

Les têtes d'affiche ont fait parler leur pointe de vitesse

Départementaux indoor à Nantes. Quelques performances de choix ont pimenté hier cette grosse revue d'effectif des athlètes cadets à masters du comité.

OF 07.12.2015

On a vu du bon, voire du très bon sur les points forts que sont le sprint court et les haies, hier au stade Pierre-Quinon à l'occasion des championnats départementaux indoor. Du plus commun dans des disciplines moins efficaces comme le lancer du poids et le saut en hauteur ou en prise de concurrence des cross actuels comme le demi-fond (800 m et 1 500 m).

Des cadets aux masters du comité (570 athlètes présents), une panoplie de performances à cependant prendre en compte en ce début de saison en salle. Christelle Barré (RC Nantais) avait ainsi ouvert le bal matinal sur un 3 000 m marche maîtrisé en 15'24"25, performance N4 à la clé. Sur les rails, d'autres d'un efficace tonneau (5 de N3, 16 de N4 et 24 IR1) allaient suivre tout au long de cette revue d'envergure dont le 7^e chrono cadets français de l'année sur 60 m pour William Reppert (NMA) en 7"08 (N4). Un meilleur temps personnel abaissé de 14 centièmes, preuve entre autres références techniques et physiologiques, de l'envie des compétiteurs après une longue période consacrée à l'entraînement. Le temps de la découverte pour certains et celui des réglages pour le haut du panier.

On pense notamment au groupe de Richard Cursaz, du pôle espoirs nantais, au sein duquel Laura Valette, Jules Ripoll (6,39 m sur 10 foulées à la longueur), Marvin Grenadin (8"45 au 60 m haies, N4) ou encore Lorenzo Ricque (8"26 sur 60 m haies) effectuaient leur rentrée. Dans l'ensemble, un rendu satisfaisant « dans une période de grosses séances ». Rassurant, au vu notamment des prestations de Laura Valette (NMA)



Laura Valette (NMA), lauréate junior sur le 60 m. Christophe Zettor (CAC), autre grosse performance sur 200 m.

sur 60 m (7"80 en séries puis 7"79 en finale, N3). « On a beaucoup travaillé la vitesse et j'en ai ressenti les effets aujourd'hui, précisait la spécialiste des haies. Des temps que je réalisais habituellement en dernier tiers de saison. » La médaillée de bronze juniors européenne du 100 m haies cet été en Suède en saura un peu plus le 20 décembre au meeting national de Mayenne où elle effectuera son retour sur 60 m haies. Elle devrait y retrouver Aurore Isnard qui, hier, en candidate libre du Mar-

tigues SA, a apprécié le sien sur la piste du 60 m (7"74 puis 7"73, N3), là même où elle s'entraîne. « Très contente car ce sont des temps que je n'avais plus réussis depuis 2009. Donc, c'est plutôt encourageant pour la suite » expliquait l'ex-athlète du NMA.

Constat partagé par Christophe Zettor qui, après avoir ouvert au stade Pierre-Quinon en 21"89 sur 200 m, a fait encore mieux en claquant un 21"80 de belle facture (N3). Plus vite, le sociétaire du Carquefou AC savourait le moment. « Proche de

mon record en salle (21"65) alors que ce n'est que le début de saison. C'est dans la logique de ce que je fais actuellement à l'entraînement au niveau de la vitesse. Maintenant, j'ai hâte de monter sur 400 m dans deux semaines à Rennes. »

De bonnes sensations pour des têtes d'affiche qui ont fait parler leur pointe de vitesse.

Au petit jeu du bilan, le Nantes MA a remporté 34 titres, devant le RC Nantais (28) et le Carquefou AC (18).