

## Léa Navarro (Nantes MA) a remis le turbo

**Championnats du monde juniors à Bydgoszcz.** La demi-fondeuse ouvre aujourd'hui en Pologne sur 3 000 m steeple.

C'est une habituée du niveau international qui va se présenter ce matin au départ des séries du 3 000 m steeple des championnats du monde juniors. À Bydgoszcz, en Pologne, 300 km au nord-ouest de Varsovie, Léa Navarro étrennera ainsi sa 6<sup>e</sup> sélection en équipe de France depuis sa première année cadette en 2013.

À 19 ans, l'athlète du Nantes Métropole Athlétisme, spécialiste du demi-fond, du 1 500 m au 10 km route, est revenue au top après une année très compliquée. « **Mentalement, je n'y étais pas, j'étais cassée. Ça va mieux en fait depuis le printemps dernier.** » Son nouvel environnement, de Nantes à Lyon pour ses études d'ingénieur, en prépa INSA, a contribué progressivement à la remettre d'aplomb. Reculer pour mieux sauter, l'intéressée a remis le turbo depuis maintenant deux mois. « **Ça m'a fait du bien, j'ai découvert d'autres gens et sportivement, en bénéficiant d'horaires aménagés, je n'ai pas perdu au change.** »

Toujours coachée par Patrice Binelli qui lui fournit les plans de ses séances, elle a aussi trouvé du soutien auprès d'Emmanuel Seiller, coach demi-fond dont la fille, Anaïs, est également présente en Pologne sur le 400 m haies. Le tout au sein d'un groupe d'entraînement à l'AC Tassin dans la métropole lyonnaise. « **Je sens que j'ai progressé sur le plan mental. J'appréhende ainsi beaucoup mieux les obstacles sur le steeple.** »



Stéphane Delabarre

*En forme, Léa Navarro espère une finale mondiale junior en Pologne.*

Avec des bases très solides en demi-fond, Léa Navarro a donc logiquement descendu les chronos cet été. Jusqu'à réaliser 10'22"46 sur le 3 000 m steeple aux championnats de France élite à Angers. Minima mondiaux en poche et 6<sup>e</sup> place à la clé. Billet pour la Pologne oblitéré par un titre de championne de France juniors du 2 000 m steeple, son 4<sup>e</sup> toutes disciplines confondues chez les jeunes. Après les JO de la Jeunesse en Chine il y a deux ans (7<sup>e</sup>), place à un nouvel objectif mondial. « **Déjà entrer en finale et y battre mon record. C'est accessible mais il faudra faire moins de 10'20" et s'approcher du record de France (10'12"69).** » Loin des inaccessibles Africaines mais parmi les meilleures Européennes. 5<sup>e</sup> au bilan, Léa Navarro a de légitimes raisons d'y croire.