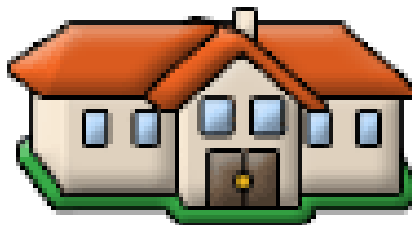


<http://clg-blois-begon-blois.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article502>



Championnats de France d'Athlétisme.

- Pédagogie - EPS -



Date de mise en ligne : lundi 22 février 2016

Copyright © Collège Michel Bégon - Blois - Tous droits réservés

L'équipe était la même que lors des championnats d'académie et est donc composée de : Amiel M'BOUNGOU, Steve ODJOLO AWONO, Lahadji SAID, Luciano TOLA et Céline METALLAOUI accompagnés par Mme CHATEIGNER et M BLACHE.

Vendredi 29 janvier, 12h30, l'heure du départ a sonné, pendant que M Blache s'installe au volant, nous avons droit aux encouragements des profs présents sur le parking. Nous quittons le collège aux alentours de 12h45. Après avoir fait le plein d'essence, le trajet commence pour de bon, et en musique les garçons ont mangé un paquet de bonbons en 5 minutes ! puis tout le monde s'est endormi (sauf M Blache). Il se déroule donc dans le calme. Après la sortie d'autoroute mouvementée (M Blache avait un problème avec le ticket d'autoroute qui ne fonctionnait pas.) Mme Chateigner a joué le rôle de GPS ! Il est environ 16h30 lorsque nous arrivons sur les lieux de la compétition, nous nous rendons directement au stand photo afin d'immortaliser le moment.

Steve, Amiel, Luciano, Lahadji et moi-même nous asseyons dans les tribunes et commençons notre reportage photo sur snap pendant que les profs valident nos inscriptions et récupèrent les clés de l'hôtel. Les organisateurs nous offrent une crêpe et une boisson en guise de goûter avant que nous rejoignons l'hôtel. Qui était en fait un appart'hôtel, ce qui signifie que nous avons de grandes chambres, une salle de bain et même une cuisine. Nous nous sommes installés et douchés avant d'aller dîner au restaurant universitaire. Après manger nous sommes directement rentrés à l'hôtel, nous devons être prêts à 8 heures le lendemain matin et en pleine forme. Les profs nous ont donnés les maillots puis dodo !

Samedi matin, 7 heures, je suis réveillée, persuadée que nous avons rendez vous à 9 heures dans le hall de l'hôtel. Je me lève vers 7h30 et je prends mon temps pour me préparer... 7h45 je sors de la douche quand Mme Chateigner sonne à la porte et me dit « dans 15 min en bas ». Premier coup de stress de la journée. Je m'habille vite fait, mets ma trousse de toilette dans mon sac à dos (heureusement que je l'avais préparé la veille !) saute dans mes chaussures et descends, tout le monde était déjà dans le minibus. Direction le resto U où nous pensions trouver un bon petit déjeuner et un peu de choix. On a finalement tous mangé des tartines de pain, bu un jus d'orange et une boisson chaude. Pas énorme pour tenir la matinée avant une compétition. Heureusement nous courions en début d'après midi nous avons donc fait le choix de déjeuner dès l'ouverture du resto U. Nous vécu la matinée en tant que spectateurs puis à 11 heures nous sommes aller manger. Le stress commençait à monter et le repas n'était pas super léger... Amiel n'a pas réussi à bien manger.

Retour à la salle de compétition vers 12h30. Je courrais la première (vers 14h). Je suis donc allée m'échauffer vers 13h15, tout se passe sans problème mis à part que j'ai encore mon repas sur l'estomac. J'enchaîne les gammes et les étirements puis les garçons arrivent en salle d'échauffement. Je termine par quelques départs avant d'aller en chambre d'appel. Les 20 dernières minutes sont les plus stressantes, je suis seule, assise à côté de mes adversaires, je vois les courses précédentes, je vois les temps... je dois penser à ne pas me refroidir. Puis la série 6 est appelée, (j'étais dans la 7ème) à ce moment, j'enlève mon collant et fais mes dernières gammes, un dernier départ puis, c'est parti. Pendant que la série 6 se court, je fais une accélération dans le virage surélevé de cette salle de Rennes et me rends compte qu'il fait très chaud. Le départ de la série 6 est donné, je ne pense plus qu'à ma course, je règle mes starts. Une fois dans les blocks, je fais abstraction de tout le reste et focalise mon attention sur le bruit du pistolet électrique. Je réalise un assez bon chrono : 7" 39. Les garçons cartonnent ils battent tous leur record Steve réalise le meilleur temps de toutes les séries Nous améliorons notre total de 5 points avec 137 points (contre 132 lors des académique). Nous rentrons à l'hôtel nous doucher puis nous finissons l'après-midi dans un centre commercial. Les garçons ont mangé un cheeseburger. Nous sommes allés manger, les profs ont profité d'un apéro qui leur était réservé et nous sommes renseignés sur les horaires de nos courses le lendemain, pendant le petit-déjeuner les profs faisaient des calculs, et nous ont dit que l'on avait un pied à côté et l'autre sur le podium. En réalité nous étions sur la troisième marche du podium et nous le savions. On s'est donc fixé un objectif commun : faire aussi bien voire mieux. Malheureusement, je n'ai pas atteint cet objectif. Je me sentais pourtant mieux que la veille, j'étais moins stressée en chambre d'appel. Mais il y a eu un faux départ dans ma série et le règlement est clair avec ça ; le prochain faux départ est disqualifiant. Je n'ai donc pas pris de risque et n'ai pas osé partir. En revanche les garçons ont tous relevé le défi.

Le week-end s'achevait avec un 6x200 mètres académique, le principe est simple : 1 minime fille, 1 minime garçon,

Championnats de France d'Athlétisme.

1 cadette, 1 cadet, 1 junior fille, 1 junior garçon ; chacun parcourt 200 mètres. Tous les coureurs sont issus de la même académie. Les profs de notre académie ont fait le choix de prendre un élève de chaque établissement. J'ai donc été choisie pour représenter le collège dans le relais académique mais à la place d'une cadette. Nous nous sommes échauffés ensemble puis nous avons sagement attendu notre tour. J'ai pris le témoin en 1ère position et ai réussi à tenir la cadette de l'académie de Créteil derrière moi pendant la moitié de la course mais elle a fini par passer devant... je me suis accrochée et ai passé le témoin quelques centièmes de secondes après elle. Notre relais s'est finalement classé 2ème. C'est à mon retour auprès des profs et des garçons que j'ai appris la triste nouvelle, nous étions finalement classés 4ème. Les profs étaient très contents de notre résultat et, pour nous féliciter nous ont offert le t-shirt de ces Championnats de France. M Blache nous a acheté des bonbons dans une station service sur le chemin du retour ; qui s'est déroulé dans une ambiance on ne peut plus calme ! Nous étions tous fatigués et pressés de rentrer à la maison !

C.Metallaoui

[<http://clg-blois-begon-blois.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-blois-begon-blois/IMG/jpg/p1150931.jpg>]

[<http://clg-blois-begon-blois.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-blois-begon-blois/IMG/jpg/p1150932.jpg>]

</img815|center></img814|center>