cambours sait s'adapter. Cette année, la jeune athlète de 22 ans a jonglé entre le pentathlon (cinq épreuves) et l'heptathlon (sept épreuves). Pas une nouveauté pour elle, tombée très tôt dans la mêlée des épreuves combinées. « J'ai commencé l'athlétisme à huit ans, un peu par hasard, pour suivre mes copines. Puis j'ai commencé les épreuves combinées après avoir rencontré mon entraîneur actuel, Wilfrid Boulineau. C'est lui qui m'a amenée vers ces disciplines et a décelé en moi un profil d'heptathlonienne. Je suis sérieusement focalisée dessus depuis 2017, détaille la Rouennaise. Il me reste encore des progrès à faire dans les lancers, de

poids et de javelot, mais je m'améliore ! Aujourd'hui, je peux dire que je m'y éprouve. »

LA BELLE SURPRISE DES MONDIAUX EN SALLE

Un épanouissement confirmé par une année 2022 riche en bons résultats. Du côté de Miramas, elle devient championne de France de pentathlon avec 4435 points. Suffisant pour décrocher une qualification pour les championnats du monde en salle à Belgrade. En Serbie, elle prend la septième place de sa première finale mondiale chez les seniors. Un rêve éveillé. « Au fur et à mesure de la saison,

j'ai vu que j'arrivais à faire des performances qui pouvaient me permettre de prétendre à une qualification, et qu'il y avait peut-être une petite chance... Cette sélection, c'était vraiment une bonne surprise. Là-bas, c'était juste incroyable. Je n'avais jamais connu ça, c'était largement un cran au-dessus des compétitions internationales auxquelles j'ai déjà participé avec les Espoirs. »

UN NOUVEAU STATUT À ASSUMER

Côté plein air et donc heptathlon, Léonie Cambours a confirmé cette belle dynamique. Titree aux championnats de France, chez elle, en Normandie, elle a ensuite pris part aux

championnats d'Europe à Munich. Quatorzième et en difficulté, elle a malgré tout tenu à aller jusqu'au bout de son concours, et d'elle-même. « Je n'ai rien à regretter. Je suis la seule à avoir terminé l'hepta après avoir fait un zéro. Je voulais prendre de l'expérience internationale, parce que je pense qu'il m'en manque encore, explique Léonie Cambours, consciente de sa marge de progression et des nouvelles attentes qu'elle suscite. Avant, j'étais plutôt l'outsider qui arrivait, alors que maintenant, je suis parmi les favorites en France. Je ne me mets pas plus de pression par rapport à ça, même si j'ai maintenant un statut à assumer. Je ne peux pas l'ignorer, alors il faut assurer ! »

L'envol de Mattéo BAUD

Mattéo Baud, tout juste 20 ans, est le fils du coureur de combiné nordique Frédéric Baud. Le natif de Pontarlier a suivi les traces de son père, avec l'ambition de briller au plus haut niveau.



© Icon Sport

Mattéo Baud a pris part à ses premiers Jeux olympiques, vingt ans après son père.

Il y a vingt ans, Frédéric Baud prenait part aux seuls Jeux olympiques de sa carrière, ceux de Salt Lake City. Vingt ans plus tard, c'est son fils, Mattéo, qui a marché sur ses traces. Cette année, le jeune spécialiste de combiné nordique a participé aux Jeux olympiques d'hiver de Pékin. 18^e en petit tremplin, le natif de Pontarlier a pris la 21^e place en grand tremplin et la 5^e lors de l'épreuve par équipes. Mais pour lui, l'essentiel était ailleurs. « *Franchement, c'était une super expérience. D'abord en tant que sportif de haut niveau, c'est toujours impressionnant. Ça va beaucoup m'apporter pour la suite, c'est certain. Il n'y a*

pas de doute là-dessus, ça va vraiment me permettre de progresser et d'être prêt pour les prochaines échéances. »

UN TITRE GLANÉ À DOMICILE

Un rendez-vous planétaire auquel Mattéo Baud ne s'attendait pas à participer si tôt dans sa carrière. « *Je ne me fixe pas d'objectifs aussi précis. J'essaye toujours de donner le meilleur de moi-même, et après, je vois ce que ça donne. Quand j'ai été sélectionné pour les Jeux, j'étais très content de pouvoir aller représenter la France. C'est une très belle étape dans ma carrière* », confie le jeune

spécialiste de combiné nordique. Depuis, d'autres étapes se sont succédé. Il est devenu champion de France de combiné nordique à Prémaman, dans le Jura. « *Ça me fait vraiment plaisir d'être allé chercher ce titre aux Tuffes. Il y avait beaucoup de supporters de chez moi qui avaient fait le déplacement, il y avait une super ambiance. Je me suis vraiment senti soutenu.* »

DIRECTION LES JO 2026

En pleine préparation tout au long de l'été, Mattéo Baud a enchaîné les stages et les périodes d'entraîne-

ments. Histoire d'être prêt pour une saison hivernale où il affûte ses ambitions. « *Comme cette année, le but va être de continuer de se rapprocher du top de la Coupe du Monde. Le principal objectif sera de s'installer plus régulièrement parmi les meilleurs, en étant constant toute la saison. Je vais garder les JO en ligne de mire pendant les quatre prochaines années. C'est ce qui va me motiver à travailler dur, pour arriver dans la meilleure forme possible aux prochains Jeux.* » Des Jeux olympiques 2026 qui auront lieu à Milan et Cortina d'Ampezzo. Mattéo Baud n'aura alors que 24 ans.

Laëtitia GUAPO

reine du 3x3

Championne de France avec Bourges, Laëtitia Guapo brille également en basket 3x3. Cette année, elle est devenue championne du monde et d'Europe avec l'équipe de France.

La reine du basket français, c'est bien elle. Laëtitia Guapo a survolé l'année 2022, au point de prétendre au titre de sportive française de l'année. Une potentielle récompensée née d'un 100% du point de vue du palmarès. Championne de France sous les couleurs de Bourges en 5x5, la Clermontoise s'est également distinguée sous les couleurs de l'équipe de France 3x3. Championne du monde, avec la récompense de MVP de la compétition à la clé, elle est également devenue championne d'Europe de la discipline début septembre. Un rêve pour la principale intéressée. « C'est beaucoup de fierté. Qui n'a jamais rêvé d'être la meilleure joueuse du monde, dans la meilleure équipe ? Je n'y serais jamais arrivée sans mes coéquipières, c'est certain. Si elles ne faisaient pas tout ce travail, je ne pourrais pas jouer de cette manière. »

COUP DE FOUDRE POUR LE 3X3

Des titres qui sont venus confirmer le véritable coup de foudre de la Clermon-



Laëtitia Guapo a tout gagné cette année avec l'équipe de France 3x3.

toise pour le basket 3x3. « C'est un basket qui joue beaucoup sur mes qualités aérobies. Le rythme de jeu est très intense, ça va très vite et on n'a jamais le temps de s'ennuyer, ni même de vraiment prendre son temps. Il faut toujours aller très vite, exécuter le geste juste le plus rapidement possible. Il faut être agressive en permanence, et je sens que c'est vraiment un jeu où je peux m'exprimer et prendre beaucoup d'initiatives, détaille Laëtitia Guapo. J'aime aussi beaucoup l'ambiance qui y

régne. Si on est en équipe de France 3x3, c'est vraiment par passion, on n'est pas payées de la même manière que nos collègues à 5, et les compétitions n'ont pas le même impact médiatique. Peut-être que ça joue, en tout cas, je ressens vraiment le 3x3 comme une famille. »

L'EUROLIGUE AVEC BOURGES

Après cet été doré et la page du 3x3 (provisoirement) tournée, Laëtitia Guapo va reprendre la

direction de Bourges. Une sacrée saison l'attend avec les Tangos. « C'est pour ça que j'ai signé à Bourges : pour gagner des titres et pour toutes les émotions qui vont avec. Et j'en veux encore plus ! Après avoir goûté à ces victoires, ça ne fait que renforcer mon envie de gagner, lâche la Clermontoise. J'espère qu'on pourra aller chercher cette Coupe de France qui nous manque, et j'ai très hâte de découvrir l'Euro-ligue ! » Histoire de compléter un peu plus son armoire à trophées.

Dylan ROCHER

touche au but

Parmi les meilleurs joueurs de pétanque au monde, Dylan Rocher est la star de la discipline. Double champion du monde en fin d'année dernière, l'athlète de 30 ans poursuit sur sa belle dynamique.



© Icon Sport

Dylan Rocher est aujourd'hui reconnu comme le meilleur tireur du monde de la pétanque.

« Dydy la foudre », un surnom qui claque pour un joueur devenu star de son sport. Dylan Rocher attire les passionnés de pétanque où qu'il joue. Désormais âgé de 30 ans, il est leader de la pétanque tricolore, un statut qu'il assume. « Je me suis toujours affirmé sur le terrain. Après, quand on joue avec des légendes comme Quintais et Suchaud, il faut juste les écouter et jouer ses boules. Mais il est certain que l'on va arriver dans une nouvelle ère, souligne le double champion du monde en titre. Philippe Quintais a arrêté avec l'équipe de France, Philippe Suchaud et Henri Lacroix, bien qu'ils soient encore très forts, vont peut-être lais-

ser leur place eux aussi à la nouvelle génération dans les années à venir. On va donc arriver dans une ère avec de nouvelles têtes. »

LEADER DE LA NOUVELLE GÉNÉRATION

Au milieu de cette foule de nouvelles têtes, celle de Dylan Rocher émerge, lui qui a évolué en compagnie des plus grands. « Le fait que je sois installé en équipe de France depuis douze ans chez les seniors, peut me permettre d'endosser le rôle de leader. C'est un rôle que j'aime bien, je suis un leader, un compétiteur et j'appré-

cie le fait d'encourager les jeunes, leur transmettre mon expérience. Une fois que la génération en place sera partie, tout va changer. Il faudra bien structurer tout ça et faire le maximum, d'autant que la concurrence internationale progresse. Mais je suis confiant, nous avons de très bons jeunes en France. »

FINALISTE DES DERNIERS MASTERS DE PÉTANQUE

Une jeunesse à laquelle « Dydy la foudre » n'entend pas pour autant laisser les trophées. Finaliste des derniers Masters de Pétanque, le joueur fran-

çais en a encore sous le pied. « En tant que compétiteur, on joue toujours pour gagner le maximum de titres. J'ai faim de trophées, c'est ce qui me fait avancer et garder la motivation. Je n'ai pas la prétention de dire que je vais battre Quintais, Suchaud ou Lacroix en nombre de trophées. Mais c'est dans un coin de ma tête. Je vais tout faire pour essayer de marquer l'histoire de la pétanque. Au-delà du nombre de titres, ce qui est important, c'est de tirer au top pendant 20, 30, voire 40 ans, comme l'ont fait Quintais, Suchaud, Fazzino ou Foyot. Il va falloir se maintenir au top durant de nombreuses années, ça va être ça le plus dur. » La concurrence est prévenue.

Victoire ANDRIER à toute vitesse

Spécialisée dans l'escalade de vitesse, la jeune grimpeuse gravit les échelons un à un. Passionnée par sa discipline, Victoire Andrier rêve en grand de Paris 2024.

Toujours plus haut, toujours plus vite : un objectif pour Victoire Andrier. Une philosophie même, tant la native de Voiron est passionnée par sa discipline : l'escalade de vitesse. « J'ai découvert l'escalade, à 7 ans. Directement, ça a été un énorme déclic, et je n'ai jamais arrêté. » Un sport exigeant, qui a poussé la grimpeuse à préparer sa saison de manière consciencieuse. « En janvier, j'ai commencé à me mettre un peu moins de poids sur les épaules, concernant les Jeux olympiques. Je fais des progrès petit à petit, et cette année j'ai avancé dans le bon sens. Avec tout ce que j'ai traversé cette saison, j'ai appris à mieux gérer les « bas », en attendant de retrouver les hauts. Petit à petit, j'accepte beaucoup plus le processus, et cela m'aide à rebondir », souligne Victoire Andrier.

RECORD PERSONNEL BATTU

Une façon de faire qui s'est avérée payante, notamment sur le circuit de Coupe du Monde. A Chamonix et à Villars (Suisse), l'Iséroise va même chercher son record personnel. « A Chamonix, je



Victoire Andrier évolue à son meilleur niveau, avec Paris 2024 en ligne de mire.

savais qu'il fallait envoyer ! Je réussis à me qualifier en finale, en étant 15^e. J'étais alignée face à la 2^e, qui est presque une seconde devant moi. Je me suis dit qu'il faut y aller à fond, essayer de la bousculer et de lui mettre la pression au maximum, raconte Victoire Andrier. A l'arrivée, c'est surtout moi que je bouscule, puisque je bats mon record personnel (en 7"43). Sur le coup, je suis déçue d'avoir perdu, mais vraiment contente d'avoir réussi à battre mon record et d'avoir profité de cette ambiance. »

LES JO, UN RÊVE ÉVEILLÉ

Le type d'ambiance que la grimpeuse pourrait retrouver dans deux ans à Paris. « Le fait que ce soit dans notre pays est d'autant plus motivant, et suscite encore plus d'engouement autour des athlètes qui visent les Jeux. Dans les sports amateurs et peu médiatisés comme nous, les Jeux, c'est un énorme boost. Cette apparition à Tokyo a

donné beaucoup de visibilité à l'escalade et il y a eu des échos positifs. Que les gens aiment notre sport, je n'en doutais pas. Mais les JO sont la plus grande scène possible, souligne Victoire Andrier. Aujourd'hui, ma plus grande satisfaction, c'est d'avoir réussi à trouver une stabilité dans mon projet et ma performance. Avec l'aide de mes coachs et de ma préparatrice mentale, j'ai appris à mieux me connaître. C'est ça qui m'aidera à progresser. »

SPORT PRO

Par Simon Bardet



© INSEP

Tous ces jeunes sportifs arrivent à l'INSEP cette année. On y voit notamment Justine (au premier rang, quatrième en partant de la gauche) et Ambre (au troisième rang, première en partant de la gauche).

LES FUTURS CHAMPIONS

font leur rentrée à l'INSEP





Les nouveaux arrivants sont logés dans le bâtiment I de l'INSEP.

41 jeunes sportifs ont rejoint l'internat des mineurs, cette année à l'INSEP. SPORTMAG était présent pour l'emménagement des nouveaux arrivants, et vous raconte cette rentrée des classes particulière.

Les sportifs ne font rien comme les autres. A l'INSEP (Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance), la rentrée des classes pour les petits nouveaux - âgés de 13 à 17 ans - est prévue... un dimanche ! Il est 9h, le 28 août, quand les premières familles arrivent sous un grand soleil qui illumine le bâtiment en brique rouge dans lequel les champions de demain vont s'installer.

Anne Templet, responsable de l'internat des mineurs, briefe une dernière fois ses équipes dans une bonne humeur communicative. « La rentrée, c'est toujours un peu particulier, parce qu'on a d'une part les jeunes qui arrivent, mais aussi l'équipe d'encadrement - les surveil-

lants - qui est renouvelée. C'est vraiment une période qui va déterminer la suite de l'année. C'est donc important de bien prendre ce temps d'explication, d'information, de contact avec à la fois les équipes, les surveillants - on l'a fait la semaine précédente en les réunissant en séminaire pendant deux jours - et avec les jeunes qu'on accueille aujourd'hui, avec un temps dédié aux parents et un temps dédié aux jeunes », explique celle qui est aux commandes depuis plus de 20 ans.

« C'EST DISNEYLAND POUR LES SPORTIFS ! »

Cette année, ils sont 41 mineurs (25 filles, 16 garçons) à intégrer le fameux

bâtiment I de l'INSEP. Ils pratiquent le basket, la natation, la gymnastique, le judo, la lutte ou le tir à l'arc, et ils se lancent tous dans un projet prestigieux où ils vont combiner études et sport de haut niveau. Ambre Chevreau, championne d'Europe U17 de lutte cette année, prend ses marques, accompagnée de sa maman. « Je suis super heureuse d'être ici. J'en parle depuis un petit moment, et vivre ça aujourd'hui, ça fait bizarre. Mais je suis super heureuse d'être là, j'ai hâte que l'année sportive commence, se réjouit-elle. La première fois que je suis venue ici, j'ai appelé ma mère pour lui dire : « c'est incroyable, c'est Disneyland pour les sportifs ! » On se dit qu'il y a des attentes, mais c'est aussi pour ça que je

suis là. C'est pour avancer, et j'espère moi aussi devenir un jour une « grande sportive ». C'est un peu de pression mais je suis vraiment heureuse d'être là. Cela montre que j'avance et que je progresse dans mon parcours sportif. »

« Je suis impatiente de commencer, explique de son côté Justine Loubens. C'est une grande fierté pour moi d'être ici. C'était mon objectif de venir à l'INSEP depuis mon entrée au Pôle Espoirs de Toulouse. » La jeune basketteuse a de qui tenir, puisqu'elle est la fille de Loëtitia Mousard Loubens. La pivot aux presque 200 sélections a été championne d'Europe avec l'équipe de France en 2001. Elle a remporté l'Euro-ligue la même année avec Bourges, et une pléiade de titres nationaux, dont le

championnat avec Mirande (1988, 1989 et 1990) et Bourges (1999 et 2000). « Je suis très contente pour elle. Quand elle est rentrée au Pôle Espoirs en Occitanie, elle s'est vraiment approprié le projet. Jusque-là, je pensais que le basket était un amusement. La voir autant investie dans cette préparation individuelle, et avoir réussi à suivre mes traces, mais à un autre poste de jeu et avec d'autres qualités que les miennes, je trouve ça super. Il n'y a aucun point de comparaison dans le jeu, elle est à fond dans son projet, elle a ses objectifs, et elle est déterminée », raconte, admirative, la mère de Justine, qui n'était pas passée par l'INSEP - « je m'étais dégonflée » - mais par Mirande, « un très bon club formateur ».

« ON FAIT PASSER DES MESSAGES ÉDUCATIFS »

Au cœur du bois de Vincennes, les jeunes arrivants vont être mis dans les meilleures conditions pour combiner sport et études, avec une obligation tout de même : un retour en chambre qui doit être à 22 heures maximum. Un programme qui n'est pas de tout repos. « Une vingtaine d'heures de cours, en plus des entraînements, des temps de devoirs surveillés, les mêmes examens que les lycéens classiques. C'est beaucoup pour des ados, mais quand le projet est vraiment personnel, ça leur donne une énergie incroyable et ça leur permet de tenir, d'enchaîner aussi les week-ends de matches, les semaines de stage. C'est vraiment un rythme très spécifique », explique Anne Templet. A l'internat des

mineurs, tout est fait pour simplifier au maximum la vie des adolescents : « L'idée, c'est de pouvoir leur donner des conditions d'accueil matérielles satisfaisantes, et un accompagnement au quotidien dans le suivi de tout ce qui peut se passer dans la vie du sportif. On fait le lien entre la partie scolaire, la partie sportive, le bien être du sportif et son éducation, puisqu'on fait passer des messages éducatifs auprès de nos jeunes. »

C'est pour cette raison que la rentrée débute par trois jours d'intégration, avec des ateliers comme « nutrition et performance », « dimension mentale au quotidien », « sommeil et récupération au service de votre performance » ou encore « prévention dopage ». « Même s'ils arrivent souvent de structures pour les sportifs de haut niveau, il y a encore beaucoup de choses à acquérir en tant que nouveau, en



Ambre Chevreau, championne d'Europe U17 de lutte cette année, avec sa mère, Sandrine.

© Famille Chevreau

tant que jeune sportif, détaille Anne Templet. Toutes ces bases-là, s'ils réussissent à les avoir maintenant, c'est ça de gagné pour la suite. Ce fameux temps de l'entraînement invisible est très important. C'est la nutrition et le sommeil, l'hygiène de vie, la régularité, la rigueur au quotidien. C'est se pousser aussi quand on n'a pas envie d'aller

à l'entraînement ou en cours. Ce n'est pas facile tous les jours, ce rythme très intensif. Ces trois jours d'intégration, c'est vraiment pour leur dire : «vous avez choisi d'être là, maintenant, il faut vraiment mettre tout en oeuvre pour tracer votre chemin, réussir votre projet, et nous, on vous apporte tous les éléments pour réussir». »



A l'INSEP, les jeunes sportifs peuvent profiter de toutes les infrastructures nécessaires pour progresser dans leur discipline.

© Icon Sport

« JE RÉALISE CE QUE MA MÈRE A VÉCU »

Les jeunes vont d'abord devoir réussir à gérer l'éloignement avec la famille. « Quand j'étais au pôle, c'était à 30 minutes à peine de la maison. Maintenant, c'est à 7 heures de route. Je pense que le début va être un peu compliqué, même si en avion ou en train, je serai vite rentrée. Je pense que je vais m'y faire », prédit Justine. « Être loin de la famille, j'ai l'habitude. Mais être ici, ce n'est pas pareil qu'à Dijon. Le niveau va être plus élevé, on va s'entraîner avec des filles qui ont déjà des titres mondiaux chez les seniors, d'autres ont participé aux J.O. C'est super cool, je pense que ça va bien m'aider à progresser, mais c'est vrai que ça va être un cran au-dessus. J'ai hâte de découvrir, explique Ambre, déjà très à l'aise dans sa chambre. J'ai découvert que j'étais toute

seule, je suis super contente. C'est vrai que pour travailler ou le soir, après une journée avec tout le monde, ça fait du bien d'être un peu seule de temps en temps. »

Devant les enfants, les parents font également bonne figure. « C'est sûr que ça va faire un vide parce que la petite prend quand même de la place. Mais je vois qu'elle est épanouie et heureuse, c'est ça le principal. Et en cette rentrée, je réalise ce que ma mère a vécu en d'autres temps, et c'est vrai que ça va faire un manque. Mais elle est heureuse, elle est à la place où elle doit être, donc ce n'est que du bonheur pour elle et je préfère me focaliser là-dessus. L'INSEP, c'est le top du top. C'est à elle d'écrire son histoire. Je suis simplement là pour la conseiller, mais je ne la drive pas, il n'y a pas de télécommande... C'est elle qui est actrice de son propre projet », raconte Lœtitia Moussard Loubens. « Vive les nouveaux moyens de communication ! La visio,

le téléphone. On les utilise énormément. C'est juste un éloignement kilométrique, mais je suis très vigilante et elle sait aussi que je la suis, et que je la soutiendrai quand elle en aura besoin. La lutte, elle la pratique depuis ses quatre ans, et elle n'a pas arrêté. C'est vraiment une passion pour elle. Elle n'en fera peut-être pas son métier, mais si elle peut cumuler sa scolarité en ayant des bons résultats et des résultats sportifs en pratiquant sa passion, ce sera génial. », assure de son côté Sandrine Chevreau, la maman d'Ambre, très fière du parcours de sa fille.

« DÈS DEMAIN, TU PRENDS LES ESCALIERS »

Les familles se rassurent en évoquant la maturité exceptionnelle de leur progéniture. « Elles sont beaucoup plus matures que nous au même âge. Elles sont vrai-

ment actrices de leur projet, on leur parle très tôt, de la violence, de la nutrition, de l'hygiène de vie, avec des professionnels. Nous, c'était une personne qui chapeautait un petit peu tout. Ici, elle est gérée par des personnes au top dans leur domaine, et c'est vraiment bien. Tout est fait pour les mettre dans les meilleures conditions possibles », explique la mère de Justine. « Elle a appris à se débrouiller toute seule en étant loin, à s'organiser. J'ai une autre fille plus grande et effectivement, qui n'avait pas cette même autonomie au même âge. Je lui laisse une totale liberté tant qu'elle respecte les règles. La confiance, c'est le mot d'ordre, avoir confiance l'une dans l'autre », embraye la maman d'Ambre. La jeune lutteuse s'imagine grandir encore plus vite à l'INSEP : « Je n'ai pas les mêmes objectifs que d'autres personnes de mon âge. J'ai des amis qui ne sont pas du tout dans le sport, et qui font une scolarité normale, 8h-18h, et c'est tout. Je sais que je ne pourrais pas retourner faire un 8h-18h, c'est hors de question. J'ai l'impression qu'on grandit plus vite, et ici, il n'y a que des sportifs, on va tout le temps être entouré, ça ne peut être que bénéfique pour grandir encore plus. »

Avant de se dire au revoir, certains parents tentent de se rassurer. « Je vais te manquer », affirme une maman à son fils basketteur. D'autres prodiguent un dernier conseil. « Aujourd'hui, tu peux prendre l'ascenseur pour monter les affaires, mais dès demain, tu prends les escaliers », propose le père de Lilya Cohen - tout heureux d'être là - à la jeune lutteuse. Dernières complicités familiales avant que les choses sérieuses commencent.



L'INSEP accueille cette année 41 jeunes mineurs, âgés de 13 à 17 ans.

*Confiance en soi
Équilibre*



*Souplesse
Motricité
Coordination*



VIVRE LIBRE *

S'ÉPANOUIR
SUR LE TAPIS
SE DÉVELOPPER
DANS LA VIE !

*

*La lutte libre développe toutes les habiletés nécessaires
à l'épanouissement sportif et social des enfants.*



WWW.FFLUTTE.COM







Madelon CATTEAU

« *Me dépasser
sans arrêt,
j'adore !* »

© Icon Sport

Madelon Catteau (à droite) a décroché le bronze lors du relais des Championnats d'Europe.

Championne d'Europe junior en eau libre, Madelon Catteau a décroché le bronze au mois d'août, lors du relais des Championnats d'Europe seniors. Une première breloque internationale « chez les grands », et sans doute pas la dernière.



© Louison Catteau

Tout sourire, Madelon Catteau s'épanouit pleinement dans son sport.

Madelon, vous venez de vivre une saison 2022 exceptionnelle du point de vue des résultats. Comment l'analysez-vous ?

C'est clair que cette année, c'est peut-être ma plus belle saison ! Il y a ce titre chez les juniors, après lequel je courrais depuis plusieurs années. Ma première dans un championnat international chez les seniors, avec une médaille au bout... c'est fou ! Un changement de club, de cadre aussi... 2022 je m'en souviendrai, c'est sûr !

Cette première médaille internationale chez les seniors, comment l'avez-vous vécue ?

J'ai terminé deux fois 8e en individuel, j'étais donc en confiance avant le relais. Et

j'adore nager les relais ! Je suis partie première, il était nécessaire que je fasse le boulot et que je ne prenne pas de retard. Ça s'est joué au mental. Quand je suis sortie de l'eau, j'ai pu suivre le reste de la course, et au moment où Logan Fontaine touche la plaque d'arrivée, j'ai été prise par l'émotion. Les larmes sont montées. Ce sont des émotions fortes, que l'on ne peut vivre que dans ce type de moment. Sur le podium, j'ai juste apprécié le moment présent. J'étais vraiment fière de pouvoir vivre ce type de moment en relais, avec toute une équipe.

Le déclic remonte-t-il à ce titre de championne d'Europe junior ?

Totalement ! Ça faisait trois ans que je savais

que j'avais les capacités d'aller chercher un titre. Je n'ai jamais réussi à le faire jusqu'à cette année. J'attendais cette médaille d'or depuis trois ans, et je pense que le fait de l'avoir autour du cou, ça a été un gros déclic. Je savais que j'avais fait ce qu'il faut à l'entraînement, que je progressais... et cette victoire, elle est venue récompenser tout ce travail.

Je suis très contente de passer ce cap et d'avoir fait mes premiers pas chez les seniors. Mes années juniors m'ont vraiment permis de prendre de l'expérience et de faire mes premiers pas à l'internationale. Je me revois en 2018 lors de mes premiers championnats d'Europe juniors... il y a donc un peu de nostalgie

au moment de tourner la page des juniors, mais je suis prête à passer cette étape. C'est avec des résultats chez les seniors que l'on construit une carrière.

« J'AI TOUJOURS AIMÉ NAGER ! »

Vous parlez de travail, vous êtes justement une bourreau de travail, qui n'a pas peur d'enchaîner les kilomètres...

J'ai toujours aimé nager ! Me donner à l'entraînement et me dépasser sans arrêt, c'est quelque chose que j'adore. Forcément, ce n'est pas facile au quotidien, il y a des périodes où on ne se sent pas bien, où c'est dur... mais vraiment, je ne le vois pas comme un sacrifice. Ce sont des choix

que j'ai décidé de faire. Je n'ai pas la même vie que quelqu'un qui n'est pas sportif et qui profite de sa vie étudiante. Mais j'arrive à vivre tellement d'autres choses à côté : je voyage, je fais des rencontres incroyables... je m'épanouis vraiment dans ce sport. Quand j'ai commencé la natation, je n'aurais jamais imaginé en arriver là. Quand j'ai fait mes premiers résultats au niveau régional, j'étais en admiration devant cette équipe de France. De me retrouver parmi eux aujourd'hui, c'est juste dingue !

Depuis quelques mois, vous collaborez avec un nouveau coach : Philippe Lucas. Pourquoi ce choix ?

Ça fait très peu de temps que je m'entraîne avec Philippe et j'ai déjà eu de très bons résultats derrière. Je suis partie pour deux ans avec lui jusqu'aux Jeux. On ne va pas brûler les étapes, tout ne va pas se faire tout de suite, mais je pense qu'on est sur la bonne voie.

Philippe a un schéma en tête. Il y a tout le circuit de Coupe du Monde, où je vais pouvoir prendre de l'expérience. La prochaine année et demie va être très intense et exigeante. Philippe est très présent, j'ai pu rester avec lui les deux jours qui ont précédé les championnats d'Europe à Rome. Il a pu trouver les mots qu'il fallait pour pouvoir me motiver correctement et me donner toute son expérience pour que je fasse de bonnes courses. Je l'ai eu au téléphone avant et après chaque course. C'est essentiel de mettre ça en place pour continuer à progresser.

« PHILIPPE LUCAS, LE CHOIX QU'IL FALLAIT QUE JE FASSE »

Est-ce un coach qui a déjà su trouver les bons mots pour vous ?

Tout à fait, et Philippe sait très bien faire ça. C'est quelqu'un qui sera toujours derrière toi, qui sera toujours là pour t'encourager en trouvant les mots justes. Je pense que c'est le choix qu'il fallait que je fasse, que je prenne ma vie en main en partant m'entraîner avec lui. De son côté, il est aussi très content de m'avoir donc tout le monde y trouve son compte !

En rejoignant Philippe Lucas, vous avez quitté les Dauphins du TOEC, votre club de toujours. Était-ce une séparation difficile à vivre ?

Pour être honnête, j'avais envie de changement. Cela



© Madelon Catteau

Madelon Catteau a également décroché le titre de championne d'Europe junior cette année.

faisait 14 ans que j'étais aux Dauphins du TOEC. C'est un club qui m'a fait grandir, en tant que nageuse mais aussi en tant que personne. Je lui dois beaucoup. Mais

j'avais envie de connaître autre chose, de nouvelles techniques d'entraînement surtout. J'ai effectué plusieurs stages avec Philippe Lucas qui s'étaient très



© Icon Sport

Madelon Catteau a fait le choix de rejoindre Philippe Lucas et de s'entraîner à Martigues.



© Madelon Catteau

En pleine progression, Madelon Catteau se projette désormais vers Paris 2024.

bien passés. Je vais pouvoir nager avec un groupe entièrement consacré à l'eau libre en plus, donc c'est vraiment quelque chose qui me correspond. J'avais envie de ça.

Désormais, c'est objectif Paris 2024 ?

Forcément, si je veux continuer à me faire ma place en vue des Jeux olympiques, il va falloir que je continue à grappiller des positions. Ça me donne encore plus envie de m'exprimer à l'internationale et de bosser à l'entraînement pour m'en donner les moyens. Après ces championnats d'Europe, il y a du positif, mais aussi des choses à analyser pour pouvoir continuer à m'améliorer.

En eau libre, la première qualification pour les Jeux olympiques, ce sera en

2023. Les trois premières nageuses des championnats du monde se qualifieront pour les JO. Ensuite, il faudra attendre janvier 2024 pour la prochaine phase de qualifications. C'est là que pourront se qualifier 13 nageuses. Tout va arriver très vite, il ne faut pas perdre de temps. J'ai poursuivi mon année jusqu'aux championnats du monde juniors, pendant que beaucoup étaient déjà en vacances, donc je prends un peu d'avance (rires).

Et comment arrivez-vous à tout concilier, notamment vos études et cette carrière sportive ?

À partir de maintenant, j'ai fait le choix de faire toute ma formation à distance. Je suis inscrite à l'université de Montpellier, qui a un partenariat avec le CNED, pour une licence en

marketing. Je vais suivre mes études à mon rythme avec des cours en visio. Ça va être quelque chose de concret, je ne serai pas toute seule derrière mon écran. Je pense que c'est le moyen de pouvoir avancer

comme je le souhaite, de garder du temps pour mes entraînements et ma récupération. Je vais tout faire pour allier les deux, comme j'ai pu le faire jusque-là, tout en étant prête pour les Jeux.

BIO EXPRESS

Madelon Catteau

19 ans – Née le 28 mai 2003 à Castres

Discipline : Natation

Club : Jets de Sarcelles

Palmarès : Médaillée de bronze des Championnats d'Europe sur le relais 5km (2022), championne d'Europe junior sur 10km (2022), championne du monde junior sur le relais mixte 4x1,25 km (2018)

MARSEILLE CASSIS 2022

30 DIMANCHE OCTOBRE 2022
marseille-cassis.com

Partenaire principal: **DÉPARTEMENT BOUCHES DU RHÔNE**

Organisation: **Ville de Cassis**

Partenaires Médias: **3 provence alpes côte d'azur**, **La Provence**, **bleu**

Partenaires Officiels: **CAISSE D'ÉPARGNE CEPAC**, **new balance**

Partenaires Institutionnels: **METROPOLE AIX-MARSEILLE-PROVENCE**, **RÉGION SUD**, **PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR**, **VILLE DE MARSEILLE**

Partenaires Santé: **malakoff humanis**

Partenaires: **MAIF**, **marbour**, **orange**, **ONET**, **chronopost**, **JOLT**, **runningconseil**, **THALES**, **WABOY**, **MARINS-POMPIERS MARSEILLE**, **POMPIERS 13**, **HYUNDAI**

17 > 20 NOV.

Tournoi International du UNIQLO Wheelchair Tour et Circuit Tennis Fauteuil

eopen paratennis du Loiret

ENTRÉE GRATUITE

Ville de Fleury les Aubrais - Complexe de la forêt - Saran

Partenaires: **BNP PARIBAS**, **NS**, **FM LOGISTIC**, **GROUPE ATLANTIC**, **thelem**, **Orléans Loiret**, **Harmonie muséale de Fleury les Aubrais**, **NEOSOFT**, **Loiret**, **SERVIER**, **SOGEA**, **AXERREAL**, **CERFRANCE**, **GOS**

Partenaires: **UN EVÉNEMENT 3RT**, **COMITE LOIRET**, **LIQUE LOIRET VAL DE LOIRE**, **IFC**, **ITF**, **NEC**



© FFFA

Discipline jeune, le Flag Football est aujourd'hui en plein essor.

LE FLAG

hisse haut son drapeau





© FFFA

Sans contact, le Flag Football séduit un public de plus en plus nombreux.

Discipline en plein essor gérée par la Fédération Française de Football Américain, le Flag Football ne cesse d'attirer de nouveaux pratiquants. Fun, ludique et mixte, ce sport pourrait même se faire une place lors des Jeux olympiques 2028 à Los Angeles.

« Je viens de l'Education Nationale, et je peux vous le dire : à l'école, on fait déjà du Flag sans le savoir ! » Présidente de la Fédération Française de Football Américain, Brigitte Schleifer ne tarit pas d'éloges au moment de présenter une discipline en laquelle elle croit énormément. « C'est une discipline qui est mixte, qui est fun, qui peut entrer dans les écoles. Je pense vraiment que le Flag, avec son évolution possible, a toute sa place pour pouvoir devenir une discipline importante. » Mais le Flag

Football, kézako ? Vous qui lisez ces lignes, vous vous êtes peut-être déjà essayé à cette discipline, sans savoir son nom. Dérivé du football américain, le Flag se joue à cinq contre cinq, avec des équipes pouvant être mixtes. Chaque joueur dispose d'un « flag » accroché à sa ceinture. Le but de cette discipline sans contact est simple : l'équipe qui attaque doit tenter de porter le ballon dans l'en-but adverse, tandis que celle qui défend doit stopper la progression adverse en interceptant une passe

ou en décrochant le flag porté à la ceinture. « Jeune et dynamique, cette discipline propose toutes les bases pour les enfants. Ça se joue à cinq contre cinq, de façon mixte, sans avoir besoin de beaucoup de matériel... c'est un sport qui regorge de qualités, souligne Brigitte Schleifer. Depuis mon accès à la présidence de la Fédération, le Flag Football est au cœur de notre projet de développement. Pour moi, le Flag Football doit être promu partout et nous allons continuer d'y travailler ! »

« ON TOUCHE DE NOMBREUX JEUNES AVEC LE FLAG ZONE »

En effet, depuis plusieurs années, la Fédération Française de Football Américain met l'accent sur le Flag Football. Avec plusieurs pistes de développement. « L'école est évidemment un terreau propice à l'essor de la discipline, assure la présidente de la FFFA. Aujourd'hui, ce sport a la capacité de se développer de façon très forte en milieu

Le Flag

scolaire. Pour le moment, nous sommes en contact avec l'USEP pour voir comment nouer un partenariat. Cela nous permettrait d'avoir une légitimité au regard des établissements scolaires. » Attirer de jeunes pratiquants, c'est tout l'enjeu du Flag Zone, une initiative relancée depuis peu. « Le Flag Zone permet de faire se rencontrer de jeunes flagueurs issus de nos clubs et d'autres joueurs ayant découvert le flag au sein d'un cadre et d'un projet différent. Cela peut être un cycle de sport au collège, un outil d'éducation et d'apprentissage de la citoyenneté au centre de loisirs ou à la maison de quartier, détaille Jean-Philippe Delporte, cadre technique régional Hauts-de-France et porteur du projet Flag Zone. Récemment, nous avons ajouté du contenu de formation afin de pouvoir former les animateurs. Cela a permis au projet de décoller. Désormais, lorsque nous signons une convention avec une structure locale, nous fournissons le matériel, nous



© FFFA

La discipline est notamment en plein développement auprès des scolaires.

formons le personnel de la structure. Des animations et tournois peuvent ainsi être mis en place. Durant l'été par exemple, nous avons pu organiser des tournois et animations dans le cadre d'une convention avec le Département du Nord, ajoute Jean-

Philippe Delporte. Nous avons déjà mis en place des Flag Zones dans certaines écoles, notamment au sein de la Communauté Urbaine de Lille. Nous sommes en train de créer un contenu de formation destiné aux professeurs d'EPS. Auprès des jeunes, le but du Flag Zone est de leur faire découvrir la pratique, qu'ils s'y attachent. »

Attirer les jeunes via une pratique ludique, une priorité aux yeux de Brigitte Schleifer. « Aujourd'hui, on touche de nombreux jeunes avec le Flag Zone. Maintenant, l'objectif est de transformer ces licences découvertes en licences dans les clubs. Cela va consister en un important travail de terrain, de la part de la Fédération, mais aussi des clubs. Ça va être tout le challenge dans les mois et années à venir : réussir à transformer la dynamique découverte en pratiquants et licenciés sur le long terme. C'est aussi le but de la French Flag Football League, un dispositif qui permet de faire la promotion des tour-

nois loisirs de Flag Football sur le territoire. »

« AVOIR UN GROUPE DE HAUT NIVEAU SUR LE LONG TERME »

Plus de pratiquants et de licenciés, point de départ d'un effet boule de neige participant au développement général de la discipline. Le haut niveau n'est pas en reste, avec un essor confirmé depuis plusieurs mois. « Le Flag Football est reconnu sport de haut niveau par le ministère des Sports depuis le 1^{er} janvier 2022, révèle Olivier Moret, directeur technique national de la Fédération Française de Football Américain. C'est un élément super important qui va nous permettre de consolider notre politique de développement du haut niveau. Aujourd'hui, nous avons un championnat mixte qui dispose d'une importante marge de progression. Nous avons aussi la Coupe de France,



© FFFA

La Fédération Française de Football Américain a aujourd'hui à cœur de développer le haut niveau.

DÉCOUVERTE

qui se joue avec des équipes masculines et féminines. Et puis, toujours dans cette perspective de développement du haut niveau, nous nous penchons sur la progression des équipes nationales. » Dans cette optique, la direction technique nationale travaille en étroite collaboration avec les territoires. « On est en train de monter, avec nos ligues, un programme de détection pour qu'elles puissent nous faire remonter, au travers des conseillers techniques régionaux, les talents chez les jeunes, souligne Olivier Moret. On travaille donc auprès des U15, des U17, des seniors hommes et femmes. Nous avons déjà un groupe de 25 joueurs et joueuses. Durant les prochains mois, nous allons mettre en place des tests avec des barèmes. Le but est d'avoir un groupe de haut niveau sur le long terme, avec un vrai accompagnement et une réelle progression. » Avoir des équipes performantes, un enjeu fort qui pourrait devenir une nécessité d'ici 2028.

« ÊTRE AUX JO, CELA IMPLIQUE UN DÉVELOPPEMENT DE LA DISCIPLINE DANS SON ENSEMBLE »

En effet, le Flag Football pourrait se faire une place au cœur du programme olympique à l'occasion des Jeux olympiques de Los Angeles. « Être sport de démonstration lors des Jeux olympiques 2028, c'est une envie et une ambition, concède Brigitte Schleifer. Aujourd'hui, nous sommes en concurrence avec d'autres sports. Mais la fédération internationale a apporté un



Sport mixte, le Flag Football pourrait se faire une place aux JO en 2028.

grand coup de boost là-dessus afin que l'on soit retenus. La reconnaissance en tant que sport de haut niveau a été un grand pas, une présence aux JO doit être le suivant. » Olivier Moret abonde dans le sens de sa présidente. « Si le Flag doit devenir une discipline olympique, il apparaît clair que la décision tombera en 2023. Et si c'est le

cas, cela changera forcément beaucoup de choses pour la discipline. Elle pourra bénéficier d'une visibilité et d'un développement importants. Le Flag Football serait alors représenté dans toutes les animations en amont de Paris 2024, ce serait une mise en lumière extraordinaire de ce sport. Être présents aux JO, cela implique un dévelop-

pement de la discipline dans son ensemble, sans pour autant modifier l'essence même du Flag Football : un sport ludique, fun et accessible à tous. Si nous sommes à Los Angeles, il ne faudra pas que l'on perde notre identité. » Grandir tout en conservant ce qui fait son essence : voilà le plus grand défi du Flag Football.

Le Flag Football au cœur des territoires

« Le Flag Football est présent et en développement sur une grande partie du territoire, souligne Olivier Moret, DTN de la Fédération Française de Football Américain. Nous avons des Ligues et des clubs qui s'inscrivent pleinement dans le projet porté par la Fédération. Une vraie dynamique est en marche afin de proposer la discipline au plus grand nombre. » Parmi ces territoires, les Hauts-de-France font office de cap à suivre. « Le Flag est assez développé sur notre territoire, avant même le début des années 2000, révèle Jean-Philippe Delporte, cadre technique régional Hauts-de-France. Progressivement, une quinzaine d'équipes ont vu le jour dans la région. La dynamique s'est poursuivie, faisant de nous l'une des Ligues les plus importantes aujourd'hui. Par exemple, sur la Communauté urbaine de Lille, nous avons cinq clubs. » Un développement qui doit beaucoup au Flag Zone. « À l'année, nous avons 5000 à 6000 enfants qui pratiquent le Flag. Comme nous intervenons dans des villes différentes, cela nous permet de présenter le projet aux collectivités. Nous avons réussi, au fil des années, à mobiliser des villes et villages de notre région. C'est cette dynamique territoriale qui est le moteur du Flag Football. »



FRANCE vs AUTRICHE



09 OCT 2022 | 14H

STADE DELORT - 72 RUE RAYMOND TEISSEIRE
13008 MARSEILLE

BILLETS EN VENTE SUR [WEEZEVENT.COM](https://www.weezevent.com) / A PARTIR DE 9€

AGENCE NATIONALE DU SPORT

FAN AVENUE

SPORT IN FRANCE

SPORTMAG

PHOTO & DESIGN : SERGIYKISHI.COM



Sport scolaire et BASKET

font bon ménage



© Icon Sport

Laëtitia Guapo, Marie-Eve Paget et Hortense Limouzin sont championnes du monde de basket 3x3.



© Icon Sport

Laëtitia Guapo, joueuse à Bourges et en équipe de France, est une professeure d'EPS impliquée.

Laëtitia Guapo, Marie-Eve Paget et Hortense Limouzin font les beaux jours du basket féminin français. Des joueuses également liées par un sport scolaire qui s'est avéré omniprésent... et pour certaines, l'est toujours aujourd'hui.

Mars 2022. Au cœur du championnat départemental UNSS de badminton dans le Cher, une sportive de haut niveau est de la partie. Laëtitia Guapo passe alors sa journée à se plier à l'exercice des selfies, des autographes, et surtout à échanger avec les jeunes présents. Le symbole d'un nouveau cap franchit en termes d'image par la basketteuse de 26 ans, elle qui

évolue à Bourges et qui est devenue championne du monde 3x3 avec les Bleues cette année. Mais pour Laëtitia Guapo, participer à ce type d'événement est avant tout un engagement fort envers le sport scolaire. « *J'adore le sport et j'adore transmettre*, confie la native de Clermont-Ferrand. *L'assemblage des deux, au travers du sport, c'est quelque chose qui me parle beaucoup. C'est vrai-*

ment pour ça que j'ai voulu faire ce métier de professeur d'EPS. » C'est à son entrée au collège que Laëtitia Guapo a découvert l'UNSS et la pratique au sein de l'association sportive. Des moments qui ont participé à forger la basketteuse, et surtout la professeure qu'elle est aujourd'hui. « *J'essaie de comprendre les motivations de mes élèves, c'est le but d'un prof. Il faut leur apprendre de nouvelles*

choses, ne pas les laisser dans leur zone de confort et les motiver. Je n'hésite pas à donner de petites astuces, à les mobiliser tout simplement. J'essaie de leur montrer que le sport peut être un centre d'intérêt pour eux, en leur montrant qu'ils peuvent prendre du plaisir en pratiquant tel ou tel sport, assure Laëtitia Guapo, convaincue de l'importance du sport à l'école. Il y a des débats et des questions qui se posent

sur le nombre d'heures d'EPS pour les élèves en milieu scolaire. C'est un sujet très important. L'obésité et la sédentarité sont en hausse en raison de notre mode de vie actuel. Entre les écrans, les jeux vidéos, les téléphones... tout ça fait que les gens, et notamment les jeunes, deviennent de plus en plus sédentaires. L'école, c'est un terrain essentiel pour former le citoyen de plus tard. »

« LIER SON PROJET SCOLAIRE ET SON OBJECTIF SPORTIF »

Camarade de Laëticia Guapo en équipe de France, Marie-Eve Paget a elle aussi embrassé la carrière de l'enseignement. Une certaine logique pour celle dont les parents avaient également opté pour le corps enseignant, en économie et en mathématiques. Pour la native d'Annecy, évidemment, le choix s'est porté sur l'EPS. « J'ai eu ma licence STAPS Éducation motricité en 2015, puis j'ai passé mon concours Capes (Certificat d'aptitude au professorat d'éducation physique et sportive) un an plus tard, explique celle qui évolue à Basket Landes depuis 2019. J'ai pu mener un double projet avec mes études et ma vie de basketteuse. Aujourd'hui, je suis en disponibilité de l'Éducation nationale, afin de pouvoir me concentrer à 100% sur ma carrière de basketteuse de haut niveau. » Un choix payant, puisque la meneuse, qui a évolué aux côtés de Céline Dumerc ces dernières années, passe les caps les uns après les autres. Championne de France en 2021, elle réalise une grande année 2022 :

une Coupe de France glanée sous les couleurs de Basket Landes, et surtout ce titre de championne du monde 3x3 avec les Bleues. « C'étaient des moments extraordinaires, ça permet de se rendre compte du chemin parcouru », souligne la joueuse. Un chemin passé par le sport scolaire. Née et formée à Annecy, Marie-Ève Paget rejoint ensuite Challes-les-Eaux, en Savoie. C'est au collège Le Semnoz de Seynod que le goût pour le sport se confirme. « Comme tout le monde à cet âge-là, j'ai participé aux cross UNSS », relate l'athlète aujourd'hui âgée de 27 ans. Mais très vite, Marie-Eve Paget se tourne vers la balle orange, elle qui a pris, quelques années plus tard, la direction de Nice. Championne de Ligue 2 et MVP du Final Four en 2015, elle se révèle dans les Alpes-Maritimes. Aujourd'hui, c'est à Mont-de-Marsan qu'elle fait étalage de tout son talent. Et surtout à la face du monde entier sous les couleurs de l'équipe de France.

« L'UNSS, UNE BOUFFÉE D'AIR FRAIS »

Elle aussi championne du monde avec les Bleues du 3x3 cette année, Hortense Limouzin n'a pas opté pour la vocation de professeure d'EPS. Pourtant, tout l'y destinait avec un père enseignant, ensuite devenu directeur technique national de la Fédération Française de Badminton. « Sans me forcer bien sûr, il a toujours tenu à ce que je m'implique dans l'UNSS. Je pense qu'il savait lui-même les émotions que j'allais pouvoir vivre grâce au sport scolaire », confie la joueuse de



© Icon Sport

Marie-Eve Paget a rapidement opté pour l'enseignement au cours de ses études.

24 ans. Et des émotions, il y en a eu ! « J'ai découvert l'UNSS en arrivant au collège. Ça m'a conforté dans ma passion pour le sport, et notamment pour le basket. D'autant que ces années à évoluer en scolaire, c'est quelque chose de très spécial, on joue avec

ses copines. Lorsque j'étais en Pôle Espoir, on gagne le titre UNSS dès la première année et on participe de nouveau au championnat de France l'année suivante. C'étaient vraiment de belles émotions, se remémore Hortense Limouzin. Ça changeait de ce



© Icon Sport

Marie-Eve Paget évolue à Basket Landes et brille sous les couleurs de l'équipe de France.

que l'on pouvait vivre en club tout au long de l'année, avec l'UNSS c'était une bouffe d'air frais. » Une expérience qui, là aussi, a participé à forger la personne et la joueuse qu'est devenue Hortense Limouzin. « Ces années-là, ça m'a montré qu'on peut être compétitrice tout en liant son projet scolaire à son objectif sportif. Partir le mercredi après-midi avec l'UNSS, c'était quelque chose de spécial, une ambiance qui montrait que l'on pouvait s'épanouir dans un cadre scolaire tout en évoluant à un bon niveau dans notre sport. » Aujourd'hui, la jeune meneuse de Landerneau s'épanouit au plus haut niveau, sans oublier ce que lui ont apporté ces années. « Je pense que ça m'a offert une maturité assez précoce, une capacité à être organisée aussi, car il faut arriver à cumuler son sport avec sa scolarité. Et puis en UNSS, on ne joue pas toujours avec les mêmes filles, il y a des changements tous les ans, un peu comme dans un club professionnel. Très vite, ça m'a apporté une



Du sport scolaire au toit du monde pour les trois jeunes joueuses.

forme d'adaptabilité, si ce mot existe (rires) ! » Désormais, comme ses partenaires, Hortense Limouzin est prête à transmettre. « J'aime partager et véhiculer cette expérience dès que je le peux, avec grand plaisir. »



Les années UNSS ont forgé la joueuse et la personne qu'est devenue Hortense Limouzin.

La FFBB et l'UNSS main dans la main

Discipline incontournable en milieu scolaire, le basket profite de la dynamique liant la Fédération Française de Basketball à l'Union nationale du sport scolaire. Liées par convention depuis de nombreuses années, les deux entités continuent d'innover. En mars dernier, la FFBB, l'UNSS et la NBA ont annoncé le lancement de la première ligue Jr. NBA FFBB UNSS pour les garçons et les filles âgés de 11 à 12 ans, de 30 collèges des Bouches-du-Rhône et du Vaucluse. Un nouveau programme à Marseille s'appuie sur la Jr. NBA FFBB UNSS League à Paris qui a touché 1 350 jeunes joueurs depuis 2018. « Notre objectif commun est d'atteindre les enfants qui ne sont pas encore impliqués dans les clubs de la FFBB, afin d'enseigner le basket à la prochaine génération de garçons et de filles », explique d'ailleurs Neal Meyer, vice-président associé en charge des opérations basket-ball à la NBA, Europe et Moyen-Orient. Histoire, déjà, de repérer les prochaines Laëtitia Guapo, Marie-Eve Paget et Hortense Limouzin.



Vivez des émotions

Basket

LES FÉDÉRATIONS S'ENGAGENT

*en faveur du
sport santé*

© Icon Sport

Chaque année, le challenge Avirose est organisé par la Fédération Française d'Aviron lors des championnats de France indoor.



sport.fr



© Icon Sport

Pour la Fédération Française de Tennis de Table, les équipements de proximité facilitent l'accès à la pratique.

Les fédérations olympiques ont pleinement intégré le sport santé dans leur programme de développement. Aviron, tennis de table, badminton... SPORTMAG est allé à la rencontre de ceux qui s'occupent de ce sujet.

Le sport santé est un véritable enjeu pour les fédérations sportives, qui n'hésitent plus à intégrer ce sujet à leur programme. Pour certaines, comme la Fédération Française d'Aviron, le sport santé est déjà pleinement intégré à la politique de développement. « Il est au programme de la FFA depuis 2012, explique Yvonig Foucaud, référent sport santé à la Fédération. Nous sommes l'une des premières fédérations à avoir mis en place

un programme adapté. Dès 2012, on a mis en place un coach aviron santé. » Des choses existent également depuis plusieurs années à la Fédération Française de Tennis de Table, et la nouvelle équipe en place du président Gilles Erb, élu en décembre 2020, « a souhaité mettre à égalité le développement et le haut niveau dans son programme ». « Le programme de développement s'appuie sur quatre piliers et un de ces quatre piliers, c'est le ping santé. Les

autres sont le ping citoyen, le ping loisir et le ping en extérieur », détaille Stéphane Lelong, en charge du pôle Développement de la Fédération. Et c'est Lucie Coulon qui se charge de toute la partie Ping Santé.

Du côté de la Fédération Française de Badminton, Jérôme Careil, directeur technique national, se félicite que la discipline soit « une activité hyper propice au sport santé. Le badminton a comme caractéristique principale que tout le monde

peut en faire. Cela nous ouvre un champ des possibles immense. » Un atout que possède également l'aviron : « C'est le sport idéal, car on va développer à la fois le cœur et le corps, le cardio et la force. C'est en plus un sport porté, non traumatisant, et harmonieux, où on développe 85% de la masse musculaire. L'aviron est un sport où les personnes en surpoids vont très vite être valorisées, notamment par la pratique indoor. J'aime le dire parce que c'est un vrai vecteur pour moti-

ver les pratiquants. Ces personnes-là, on s'en occupe très bien, et sur du long terme, ça fait parfois des miracles », assure Yvonig Foucaud.

« LES COACHS QUE L'ON FORME SONT DES MILITANTS DU SPORT SANTÉ »

A la Fédération Française d'Aviron, « la pratique sport santé s'adresse aux personnes atteintes d'affection longue durée (ALD), et en prévention primaire pour des personnes qui n'ont pas de pathologie, explique le référent sport santé à la FFA. Aujourd'hui, le dispositif nous permet d'avoir des personnes qui vont avoir des limitations de type maladies cardiovasculaires, des cancers. On a beaucoup de femmes opérées de cancer qui font de l'aviron santé. Pour elles, on organise d'ailleurs tous les ans au championnat de France Indoor le challenge Avirose. »



© Fédération française d'aviron

Des coaches aviron santé sont présents pour orienter au mieux les pratiquants.

En dix ans, le travail de la FFA a payé : « En 2012, on n'avait rien sur le terrain. Dix ans plus tard, on a 120 coaches formés pour accueillir ces publics. Et environ 1500 personnes atteintes d'affections longue durée sont inscrites dans nos clubs, parmi nos 44 000 licenciés. » Et les résultats sont probants :

« 90% des pratiquants, au bout d'un ou deux ans à pratiquer dans ces créneaux, deviennent des pratiquants comme les autres et s'inscrivent sur la durée. À tel point qu'aujourd'hui, on a des clubs où les premiers pratiquants aviron santé, notamment des femmes opérées d'un cancer, dirigent les clubs

et sont très impliquées dans la vie associative. »

Yvonig Foucaud garde en souvenir de belles histoires créées par ce dispositif sport santé : « On a déjà eu des gens complètement désocialisés qui ont retrouvé du sens à leur vie. Je pense à un rameur qui était en obésité morbide, et qui a été motivé, valorisé par la pratique, avec la coach qui l'accompagnait. Il ne faisait que de l'indoor dans un premier temps, car il pesait 150, 160 kilos. Il était tellement content d'aller au club et d'être valorisé qu'il a décidé d'aller jusqu'à l'opération de chirurgie bariatrique. Son objectif était de pouvoir monter un jour dans un skiff. Quelque temps plus tard, il m'a envoyé un message pour me dire : «c'est fait.» C'est fort ! Il avait à peine 34 ans quand il est arrivé, et aujourd'hui, il est très investi dans son club, il a retrouvé du travail, il se sent bien, c'est quand même assez extraordinaire. Donc oui, ça marche, parce que les coaches que l'on forme sont des militants du sport santé. »



Le badminton est une discipline que tout le monde peut pratiquer.

© Badminton Associatif Choletais

« CONTINUER À DÉPLOYER LE FIT'MINTON SUR LE TERRITOIRE »

Du côté de la FFTT, on travaille avec les personnes atteintes des maladies d'Alzheimer et Parkinson. « On a une convention avec France Alzheimer et avec France Parkinson, raconte Stéphane Lelong. Pour Alzheimer, on travaille sur la prise d'information et surtout sur la coordination. Le côté convivial de l'activité, associé à des exercices de coordination motrice, permet aux malades d'oublier un peu leur maladie sur un temps donné. Et ce travail de coordination motrice stimule le système cognitif et contribue à développer l'hippocampe, zone du cerveau fragilisée par la maladie d'Alzheimer. C'est pareil pour la maladie de Parkinson. Le tennis de table est une discipline qui a une motricité fine, et jouer permet d'accentuer la concentration, de réduire un peu les tremblements ou en tout cas de mieux les espacer. On a démarré avec France Parkinson au mois de novembre 2021 et on a déjà une vingtaine de clubs en France qui ont ouvert un créneau. Pour Alzheimer, il y avait à la même époque un peu moins de dix clubs, et cette année on n'est pas loin de la trentaine. »

La Fédération Française de Badminton met quant à elle l'accent sur la performance sociale du sport, avec plusieurs thématiques, dont la santé et le bien-être. « On veut mettre en avant la lutte contre la sédentarité, qu'on couple avec le badminton en entreprise, détaille Jérôme Careil. L'idée, c'est de se rap-



© Icon Sport

La pratique d'une discipline sportive permet, en plus du dépassement de soi, de vivre des moments de partage.

procher des entreprises pour proposer notre activité, facile d'accès, qui est du coup un vrai vecteur de lutte contre la sédentarité. Nous avons également un dispositif qui s'appelle le fit'minton. C'est une pratique sur la base de mouvements du badminton, mais dans une logique d'activité de remise en forme, en musique, avec des chorégraphies. On aimerait continuer à déployer ce dispositif, qui répond à des enjeux de santé. »

LE E-TENNIS DE TABLE BIENTÔT INCONTOURNABLE DANS LES ENTREPRISES ?

Le sport en entreprise est aussi un axe majeur de développement à la FFTT. « On travaille sur la construction d'une offre pour l'activité sportive en entreprise, qui peut se mettre en place assez facilement, assure Stéphane Lelong. Une table de tennis de table ne prend pas beaucoup de place. Cela permet de lutter contre la sédentari-

té et d'améliorer la convivialité au sein du personnel. De plus, le ministère nous a donné la délégation de la e-discipline, le tennis de table en réalité virtuelle. Il existe déjà un jeu extrêmement réaliste, qui nous permet de proposer et de présenter l'activité sur un espace de 4 m². On n'a pas encore construit l'offre de pratique, mais on imagine très bien pouvoir proposer l'activité sportive en entreprise, présenter le tennis de table d'une part, et faire du sport au travers le casque de réalité virtuelle. On va travailler d'ailleurs avec le pôle ressources, sport et innovations de Nantes, rattaché au CREPS, pour mesurer les impacts physiologiques d'une pratique en réalité virtuelle par rapport à la pratique réelle. »

L'autre volet du ping santé concerne le public senior. « Il existe dans les clubs une offre de loisir adaptée à ce public. Je fais le lien avec le ping en extérieur, parce que demain, avec le programme des équipements sportifs de proximité, la FFTT compte bien proposer des séances de tennis de table ping santé à un public sédentaire, proche

de chez lui, notamment un public retraité. Ces équipements de proximité vont faciliter l'accès à la pratique », se réjouit Stéphane Lelong.

La FFBad travaille aussi avec les seniors, comme l'explique Jérôme Careil : « Pour tous ceux qui sont capables de venir, on les inclut dans des créneaux existants, en prenant en compte les caractéristiques des seniors concernés, ou l'on crée parfois des créneaux spécifiques pour un public senior, qui a l'avantage de pouvoir pratiquer en journée. On a aussi un autre dispositif pour les personnes qui sont en établissement, comme les EHPAD. C'est une pratique avec des situations pédagogiques vraiment adaptées aux pratiquants, en utilisant par exemple des ballons de baudruche à la place du volant. Concrètement, on a repris un certain nombre d'outils qui étaient liés aux très jeunes, qui permettent de faire travailler la mémoire, la mobilité. Et on a de bons résultats. » Preuve que le sport santé est un sujet désormais incontournable dans le développement du travail des fédérations.

VENEZ PARTICIPER AU MARATHON CANNE OCTOBRE ROSE!



29 & 30
OCTOBRE
2022

Samedi : 8h30-18h
Dimanche : 8h30-13h



GYMNASÉ
des Droits de l'Homme
Rue Peter Schwarber
67000 STRASBOURG

YOU
CANNE
DO IT*

Une partie des bénéfices sera reversée à l'ICANS - Institut de cancérologie Strasbourg Europe.

*YOU CAN DO IT - TU PEUX LE FAIRE





© *Tourisme en Champagne*

La région Grand Est regorge de disciplines qu'il est possible de pratiquer en automne et en hiver.

*Collection
automne-hiver en*
GRAND EST





© Tourisme Sarrebourg

Au fil des années, la Lorraine s'est imposée comme une terre d'équitation.

Des Vosges en Champagne, en passant par l'Alsace et la Lorraine : même après la fin des beaux jours, le Grand Est regorge de lieux uniques propices à la pratique sportive. Avec la mise en lumière d'activités accessibles à tous.

L'été est fini... mais ce n'est pas une raison pour renoncer aux sports de plein air. Partout en France, de nombreuses disciplines profitent de l'automne pour continuer à attirer des curieux et de nouveaux pratiquants. Une période de l'année qui est également l'occasion de profiter de sites de pratique uniques, au calme, loin de l'agitation de la période estivale. Territoire sportif par excellence, le Grand Est n'est pas en reste. La région est l'une des plus étendues

de France et offre ainsi des paysages variés, propices à la pratique de nombreuses disciplines. Voici quatre territoires et activités à ne pas manquer si vous passez en Grand Est d'ici la fin de l'année.

ÉQUITATION EN LORRAINE

Cheval, poney, âne... la Lorraine est un territoire qui fait la part belle aux équidés. Avec près de 80 clubs équestres et de

nombreuses activités associées, ce territoire fait office de petit paradis pour les amoureux de l'équitation. Le tourisme équestre est ainsi devenu, au fil des années, un enjeu fort en Lorraine. En Moselle par exemple, Le Domaine de la Forge, à Falck, offre une grande diversité d'activités autour de la pratique du cheval. Leçons collectives ou individuelles, randonnées dans une forêt de 2000 hectares, activités équestres : autant de possibilités offertes au cœur

de ce magnifique site. Dans la Meuse, le département vit au rythme des sabots. De nombreux centres équestres répartis sur tout le territoire permettent de s'initier ou de parfaire ses connaissances en équitation. Parmi eux : la Ferme du Sonvaux, aux Épargnes, labellisée École Française d'Équitation par la FFE. Un site qui propose des animations variées autour du thème équestre : ferme pédagogique, formations du centre d'attelage, locations de calèches ou encore

balades pour découvrir le riche patrimoine lorrain. Des randonnées à dos d'équidé qui se multiplient depuis plusieurs années. Gros coups de cœur pour la découverte de la Plaine du Walsch depuis le Ranch du Stoss, ou encore pour la randonnée de 8 kilomètres, à dos d'âne ou en charrette, autour de la Petite Cité de Caractère de Saint-Mihiel. Un symbole de la beauté et de la diversité qu'offre la Lorraine, notamment en cette saison automnale.

SKI DANS LES VOSGES

Au cœur du massif des Vosges, la pratique des sports d'hiver sera évidemment un temps fort de cette fin d'année. Le ski, sous toutes ses formes, y est roi, fort d'une pratique très souvent ludique et originale. La palme revient au domaine nordique de



© Tourisme Vosges

Chaque hiver, le massif des Vosges vibre au rythme du ski sous toutes ses formes.

La Bresse - Lispach. Ce lieu ancré dans les Hautes Vosges déploie un nouveau jeu pour les familles cet hiver. Sur le principe d'un escape game grandeur nature, les participants devront déjouer les pièges, trouver les indices, faire preuve d'ingéniosité

pour élucider l'enquête de l'opération Flocon Noir... le tout à ski de fond ! Un symbole de ce que le massif des Vosges est capable de proposer au grand public. La station de La Mauselaine, deuxième domaine skiable du massif des Vosges avec 40 kilomètres de pistes de

ski alpin, n'est pas en reste. Lorsque les flocons font leur apparition, cette station installée à Gérardmer propose le ski nocturne sur pistes éclairées et sonorisées. Un type de pratique sportive qui suscite l'engouement de plus en plus de curieux chaque année, lorsque les températures commencent à baisser. Pour ceux qui préfèrent le ski nordique, la station Les Bas Rupts est un domaine spécialisé dans la discipline. Au programme : 9 pistes de tous niveaux, 3 itinéraires raquettes au départ des Bas-Rupts et 2 parcours au départ des Hautes-Vannes. Sans oublier un espace ski enfants, une piste de luge et tremplin de saut à ski. Histoire de faire le plein de sensations fortes dans le massif des Vosges.

RANDONNÉE EN ALSACE

17 000 kilomètres ! Un chiffre qui peut donner le vertige, mais qui est bien réel : l'Alsace compte plus de 17 000 kilomètres de



Lez Broz - Visit Alsace

Avec 17 000 km de sentiers balisés, l'Alsace est le paradis des randonneurs.



© Tourisme en Champagne

Électrique ou à l'ancienne, le vélo est devenu incontournable sur les routes champenoises.

sentiers balisés. Une caractéristique qui fait du territoire alsacien le paradis de la randonnée. Randonneurs aguerris ou amateurs de promenades, ils sont ainsi au rendez-vous chaque automne sur ces nombreux kilomètres traversant cette région alsacienne. L'un des itinéraires les plus prisés est le chemin des Châteaux Forts d'Alsace. « *Il relie 80 châteaux du nord au sud de l'Alsace, ainsi qu'en Moselle, sur plus de 450 km. 26 étapes de 18 km en moyenne les rallient* », détaille le service communication d'Alsace Destination Tourisme. Pour ceux qui seront présents en Alsace dès le début de l'automne, l'occasion est belle de s'aventurer sur la randonnée du mont Sainte-Odile, sur le chemin de Saint-Jacques de Compos-

telle. Un parcours de 25 kilomètres réalisable en 5 heures. Entre ombre et lumière, sous-bois et plein air, cette randonnée permet de bénéficier d'un panorama unique sur la plaine d'Alsace. Le territoire alsacien, ce sont aussi des forêts uniques au monde, qui font la richesse et la beauté de cette région. Le panorama sur la Forêt Noire est à découvrir depuis la randonnée reliant la route du vin à Saint-Hippolyte au château du Haut-Koenigsbourg. Depuis Sélestat, un circuit pédestre de 13 kilomètres permet de découvrir la forêt de l'Illwald. Le tout en longeant de nombreux cours d'eau comme le Forstlach, le Krummlach, le Petit Rheinweg ou encore le Schiffwasser. Tout le charme de l'Alsace.

VÉLO EN CHAMPAGNE

Une escapade en Champagne n'est pas uniquement motivée par les petites bulles. Ce territoire regorge en effet d'itinéraires parfaitement adaptés à la pratique de nombreux sports et activités, et notamment du vélo. Une discipline devenue incontournable en Champagne. Loin des axes routiers, ce sont plus de 450 kilomètres de voies vertes qui attendent les pratiquants à travers la région. Au total, ce sont 2 000 kilomètres de circuits sécurisés qui sont disponibles, des balades au cœur des forêts profondes aux chemins des vignobles en passant par les circuits entre plaines et collines. Une expérience à vivre seul, en famille ou entre amis, car le vélo en

Champagne, c'est avant tout la convivialité. Depuis plusieurs années, un label baptisé « Champagne à Vélo » a été créé. Ce dernier a été mis en place auprès des hébergeurs de la région afin de proposer des services adaptés à la pratique du vélo dans le cadre d'un circuit touristique. Les prestataires adhérents au label « Champagne à Vélo » facilitent et améliorent l'accueil pour un séjour à vélo. « *Le réseau est en perpétuel développement. Il est principalement bâti sur les chemins de halage qui longent les nombreux canaux et les cours d'eau de la région, ou encore le tracé d'anciennes voies ferrées* », explique le service communication de l'Agence de développement touristique de la Marne. Un territoire sur lequel la petite reine règne en maîtresse des activités de plein air.



ALSACE
CHAMPAGNE-ARDENNE
LA FORCE LORRAINE
D'UN TOUT

4^e Région en nombre de licenciés sportifs –
soit près d'1/4 de la population, **87 centres**
de préparation aux **Jeux Paris 2024**, **8 sites**
inscrits au **Patrimoine mondial de l'UNESCO**,
2 opéras nationaux.

Il y a des chiffres qui parlent d'eux-mêmes.

grandest.fr

La Région
Grand Est

Mallory LECONTE

« Les Jeux
olympiques
à la maison,
c'est un rêve ! »

© Franco Arland / Icon Sport
Licenciée à Saint-Denis,
Mallory Leconte rêve des
JO 2024, complètement à
la maison.



« Double-double » championne de France, en indoor et en extérieur, aussi bien chez les Espoirs que les Elites, Mallory Leconte a réussi une superbe saison 2022, au cours de laquelle elle a encore amélioré son record sur 100m. Résultat, elle a été récompensée par une sélection aux Championnats d'Europe à Munich, ses premiers à 21 ans. La sprinteuse de Saint-Denis est dans les starting-blocks pour les prochains Jeux olympiques, à deux pas de chez elle, et de sa piste d'entraînement.

Tout d'abord, revenons sur votre belle saison, avec ce « double doublé » : c'était l'objectif en début de saison de tout gagner ?

C'était le grand objectif oui, mais de là à le réaliser ! Je savais que 2022 allait être ma dernière année chez les Espoirs, alors c'était le moment où jamais pour aller chercher ces titres. Ça a été bien plus dur en hiver qu'en été. C'était le début de saison, alors je n'étais pas complètement réglée. Une fois l'été arrivé, j'avais une grosse période d'entraînement derrière moi, et je me sentais bien mieux. J'avais déjà eu des titres en indoor, mais c'est mon tout premier en extérieur, j'étais super heureuse. L'or chez les Elites, c'est génial ! A Albi, aux France Espoirs, mon temps de 11"22 n'est pas homologué, mais je baisse quand même mon record à 11"26 sur un meeting. En un an j'ai effacé deux dixièmes, j'en suis très fière. C'était vraiment une très belle année !

« JE RESSORS GRANDIE DE CES CHAMPIONNATS D'EUROPE »

Ensuite, pour clôturer la saison, vous étiez aux championnats d'Europe, à



2022 : une saison fructueuse pour la sprinteuse, qui a cumulé les médailles et a amélioré son record sur 100m.

Munich. Pour une première participation, à 21 ans, comment l'avez-vous vécu ?

Forcément, ce faux départ en demi-finale du 100m est frustrant. J'aurais aimé que ça se passe mieux, mais c'est quelque chose qui arrive. Sur ma série, je ne suis pas pleinement satisfaite, car même si la qualification est là, le chrono (11"49) n'est pas idéal. Cela reste une demie européenne en individuel, et je n'en tire que le positif. Je ressors grandie de ces championnats, et je suis contente d'avoir pu courir face à ce qu'il se fait de mieux en Europe. Être au sein du groupe France

était aussi quelque chose de formidable. On sent vraiment une équipe, une super ambiance !

A quel point est-ce important pour les jeunes athlètes comme vous de se frotter aussi tôt à ce genre de grands championnats ?

L'ambiance, la pression, le public... ce n'est pas forcément facile à appréhender. En participant à ce genre de compétition, on se confronte déjà à cet environnement très particulier. C'est primordial, pour être habitué à ce type de stress, et trouver des clés pour le maîtriser. Aussi, cela nous permet de se mesurer tôt à

nos adversaires, ceux qu'on peut retrouver ensuite sur d'autres compétitions. Pour ma part, ces championnats d'Europe étaient ma toute première sélection en individuel, même chez les jeunes. En U23 ou en U20, j'ai toujours couru en relais. Alors, décrocher enfin cette sélection chez les seniors, c'est un plus pour la suite. C'est vrai qu'être la seule Française sur son épreuve, c'est de la pression supplémentaire ! Mais c'était très cool à expérimenter, avec forcément Paris 2024 dans la tête.

« MA PISTE D'ENTRAÎNEMENT SERVIRA D'ÉCHAUFFEMENT AUX JO ! »

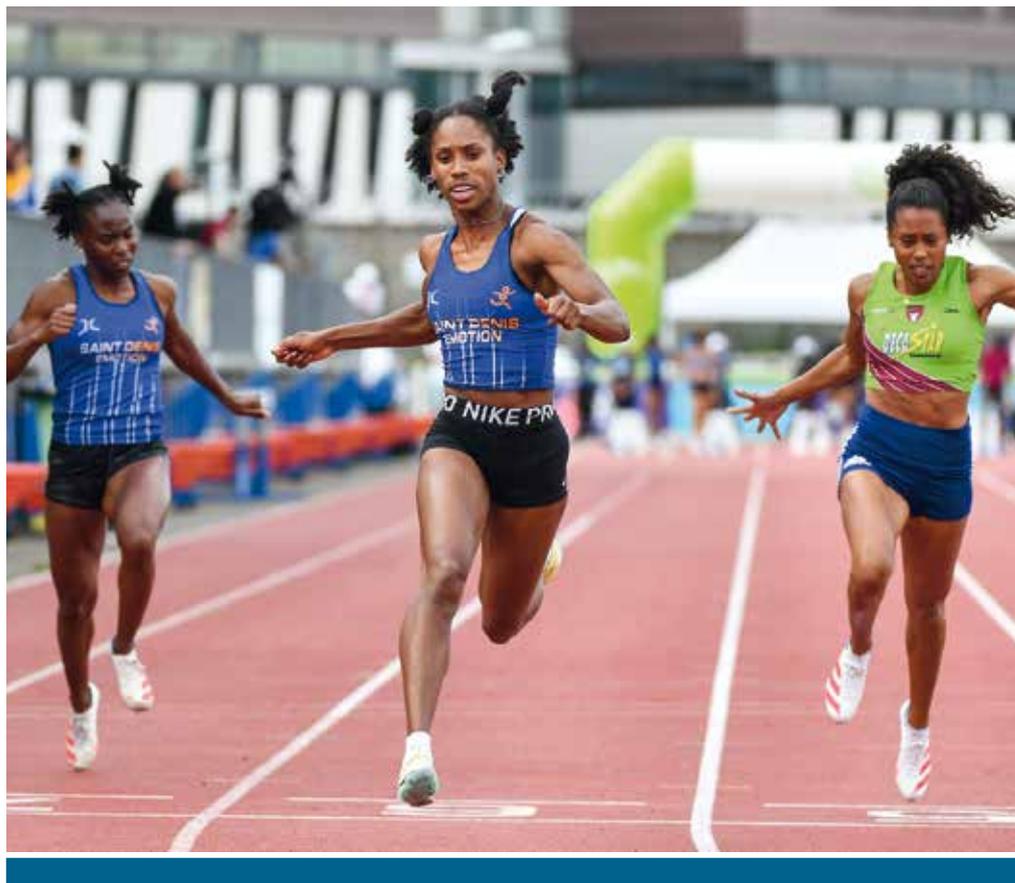
Justement, les épreuves d'athlétisme auront lieu au stade de France, à Saint-Denis. On peut difficilement faire plus proche pour vous !

C'est clair, là c'est complètement à la maison ! C'est vraiment un rêve. Ça représente tellement pour moi. J'y pense tous les jours, et de toute façon, je ne peux pas faire autrement : la piste où je m'entraîne servira de piste d'échauffement aux JO ! Vraiment c'est incroyable...

Si j'y suis avec mon copain [Nathan Ismar, sauteur en longueur, qui a également pris part aux championnats d'Europe ndlr] et mon frère jumeau Jerry [également sprinteur], ça serait la cerise sur le gâteau. Il ne pourrait rien y avoir de plus beau ! C'est avec mon frère que j'ai commencé l'athlétisme, alors vivre cette aventure ensemble serait formidable. D'autant qu'au départ, on s'est lancé juste comme ça, parce qu'on courait vite !

Avoir les Jeux et cette atmosphère olympique directement à domicile, qu'est-ce que cela représente pour ta ville ?

C'est très important. Avec d'autres sportifs, on a déjà été amenés à intervenir dans des écoles. L'idée était de parler des JO et du sport de haut niveau en général, et leur faire comprendre l'ampleur de ce qui allait se passer juste à côté de chez eux. Pendant l'été, il y a aussi eu une grande journée portes ouvertes à Saint-Denis. Je n'ai pas pu



© Johnny Fideim/Icon Sport

Un temps mémorable pour Mallory Leconte, titrée en indoor et extérieur, chez les Espoirs et les Elites.

y être, puisque j'étais aux championnats de France Espoirs. Mais c'était une super initiative, pour faire découvrir les différentes disciplines olympiques. Amener les athlètes et faire

découvrir toute la diversité des sports aux enfants, c'est important.

« JE VEUX RÉUSSIR AUSSI BIEN SUR LA PISTE QUE DANS LES ÉTUDES »

Désormais, avant 2023, quels sont vos prochains grands objectifs ?

Déjà, scolairement, je veux obtenir ma licence STAPS. Il me reste un semestre à valider pour cette année, et ça compte pour moi. C'est difficile de gérer l'athlé et l'école, d'autant plus depuis que je suis à la fac. Mais je veux réussir aussi bien sur la piste que dans les études, et mener les deux de front. Je verrai bien plus tard

si je dois faire une pause pour privilégier mon projet olympique. Après les championnats méditerranéens de septembre, j'ai coupé un peu avant de reprendre l'entraînement. La prochaine grande échéance, ce sont les championnats d'Europe en salle, en Turquie en février. Ensuite, je vise évidemment les championnats du monde en extérieur, pendant l'été 2023 à Budapest. Sur 100m, les minimas pour les Mondiaux ont encore baissé : ils étaient à 11'15 cette année, et sont fixés à 11'08 pour 2023. De toute façon, mon objectif est de me rapprocher le plus possible de la barre des 11 secondes. Après cette belle saison, je suis encore plus motivée pour la suite !

BIO EXPRESS

Mallory Leconte

21 ans, née à Saint-Denis (Seine-Saint-Denis)
le 4 octobre 2000

Discipline : Athlétisme, 100 mètres

Club : Saint-Denis Émotion

Palmarès : Championne de France Elite 100m (2022),
Championne de France Elite 60m indoor (2022),
Championne de France Espoirs U23 100m et 60m indoor (2022),
Médaille de bronze 4 × 100m aux Championnats d'Europe U23 (2021),
Médaille d'argent du relais 4 × 100m aux Jeux méditerranéens (2022)

SPORTMAG

*Téléchargez
dès maintenant*



**L'APPLICATION
GRATUITE**



L'Association Nationale des Etudiants en STAPS (ANESTAPS) se mobilise pour la cause environnementale. Ce sera notamment le cas ce mois-ci lors du congrès organisé à Besançon.



L'ANESTAPS et son président Timothée Brun s'engagent pour l'environnement.



L'ANESTAPS engagée pour l'environnement

Le 47^e congrès de l'ANESTAPS, qui se tient du 20 au 23 octobre à Besançon, sera l'occasion de mettre en place la restitution des propositions de l'Educathon Sport et Environnement, organisé en septembre 2021 à Marseille.

Le but de l'Educathon, c'était sensibiliser et apporter de la réflexion pour co-construire des propositions entre des jeunes et des experts de la thématique. Ces propositions vont être soumises aux décideurs politiques afin d'afficher et de valoriser la parole des jeunes sur la thématique de l'environnement. Lors de cet Educathon, nous avons traité huit thématiques différentes. Nous avons à chaque fois un ou plusieurs experts de chaque thématique, ce qui a permis d'aboutir à des échanges extrêmement constructifs.

Les jeunes sont aujourd'hui très sensibles à la cause environnementale. Le mode de vie actuel de l'Humanité n'est plus compatible avec la planète. Le sport est impacté, mais participe aussi à ce dérèglement climatique. C'est pour cela qu'à l'ANESTAPS nous nous sommes engagés sur cette thématique depuis plus de deux ans. L'Educathon était un projet phare pour montrer notre engagement pour l'environnement. En janvier 2023, nous organiserons également la troisième édition de la Journée Nationale du Sport et de l'Environnement.

Sur chaque événement national, il y a une dynamique développée dans les territoires. Nous avons pu organiser un Educathon sur Besançon. À l'occasion de la Semaine Nationale du Sport et de l'Environnement, 23 événements ont eu lieu partout en France avec les associations STAPS qui se sont saisies du projet. Toujours dans les territoires, nous avons à cœur de former nos étudiants STAPS, afin qu'ils puissent organiser des événements les plus écoresponsables possible.

Les propositions vont permettre à chacun et chacune de se saisir de ces enjeux, et d'interpeller les acteurs politiques. L'ANESTAPS est en contact avec le ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche, mais aussi avec le ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques. Grâce notamment à l'Educathon, nous avons à cœur de travailler avec le ministère de la Transition Ecologique. Nous allons devoir porter ces propositions afin d'aider le sport à avancer sur la thématique environnementale. Cela fait partie des priorités de l'ANESTAPS.



 **salon
des maires**
et des collectivités locales



NOUS CULTIVONS DES SOLUTIONS

22-24 NOVEMBRE 2022
PARIS - PORTE DE VERSAILLES

Plan Vélo

Saint-Chamond,
Territoire cyclable



8 2022-2026



SAINT-CHAMOND LANCE SON PLAN VÉLO



33 kms
DE PISTES
CYCLABLES

✓
AMÉNAGER
SON TERRITOIRE

✓
DÉVELOPPER
UN ÉCOSYSTÈME VÉLO

✓
DIFFUSER LA CULTURE
VÉLO



4,5 millions
D'INVESTISSEMENT

