

La triathlète championne d'Europe junior ne s'est pas ménagée pour l'Asvel. Un test concluant.

Le matin, elle était sur son vélo. Une séance de 35 bornes agrémentée d'exercices de pédalage sur une jambe... Et en fin d'après-midi, c'était course à pied. En somme, le pain quotidien de la championne d'Europe junior de triathlon (19 ans), rompue aux semaines de 20 heures d'entraînement, qui a joint hier l'utile à l'agréable en acceptant de participer pour son club d'athlétisme - l'Asvel - au 3000 m du 2e tour d'Interclubs.

La Villeurbannaise n'a pas ménagé sa peine, franchissant la ligne d'arrivée en 9'55"05. Des points pour son équipe, record personnel battu de dix secondes (« L'objectif était de passer sous les 10 minutes », dit-elle) et accessoirement elle assurait sa qualification pour les championnats de France jeunes juste au cas où l'envie lui prendrait en juillet prochain au cœur d'un emploi du temps déjà très chargé...



photo france jeunes 2008

En dépit de résultats probants ces dernières années (2e des championnats de France junior de cross et de 3000 m 2008 ; participation aux championnats d'Europe de cross 2008), Charayron prend peu à peu ses « distances » avec la course à pied pure pour répondre aux exigences de sa discipline. A son programme cet hiver figurait des longueurs et des longueurs de piscine. Une heure et demie par jour afin de réduire l'écart avec les meilleures triathlètes. « On n'avait pas le choix, explique Philippe, son père et entraîneur. Sur 1500 m de natation, Emmie rendait plus d'1'30". » Elle en a payé le prix dans les cross (8e du championnat de France junior à Aix), mais elle en a aussi été payée en retour d'une progression manifeste. Elle l'a constaté à la manche de Coupe d'Europe (senior) de triathlon à Quarteira (Portugal) dont elle a pris la 2e place derrière la Tchèque Radka Vodickova. « En sortant de l'eau à seulement 8 secondes des meilleures, j'ai vu que j'avais franchi un palier, explique l'étudiante en 1re année de fac de sports (Staps). Auparavant, c'est là que je perdais le plus de temps. Disons qu'en m'améliorant dans ce secteur, je réduis l'incertitude... »

La voilà parée à l'aube d'une saison au cours de laquelle elle aura à jongler entre son intégration progressive au sein de l'équipe de France senior et son programme de junior (les distances sont deux fois plus longues chez les seniors). La semaine prochaine, elle enchaînera en deux jours les championnats de France juniors à Pierrelatte et une manche de Grand Prix à... Dunkerque. Elle aura surtout à défendre son titre continental le 5 juillet à Holten (Pays-Bas) où elle retrouvera la Britannique vice-championne d'Europe et championne du monde Kirsty McWilliam. « Quand on gagne en junior 1, on a envie de confirmer, dit-elle. Je n'ai pas de pression. Je suis au contraire encouragée par mes résultats. C'est un beau challenge que j'ai hâte de relever. »

Benjamin Steen

L'Afa Feyzin, emmenée par son marcheur espoir Kevin Campion auteur de la principale performance de la journée (20'46"76 sur 5000m), a remporté hier à Parilly la finale Interrégionale de Nationale 2B. Avec 39770 points, le club a battu de plus de 1000 points son meilleur score réalisé en Interclubs.



Kévin dépassant son entraîneur Philippe Dols