

100 M HAIES CLÉLIA RARD-REUSE

«Je ne dois pas courir après le chrono, mais pour gagner»

Clélia Rard-Reuse n'a jamais été aussi proche d'obtenir son billet pour les Jeux olympiques sur 100 m haies. Il lui manque une poignée de centièmes pour réaliser son rêve.

JOHAN TACHET

A force de courir autour du pot, ou plutôt des treize secondes, Clélia Rard-Reuse (27 ans) va finir par décrocher son billet olympique. Lundi soir, la Riddanne a couru à deux reprises en 13"11 sur 100 m haies lors du Meeting international de Bellinzone. Elle l'avoue, ses courses sont encore perfectibles. Plus en forme que jamais, la Valaisanne n'a jamais été aussi proche d'une qualification individuelle pour les Jeux. A la veille d'un mois des plus chargés, la spécialiste des obstacles fait le point.

Clélia Rard-Reuse, après deux semaines sans compétition, vous avez réalisé deux fois 13"11 lundi à Bellinzone. Comment jugez-vous votre retour à la compétition?

La première des deux courses ne s'est pas déroulée comme souhaité. J'ai manqué mon départ et je me trouvais trop proche des haies. J'étais alors étonnée de me retrouver avec un aussi bon chrono (ndlr: le troisième meilleur de sa carrière). Lors de la finale, j'étais mieux en jambes, mais il m'a manqué du tranchant en fin de parcours pour aller grappiller quelques centièmes. L'absence de compétition s'est fait ressentir sur les derniers mètres. Il faut se remettre dans le bain.

Courir deux courses en l'espace d'une heure n'est-il pas un désavantage lorsque l'on cherche impérativement une grosse performance?

Non, aucunement. Ce mode de fonctionnement me plaît. Ce laps de temps permet juste de récupérer sans perdre de l'influx. Il n'y a pas besoin de refaire un échauffement. Si j'ai manqué de jus sur ma deuxième course, c'était juste une question de rythme.

Votre entraîneur Laurent Meuwly vous avait pronostiqué un chrono de 12"95...

Heureusement que je ne l'ai pas entendu (rires). Plus sérieusement, je pensais réaliser un bon temps. Je sais pertinemment que j'ai les treize secondes dans les jambes (ndlr: son meilleur chrono est de 13"06), mais je n'ai, jusqu'ici, pas encore réussi la course parfaite. Il devient impératif de changer de mode et d'apprendre à courir avec la concurrence. Je ne dois pas me focaliser sur le chrono, mais remporter mes courses. Je suis régulière autour des 13"10 et je me sens de mieux en mieux course après course. Je suis certaine que les treize secondes vont finir par tomber. Je dois simplement me montrer patiente.

Ne ressentez-vous pas de pression à devoir absolument réaliser ces minima?

Non, car j'ai toujours annoncé vouloir atteindre cet objectif. J'ai encore passablement de courses pour obtenir ma qualification (ndlr: elle courra ces 30 prochains jours à Genève, Lucerne, La Chaux-de-Fonds, Nottwil et aux Européens d'Amsterdam). Mais plus tôt je l'obtiens, mieux ce sera.



13"06, 13"09, 13"11. Clélia Reuse est proche de la barre des treize secondes, synonyme de qualification olympique sur 100 m haies. CHRISTIAN HOFMANN/A

LES MINIMA

«Je sais que j'ai les treize secondes dans les jambes. Je dois simplement me montrer patiente.»

Vous revenez d'un camp de dix jours en Turquie. Pour quelles raisons vous êtes-vous rendue en bord de mer pour vous entraîner?

L'objectif était de pouvoir profiter pleinement d'un centre qui regroupe des conditions et des installations idéales pour travailler. J'ai ainsi pu bosser sur les départs et la vitesse. J'ai d'ailleurs remarqué à Bellinzone que

j'étais plus performante dans les starting-blocks, notamment lors de la seconde course. Désormais, il ne manque plus que tous les éléments s'imbriquent pour que je puisse réaliser la course parfaite.

Outre les Jeux olympiques, pensez-vous également aux championnats d'Europe d'Amsterdam début juillet

pour lesquels vous êtes déjà qualifiée?

Bien évidemment. Ils figurent parmi les objectifs de ma saison. Maintenant, quant à savoir quelles seront mes attentes sur place, il est bien trop tôt pour en parler. Cela dépendra des filles qui s'aligneront. Toutefois, le but de chacun sera d'améliorer son rang d'engagement. J'estime qu'une demi-finale est tout à fait envisageable. ◉

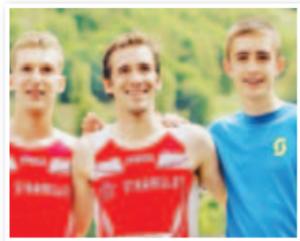


La semaine athlétique

DE GUILLAUME LAURENT ET MICHEL HERREN FONDATEURS DU SITE INTERNET ATHLE.CH

LA VICTOIRE

L'équipe Starpellel /Scott Running gagne à Bagnes



Epreuve conviviale organisée au départ du Châble et disputée par équipes de trois, le Tour du val de Bagnes a réuni samedi quelque 300 coureurs. Aux avant-postes, la lutte a été belle. A la suite d'un dernier relais de feu d'Alexandre Jodidio, c'est l'équipe

Starpellel/Scott Running qui s'est imposée devant le BCVs Mount Asics Team, en tête sur les deux premiers tronçons, notamment grâce à un très bon César Costa. Côté féminin, l'équipe des Gazelles s'impose facilement, avec plus de cinq minutes d'avance.

LE FUTUR Les jeunes dominent le Bénou

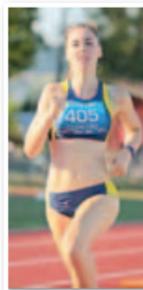
Le Belgo-Valaisan Maximilien Drion (Vercorin), 19 ans, s'est imposé samedi sur la Course du Bénou (10,8 km et 799 m de dénivelé) en 47'08. Sur un parcours sélectif et boueux, il a devancé de 23 petites secondes le tout jeune Fabian Fux (Sankt Niklaus/16 ans seulement). Côté féminin, la victoire est revenue à

l'athlète de Sierre Camille Besse-Barras en 55'35. A noter encore la belle course de Tarcis Ançay, 5e à 2'43.

À L'ÉTRANGER Hoffmann, Andenmatten et Jordan rapides

Trois Valaisannes se sont déplacées cette semaine à l'étranger en quête de courses rapides. Mercredi, du côté de Montbéliard (F), Lore Hoffmann (CA Sierre/U23) a remporté facilement la première série nationale du 800 m en 2'07"85, mais aurait bien aimé plus de concurrence pour l'aider à faire trembler son record (2'06"08). Dans la même course, Sonja Andenmatten (LV Visp/U18) termine 4e et réussit

son premier chrono sous les 2'10 (2'09"88), confirmant ainsi ses minima pour les Européens U18 de cet été. Samedi à Oordegem (B), Maureen Jordan (SG Saint-Maurice/U20) a aussi réalisé une performance de choix: en 2'09"52, elle a abaissé son record et n'est restée qu'à 32 centièmes de la limite pour les Mondiaux U20. Sa réaction: «Après une course très décevante lors du meeting d'ouverture à Langenthal, j'ai décidé de renoncer à mon premier 800 m pour me concentrer sur ma préparation.



Etant en pleine période d'exams finaux, je n'avais pas entièrement la tête tournée vers mes objectifs sportifs et j'ai également dû retrouver confiance lors des entraînements. Un choix payant puisqu'à Oordegem, pour mon premier 800 m de la saison, j'ai explosé mon précédent record de presque une seconde. Je suis contente de cette course et j'ai pris grand plaisir à courir en dehors de Suisse. Maintenant il me reste deux épreuves pour ajuster et essayer de descendre encore un peu mon chrono.»

22 L'AGENDA Championnats VS, AtletiCAGenève et Scex Carro

L'athlétisme et la course à pied seront une nouvelle fois à

l'honneur ce week-end dans le canton et au-delà. Avec les championnats valaisans simples organisés à Sion vendredi soir et dimanche dans la journée sur l'Ancien-Stand, mais aussi le prestigieux meeting international AtletiCAGenève, prévu samedi et qui réunira bon nombre de vedettes suisses aux côtés de quantité d'athlètes du meilleur niveau européen et mondial (de 12 à 16 heures, avec notamment Clélia Rard-Reuse et les relais nationaux de 4x100 m). Hors stade, le Trophée du Scex Carro se jouera dimanche du côté de Dorénaz. ◉



EN PARTENARIAT AVEC ATHLE.CH