Retrouvez les interviews des athlètes, entraineurs et dirigeants de l'école d'athlé de l'UST

PEGGY HOUSET

Ton surnom : Pegpeg **Première licence à l'ust en : janvier 1987** **Date anniversaire : 08/03/1977**

«Une certaine assurance que je n'avais pas avant.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
J'ai commencé l'Athlétisme à 10 ans, par l'intermédiaire de mon père qui lui aussi en a fait.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
Comme beaucoup de petite fille, j'ai fait un peu de danse jazz.

Ton parcours athlétique brièvement :
J'ai commencé par les épreuves multiples comme les benjamins et minimes de nos jours.
En passant cadette, j'ai continué un peu les épreuves combinées puis je me suis spécialisée en sprint. Arrêt de la compétition en 2007.
En 2011, à l'ouverture de la section Marche Nordique, j'ai commencé à pratiquer et suis devenue encadrant en avril 2013.

Depuis combien de temps gères-tu le secrétariat en tant que salariée de l'US Tourcoing Athlétisme ?
Je suis embauchée depuis le 1er février 2007.

Comment est-ce arrivé ?
Suite au départ de l'ancienne secrétaire et avec la création du LMA, le club avait besoin de quelqu'un à plein temps. Mon entraineur du moment, Didier Baudouin m'en a parlé et comme j'étais intéressée, je me suis proposée.

Qu'est-ce que tu aimes dans ce métier ?
Le contact avec les gens et le fait de rester dans le monde de l'Athlétisme mais de l'autre côté.
Le fait de pouvoir gérer mon temps de travail comme je le souhaite en respectant bien sûr les contraintes des dates butoir (dates limites de remise des dossiers et des inscriptions aux compétitions)

3 souvenirs en tant que salariée :
Mon premier jour : j'ai eu la visite du Maire de la Ville.
L'ouverture de nos nouveaux bureaux en octobre-novembre 2009.

3 souvenirs en dehors de tes fonctions de salariée :
Le Championnat de France Minimes au 4x80m, premier championnat national que je faisais.
La finale du 4x100m au Championnat de France en 1995 où l'on a fini 3ème en junior : remplaçante, je crois avoir été plus stressée que les coureuses.
Les déplacements en Allemagne pour le Meeting de la Jeunesse.

Décris-nous une journée typique de Secrétaire de l'UST :
Il n'y a pas vraiment de journée type à part peut-être le fait de regarder les mails en arrivant au bureau. Tout dépend de la période de l'année : inscriptions aux compétitions pendant les périodes hivernales et estivales, les licences en septembre-octobre, les demandes de subvention en juin et septembre, la comptabilité tout au long de l'année et j'en passe.

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Une certaine assurance que je n'avais pas avant (ça ne se voit peut-être pas mais je suis timide).

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
La Famille, Lecture, Randonnée.

<u>Questions sur l'actualité :</u>
Comment as-tu vécu le confinement ?
Assez bien même si je trouvais le temps long.

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Lever entre 8h00 et 8h30 – télétravail – repas – sieste – télétravail – sortie marche – repas et dodo.

Première chose que tu as faite à la fin du confinement ?
En fait, je n'ai rien fait de spécial, je suis sortie le mardi pour les courses !!!!!!!

Un dernier mot ?
A bientôt, vous me manquez.

THOMAS LARCHAUD

Ton surnom : Tonton Larch **Catégorie entrainée : EA PO** **Première licence à l'ust en : 2009** **Date anniversaire : 08/10/1986**

«Apporter mon expérience et expertise dès leur plus jeune âge.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
J'ai commencé le demi-fond à 17 ans.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
Venant d'un quartier populaire, j'ai beaucoup joué au basket et foot de rue.

Ton parcours athlétique brièvement :
J'ai commencé le 800 fin junior 1 début junior 2 où je réalisa 1'57 pour finir en senior 1'48"5.

Depuis combien de temps entraines-tu les jeunes à l'UST LMA ?
J'ai commencé à m'occuper des Eveils et Poussins en janvier 2015.

Comment est ce arrivée ?
Via marc Dufour qui me proposa un contrat à temps partiel, pour m'occuper des plus jeunes.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entrainer ?
Apporter mon expérience et expertise dès leur plus jeune âge, et leur donner l'envie de continuer dans les catégories suivantes.

3 souvenirs en tant que coach jeune :
Numéro 1 : mon déplacement en république tchèque avec une équipe de jeune et d'encadrant de folie. c'était ouf !!
Numéro 2 : les personnes qui encadrent et qui ont encadré avec moi, mon fidèle JP qui m'a accompagné tout au long de ces années, sans oublier des gars et filles comme sanar youb, Fodé sissko, Romane Lebrun, Jean noël, et j'en passe, qui ont de vraies qualités humaines en donnant l'envie aux jeunes de revenir chaque mercredi.
Numéro 3 : Ces 5 années où Thérèse Leroy et Peggy Houset ont su me supporter ..

3 souvenirs en dehors du coaching :
Numéro 1 : toutes ces années passées dans le groupe d'Alain Lignier.
Ou il m'a clairement appris à me dépasser et ou je lui en serais éternellement reconnaissant.
Et ce groupe d'entrainement .. « des fous, des mecs avec un mental d'acier » des durs au mal comme dirait nos anciens.
Numéro 2 : interclubs à Tourcoing en 2015, bon résultats individuel et collectif sans oublier l'ambiance folle qui planait sur le stade, avec une organisation magique faite par les bénévoles de l'UST, et le final sur la piste ou tout le monde dansaient sur la piste avec Dif Kent aux platines.
Numéro 3 : Ma course aux France élite à Villeneuve D'ascq ou j'étais comme posséder, rien ne pouvait m'arrêter ce jour là, sauf le lactique derniers 100 M ..

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?
Ancien athlète, et salarié en complément de mon activité de remise en forme sur Tourcoing et Villeneuve D'ascq

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Énormément, à me discipliner, me fixer gratuit, à m'orienter à y passer des diplômes, et à y rencontrer des personnes qui mis sont très chères aujourd'hui.

Quelles sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
Sortir, voyager, explorer.

<u>Questions sur l'actualité :</u>
Comment vis-tu le confinement ?
Pas trop mal, j'y occupe mes journées en donnant des cours en live sur mes différents réseaux, pour permettre aux gens de ne pas perdre la main.
Et de m'avancer sur toutes les choses que je ne peux faire au quotidien.

Décris nous une journée de ton confinement brièvement :
Je me lève entre 7h30 et 8 H, je fais un peu de ménage (à moitié monsieur oui) je fais une séance de sport, je prépare mes vidéos que je diffuse sur les réseaux et mes cours que je donne en live. Puis je donne mes cours en fin de journée.

La première chose que tu as faites lors du confinement ?
J'ai pas réfléchi une seconde, direction le coiffeur directement.

Un dernier mot ?
Soyons bienveillant les uns des autres et profitons au mieux de cette vie qui passe très vite. N'ayez pas peur d'être jugé, osez, tentez, échouez, mais n'ayez aucun regret.

LEROY THERESE

Surnom : je n'en ai pas sauf Tata Thérèse pour Thomas et Tété pour Yasmine **Première licence à l'ust en :** 1993 **Date anniversaire :** 25/10

«Donner de mon temps comme bénévole.»

À quel âge as tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
J'ai rejoint le club de La Madeleine en 1980 ; j'ai tout de suite aidé comme dirigeant.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
Non aucun.

Ton parcours athlétique brièvement :
Très bref, j'ai fait du cross pendant quelques années et le 1500m aux interclubs.

Depuis combien de temps, gères-tu le secrétariat de l'école d'athlétisme de l'UST LMA ?
J'ai rejoint l'équipe administrative de l'UST en 1993 et je me suis tout de suite investi dans l'école d'athlé.

Comment est-ce arrivée ?
j'ai suivi mon fils Eric qui a muté à l'Ust et j'ai remplacé Robert qui s'occupait alors du secrétariat de l'école d'athlé.

Qu'est-ce que tu aimes dans cette fonction ?
Côtoyer des personnes de générations différentes et me sentir utile. Donner de mon temps comme bénévole.

3 souvenirs en tant que secrétaire de l'école d'athlétisme :
- Le Kid'athlé métropolitain organisé avec Jean-Noël au stadium
- les cérémonies d'ouverture du meeting international de la jeunesse
- les stages à Etocungt.

3 souvenirs en dehors de l'école d'athlétisme :
- le championnat du monde Handisport au Stadium où j'ai officié pendant 4 jours.
- La disqualification mémorable de notre relais 8-2-2-8 aux championnats de France.
- Le déplacement à Paris aux championnats du monde pour supporter notre marcheur Robert Korzieniowski qui gagne la médaille d'or.

En dehors du secrétariat de l'école d'athlétisme, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?
Je suis officiel fédéral sauts et officiel fédéral secrétariat informatique et secrétaire générale de l'UST.
Je gère avec Annie le site du club.

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
De belles rencontres au club et dans le monde athlétique en général.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
j'aime lire, marcher , les voyages et les vacances avec les petits enfants.

Questions sur l'actualité :

Comment vis-tu le confinement ?
Pas trop mal puisqu'en bonne santé mais en manque de contacts.

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Le matin, un peu d'internet puis 30mn de vélo d'appartement et 15mn d'étirement, cours et exercices d'allemand sur un site internet puis je cuisine.
Après-midi lecture, un film loué par vod, jeux de société, appels téléphoniques ou vidéo avec la famille et les amis puis soirée télé.

Première chose que tu feras à la fin du confinement ?
D'abord, aller chez le coiffeur me faire couper 3 mois de longueur de cheveux et ensuite je rêve d'une grande promenade sur le sable (sans masque si possible).

Un dernier mot ?
J'espère vous retrouver tous très bientôt.

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme

SIMON MOREZ

Ton surnom : boucles d'or
Catégorie : Minime
Première licence à l'ust en : 2012
Date anniversaire : 05/07/2005

«Mon diplôme de jeune juge fédéral saut»

Ton record dont tu es le plus fier ?
Mon diplôme de jeune juge fédéral saut

Ton épreuve favorite ?
Le disque

Ton point fort en athlé ?
Je connais bien les règlements :)

Ta petite faiblesse ?
Ma vitesse

Ta phrase culte ?
J'rigole

Ton athlète préféré(e) ?
Kevin Mayer

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
En athlé : le titre de champion départemental en poussin au relais avec mes copains Amaël, Mathéo et Khalis
Sportif : Le record à la perche de Renaud Lavillenie
Dans la vie : Mes 3 voyages aux USA

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
Etre juge aux JO et Etre pilote de ligne.

Ton plat favori ? immangeable ?
Le welsh
Les asperges

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Harry Potter

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Je jouerai à la PS4

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme

SIMON LEMERSRE

Ton surnom : /
Catégorie : Minime
Première licence à l'ust en : 2017
Date anniversaire : 11/04/2006

«Battre mes records et toujours m'améliorer.»

Ton record dont tu es le plus fier ?
Hauteur : 1m50

Ton épreuve favorite ?
Le Décathlon

Ton point fort en athlé ?
Endurance

Ta petite faiblesse ?
Les lancers

Ta phrase culte ?
//

Ton athlète préféré(e) ?
Kevin Mayer

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Le meeting en allemagne

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
Battre mes records et toujours m'améliorer

Ton plat favori ? immangeable ?
Favori : Les hamburgers de mon Papa
Immangeable : champignons

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Dimitri Vegas

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Pas de problème, J'ai déjà été puni plus longtemps mais c'est chiant.

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme

MATHEO BAUWENS

Ton surnom : Math
Ta catégorie : Minime
Première licence à l'UST : 2012
Date anniversaire : 08/11/2005

«Quand j'ai passé les 5m en longueur.»

Ton record dont tu es le plus fier ?
Quand j'ai passé les 5m en longueur

Ton épreuve favorite ?
Sprint ou longueur

Ton point fort en athlé ?
//

Ta petite faiblesse ?
La hauteur

Ta phrase culte ?
//

Ton athlète préféré(e) ?
Kevin Mayer

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Les championnats de France UNSS

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
en dessous de 7'' au 50m

Ton plat favori ? immangeable ?
Favori : frites
Immangeable : choux de Bruxelles

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Usain Bolt

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Je peux être privé un jour mais pas sept
Je peux aussi deux jours mais pas sept

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme

NICOLAS VI

Ton surnom : demandez à Jean-No **Première licence à l'ust en :** 1993 **Date anniversaire :** 05 avril 1977 **Catégorie entraînée :** Minime

«Voir les athlètes que j'accueille tout jeune grandir et progresser.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
Je suis licencié à l'U.S. Tourcoing depuis 1993 après avoir découvert l'athlétisme lors d'une compétition UGSEL avec mon collège lorsque j'étais en 3ème.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
Pas vraiment, je participais surtout aux associations sportives de mon collège à l'époque le mercredi après midi.

Ton parcours athlétique brièvement :
Athlète de 1993 à 2008 et Entraineur depuis 2008.
Ce que je retiendrais à titre individuel, j'ai quelques titres régionaux en sprint mais j'ai surtout participé aux championnats du monde d'athlétisme handisport en 2002 en tant que guide pour athlète non voyant.
A titre collectif, une médaille de bronze aux championnats de France de relai sur 4x200 en 2005 et mon premier podium national en interclubs avec l'U.S. Tourcoing en 2001.

Depuis combien de temps entraines-tu les jeunes à l'UST LMA ?
Je suis surtout entraineur spécialisé en sprint, haies et relai à partir de la catégorie cadet.
J'ai décidé de donner un coup de main à la section jeune en 2018 une fois par semaine chez les minimes.

Comment est ce arrivée ?
J'ai décidé de passer de l'autre côté de la barrière car mon corps à un moment donné m'a dit stop et comme je ne voulais pas lâcher l'athlé car passionné, j'ai décidé de me former pour devenir entraineur.

Qu'est ce que tu aimes dans le fait d'entrainer ?
Voir les athlètes que j'accueille tout jeune grandir et progresser.

3 souvenirs en tant que coach jeune :
En tant que Coach des jeunes pas vraiment car je me suis investi auprès des minimes que depuis 2018.

3 souvenirs en dehors du coaching :
Ici je parlerai de mes souvenirs en tant qu'entraineur spécialité si je devais retenir 3 bons souvenirs :
1 - Lors d'un championnat de France en salle, mon athlète en série du 60m avait réalisé le même chrono que 2 autres concurrentes et il ne restait plus que deux places pour être qualifié en demi-finale. L'attente a été longue et finalement mon athlète a été qualifié pour 1 millième de seconde !
2 - Avoir réussi à faire passer une barrière psychologique à un de mes athlètes qui n'avait jamais réalisé moins de 7 sec au 60m. Je lui avais demandé de casser à l'arrivée pour grappiller quelques centièmes et le jour où il l'a fait, il a réalisé 6"98 et depuis il court régulièrement sous les 7 sec dont 6 chrono en moins de 6"90.
3 - Une belle médaille de bronze lors d'un championnat de France en salle sur 4x200. Un collectif qui valait de l'or à mes yeux !

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?
Je suis également membre du comité directeur de l'U.S. Tourcoing, référent sprint-haies et membre du CA pour le LMA et également responsable des équipes cadet-junior-espoir pour les interclubs.

Qu'est ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Je ne me rappelle plus comment j'étais avant de prendre ma licence en 1993, ça remonte...

Quelles sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
Je n'en ai pas vraiment, mise à part que je regarde beaucoup de films en tout genre et que je lis des comics.

Questions sur l'actualité :
Comment vis-tu le confinement ?
Finalement, on trouve toujours de quoi s'occuper, heureusement qu'on a un jardin !

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Je suis lève tôt pendant le confinement, donc réveil vers 7h25, j'avale un verre d'eau, je pars faire un petit footing (pas long car j'étais sprinter), petit déj vers 9h00 (entre deux, j'ai fais des étirements, un peu d'abdo, etc...), j'aide un peu aux devoirs de mes enfants, je m'informe, je les... 11h47 je prépare le repas ... HOP on passe à table. Après ça, une petite sieste ? Allez ! Dans le hamac ! Puis on traine dans le jardin, un molki ou du tiz à l'arc ? 17h02 on va prendre un petit goûter devant un épisode d'une série. 18h12 tiens un petit défi sportif. 50 pompes en 45 sec !
19h18 Dîner à préparer. 20h07 Un film ! Il est quelle heure maintenant ? 21h16 Allez dodo !

Première chose que tu feras à la fin du confinement ?
Je vais aller bosser.

Un dernier mot ?
Pendant le confinement, restez en forme !

NICOLAS MORENT

Ton surnom : Nicoach **Catégorie entraînée :** Minime **Première licence à l'ust en :** 1989 **Date anniversaire :** 15 septembre 1979

«J'aime le fait de transmettre et d'essayer de permettre que chacun puisse tirer le meilleur de lui-même.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
J'ai débuté en benjamin. En fait, j'ai emboîté le pas de mes parents qui couraient au club. Mon papa avait entraîné supervisé au club durant plusieurs années.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
J'ai fait 10 ans de judo, 9 ans de base jump et 6 saisons de aqueduc. Non, je n'ai pratiqué que l'athlé, au club tout du moins.

Ton parcours athlétique brièvement :
J'ai débuté en benjamin avec Joël Lefebvre à l'époque, avec quelques résultats en cross ou 1000m (3'12). Puis en finissant Junior en minime 2, j'ai adhéré progressivement à un petit groupe de perchistes qui s'était formé l'année précédente avec l'arrivée de « Rico », fils de Thérèse, et Olivier Dairon. Dans ce groupe, il y avait déjà Eric Leroy. Donc il n'a pas fallu attendre le Covid pour claquer un virus !
Cela a beaucoup plus sûrs au tour des de l'athlé et de la perche. J'ai fait aussi des épreuves Combinées et de nombreuses épreuves sales les heures des équipes d'interclubs (110m haies, 400m h, javelot, triple...)

Depuis combien de temps entraines-tu les jeunes à l'UST LMA ?
J'encadre les jeunes depuis 20... je ne sais plus combien. On a repris, avec Eric, le coaching des jeunes en plus de notre groupe de perchistes, suite au départ vers le Brésil pour raisons professionnelle de Jérôme Boudoux.

Comment est ce arrivé ?
A la suite d'une discussion avec Coline qui s'occupait des Eveils poussins. J'ai donc commencé à aller observer comment se déroulaient les entraînements des éveils et poussins, puis du coup, je restais observer également les entraînements des benjamins et minimes. Puis Thérèse m'a proposé de passer les formations pour devenir Coach car Coline arrêtait d'entraîner et qu'il fallait quelqu'un pour reprendre le groupe des éveils et des poussins à la rentrée. C'est comme cela, que je suis donc devenu entraineur, je restais également après les séances des éveils et poussins donner un coup de main aux entraineurs Benjamins minimes.

Qu'est ce que tu aimes dans le fait d'entrainer ?
J'aime le fait de transmettre et d'essayer de permettre que chacun puisse tirer le meilleur de lui-même. L'athlé est entre pour cela avec ses multiples épreuves et manières de valoriser son potentiel.
Je n'oublie jamais passé procéder un jour le record régional senior par exemple. On avait un groupe fabuleux. Un trio de gars ont sauté plus de 5m avec Rico (5m30), Louis (5m30 mais avec 2cm en hauteur et 7cm en longueur !), Eric (5m25), Linda (5m10), Marion (4m90), Raph. (4m80) et j'en passe ... L'émulation était extraordinaire. ? Mais aucun n'a malheureusement fait 5m35, sauf ceux alors que je n'avais sans doute pas toutes les qualités optimales pour réaliser cela. Je n'étais ni le plus rapide, ni le plus fort ou explosif mais je l'ai fait. Chacun à jouer avec ses atouts et essayer d'optimiser ses faiblesses pendant des années. Mes, les planètes se sont alignées à un moment-là. On j'ai aligné les planètes. C'était presque facile alors que la perche est une discipline si riche et extrêmement complexe. Avoir des rêves c'est bien, y croire c'est essentiel mais avoir la chance et la chance de les vivre c'est top ! Et des fois ça dépasse nos espérances.

3 souvenirs en tant que coach jeune :
Bien évidemment en premier les innombrables sourires et émotions que chacun peut avoir en battant un record ou en montant sur un podium. Et peu importe la perf ou le niveau du podium. Un peu au niveau est un peu au niveau, quelqu'un soit la taille ou le niveau.
Ensuite les stages, meeting et déplacement en Equip'Athlé font forcément partis de ce top car les émotions vont décuplées et collectives.

3 souvenirs en dehors du coaching :
Bien évidemment que battre le record régional en finale d'un championnat de France et empocher la médaille seront derrière un certain Jess Grillon, champion olympique en 1996 reste mon souvenir d'athlète le plus marquant. Ce premier podium national est inoubliable et le parf. au bonus. Et encore une fois partagé par notre groupe car sur ce championnat nous étions plusieurs tourpassants qualifiés tout chez les filles que les garçons (4). Elise, que l'on confiait avec Eric, revivait aussi avec une médaille d'argent.
Ensuite, en vrac, je citerai la qualification d'Amélie pour les Mondiaux Junior à Kingston en Jamaïque en 2002, les tonnes de stages de ligue dans la bordelaise, du côté du Lavandou ou à Lisbonne et Marrakech. Des interclubs, des coupes de France de perche, des meetings à droite à gauche, les qualifiés régionales ou nationales de notre groupe de perchistes, et ce passage sur les Champs Elysée un soir de juillet 98 le soir d'un France à Dunes... Et à chaque fois le plaisir de vivre cela avec des potes qui le sont toujours.
Le déplacement pour encadrer notre équipe LMA à la Coupe d'Europe junior en Bosnie a aussi été un passage très marquant. Nous avons une chance incroyable de vivre comme nous le vivons ou presque.

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?
Responsable de cette belle section jeune (j'en profite pour remercier toute cette équipe), je fais parti du Comité Directeur de l'UST. Je m'occupe une compétence dans pour le plaisir encore parfois mais je devient rare. Mentir n'est pas qu'une difficulté au Trivial Pursuit...

Qu'est ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Des vrais amis, des connaissances dans tous les sens du terme, des voyages et découvertes. Ça m'a aussi aidé pour mon orientation professionnelle puisque j'ai enseigné l'EPS près de 20 ans en collège sur Roubaix et cela a été un atout pour intégrer la Fac de Sports de Lille en tant que responsable athlé.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
Je ne vais pas spécialement un grand passionné. J'entretiens beaucoup mes connaissances et émotions, et ne pense pas être dans l'excès. J'aime partager du temps simplement avec mes enfants ou amis, la montagne, m'occuper de mon modeste potager.

Questions sur l'actualité :
Comment vivais-tu le confinement ?
Plutôt bien du côté matériel (avec une incroyable amélioration et la chance d'avoir un jardin) et vaincre ce qui est le plus important. Ensuite, pour la boulot, devoir qu'un prof d'EPS reste bouger, être en contact du terrain et des élèves. Bousser sur l'ordinateur, créer des ressources et autres exercices pour des projets scolaires et notamment corriger et préparer les futurs profs à distance est contre nature et harassant. La période est stressante et incertaine pour un très de raisons même si je reste de nature optimiste. Concernant l'activité physique, elle s'est réinventé à quelques jeux avec les enfants ou exercices avec supérieur...

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Pour résumer, je m'entraîne quelques grosses boulot lorsque le soleil de même gueule ou les jours piquent de trop. Jess No pourra en témoigner lorsque l'on échangeait parfois en pleine nuit.
J'ai aussi fait, comme beaucoup de parents, assistant du prof des écoles de 10h à 11h lorsque j'étais avec mes 2 filles.

Première chose que tu as faite à la fin du confinement ?
Je continue comme pendant le confinement... vivement fin juin ou juillet selon l'évolution et les échéances des concours.

Un dernier mot ?
Continuez d'envoyer vos interviews à Jess Noël, échangez avec nous ou entre vous. Nous avons de tirer des liens mais il faut les renforcer encore car je trouve qu'il y a peu de retours, de participation, de partage d'expériences et de dialogue.
Du succès par rapport au nombre de personnes qui nous voient ou sur des enfants au club. Un club est un lieu de vie et de partage mais ça n'a pas lieu d'être. Un grand clin d'œil et merci donc pour les plus fidèles et assidus. Une pensée aussi pour Raphaël qui ne s'est pas loupé en jouant à la perche dans son jardin...

NOA VI

Ton surnom : nono
Catégorie : benjamin II
Première licence à l'ust en : 2018
Date anniversaire : 23 octobre 2007

«D'être le plus fort en javelot de mon club.»

Ton record dont tu es le plus fier ?
//

Ton épreuve favorite ?
Le Lancer de Javelot

Ton point fort en athlé ?
Le Sprint

Ta petite faiblesse ?
Le Poids

Ta phrase culte ?
//

Ton athlète préféré(e) ?
Nicolas Vi

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Le meeting en Allemagne

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
D'être le plus fort en javelot de mon club

Ton plat favori ? immangeable ?
Favori : les ramen
Immangeable : //

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
La première personne à avoir trouvé le remède du coronavirus.

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
J'aurais trop de message !!!

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme

ORLANE SELLIER

Ton varnom : / **Catégorie entraînée :** Benjamin(e)s **Première licence à l'ust en :** 2019 **Date anniversaire :** 23 septembre 1999

«partager mon expérience et transmettre mes connaissances.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
9 ans

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
Le karaté

Ton parcours athlétique brièvement :
J'ai commencé l'athlétisme après avoir fini 1ère lors d'un cross à l'école primaire. Par la suite, je me suis spécialisée dans la discipline du demi-fond jusque fin benjamine. Je me suis ensuite intéressée aux différentes disciplines sur piste afin de pouvoir réaliser un triathlon lors des saisons estivales. J'ai ainsi découvert la discipline du javelot dans laquelle j'ai effectué plusieurs championnats d'ordre départemental, régional, interrégional et national (scolaire). J'ai également été sélectionné pour faire partie des athlètes pouvant effectuer des stages lignes dans sa discipline au CREPS de Wattignies. J'ai par la suite arrêté la compétition en junior 1 afin de m'engager dans l'encadrement des jeunes athlètes au Douai Sin athlétisme et pour finir à l'UST.

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST LMA ?
Depuis septembre 2019

Comment est-ce arrivé ?
Grâce à Nicolas Morent, enseignant d'athlétisme à la faculté des sciences du sport et de l'éducation, établissement dans lequel, je suis étudiante. Il m'a en effet parlé du club en me proposant de venir encadrer les benjamins.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?
J'aime le contact avec les jeunes athlètes mais également partager mon expérience et transmettre mes connaissances. Et surtout, je prends énormément de plaisirs à les voir progresser et réussir que ça soit en entraînement ou compétition.

3 souvenirs en tant que coach jeune :
- Premier championnat du nord vécu avec mes athlètes

3 souvenirs en dehors du coaching :
- Premier championnat de France scolaire (UNSS) à Nancy
- Records en javelot
- Stages au CREPS de Wattignies

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?
Licenciée au club

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
La confiance en soi, le plaisir à se dépasser, la gestion du stress, la persévérance

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
- Netflix - Suivre l'actualité sportive - Guitare - Cuisiner - Shopping
- Sortir avec mes amis - Passer du temps avec ma famille - Voyager

Questions sur l'actualité :
Comment vis-tu le confinement ?
Plutôt bien sachant que je trouve toujours quelque chose à faire pour m'occuper.

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
-Réveil
-Routine matinale
-Travailler
-Diner
-Sieste
-Travailler
-Sports
-Souper
-Netflix

Première chose que tu feras à la fin du confinement ?
Profiter de ma famille et SURTOUT refaire du sport sans contrainte.

Un dernier mot ?
En espérant que vous, athlètes continuez à exercer une activité sportive durant ce confinement.

UST Union Sportive de Tourcoing Athlétisme

LOANE STANISZEWSKI

Ton surnom : Lou
Ta catégorie : Minime
Première licence à l'UST : 2019
Date anniversaire : 24/04/2006

«Etre épanouie dans ce que je fais.»

Ton record dont tu es le plus fier ?
Pour l'instant, je n'ai pas beaucoup de performances extra mais je dirai tout de même mes records au saut en longueur :)

Ton épreuve favorite ?
Saut en longueur

Ton point fort en athlé ?
Pour l'instant : le saut en longueur

Ta petite faiblesse ?
Sprint

Ta phrase culte ?
Ferme tes fesses : c'est une autre façon de dire tais toi ;)

Ton athlète préféré(e) ?
Kevin Mayer

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Il y en a beaucoup....mais je dirai mes moments de fou rire avec mes amies durant les séances d'entraînement. Il y en a énormément aussi du coup je dirai les voyages que je fais avec ma famille

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
M'améliorer au saut en longueur. Etre épanouie dans ce que je fais

Ton plat favori ? immangeable ?
La Carbonade flamande / la raclette

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Emma Watson car elle agit beaucoup au sujet du féminisme. Et c'est une actrice très douée forcément ;)

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Je m'en fiche, je ne m'en sert que très peu

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme

LOUIS VANDEWALLE

Ton surnom : //
Catégorie : Minime
Première licence à l'ust en : Septembre 2017
Date anniversaire : 28/01/2005

«Faire les Championnats d'Europe.»

Ton record dont tu es le plus fier ?
50m92 au javelot

Ton épreuve favorite ?
Le Lancer de Javelot et les épreuves combinées

Ton point fort en athlé ?
Le Lancer

Ta petite faiblesse ?
Demi-fond

Ta phrase culte ?
On est là

Ton athlète préféré(e) ?
Kevin MAYER

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Les pointes d'or à Saint Renan

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
Faire les Championnats d'Europe

Ton plat favori ? immangeable ?
Favori : Pates
Immangeable : Les tripes

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Usain BOLT

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Peu importe, je ferai encore plus de sport. Pas évident de m'arreter.

MARC DUFOUR

Ton surnom : // **Première licence à l'ust en :** 1971 **Date anniversaire :** 16 Juin 1955

«Vive L'athlétisme, Vive Tourcoing, vive l'US Tourcoing Athlétisme !»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
J'ai commencé l'athlétisme à 10 ans en 1971, j'étais alors cadet 2ème année. J'ai découvert la course à pieds grâce à deux professeurs d'éducation physique du Lycée Gambetta à Tourcoing où j'étais scolarisé. Ces professeurs étaient d'ailleurs licenciés à l'UST (Christian BRUNEVALLE, animateur athlétisme pour l'ASSU (en USSS) et Philippe POULAZO).

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
Aucun, j'avais fait une saison dans un club de football à Neuville en Ferrain, mais j'étais plus souvent à terre que balle au pied.

Ton parcours athlétique brièvement :
Coureur de demi fond sur record sur 1000 m de 2'33, de 1'58 au 1500m et de 8'28 au 3000 m. J'ai eu le plaisir de courir en équipe première pour les interclubs sur 3000m ou 5000m.

Le service militaire (en 1975) et mon entrée dans la Police (1976) ont quelque peu perturbé ma progression, mais cela ne m'a pas empêché de connaître par la suite des moments forts.

Depuis combien de temps gères-tu la présidence de l'US Tourcoing Athlétisme ?
Je suis président depuis juillet 1998, avec néanmoins une coupure de 3 années et demi pendant lesquelles j'ai occupé la présidence du LMA entre 2008 et 2012.

Comment est-ce arrivé ?
Après avoir été athlète de demi-fond souvent blessé, j'ai endossé la fonction de secrétaire général en 1988. En juin 1998, le président de l'époque Michel De Smedt (Un grand président qui a sauvé le club au plus bas niveau) est décédé des suites d'une longue maladie. Et il fallait donc lui trouver un successeur. Je n'étais pas volontaire à ce poste, me trouvant bien et à ma place dans le costume de secrétaire général. Malheureusement, par une grande majorité des dirigeants de l'époque, je me suis porté volontaire et elu lors d'une assemblée la première semaine de juillet 1998. A l'époque nous étions une section de l'Union Sportive Tourquennoise (club omnisports) et les modalités d'élection n'étaient pas les mêmes que celles d'aujourd'hui.

Qu'est-ce que tu aimes dans cette fonction ?
Je formulerai la question différemment : qu'est ce qui me motive dans cette fonction ? Au-delà de l'athlétisme j'étais sujet au club, je me suis en quelque sorte pris de passion (le mot est peut être fort) pour le club et son évolution. Et j'ai toujours eu du respect pour les dirigeants qui avaient fait son histoire, qui avaient donné de leur temps pour que des athlètes (quelque soit leur niveau) puissent s'épanouir. Président, maintenant, c'est ma façon de les remercier et de poursuivre leur travail.
Président, est une fonction qui contribue à l'évolution personnelle que on soit du côté relationnel, administratif, législatif, avec des périodes agréables et d'autres plus conflictuelles, avec toujours cette sensation de construire quelque chose.

3 souvenirs en tant que Président :
Il y a beaucoup de souvenirs, des bons et des mauvais.
Les trois que je retiendrai ont créé chez moi de fortes émotions.
1-2000, jeux olympiques à SYDNEY avec la double titre de champion Olympique de Robert en 20km et 50km marche, et le déclenchement médiatique qui s'en est suivi.
2-2001, la troisième place de l'UST chez les hommes aux championnats interclubs Elite (Nationale 1A à l'époque.) à MONTREUIL et l'accession en Elite des féminines le même dimanche à SAINT ETIENNE (et filles et garçons naturellement séparément
3-2006, nous quittons l'Union Sportive Tourquennoise, pour devenir indépendant, le club devient l'Union Sportive de Tourcoing Athlétisme. Et la création, la même année du Lille Métropole Athlétisme avec l'ASPTT Lille qui fut un événement non moulin.

3 souvenirs en dehors de ses fonctions de Président :
-1983 : Premier titre de champion des Flandres de cross par équipes pour le club, j'entre dans les points pour le classement par équipe. L'indéboulonnable équipe de l'USA LIEVEN bats d' 1 point, et qui nous offre la bouteille de champagne que leurs athlètes auraient dû recevoir en cas de victoire.
-Les soirées du club animées par des showbiz interprètes et parfois même assurés par les athlètes et dirigeants. Quelques moments mémorables et inoubliables.
-L'aventure du cross organisé par le club, simple épreuve régionale (cross de la St Nicolas) devenue un cross international labellisé IAAF (à l'époque) (cross AUCHAN)
Il y en a bien d'autres encore tous aussi importants.

Décris-nous une journée typique de Président de l'USE :
Je vois au club les mardi et jeudi après-midi à partir de 15h30.
Prise de contact avec Peggy, pour prendre connaissance du courrier électronique ou postal.
Il y a toujours des dossiers à gérer : dossier de subventions, contact avec divers services de mairie, préparation des réunions, préparation organisation de compétitions ou démonstrations d'athlétisme avec d'autres services extérieurs (Ligue Fédération Sport adapté, USEP), il m'arrive également de recevoir des personnes ayant un souci avec le club, ou désirant présenter leur projet ou activité . Il est très difficile d'expliquer une journée type de travail, tellement les occupations sont variées.

Qu'est ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Pour moi l'athlétisme et le club ne font qu'un, et vous aurez doute c'est le but j'ai appris ce qu'étaient le dépassement de soi, le don soi, l'esprit de compétition et de camaraderie. J'y ai trouvé une grande confiance en moi.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
Dévoilé de découvrir, mais je n'ai pas de passions particulières. J'aime lire (beaucoup de romans policiers), je suis un adepte de Mahatif CONSEILLY (Harry Bosch) de Jean François PAROT (Nicolas LE FLOCH), et de Ellis PETERS (Le moine CADFAEL), ces deux derniers étant malheureusement décédés, il n'y aura pas de nouvelles aventures.
Sinon je collectionne aussi quelques BD et les verres de bière de la marque Gordon.

<u>Questions sur l'actualité :</u>
Comment vis-tu le confinement ?
Comme une obligation. J'ai de quoi m'occuper, les journées ne sont pas longues. Je suis bien loti dans mon confinement, j'ai un jardin, dans un quartier sympathique. Je fais du sport (vélo elliptique, vélo sur home-trainer), j'en profite pour me refaire une santé et faire un peu de bricolage.

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Lecture de la presse, et informations télévisées (uniquement le matin), ensuite internet pour suivre l'évolution, d'autres associations, quelques appels pour prendre des nouvelles de proches, pour de parquet, séance de sport, et un film ou une série pour finir la journée avant d'aller se coucher avec un bon bouquin.

Première chose que tu feras à la fin du confinement ?
Aller au restaurant.

Un dernier mot ?
Deux surnoms du club édictés par Michel DESMEDT et qui sont toujours d'actualité
« Etre sérieux sans se prendre au sérieux » et «Un pour tous et tous pour l'UST »
Et j'ajouterai :
Vive L'athlétisme, Vive Tourcoing, vive l'US Tourcoing Athlétisme

MARIE QUINTIN

Ton surnom : / **Catégorie entraînée :** benjamin(e) **Première licence à l'ust en :** 2015 **Date anniversaire :** 09/12/88

«Transmettre sa passion, des valeurs et donner de la bonne humeur aux jeunes.»

À quel âge as tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
9 ans

Avant l'athlétisme, pratiquais tu d'autres sports ?
Judo,tennis,vtt,…

Ton parcours athlétique brièvement :
j'ai commencé à tourtai en école d'athlétisme ensuite en cadette j'ai commencé le demi-fond, par après j'ai fait du sprint et enfin j ai commencé les épreuves combinées il y a 8 ans

Depuis combien de temps entraines tu les jeunes à l'UST LMA ?
4 ans

Comment est-ce arrivée ?
Je coachais déjà dans mes anciens club. Mon coach est décédé et m'avait parlé de Tourcoing donc je suis venu ici entrainer et m'entrainer.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entrainer ?
Transmettre sa passion, des valeurs et donner de la bonne humeur aux jeunes

3 souvenirs en tant que coach jeune :
Stages,compétitions et les remerciements en fin de saison par les athlètes

3 souvenirs en dehors du coaching :
les interclubs, les repas de club, les stages, les réunions apéros entre coachs

En dehors du coaching, as tu d'autres fonctions au sein du club ?
Oui je suis athlète

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Avoir plus confiance en moi

Quelles sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
Le football, la nature et la photographie

<u>Questions sur l'actualité :</u>
Comment as-tu vécu le confinement ?
Plutôt bien

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Ménages, cuisine, sport (et coup de ponce avec les entrainements en live de Thomas Larchaud), lecture, balade, live entres amis et famille, bosser sur mes plans de plantations pour le travail…

Première chose que tu as faite à la fin du confinement ?
Aller travailler

Un dernier mot ?
Je me sens bien dans ce club coup de coeur

BENJAMIN DHALLUIN

Ton surnom : benji
Catégorie : minime
Première licence à l'ust en : septembre 2018
Date anniversaire : 01 /10 /2005

«Ma technique de saut.»

Ton record dont tu es le plus fier ?
11m73 au triple saut.

Ton épreuve favorite ?
Le triple saut.

Ton point fort en athlé ?
Ma technique de saut.

Ta petite faiblesse ?
Ma régularité

Ta phrase culte ?
J'ai mordu.

Ton athlète préféré(e) ?
Philips Idowu

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Stage et competion Unss

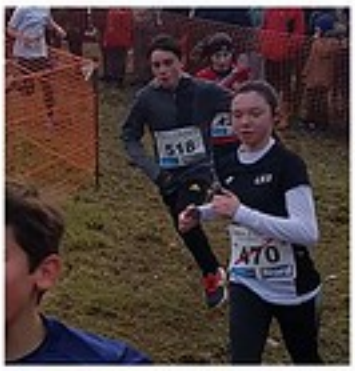
Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
Admission au lycée Baggio, participation a des championnats de France …

Ton plat favori ? immangeable ?
UN KEBAB , tout ce qui est avec du fromage est immangeable

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Roger Federrer

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Cela serait horrible

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme



ELISA CRETAL

Ton surnom : Lili
Ta catégorie : Minime
Première licence à l'UST : 2016
Date anniversaire : 31/12/2006

«Le meeting en Allemagne.»

Ton record dont tu es le plus fier ?
Mon record sur 1000m

Ton épreuve favorite ?
Le 1000m

Ton point fort en athlé ?
Mon point fort est le cross

Ta petite faiblesse ?
Les haies

Ta phrase culte ?
Je suis trop belle

Ton athlète préféré(e) ?
Usain Bolt

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Le meeting en Allemagne

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
Je veux faire le métier d'entraineur.

Ton plat favori ? immangeable ?
Favori : Kebab
Immangeable : Ratatouille

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Rihanna

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Je vais courir

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme

JEAN-NOEL ASCENCIO

Ton surnom : JN, Jean-No, Jean-Nono **Catégorie entraînée :** Minime **Première licence à l'ust en :** septembre 2012 **Date anniversaire :** 25 décembre 1991

«L'échange, les voir grandir, progresser et s'épanouir.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
J'avais 20 ans, je venais de terminer mes études au lycée Baggio. J'ai découvert l'athlé grâce à Jalile Boukhobza, je lui faisais ses affiches etc pour la section sportive du lycée. Au bout, d'un an, à force de voir les entraînements et l'ambiance entre les athlètes, j'ai demandé à Jalile si je pouvais essayer et il m'a intégré au groupe demi-fond et il m'a également fait passer la formation de juge UNSS. C'est comme ça qu'en septembre 2012, je l'ai reconvaincu en lui demandant s'il connaissait un club d'athlétisme. Il m'a alors présenté à Gilbert TORAY pour la suite de ma formation juge et ensuite, je suis allé m'entraîner avec le groupe de Fond de Patrice DESRUMAUX.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
Très jeune, je pratiquais le Rugby et le Tennis, j'ai également fait du Tennis de table en UNSS au collège.

Ton parcours athlétique brièvement :
Je suis un peu passé par tout. J'ai fait du 100m, 5km, du Javelot, du Marteau. J'ai même fait de la Perche et je peux vous assurer que Nicolas MORENT se souvient de la fin de ma première séance. J'ai également fait du 5000m Marche en interclubs. Et maintenant, je fais du sprint.

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST-LMA ?
J'ai commencé à réellement entraîner en septembre 2013. J'avais commencé à donner un coup de main à partir d'avril 2013.

Comment est-ce arrivé ?
À la suite d'une discussion avec Céline qui s'occupait des Eveils/poussins. J'ai donc commencé à aller observer comment se déroulaient les entraînements des éveils et poussins, puis du coup, je restais observer également les entraînements des benjamins et minimes. Puis Thérèse m'a proposé de passer les formations pour devenir Coach car Céline arrêtait d'entraîner et qu'il fallait quelqu'un pour reprendre le groupe des éveils et des poussins à la rentrée. C'est comme cela, que je suis donc devenu entraîneur, je restais également après les séances des éveils et poussins donner un coup de main aux entraîneurs Benjamins/minimes.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?
L'échange, les voir grandir, progresser et s'épanouir.

3 souvenirs en tant que coach jeune :
Il y en a tellement…
- Ma première année d'entraîneur Eveil/poussins certainement car en plus d'avoir eu une superbe équipe (Sébastien GILLEIRS, Jean-Paul SCHEERS sans oublier Thérèse LEROY qui gérait le secrétariat), il y a eu des jeunes avec un fort potentiel qui maintenant 8 ans après sont encore aux clubs et pour certains font maintenant presque ma taille. ^_^
- Le record des minimes filles sur 1000m que j'entraînais en parallèle en 2014 (2'37"11 pour Alexis REGENT et 2'41"01 pour Antoine BAGUE) pour ne citer qu'eux et leur titre de Champion de France au relais 800-200-200-800 en 4'52"09 aux pointes d'or à Saint Renan.
- Les stages à Urrugne avec notre superbe intendant Régis LEROY.

3 souvenirs en dehors du coaching :
- L'organisation de la première soirée « Croq'Noël » en 2017 avec plus de 120 personnes.
- Le stage en Espagne avec le groupe sprint coaché par Nico VI. Une superbe ambiance.
- Le premier 5000m marche fait en interclubs pour éviter un zéro à l'équipe. C'était une superbe ambiance et surtout le lendemain, j'enchaînais avec le 4km de Verlinghem où je bats mon record.

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?
Je suis Juge Santé Fédéral. Je suis au Comité directeur de l'UST et au conseil d'administration du Lille Métropole Athlétisme (LMA), je suis également Responsable des Officiels du LMA. Je gère également le Club House du club avec Jean-Bo et organise des soirées pour les licenciés dans celui-ci depuis 2ans. (Merci aux personnes qui me viennent en aide à chaque fois pour l'organisation).

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Tellement… que quelques lignes ne vont pas suffire. Un des plus significatif, c'est le fait d'avoir trouver ma place, je ne suis pas un Nordiste et je dois avouer qu'avant d'arriver au club, je ne supportais pas du tout cette région et je rêvais sans cesse de retourner sur la magnifique Côte d'azur. En même temps, arriver dans une région inconnue à 16 ans, pas évident mais maintenant, tout va pour le mieux !
La deuxième chose est le fait d'avoir gagné en assurance, je suis de base quelqu'un d'extrêmement timide, il y a 8 ans, vous ne m'auriez jamais vu prendre la parole devant plusieurs personnes.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
- Le Japon ?! - Comme beaucoup le savent, les oiseaux et en particulier, les perroquets - La photographie
- Les séries - Acheter des tas de chaussures que je vais porter seulement 2 ou 3 fois

Questions sur l'actualité :
Comment vivais-tu le confinement ?
J'avais hâte que cela se finisse, ne plus voir personne, ne plus pouvoir aller au stade mais bon l'important, c'est la santé !

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Généralement, réveil entre 10h et 11h, sortie des perroquets de leur volière et taches diverses, une fois les perroquets retournaient en volière, repas puis jeux vidéo ou séries ou dessins (j'ai profité de ce confinement pour ressortir ma pochette d'art qui date de ma licence d'art plastique en 2012/2013). Puis on arrive vers 16h, c'est à nouveau l'heure de la sortie de la volière des perroquets jusqu'à 19h, là je sors faire une séance à proximité de chez moi en respectant les consignes sanitaires. A mon retour, douche + repas, puis jeux vidéo/séries jusqu'à 4 5h du matin puis ensuite go dormir.

Le déconfinement a eu lieu hier, qu'as-tu fais ?
Cf la ligne au-dessus. Je n'ai pas encore fait plus, je préfère rester vigilant. Je vais certainement m'entraîner une séance en groupe revenir dans la semaine en respectant les consignes sanitaires.

Un dernier mot ?
J'ai hâte de retrouver tout le monde au stade, et dès que nous le pourrons et que la situation sanitaire ne sera plus aussi dramatique, on se retrouvera tous au club house !

LEO PENNE

Ton surnom : L'américain **Catégorie entraînée : Benjamin/minime** **Première licence à l'ust en : 2009** **Date anniversaire : 29 octobre 1999**

«l'athlétisme m'a apporté le dépassement de moi-même mais surtout de grandes amitiés.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?
J'ai commencé l'athlétisme lorsque j'étais en poussin. La collègue de ma mère avait son fils dans le club, et lui a donc demandé des renseignements pour que je puisse pratiquer à mon tour.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?
J'ai fait 6 ans de judo, 6 ans de natation (que j'ai continué encore 2 ans après avoir commencé l'athlétisme), et 1 an de football.

Ton parcours athlétique brièvement :
Dès mes débuts, j'ai de suite voulu faire du demi-fond. Je ne demandais que cela, même si mes résultats n'ont pas été très bons (3'24 au 1000m en minime 2). C'est donc sans hésitation que j'ai choisi comme spécialité en cadet d'être dans le groupe de demi-fond avec comme entraineur Alain Lignier. J'ai fait du 800m pendant 3 ans, jusqu'au jour où je suis parti aux États-Unis, et où j'ai réalisé des performances en cross-country. Lorsque je suis revenu en France, j'ai donc décidé de réaliser des épreuves plus longues et de ne prendre que du plaisir dans mes courses. Je me suis spécialisé dans le 3000m steeple, et dès ma première course, je suis arrivé 3ème au championnat de France universitaire. J'ai donc bien trouvé ma spécialité !!! Cette année devait être une année de grosse performance, mais le virus a pris les devants !

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST-LMA ?
Lorsque j'étais en cadet, donc il y a 5-6 ans, on m'avait proposé d'encadrer certains entraînements. J'ai donc passé une partie de l'année à entraîner jusqu'au moment où les cours me prenaient trop de temps. Je suis ensuite revenu cette année suite à un stage que mon université m'a proposé, où j'ai repris essentiellement les séances de demi-fond avec les minimes.

Comment est-ce arrivé ?
Mes premiers essais en tant qu'entraineur ont fait suite à une discussion avec Nicolas et Eric. Ils étaient à la recherche d'un jeune entraineur pour not donner les séances de demi-fond. Ensuite, comme dit précédemment, j'ai repris cette année suite à un stage avec ma fac.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?
Entraîner les autres et s'entraîner pour soi est bien différent. Le moment que j'apprécie le plus est le moment où j'annonce la séance aux athlètes. La plupart du temps, les séances sont compliquées physiquement, mais pour moi c'est assez simple puisqu'il me suffit de prendre leur chrono, de les encourager (même de rien, ça prend de l'énergie), ou encore de leur donner des indications.
Ce que j'aime aussi, c'est leur donner des conseils sur des choses que je n'ai pas faites moi-même lorsque j'étais en minime. C'est en passant du temps avec eux qu'on a réussi à mieux se connaître mais aussi à se faire confiance. Malheureusement, la saison extrême aurait dû apporter le fruit de nos efforts, mais ce sera pour l'été prochain !

3 souvenirs en tant que coach jeune :
Numéro 1 : Tous les vendredis soir passés avec les mêmes athlètes, à les encourager puisque la séance était très compli-

Numéro 2 : La superbe mixité que j'ai liée avec une maman d'une athlète, Virginie, qui était là à chaque séance et encourageait les athlètes autant que moi !
Numéro 3 : Ce sera pour l'été prochain quand Elisa fera 3'10 au 1000m.

3 souvenirs en dehors du coaching :
Numéro 1 : Finir 98ème des championnats du Tennessee de Cross-country.
Numéro 2 : Toutes les séances passées dans mon groupe de demi-fond. Tous les soirs, où le groupe commençait plus tôt que tout le monde et où l'on repartait plus tard alors qu'il pleuvait, gelait, bref un temps horrible… mais personne ne lâchait jamais.
Numéro 3 : Avoir réalisé une performance IR1 et mon record sur 3000m steeple dans des conditions extrêmes (vent, pluie…) et en tapant une barrière avec mon genou, ce qui m'a valu l'arrêt de ma saison.

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?
Au sein du club, je suis premièrement un demi-fondeur. Entraineur est quelque chose qui est venu après.

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?
Je pense toujours avoir été un compétiteur, mais l'athlétisme m'a apporté le dépassement de moi-même mais surtout de grandes amitiés.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?
Les États-Unis, sortir avec mes amis, et planifier mes prochains voyages.

Questions sur l'actualité :
Comment as-tu vécu le confinement ?
Le confinement n'a pas changé beaucoup de choses dans mes journées. Je suis blessé donc je ne peux pas faire de sport, et je travaillais donc je pouvais encore « sortir » et côtoyer d'autres personnes.

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :
Je me levais à 5h (pas top), je travaillais jusque 13h30. En rentrant je mangeais, puis je révisais directement mes cours. Ou arrivait donc vers 16h, et j'allais donc dans le jardin pour pouvoir profiter du soleil (pour une fois qu'il fait beau ici). Vers 18h, j'allais faire le seul sport qui m'était autorisé, du vélo d'appartement, puis des abdos et du gainage. Il était donc l'heure de prendre une douche et de manger, pour ensuite aller me coucher vers 21 heures…

Première chose que tu as faite à la fin du confinement ?
Réaliser un footing avec mon groupe d'entraînement, mais toujours accompagné de mon vélo.

Un dernier mot ?
Faites attention à vous et à votre famille, on se revoit en septembre ou peut-être même avant pour reprendre les entraînements afin de « parfaire » en cross cet hiver et sur la piste l'été prochain !

Retrouvez les interviews des athlètes, entraineurs et dirigeants de l'école

AMAEL MAUNAY

Ton surnom : Ama
Catégorie : Minimes
Première licence à l'ust en : 2012/13
Date anniversaire : 29/12/05

«Faire partie du palmarès du club et y rester quelques temps. .»

Ton record dont tu es le plus fier ?
En 50 m, à Liévin : 6''45

Ton épreuve favorite ?
50 / 100 m

Ton point fort en athlé ?
La vitesse

Ta petite faiblesse ?
Le saut...

Ta phrase culte ?
//

Ton athlète préféré(e) ?
Usaint Bolt

Ton meilleur souvenir en athle, sportif, dans la vie ?
Le relais avec Matheo, Simon et Khalis en poussin au départementaux en salle à Lille, 1ère place et depuis record du club imbattu...

Ton objectif en athlé ? Dans la vie ?
Faire partie du palmarès du club et y rester quelques temps. Dans la vie, devenir médecin du sport.

Ton plat favori ? immangeable ?
Welsh avec frites. Lentilles corails, steak et poireaux.

Si tu étais une personne célèbre tu serais ?
Jean Noël

Si tu étais privé une semaine de ton portable ?
Si c'était le cas, je ferai plus de sport et je travaillerai plus...

UST
Union Sportive de Tourcoing
Athlétisme