

LA PAROLE AUX ATHLETES DE L'AFA

Anne-Céline Champain est dans le groupe Running compétition de Gilles Giordano. Avec Fabrice Panelli et Thierry Dubois, elle a réussi, cette saison, le diplôme de juge régional running compétition. Elle peut donc juger l'arrivée, chronométrer et starter les courses sur route classantes et les cross officiels.

Question 1 : Comment se passe le confinement, ton travail ?

Le confinement se passe bien. Avec Fabrice nous avons beaucoup plus de temps libre car on est passé de 4 séances course à pied par semaine à zéro! Du coup je cuisine, pâtisse et prends le temps de lire ("La grande course de Flanagan" en ce moment).

On a même acheté des transats pour se poser sur la terrasse chose qu'on ne faisait jamais.

Mais ce qui nous manque le plus, ce sont les sorties au restau...

Au travail, je suis manipulatrice en radiologie dans un cabinet à Ecully, c'est un peu plus tendu car on est en contact avec des patients suspectés ou avérés Covid. On porte en permanence surblouse et masque +/- gants et charlottes et on passe pas mal de temps à faire l'asepsie du matériel radio, cabines, poignées de portes entre chaque patient.

Question 2 : Gardes-tu le contact avec les autres athlètes de ton groupe et si oui, comment ?

Oui bien sûr même si je n'ai pas Facebook, j'essaye de prendre régulièrement des nouvelles par téléphone, SMS ou on communique sur le groupe Whatsapp. Je reste aussi en contact avec des athlètes en dehors du groupe

Question 3 : Fais-tu des exercices physiques et de la course près de chez toi ?

Avec Fabrice on n'a pas du tout couru pendant 5 semaines, on a juste fait des séances de circuit training et Workout Tabata avec gym direct en replay sur C8, très sympa! Je fais aussi des séances de Pilates, stretching et yoga envoyées en vidéo par ma prof de gym.

Depuis peu nous faisons de petits footings le week end de bonne heure et à proximité dans les rues de Feyzin.

Question 4 : Comment vois-tu la reprise d'activité ?

A mon avis rien avant la rentrée de septembre et encore...

La reprise devra être progressive histoire de ne pas se blesser.

J'ai surtout peur que ce soit le grand n'importe quoi lors du déconfinement et que l'on se retrouve confinés à nouveau...

Question 5 : Un message à faire passer à nos Internautes ?

Je suis choquée de voir que certains font des sorties de 20 kms, du fractionné ou courent tout les jours, ce n'est vraiment pas le moment!

Pensez à votre santé et à celle des autres et **RESTEZ CHEZ VOUS.**

