

PAGE LOCALE DU PROGRES

Dimanche 16 décembre (article de M. Braiki)

Marche athlétique : Kévin Champion de retour après sa blessure

BLESSÉ depuis trois mois, Kevin Champion, le sextuple champion de France de marche athlétique, a repris l'entraînement cette semaine. Après avoir battu le record de France junior sur 10 km en juillet dernier, le poulain de Philippe Dols s'est blessé lors du dernier semi-marathon de Lyon, contractant une tendinite aux ischios jambiers et aux fessiers. L'athlète de l'Afa (association feyzinoise d'athlétisme) s'est remis au travail en vue de la coupe du monde au mois de mai, en Russie.

>> Comment avez-vous vécu cette épreuve difficile ?

Bien sûr, on ne peut que ressentir de l'amertume, d'autant

plus que ma saison hivernale a été gâchée. Une blessure, c'est un parcours initiatique dont la patience est l'une des clés. Je ne considère pourtant pas le fait d'avoir couru ce semi-marathon comme une erreur. Au moins, pendant ces semaines d'arrêts, les séances de kiné m'ont permis de me régénérer. A l'Afa, je suis bien tombé, car j'ai été très entouré par les dirigeants et surtout mon entraîneur Philippe Dols.

>> Vous êtes donc en phase de reconstruction ?

Après une longue période d'arrêt, j'ai souvent du mal à me motiver pour repartir. Ce qui va compter, c'est l'assiduité



Kevin Champion est le recordman de France du 10 km marche

/ Photo Mohamed Braiki

et le sérieux. Avec Philippe Dols, nous avons mis au point un plan avec quatre à cinq séances par semaines. Pendant un mois, nous allons plancher sur le foncier, puis ensuite, ça

va devenir plus spécifique. En sachant qu'il faudra passer sous les 1 h 28 sur le 20 km pour se qualifier pour la coupe du monde.

>> Comment conciliez-vous vos études et votre vie d'athlète ?

Il faut être réaliste. Je sais ce qu'on attend de moi cette année mais c'est très difficile de concilier l'entraînement et les études. Je suis en terminale STT et aussi en équipe de France avec des stages, des voyages épuisants. Je me rappelle souvent que ce n'est pas la marche qui me fera vivre plus tard. Mais réussir sur les deux fronts, c'est déjà un objectif en soi.