

CÔTE DE JADE ATHLETIC CLUB

Convivialité | Entraide | Performance

L'édito de notre Président sortant, Jean- Claude SAUVIAT :



Un été inoubliable

Nous avons vibré tout l'été avec les Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris, **Philippe**, Juge arbitre au CJAC, a fait partie des 230 officiels d'athlétisme qui ont œuvré aux Jeux Olympiques. Nous lirons son témoignage dans cette newsletter. Certain-e-s ont participé au marathon pour tous, d'autres se sont enthousiasmés sur les sites des compétitions dans les tribunes ou devant leur télé.

Un parcours remarquable

Nous avons soutenu, Bastien, qui à Lima au Pérou le 30 août disputait les championnats du monde de 10 000 m marche. Cette newsletter retrace son parcours.

Une belle performance

Nous avons apprécié, les records de participation à nos courses estivales « Courir à Pornic » et « Les Foulées Micheloises ». Bravo aux organisateurs, merci aux bénévoles !!!

2025 est déjà là ! - A vos Marques ... Prêts Partez

<https://www.cjac-athletisme.com/>

Le CJAC s'est doté d'un nouveau site de communication, plus moderne avec la possibilité entre autres d'adhérer en ligne.

Des effectifs en hausse

Les effectifs en Sport Adapté et en Athlé découverte pour les plus jeunes sont en augmentation, à nous de faire le maximum pour accueillir ces nouveaux athlètes dans les meilleures conditions.

A vos agendas

Les 16 et 17 novembre 2024, Le trail de la Côte de Jade

Paris 2024 Athlétisme : Le CJAC était présent.

Juge arbitre au CJAC, c'est une grande fierté d'avoir été sélectionné pour **faire partie des 230 officiels d'athlétisme** qui ont œuvré aux Jeux Olympiques.

J'ai, en plus, eu la grande chance de participer à tous les moments de l'athlétisme : **le stade, la marche au Trocadéro et le Marathon** au départ de l'Hôtel de ville et à l'arrivée aux Invalides.

Sur le stade, j'étais commissaire de terrain en anglais « Marshals ». Nous étions 12 à tenir ce poste.

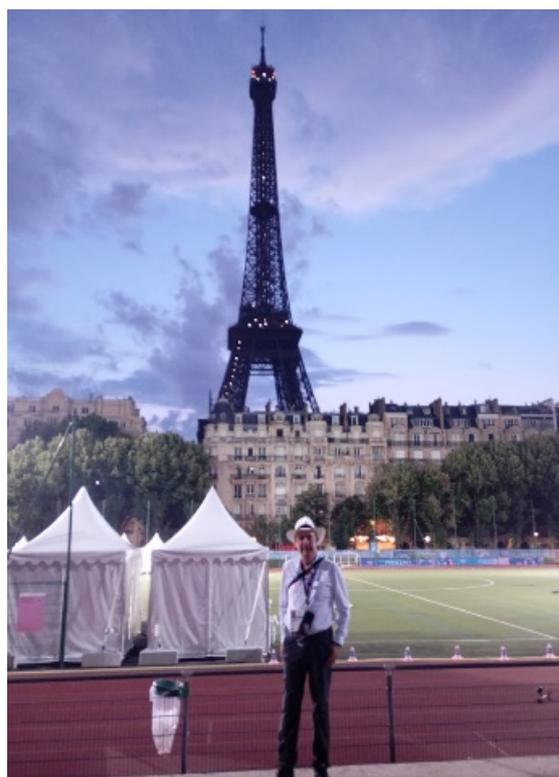
Notre rôle faire en sorte que sur le stade il n'y ait que les personnes ayant quelque chose à faire (athlètes et jurys). Nous accompagnions les athlètes ayant terminé leur épreuve vers la zone mixte, ainsi que les disqualifiés, les faux départs, ceux ayant atteint les minimas de qualification, etc.

De même, nous demandions aux juges ayant terminé leur mission de quitter le stade. La cerise sur le **gâteau était l'accompagnement des champions olympiques**, des deuxièmes et troisièmes lors des tours d'honneur.

Pour la marche et le marathon, j'étais superviseur de la zone d'échauffement et du village de tentes des délégations. Je veillais à ce que l'échauffement se passe dans de bonnes conditions et je répondais à toutes demandes spécifiques des délégations. Pour le marathon, j'ai également participé à la récupération des transpondeurs attachés aux lacets des chaussures.



Sur le stade



Stade échauffement Marche

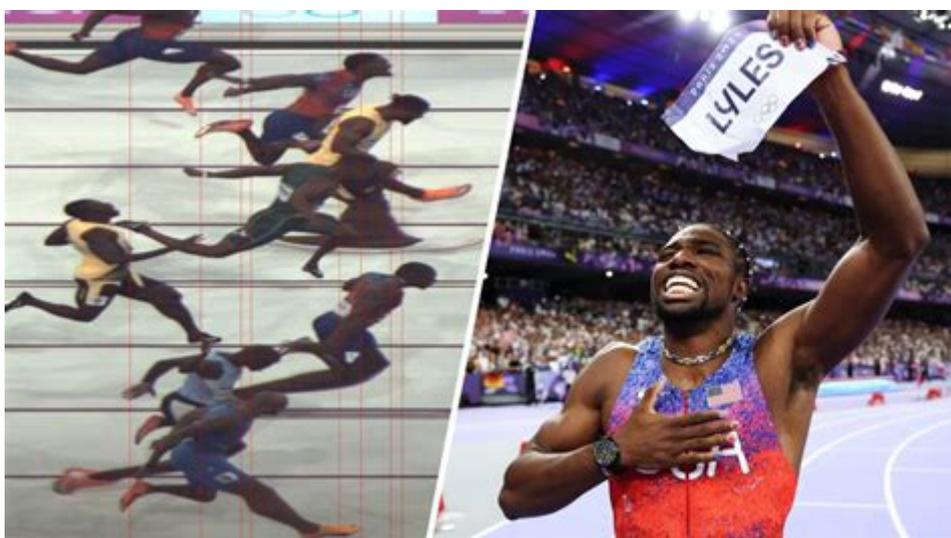
Ces trois missions constituent une expérience exceptionnelle, j'ai bénéficié d'une place privilégiée, tout le **temps au cœur de l'événement** et au contact des athlètes. Pour la finale du 100m, j'étais à 5m de la ligne d'arrivée, pour le record de perche, j'étais 200m plus loin, mais envahi par la clameur impressionnante du stade. **En lévitation pendant toute la période**, j'ai du mal à remettre les pieds sur terre surtout que se profilent les Paralympiques et de nouvelles aventures.



Zone échauffement Marathon



Arrivée Marathon



Noah Lyles, vainqueur de la finale du 100m olympique... Sous les yeux de Philippe !

Le PARCOURS de BASTIEN PICART... A L'INTERNATIONAL !!!

Étape 1 : La République Tchèque :

Direction la République Tchèque en ce 6 avril 2024 pour disputer le **traditionnel match international de marche de Podebrady (92ème édition)**, une épreuve mythique du calendrier international pour les marcheurs.

Chez les séniors, le 20km rassemblait le gratin mondial avec plus que 100 engagés en quête des minimas olympiques sur chacune des courses.

Côté junior, Bastien partait pour 10km avec pour objectif de faire une course propre, en partant sur des bases de 4'20 » au km...

Consigne respectée, il est 8ème après le premier kilomètre, puis au train, il remonte plusieurs adversaires pour conclure son épreuve à la 4ème place : mission brillamment accomplie donc en **43'04 » (4'18 de moyenne)** et sans récolter le moindre carton.

Son record perso est battu de plus de 2 minutes, ce qui lui ouvre la voie du championnat du monde par équipe le 21 avril prochain à Antalya en Turquie...

Et enfin, cerise sur le gâteau, cette 4ème place associée à la victoire d'un autre français, Quentin Chenuet, leur permet de monter sur la plus haute marche du podium par équipe : une magnifique récompense pour conclure ce week-end riche en émotions.

Merci pour tous les messages d'encouragements et de félicitations reçus ce week-end...



Étape 2 : La Turquie :

A peine remis des émotions de Podebrady, Bastien enchaînait deux semaines plus tard, avec sa 3ème sélection. **Direction Antalya en Turquie** pour le championnat du monde de marche par équipe avec cette fois deux supporters qui avait fait le (long) déplacement en la personne de Lysa et son papa d'entraîneur.

La délégation Française regroupait 6 juniors sur le 10km et 10 espoirs / séniors sur 20km et sur le marathon relais H/F qualificatif pour les JO. Une nouvelle, belle et riche expérience au côté des meilleurs marcheurs français et mondiaux.

Le niveau mondial est, sans surprise, extrêmement relevé. La concurrence s'annonçait rude : **Avec le 20ème temps des engagés**, l'objectif était de profiter au maximum de l'émulation pour abaisser le chrono.

Dimanche 21 avril, le réveil sonne à 3h30, arrivée sur le site à 6h et départ fixé à 7h pour un joli peloton cosmopolite de 50 marcheurs juniors... c'est matinal mais cela a permis d'avoir des conditions météo optimales : 15° environ et un soleil par encore mordant.

Le premier des cinq tours (de 2km) est bouclé comme attendu **en 4'15 » au km**. Petit « emballement » sur le second en 4'10 », sanctionné d'un carton rouge qui nous a mis « légèrement » en pression... Rappelé à l'ordre, Bastien reprenait ensuite son rythme initial avec un maximum d'application s'évitant un second rouge. (Pour rappel 3 rouges=1 minute de pénalité, au 4ème on est disqualifié)

A la cloche il est juste sur les bases de **42'20 » synonyme de minima** pour les championnats du monde junior en août prochain à Lima... Les dernières minutes de course nous paraissent interminables et pourtant il boucle le dernier km en 4'01 » ! Pour franchir la ligne **en 42'03 »**, (**4'12 au km !!!**) minima en poche donc ! (NB : la qualif n'est pas pour autant assurée car il n'y a que 2 places). Énorme satisfaction et soulagement à l'arrivée.



Avec cet excellent chrono, **il se classe à la 22ème place** mais l'essentiel était ailleurs. Un peu de repos (physique et mental) maintenant, avant de se projeter vers les championnats de France fin juin...

Merci pour tous les messages reçus d'encouragement et de félicitations !!!

Étape 3 : Le Pérou : Retour aux racines !

Dernière course de la longue saison de **Bastien** ce **30 août à Lima** où 42 athlètes se sont livrés bataille pour le titre de champion du monde.

L'objectif était de s'accrocher aux meilleurs le plus longtemps possible, mais la course est partie très vite et **en passant en 12'00 au 3000** le lactate est vite monté pour Bastien. Il a dû lever le pied ensuite et s'est accroché **pour boucler son 10 000 en 42'00, son deuxième chrono de la saison**, à une honorable 19^{ème} place.

Encore une très belle expérience humaine et sportive pour lui !!!

Place au repos maintenant... et à la rentrée déjà...

Bastien : 19^{ème} des championnats du monde Junior en 42'00''90

