

## Retrouvez les interviews des athlètes, entraîneurs et dirigeants de l'école d'athlétisme de l'UST



### PEGGY HOUSSET

Ton surnom : Peggy

Première licence à l'ust en : janvier 1987

Date anniversaire : 08/03/1977

*«Une certaine assurance que je n'avais pas avant.»*

**À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?**  
J'ai commencé l'Athlétisme à 10 ans, par l'intermédiaire de mon père qui lui aussi en a fait.

L'ouverture de nos nouveaux bureaux en octobre-novembre 2009.

**Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?**  
Comme beaucoup de petite fille, j'ai fait un peu de danse jazz.

**3 souvenirs en dehors de tes fonctions de salariée :**

Le Championnat de France Minimes au 4x30m, premier championnat national que je faisais.  
La finale du 4x100m au Championnat de France en 1995 où l'on a fini 3ème en junior : remplacante, je crois avoir été plus stressée que les coureuses.  
Les déplacements en Allemagne pour le Meeting de la Jeunesse.

**Ton parcours athlétique brièvement :**

J'ai commencé par les épreuves multiples comme les benjamins et minimes de nos jours.

En passant cadette, j'ai continué un peu les épreuves combinées puis je me suis spécialisée en sprint. Arrêt de la compétition en 2007.

En 2011, à l'ouverture de la section Marche Nordique, j'ai commencé à pratiquer et suis devenue encadreur en avril 2013.

**Depuis combien de temps gères-tu le secrétariat en tant que salariée de l'UST Tourcoing Athlétisme ?**

Je suis embauchée depuis le 1er février 2007.

**Comment est-ce arrivé ?**

Suite au départ de l'ancienne secrétaire et avec la création du LMA, le club avait besoin de quelqu'un à plein temps. Mon entraîneur du moment, Didier Bandonin m'en a parlé et comme j'étais intéressée, je me suis proposée.

**Qu'est-ce que tu aimes dans ce métier ?**

Le contact avec les gens et le fait de rester dans le monde de l'Athlétisme mais de l'autre côté. Le fait de pouvoir gérer mon temps de travail comme je le souhaite en respectant bien sûr les contraintes des dates butoir (dates limites de remise des dossiers et des inscriptions aux compétitions).

**3 souvenirs en tant que salariée :**

Mon premier jour : j'ai eu la visite du Maire de la Ville.

**Décris-nous une journée typique de Secrétaire de l'UST :**

Il n'y a pas vraiment de journée type à part peut-être le fait de regarder les mails en arrivant au bureau. Tout dépend de la période de l'année : inscriptions aux compétitions pendant les périodes hivernales et estivales, les licences en septembre-octobre, les demandes de subvention en juin et septembre, la comptabilité tout au long de l'année et j'en passe.

**Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?**

Une certaine assurance que je n'avais pas avant (ça ne se voit peut-être pas mais je suis timide).

**Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?**

La Famille, Lecture, Randonnée.

**Questions sur l'actualité :**

**Comment as-tu vécu le confinement ?**

Assez bien même si je trouvais le temps long.

**Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :**

Lever entre 8h00 et 8h30 - télétravail - repas - sieste - télétravail - sortie marche - repas et dodo.

**Première chose que tu as faite à la fin du confinement ?**

En fait, je n'ai rien fait de spécial, je suis sortie le mardi pour les courses !!!!!!!

**Un dernier mot ?**

A bientôt, vous me manquez.



### THOMAS LARCHAUD

Ton surnom : Tonton Larch

Catégorie entraînée : EA FO

Première licence à l'ust en : 2009

Date anniversaire : 08/10/1986

*«Apporter mon expérience et expertise dès leur plus jeune âge.»*

**À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?**  
J'ai commencé le demi-fond à 17 ans.

Numéro 2 : interclubs à Tourcoing en 2015, bon résultats individuel et collectif sans oublier l'ambiance folle qui planait sur le stade, avec une organisation magique faite par les bénévoles de l'UST, et le final sur la piste où tout le monde dansait sur la piste avec DJ Kent aux platines.

Numéro 3 : Ma course aux France élite à Villeneuve D'Ascq où j'étais comme posséder, rien ne pouvait m'arrêter ce jour là, sauf le lactique derniers 100 M.

**Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?**

Venant d'un quartier populaire, j'ai beaucoup joué au basket et foot de rue.

**En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?**

Ancien athlète, et salarié en complément de mon activité de remise en forme sur Tourcoing et Villeneuve D'Ascq.

**Ton parcours athlétique brièvement :**

J'ai commencé le 800 fin junior 1 début junior 2 où je réalisais 1'37 pour finir en senior 1'48"5.

**Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST LMA ?**

J'ai commencé à m'occuper des Evénements et Possibles en janvier 2015.

**Comment est-ce arrivé ?**

Via mon Dadoir qui me proposa un contrat à temps partiel, pour m'occuper des plus jeunes.

**Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?**

Apporter mon expérience et expertise dès leur plus jeune âge, et leur donner l'envie de continuer dans les catégories suivantes.

**3 souvenirs en tant que coach jeune :**

Numéro 1 : mon déplacement en république tchèque avec une équipe de jeune et d'encadrement de folie, c'était ouf !!

Numéro 2 : les personnes qui encadrent et qui ont encadré avec moi, mon fidèle JP qui m'a accompagné tout au long de ces années, sans oublier des gars et filles comme Samir Youb, Fodé Sissoko, Romane Lebrun, Jean Noël, et j'en passe, qui ont de vraies qualités humaines en donnant l'envie aux jeunes de revenir chaque mercredi.

Numéro 3 : Ces 5 années où Thibaut Leroy et Peggy Housset ont su me supporter.

**3 souvenirs en dehors du coaching :**

Numéro 1 : toutes ces années passées dans le groupe d'Alain Lignier.

Où il m'a clairement appris à me dépasser et où je lui en serais éternellement reconnaissant.

Et ce groupe d'entraîneurs... = des fous, des mecs avec un mental d'acier = des durs au mal comme dirait nos anciens.

**Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?**

Enormément, à me discipliner, me faire grandir, à m'orienter à y passer des diplômes, et à y rencontrer des personnes qui m'ont été très chères aujourd'hui.

**Quelles sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?**

Sortir, voyager, explorer.

**Questions sur l'actualité :**

**Comment vis-tu le confinement ?**

Pas trop mal, j'y occupe mes journées en faisant des cours en live sur mes différents réseaux, pour permettre aux gens de ne pas perdre la main. Et de m'avancer sur toutes les choses que je ne peux faire au quotidien.

**Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :**

Je me lève entre 7h30 et 8h, je fais un peu de ménage (à moitié manique ouï) je fais une séance de sport, je prépare mes vidéos que je diffuse sur les réseaux et mes cours que je donne en live. Puis je donne mes cours en fin de journée.

**La première chose que tu as faite lors du confinement ?**

J'ai pas réfléchi une seconde, direction le couloir directement.

**Un dernier mot ?**

Soyons bienveillant les uns des autres et profitons au mieux de cette vie qui passe très vite. N'ayez pas peur d'être jugé, oser, tenter, échouer, mais n'ayez aucun regret.





# LEROY THERESE

Surnom : je n'en ai pas sauf Tata Thérèse pour Thomas et Tété pour Yasmine

Première licence à l'UST en : 1993

Date anniversaire : 25/10

## «Donner de mon temps comme bénévole.»

**À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?**

J'ai rejoint le club de La Madeleine en 1980 ; j'ai tout de suite aidé comme dirigeant.

**Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?**

Non aucun.

**Ton parcours athlétique brièvement :**

Très bref, j'ai fait du cross pendant quelques années et le 1500m aux interclubs.

**Depuis combien de temps, gères-tu le secrétariat de l'école d'athlétisme de l'UST LMA ?**

J'ai rejoint l'équipe administrative de l'UST en 1993 et je me suis tout de suite investie dans l'école d'athlétisme.

**Comment est-ce arrivée ?**

J'ai suivi mon fils Eric qui a rejoint l'UST et j'ai remplacé Robert qui s'occupait alors du secrétariat de l'école d'athlétisme.

**Qu'est-ce que tu aimes dans cette fonction ?**

Côté des personnes de générations différentes et me sentir utile. Donner de mon temps comme bénévole.

**3 souvenirs en tant que secrétaire de l'école d'athlétisme :**

- Le Kid'athlétisme métropolitain organisé avec Jean-Noël au stadium
- les cérémonies d'ouverture du meeting international de la jeunesse
- les stages à Etoumpy.

**3 souvenirs en dehors de l'école d'athlétisme :**

- le championnat du monde Handisport au Stadium où j'ai officié pendant 4 jours.
- La disqualification mémorable de notre relais 4x200m aux championnats de France.
- Le déplacement à Paris aux championnats du monde pour supporter notre marcheur Robert Korzeniowski qui gagne la médaille d'or.

**En dehors du secrétariat de l'école d'athlétisme, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?**

Je suis officiel fédéral sauts et officiel fédéral secrétariat informatique et secrétaire générale de l'UST. Je gère avec Annie le site du club.

**Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?**

De belles rencontres au club et dans le monde athlétique en général.

**Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?**

J'aime lire, marcher, les voyages et les vacances avec les petits enfants.

**Questions sur l'actualité :**

**Comment vis-tu le confinement ?**

Pas trop mal puisqu'en bonne santé mais en manque de contacts.

**Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :**

Le matin, un peu d'internet puis 30min de vélo d'appartement et 15min d'éirement, cours et exercices d'alignement sur un site internet puis je cuisine. Après-midi lecture, un film loué par vidéo, jeux de société, appels téléphoniques ou vidéo avec la famille et les amis puis soirée télé.

**Première chose que tu feras à la fin du confinement ?**

D'abord, aller chez le coiffeur me faire couper 3 mois de longueur de cheveux et ensuite je rêve d'une grande promenade sur le sable (sans masque si possible).

**Un dernier mot ?**

J'espère vous retrouver tous très bientôt.





## SIMON MOREZ

**Ton surnom : boucles d'or**

**Catégorie : Minime**

**Première licence à l'ust en : 2012**

**Date anniversaire : 05/07/2005**

### «Mon diplôme de jeune juge fédéral saut»

**Ton record dont tu es le plus fier ?**

Mon diplôme de jeune juge fédéral saut

**Ton épreuve favorite ?**

Le disque

**Ton point fort en athlétisme ?**

Je connais bien les règlements :)

**Ta petite faiblesse ?**

Ma vitesse

**Ta phrase culte ?**

J'rigole

**Ton athlète préféré(e) ?**

Kevin Mayer

**Ton meilleur souvenir en athlétisme, sportif, dans la vie ?**

**En athlétisme :** le titre de champion départemental en poussin au relais avec mes copains Amaël, Mathéo et Khalis

**Sportif :** Le record à la perche de Renaud Lavillenie

**Dans la vie :** Mes 3 voyages aux USA

**Ton objectif en athlétisme ? Dans la vie ?**

Etre juge aux JO et Etre pilote de ligne.

**Ton plat favori ? immangeable ?**

Le welsh

Les asperges

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**

Harry Potter

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**

Je jouerai à la PS4





## SIMON LEMERSRE

**Ton surnom :** /

**Catégorie :** Minime

**Première licence à l'ust en :** 2017

**Date anniversaire :** 11/04/2006

*«Battre mes records et toujours m'améliorer.»*

**Ton record dont tu es le plus fier ?**

Hauteur : 1m50

**Ton meilleur souvenir en athlète, sportif, dans la vie ?**

Le meeting en Allemagne

**Ton épreuve favorite ?**

Le Décathlon

**Ton objectif en athlète ? Dans la vie ?**

Battre mes records et toujours m'améliorer

**Ton point fort en athlète ?**

Endurance

**Ton plat favori ? Immangeable ?**

Favori : Les hamburgers de mon Papa

Immangeable : champignons

**Ta petite faiblesse ?**

Les lancers

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**

Dimitri Vegas

**Ta phrase culte ?**

//

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**

Pas de problème, J'ai déjà été puni plus longtemps mais c'est chiant.

**Ton athlète préféré(e) ?**

Kevin Mayer





## MATHEO BAUWENS

**Ton surnom : Math**

**Ta catégorie : Minime**

**Première licence à l'UST : 2012**

**Date anniversaire : 08/11/2005**

*«Quand j'ai passé les 5m en longueur.»*

**Ton record dont tu es le plus fier ?**

Quand j'ai passé les 5m en longueur

**Ton épreuve favorite ?**

Sprint ou longueur

**Ton point fort en athlétisme ?**

//

**Ta petite faiblesse ?**

La hauteur

**Ta phrase culte ?**

//

**Ton athlète préféré(e) ?**

Kevin Mayer

**Ton meilleur souvenir en athlétisme, sportif, dans la vie ?**

Les championnats de France UNSS

**Ton objectif en athlétisme ? Dans la vie ?**

en dessous de 7" au 50m

**Ton plat favori ? immangeable ?**

Favori : frites

Immangeable : choux de Bruxelles

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**

Usain Bolt

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**

Je peux être privé un jour mais pas sept

Je peux aussi deux jours mais pas sept





## NICOLAS VI

Ton surnom : demandez à Jean-No

Première licence à l'UST en : 1993

Date anniversaire : 05 avril 1977

Catégorie entraînée : Minimes

«Voir les athlètes que j'accueille tout jeune grandir et progresser.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?

Je suis licencié à l'U.S. Tourcoing depuis 1993 après avoir découvert l'athlétisme lors d'une compétition UGSEL avec mon collège lorsque j'étais en 3ème.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?

Pas vraiment, je participais surtout aux associations sportives de mon collège à l'époque le mercredi après midi.

Ton parcours athlétique brièvement :

Athlète de 1993 à 2008 et entraîneur depuis 2008.

C'est que je retiens à titre individuel, j'ai quelques titres régionaux en sprint mais j'ai surtout participé aux championnats du monde d'athlétisme junior en 2002 en tant que guide pour athlète non voyant.

A titre collectif, une médaille de bronze aux championnats de France de relais sur 4x200m en 2005 et mon premier podium national en interclubs avec l'U.S. Tourcoing en 2001.

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST LMA ?

Je suis surtout entraîneur spécialisé en sprint, haies et relay à partir de la catégorie cadet.

J'ai décidé de donner un coup de main à la section jeune en 2018 une fois par semaine chez les minimes.

Comment est-ce arrivé ?

J'ai décidé de passer de l'autre côté de la barrière car mon corps à un moment donné m'a dit stop et comme je ne voulais pas lâcher l'athlète car passionné, j'ai décidé de me former pour devenir entraîneur.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?

Voir les athlètes que j'accueille tout jeune grandir et progresser.

3 souvenirs en tant que coach jeune :

En tant que Coach des jeunes pas vraiment car je me suis investi auprès des minimes que depuis 2018.

3 souvenirs en dehors du coaching :

Ici je parlais de mes souvenirs en tant qu'entraîneur spécialisé si je devais retenir 3 bons souvenirs :  
1 - Lors d'un championnat de France en salle, mon athlète en série du 60m avait réalisé le même chrono que 2 autres concurrents et il ne restait plus que deux places pour être qualifié en demi-finale. L'attente a été longue et finalement mon athlète a été qualifié pour 1 millième de seconde !  
2 - Avoir réussi à faire passer une barrière psychologique à un de mes athlètes qui n'avait jamais réalisé

moins de 7 sec au 60m. Je lui avais demandé de casser à l'arrivée pour grappiller quelques centièmes et le jour où il l'a fait, il a réalisé 6"98 et depuis il court régulièrement sous les 7 sec dont 6 chrono en moins de 6"90.

3 - Une belle médaille de bronze lors d'un championnat de France en salle sur 4x200. Un collectif qui valait de l'or à mes yeux !

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?

Je suis également membre du comité directeur de l'U.S. Tourcoing, sténographe sprint-haies et membre du CA pour le LMA et également responsable des équipes cadet-junior-espoir pour les interclubs.

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'aurais pas avant ?

Je ne me rappelle plus comment j'étais avant de prendre ma licence en 1993, ça remonte...

Quelles sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?

Je n'en ai pas vraiment, mise à part que je regarde beaucoup de films en tout genre et que je lis des comics.

Questions sur l'actualité :

Comment vis-tu le confinement ?

Finalement, on trouve toujours de quoi s'occuper, heureusement qu'on a un jardin !

Décris nous une journée de ton confinement brièvement :

Je suis levé tôt pendant le confinement, donc réveil vers 7h25, j'ai un verre d'eau, je pars faire un petit footing (pas long car j'étais sprinter), petit déj vers 9h00 (entre deux, j'ai fait des étirements, un peu d'abdo, etc...), j'aide un peu aux devoirs de mes enfants, je m'informe, je lis... 18h47 je prépare le repas... HOP on passe à table. Après ça, une petite sieste ? Allier ? Dans le bain ? Puis on traine dans le jardin, un molki ou du tir à l'arc ? 17h02 on va prendre un petit goûter devant un épisode d'une série. 18h12 tiens un petit défi sportif. 50 pompes en 45 sec ! 19h18 Dîner à préparer. 20h07 Un film ! Il est quelle heure maintenant ? 21h16 Aller dodo !

Première chose que tu feras à la fin du confinement ?

Je vais aller bosser.

Un dernier mot ?

Pendant le confinement, restez en forme !



## NICOLAS MORENT

Ton surnom : Nicococh

Catégorie entraînée : Minimes

Première licence à l'UST en : 1989

Date anniversaire : 15 septembre 1979

«J'aime le fait de transmettre et d'essayer de permettre que chacun puisse tirer le meilleur de lui-même.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?

J'ai débuté en basket-ball. En fait, j'ai eu envie de faire du sport car mon père qui travaillait au club.

Mon père avait entraîné auparavant au club durant plusieurs années.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?

J'ai fait 18 ans de judo, 9 ans de boxe jiu-jitsu et 4 semaines de karaté. Non, je n'ai pratiqué que l'athlète, en club tout du long.

Ton parcours athlétique brièvement :

J'ai débuté en basket-ball avec Joffe Lefebvre à l'époque, avec quelques résultats en 1989 en 1990 (3'12). Puis en football avec Joffe au même moment. J'ai été progressivement à la tête d'un groupe de persévérance qui s'est transformé en équipe professionnelle avec l'arrivée de « Jean », fils de Thibaut, un Olivier Dutoit. Dans ce groupe, il y avait déjà Eric Leroy. Donc il n'a pas fallu attendre le Covid pour changer de vocation !

Cela beaucoup plus, sans en avoir conscience de l'éthique et de la morale. J'ai fait aussi des Épreuves Collectives et de nombreuses épreuves selon les besoins des équipes d'interclubs (110m haies, 400m, 800m, 1600m, 3200m, 6400m, 12800m, 25600m, 51200m, 102400m, 204800m, 409600m, 819200m, 1638400m, 3276800m, 6553600m, 13107200m, 26214400m, 52428800m, 104857600m, 209715200m, 419430400m, 838860800m, 1677721600m, 3355443200m, 6710886400m, 13421772800m, 26843545600m, 53687091200m, 107374182400m, 214748364800m, 429496729600m, 858993459200m, 1717986918400m, 3435973836800m, 6871947673600m, 13743895347200m, 27487790694400m, 54975581388800m, 109951162777600m, 219902325555200m, 439804651110400m, 879609302220800m, 1759218604441600m, 3518437208883200m, 7036874417766400m, 14073748835532800m, 28147497671065600m, 56294995342131200m, 112589990684262400m, 225179981368524800m, 450359962737049600m, 900719925474099200m, 1801439850948198400m, 3602879701896396800m, 7205759403792793600m, 14411518807585587200m, 28823037615171174400m, 57646075230342348800m, 115292150460684697600m, 230584300921369395200m, 461168601842738790400m, 922337203685477580800m, 1844674407370955161600m, 3689348814741910323200m, 7378697629483820646400m, 14757395258967641292800m, 29514790517935282585600m, 59029581035870565171200m, 118059162071741130342400m, 236118324143482260684800m, 472236648286964521369600m, 944473296573929042739200m, 1888946593147858085478400m, 3777893186295716170956800m, 7555786372591432341913600m, 15111572745182864683827200m, 30223145490365729367654400m, 60446290980731458735308800m, 120892581961462917470617600m, 241785163922925834941235200m, 483570327845851669882470400m, 967140655691703339764940800m, 1934281311383406679529881600m, 3868562622766813359059763200m, 7737125245533626718119526400m, 15474250491067253436239052800m, 30948500982134506872478105600m, 61897001964269013744956211200m, 123794003928538027489912422400m, 247588007857076054979824844800m, 495176015714152109959649689600m, 990352031428304219919299379200m, 1980704062856608439838598758400m, 3961408125713216879677197516800m, 7922816251426433759354395033600m, 15845632502852867518708790067200m, 31691265005705735037417580134400m, 63382530011411470074835160268800m, 126765060022822940149670320537600m, 253530120045645880299340641075200m, 507060240091291760598681282150400m, 1014120480182583521197362564300800m, 2028240960365167042394725128601600m, 4056481920730334084789450257203200m, 8112963841460668169578900514406400m, 16225927682921336339157801028812800m, 32451855365842672678315602057625600m, 64903710731685345356631204115251200m, 129807421463370690713262408230502400m, 259614842926741381426524816461004800m, 519229685853482762853049632922009600m, 1038459371706965525706099265844019200m, 2076918743413931051412198531688038400m, 4153837486827862102824397063376076800m, 8307674973655724205648794126752153600m, 16615349947311448411297588253504307200m, 33230699894622896822595176507008614400m, 66461399789245793645190353014017228800m, 132922799578491587290380706028034457600m, 265845599156983174580761412056068915200m, 531691198313966349161522824112137830400m, 1063382396627932698323045648224275660800m, 2126764793255865396646091296448551321600m, 4253529586511730793292182592897102643200m, 8507059173023461586584365185794205286400m, 17014118346046923173168730371588410572800m, 34028236692093846346337460743176821145600m, 68056473384187692692674921486353642291200m, 136112946768375385385349842972707284582400m, 272225893536750770770699685945414569164800m, 544451787073501541541399371890829138329600m, 1088903574147003083082798743781658276659200m, 2177807148294006166165597487563316553318400m, 4355614296588012332331194975126633106636800m, 8711228593176024664662389950253266213273600m, 17422457186352049329324779900506532426547200m, 34844914372704098658649559801013064853094400m, 69689828745408197317299119602026129706188800m, 139379657490816394634598239204052259412377600m, 278759314981632789269196478408104518824755200m, 557518629963265578538392956816209037649510400m, 1115037259926531157076785913632418075299020800m, 2230074519853062314153571827264836150598041600m, 4460149039706124628307143654529672301196083200m, 8920298079412249256614287309059344602392166400m, 17840596158824498513228574618118689204784332800m, 35681192317648997026457149236237378409568665600m, 71362384635297994052914298472474756819137331200m, 142724769270595988105828596944949513638274662400m, 285449538541191976211657193889899027276549324800m, 570899077082383952423314387779798054553098649600m, 1141798154164767904846628775559596109106197299200m, 2283596308329535809693257551119192218212394598400m, 4567192616659071619386515102238384436424789196800m, 9134385233318143238773030204476768872849578393600m, 18268770466636286477546060408953537745699156787200m, 36537540933272572955092120817907075491398313574400m, 73075081866545145910184241635814150982796627148800m, 146150163733090291820368483271628301965593254297600m, 292300327466180583640736966543256603931186508595200m, 584600654932361167281473933086513207862373017190400m, 1169201309864722334562947866173026415724746034380800m, 2338402619729444669125895732346052831449492068761600m, 4676805239458889338251791464692105662898984137523200m, 9353610478917778676503582929384211325797968275046400m, 18707220957835557353007165858768422651595936550092800m, 37414441915671114706014331717536845303191873100185600m, 74828883831342229412028663435073690606383746200371200m, 149657767662684458824057326870147381212767492400742400m, 299315535325368917648114653740294762425534984801484800m, 598631070650737835296229307480589524851069969602969600m, 1197262141301475670592458614961179049702139939205939200m, 2394524282602951341184917229922358099404279878411878400m, 4789048565205902682369834459844716198808559756823756800m, 9578097130411805364739668919689432397617119513647513600m, 191561942608236107294793378393788647952342390272951027200m, 383123885216472214589586756787577295904684780545902054400m, 766247770432944429179173513575154591809369561091804108800m, 1532495540865888858358347027150309183618739122183608217600m, 3064991081731777716716694054300618367237478244367216400m, 6129982163463555433433388108601236734474956488734432800m, 12259964326927110866866776217202473468949912977468865600m, 24519928653854221733733552434404946937899825954937731200m, 49039857307708443467467104868809893875799651909875462400m, 98079714615416886934934209737619787751599303819750924800m, 196159429230833773869868419475239575503198607639501849600m, 392318858461667547739736838950479151006397215279003699200m, 784637716923335095479473677900958302012794430558007398400m, 1569275433846670190958947355801916604025588861116147796800m, 3138550867693340381917894711603833208051177722232295593600m, 6277101735386680763835789423207666416102355444464591187200m, 12554203470773361527671578846415332832204710888929183374400m, 25108406941546723055343157692830665664409421777858366748800m, 50216813883093446110686315385661331328818843555716733497600m, 100433627766186892221372630771322662657637687111433466995200m, 200867255532373784442745261542645325315275374222866933990400m, 401734511064747568885490523085290650630550748445733867980800m, 803469022129495137770981046170581301261101496891467735961600m, 1606938044258990275541962092341162602522202993783135471923200m, 3213876088517980551083924184682325205044405987566270943846400m, 6427752177035961102167848369364650410088811975132541887692800m, 12855504354071922204335696738729300820177623950265083775385600m, 25711008708143844408671393477458601640355247900530167550771200m, 51422017416287688817342786954917203280710495801060335101542400m, 102844034832575377634685573909834406561420991602120670203084800m, 205688069665150755269371147819668813122841983204241340406169600m, 411376139330301510538742295639337626245683966408482680812339200m, 822752278660603021077484591278675252491367932816965361624678400m, 1645504557321206042154969182557350504982735865633930723249356800m, 3291009114642412084309938365114701009965471731267861446498713600m, 6582018229284824168619876730229402019930943462535722893997427200m, 13164036458569648337239753460458804039861886925071445787994854400m, 26328072917139296674479506920917608079723773850142891575989708800m, 52656145834278593348959013841835216159447547700285783151979417600m, 105312291668557186697918027683670432318895095400571566303958835200m, 210624583337114373395836055367340864637790190801143132607917670400m, 421249166674228746791672110734681729275580381602286265215835340800m, 842498333348457493583344221469363458551160763204572530431670681600m, 1684996666696914987166688442938726917102321526409145060863341363200m, 3369993333393829974333376885877453834204643052818290121726682726400m, 67399866667876599486



## NOA VI

**Ton surnom : nono**

**Catégorie : benjamin II**

**Première licence à l'ust en : 2018**

**Date anniversaire : 23 octobre 2007**

*«D'être le plus fort en javelot de mon club.»*

**Ton record dont tu es le plus fier ?**

//

**Ton meilleur souvenir en athlète, sportif, dans la vie ?**

Le meeting en Allemagne

**Ton épreuve favorite ?**

Le Lancer de Javelot

**Ton objectif en athlète ? Dans la vie ?**

D'être le plus fort en javelot de mon club

**Ton point fort en athlète ?**

Le Sprint

**Ton plat favori ? immangeable ?**

Favori : les ramen

Immangeable : //

**Ta petite faiblesse ?**

Le Poids

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**

La première personne à avoir trouvé le remède du coronavirus.

**Ta phrase culte ?**

//

**Ton athlète préféré(e) ?**

Nicolas Vi

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**

J'aurais trop de message !!!





# ORLANE SELLIER

Ton surnom : /

Catégorie entraînée : Benjamin(e)s

Première licence à l'UST en : 2019

Date anniversaire : 23 septembre 1999

«partager mon expérience et transmettre mes connaissances.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?

9 ans

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?

Le karaté

Ton parcours athlétique brièvement :

J'ai commencé l'athlétisme après avoir fini 1ère lors d'un cross à l'école primaire. Par la suite, je me suis spécialisée dans la discipline du demi-fond jusqu'en fin benjamin. Je me suis ensuite intéressée aux différentes disciplines sur piste afin de pouvoir réaliser un triathlon lors des saisons estivales. J'ai ainsi découvert la discipline du javelot dans laquelle j'ai effectué plusieurs championnats d'ordre départemental, régional, interrégional et national (scolaire). J'ai également été sélectionnée pour faire partie des athlètes pouvant effectuer des stages ligues dans sa discipline au CREPS de Wamignies. J'ai par la suite arrêté la compétition en junior 1 afin de m'engager dans l'encadrement des jeunes athlètes au Douai Sin athlétisme et pour finir à l'UST.

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST LMA ?

Depuis septembre 2019

Comment est-ce arrivé ?

Grâce à Nicolas Morent, enseignant d'athlétisme à la faculté des sciences du sport et de l'éducation, diplômé dans lequel je suis étudiante. Il m'a en effet parlé du club en me proposant de venir encadrer les benjamins.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?

J'aime le contact avec les jeunes athlètes mais également partager mon expérience et transmettre mes connaissances. Et surtout, je prends énormément de plaisir à les voir progresser et réussir que ça soit en entraînement ou compétition.

3 souvenirs en tant que coach jeune :

• Premier championnat du nord vécu avec mes athlètes

3 souvenirs en dehors du coaching :

• Premier championnat de France scolaire (UNSS) à Nancy  
• Records en javelot

• Stages au CREPS de Wamignies

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?

Licencié au club

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'aurais pas avant ?

La confiance en soi, le plaisir à se dépasser, la gestion du stress, la persévérance

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?

• Netflix • Suivre l'actualité sportive • Guitare • Cuisiner • Shopping  
• Sortir avec mes amis • Passer du temps avec ma famille • Voyager

Questions sur l'actualité :

Comment vis-tu le confinement ?

Plutôt bien sachant que je trouve toujours quelque chose à faire pour m'occuper.

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :

• Réveil  
• Routine matinale  
• Travailler  
• Dîner  
• Sieste  
• Travailler  
• Sports  
• Souper  
• Netflix

Première chose que tu feras à la fin du confinement ?

Profiter de ma famille et SURTOUT refaire du sport sans contrainte.

Un dernier mot ?

En espérant que vous, athlètes, continuerez à exercer une activité sportive durant ce confinement.





## LOANE STANISZEWSKI

**Ton surnom : Lou**

**Ta catégorie : Minime**

**Première licence à l'UST : 2019**

**Date anniversaire : 24/04/2006**

*«Etre épanouie dans ce que je fais.»*

**Ton record dont tu es le plus fier ?**

Pour l'instant, je n'ai pas beaucoup de performances extra mais je dirai tout de même mes records au saut en longueur : )

**Ton épreuve favorite ?**

Saut en longueur

**Ton point fort en athlétisme ?**

Pour l'instant : le saut en longueur

**Ta petite faiblesse ?**

Sprint

**Ta phrase culte ?**

Ferme tes fesses : c'est une autre façon de dire tais toi ;)

**Ton athlète préféré(e) ?**

Kevin Mayer

**Ton meilleur souvenir en athlétisme, sportif, dans la vie ?**

Il y en a beaucoup....mais je dirai mes moments de fou rire avec mes amies durant les séances d'entraînement. Il y en a énormément aussi du coup je dirai les voyages que je fais avec ma famille

**Ton objectif en athlétisme ? Dans la vie ?**

M'améliorer au saut en longueur. Etre épanouie dans ce que je fais

**Ton plat favori ? immangeable ?**

La Carbonade flamande / la raclette

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**

Emma Watson car elle agit beaucoup au sujet du féminisme. Et c'est une actrice très douée forcément ;)

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**

Je m'en fiche, je ne m'en sers que très peu





## LOUIS VANDEWALLE

**Ton surnom :** //

**Catégorie :** Minime

**Première licence à l'ust en :** Septembre 2017

**Date anniversaire :** 28/01/2005

*«Faire les Championnats d'Europe.»*

**Ton record dont tu es le plus fier ?**  
50m92 au javelot

**Ton meilleur souvenir en athlète, sportif, dans la vie ?**  
Les pointes d'or à Saint Renan

**Ton épreuve favorite ?**  
Le Lancer de Javelot et les épreuves combinées

**Ton objectif en athlète ? Dans la vie ?**  
Faire les Championnats d'Europe

**Ton point fort en athlète ?**  
Le Lancer

**Ton plat favori ? immangeable ?**  
Favori : Pâtes  
Immangeable : Les tripes

**Ta petite faiblesse ?**  
Demi-fond

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**  
Usain BOLT

**Ta phrase culte ?**  
On est là

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**  
Peu importe, je ferais encore plus de sport. Pas évident de m'arrêter.

**Ton athlète préféré(e) ?**  
Kevin MAYER





## MARC DUFOUR

Ton surnom : //

Première licence à l'ust en : 1971

Date anniversaire : 16 Juin 1955

«Vive L'athlétisme, Vive Tourcoing, vive l'US Tourcoing Athlétisme !»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?

J'ai commencé l'athlétisme à 16 ans en 1971, j'étais alors cadet 2ème année. J'ai découvert la course à pied grâce à deux professeurs d'éducation physique du Lycée Gambetta à Tourcoing (c'est d'ailleurs leur service). Ces professeurs étaient d'ailleurs licenciés à l'UST (Christian BRUNSTALLE, maintenant athlète pour l'ASNU (ex USN) et Philippe POULAIN).

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?

Ancien, j'avais fait une saison dans un club de football à Neuville en Fennis, mais j'étais plus souvent à terre que balla au pied.

Ton parcours athlétique brièvement :

Courreur de demi-fond au record sur 1000 m de 2'33, de 1'54 au 1500m et de 8'28 au 3000 m. J'ai eu le plaisir de courir en équipe première pour les interclubs sur 3000m au 5000m.

Le service militaire (en 1975) et mon entrée dans la Police (1976) ont quelque peu perturbé ma progression, mais cela ne m'a pas empêché de continuer par la suite des moments forts.

Depuis combien de temps gères-tu la présidence de l'US Tourcoing Athlétisme ?

Je suis président depuis juillet 1998, nous sommes une association de 3 années et deux générations laquelle j'ai exercé la présidence de l'IMA entre 2008 et 2012.

Comment est-ce arrivé ?

Après avoir été athlète de demi-fond souvent blessé, j'ai exercé la fonction de secrétaire général en 1998. En juin 1998, le président de l'époque Michel De Smet (un grand président qui a mené le club au plus haut niveau) est décédé des suites d'une longue maladie. Et il fallait donc lui trouver un successeur. Je n'étais pas volontaire à ce poste, mais j'étais dans le conseil de surveillance général. Par conséquent, par une grande surprise des dirigeants de l'époque, je suis parti volontaire et élu lors d'une assemblée la première semaine de juillet 1998. A l'époque nous étions une section de l'Union Sportive Tourcoingienne (club omnisports) et les modalités d'élection n'étaient pas les mêmes que celles d'aujourd'hui.

Qu'est-ce que tu aimes dans cette fonction ?

Je formule la question différemment : qu'est-ce qui me motive dans cette fonction ? Au-delà de l'athlétisme j'ai aussi eu des clubs, je me suis en quelque sorte pris de passion (le mot est peut-être fort) pour le club et son évolution. Et j'ai toujours eu du respect pour les dirigeants qui avaient fait leur travail, qui avaient donné de leur temps pour que des athlètes (quelque soit leur niveau) puissent s'épanouir. Président, maintenant, c'est une façon de les respecter et de poursuivre leur travail. Président, par une fonction qui constitue à l'évolution personnelle que ce soit du côté relationnel, administratif, légalité, avec des personnes agréables et d'autres plus conflictuelles, mais toujours cette sensation de construire quelque chose.

3 souvenirs en tant que Président :

Il y a beaucoup de souvenirs, des bons et des mauvais.

Les trois que je retiendrais ont été choisis avec des dates importantes :

1-2000, jeux olympiques à SYDNEY avec le double titre de champion Olympique de Robert au 2000m et 5000m, et la dédicace pour l'athlète qui s'en est suivi.

2-2001, la troisième place de l'UST chez les hommes aux championnats interclubs Elite (Nationale 1A à l'époque) à MONTREUIL et l'accrochage en Elite des femmes le même dimanche à SAINT ETIENNE (en Elite et quelques minutes auparavant).

3-2006, nous quittons l'Union Sportive Tourcoingienne pour devenir indépendant, le club devient l'Union Sportive de Tourcoing Athlétisme. Et la création, la même année du Lille Métropole Athlétisme avec l'ASPTT Lille qui fut un événement sans précédent.

3 souvenirs en dehors des fonctions de Président :

1991 : Premier titre de champion des Flandres de cross par équipes pour le club, j'étais dans les points pour le classement par équipe. L'indémodable équipe de l'USA LIEVIN battit d'1 point, et qui nous offre la bouteille de champagne que leurs athlètes nous ont offert en cas de victoire.

«Les victoires du club méritent par des chercheurs interprétés et parfois même conçues par les athlètes et dirigeants. Quelques moments mémorables et inoubliables».

«L'entraîneur du cross organisé par le club, simple épreuve régionale (cross de la St Nicolas) des années cross international labellisé IAAF (à l'époque) (cross AUCHAN).

Il y en a bien d'autres encore tous aussi importants.

Décris nous une journée typique de Président de l'UST :

Je suis au club les mardi et jeudi après-midi à partir de 15h30.

Pris de contact avec Peggy pour prendre connaissance du courrier électronique ou postal.

Il y a toujours des dossiers à gérer : Dossiers de subvention, contact avec divers services de mairie, préparation des réunions, préparation organisation de compétitions ou démonstrations d'athlétisme avec d'autres services extérieurs (Ligue Fédérale Sport Adapté, USEP), il se trouve également de recevoir des personnes ayant un souci avec le club, on devient président leur projet ou activité. Il est très difficile d'équipes une journée type de travail, tellement les occupations sont variées.

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'aurais pas avant ?

Pour moi l'athlétisme et le club ne font qu'un, et sans aucun doute c'est là que j'ai appris ce qu'est le dépassement de soi, le don de soi, l'esprit de compétition et de camaraderie. J'y ai trouvé une grande confiance en moi.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?

Déjà de la lecture, mais je n'ai pas de passions particulières. J'aime lire (romans de romans policiers), je suis un adepte de Michael CONNELLY (Harry Bosch) de Jean Trogue PAROT (Nicolas LE FLOCH), et de Ellis PETERS (Le monde CADWELL), ces deux derniers étant maintenant dévotés à n'y avoir pas de nouvelles lectures.

Nous je collectionne aussi quelques BD et les ventes de biens de la marque Gordon.

Questions sur l'actualité :

Comment vis-tu le confinement ?

C'est une obligation. J'ai de plus en plus de soucis, les journées ne sont pas longues. Je suis bien sûr dans mon environnement, j'ai un jardin, dans un quartier sympathique. Je fais du sport (c'est l'époque, cela me fait plaisir), j'ai profité pour me faire une santé et faire un peu de bricolage.

Décris nous une journée de ton confinement brièvement :

Lecture de la presse, et informations télévisées (surtout le matin), écoute internet pour suivre l'évolution d'autres associations, quelques appels pour prendre des nouvelles de proches, pose de papiers, séance de sport, et un film ou une série pour finir la journée avec d'être en contact avec un bon bouquin.

Première chose que tu feras à la fin du confinement ?

Aller travailler.

Un dernier mot ?

Deux maxims du club écrites par Michel DESMET et qui sont toujours d'actualité : «Etre sérieux sans se prendre au sérieux» et «Un pour tous et tous pour l'UST».

Et j'ajoute :

Vive l'athlétisme, Vive Tourcoing, vive l'US Tourcoing Athlétisme



## MARIE QUINTIN

Ton surnom : //

Catégorie entraînée : benjamin(e)

Première licence à l'ust en : 2015

Date anniversaire : 09/12/88

«Transmettre sa passion, des valeurs et donner de la bonne humeur aux jeunes.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?

9 ans

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?

Judo, tennis, vtt,...

Ton parcours athlétique brièvement :

J'ai commencé à tourner en école d'athlétisme croisée en cadette j'ai commencé le demi-fond, par après j'ai fait du sprint et enfin j'ai commencé les épreuves combinées il y a 8 ans.

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST IMA ?

4 ans.

Comment est-ce arrivé ?

Je conclus déjà dans mes anciens club. Mon coach est décédé et m'avait parlé de Tourcoing donc je suis venu ici entraîner et m'entraîner.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?

Transmettre sa passion, des valeurs et donner de la bonne humeur aux jeunes.

3 souvenirs en tant que coach jeune :

Stages, compétitions et les remerciements en fin de saison par les athlètes.

3 souvenirs en dehors du coaching :

les interclubs, les repas de club, les stages, les réunions après entraînement.

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?

Oui je suis athlète.

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'aurais pas avant ?

Avoir plus confiance en moi.

Quelles sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?

Le football, la nature et la photographie.

Questions sur l'actualité :

Comment as-tu vécu le confinement ?

Plutôt bien.

Décris nous une journée de ton confinement brièvement :

Ménages, cuisine, sport (et coup de pouce avec les entraînements en live de Thomas Lachaud), lecture, balade, live entre amis et famille, bosser sur mes plans de plantations pour le travail...

Première chose que tu as faite à la fin du confinement ?

Aller travailler.

Un dernier mot ?

Je me sens bien dans ce club coup de coeur.





## BENJAMIN DHALLUIN

**Ton surnom : benji**

**Catégorie : minime**

**Première licence à l'ust en : septembre 2018**

**Date anniversaire : 01 /10 /2005**

*«Ma technique de saut.»*

**Ton record dont tu es le plus fier ?**  
11m73 au triple saut.

**Ton épreuve favorite ?**  
Le triple saut.

**Ton point fort en athlétisme ?**  
Ma technique de saut.

**Ta petite faiblesse ?**  
Ma régularité

**Ta phrase culte ?**  
J'ai mordu.

**Ton athlète préféré(e) ?**  
Philips Idowu

**Ton meilleur souvenir en athlétisme, sportif, dans la vie ?**  
Stage et compétition Unss

**Ton objectif en athlétisme ? Dans la vie ?**  
Admission au lycée Baggio, participation à des championnats de France ...

**Ton plat favori ? immangeable ?**  
UN KEBAB , tout ce qui est avec du fromage est immangeable

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**  
Roger Federer

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**  
Cela serait horrible





## ELISA CRETAL

**Ton surnom : Lili**

**Ta catégorie : Minime**

**Première licence à l'UST : 2016**

**Date anniversaire : 31/12/2006**

### «Le meeting en Allemagne.»

**Ton record dont tu es le plus fier ?**

Mon record sur 1000m

**Ton épreuve favorite ?**

Le 1000m

**Ton point fort en athlétisme ?**

Mon point fort est le cross

**Ta petite faiblesse ?**

Les haies

**Ta phrase culte ?**

Je suis trop belle

**Ton athlète préféré(e) ?**

Usain Bolt

**Ton meilleur souvenir en athlétisme, sportif, dans la vie ?**

Le meeting en Allemagne

**Ton objectif en athlétisme ? Dans la vie ?**

Je veux faire le métier d'entraîneur.

**Ton plat favori ? immangeable ?**

Favori : Kebab

Immangeable : Ratatouille

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**

Rihanna

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**

Je vais courir





Jeune, je pratiquais le Rugby et le Tennis, j'ai également fait du Tennis de table en UNSS au collège.

## JEAN-NOËL ASCENCIO

Ton surnom : JN, Jean-No, Jean-Nono

Catégorie entraînée : Minime

Première licence à l'ust en : septembre 2012

Date anniversaire : 25 décembre 1991

«L'échange, les voir grandir, progresser et s'épanouir.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?

J'avais 20 ans, je venais de terminer mes études au lycée Baggio. J'ai découvert l'athlétisme à l'école Boudhoul, je lui faisais ses affiches etc pour la section sportive du lycée. Au bout d'un an, à force de voir les entraînements et l'ambiance entre les athlètes, j'ai demandé à l'entraîneur si je pouvais essayer et il m'a intégré au groupe demi-fond et il m'a également fait passer la formation de juge UNSS. C'est comme ça qu'en septembre 2012, je l'ai rejoint et lui demandant s'il connaissait un club d'athlétisme. Il m'a alors présenté à Gilbert TORAY pour la suite de ma formation juge et ensuite, je suis allé m'entraîner avec le groupe du Tond de l'atletique DESREMAUX.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?

Ton parcours athlétique brièvement :

Je suis un peu polyvalent tout. J'ai fait du 100m, 200m, du 400m, du 800m et je pense vous assurer que Nicolas MORENT ne s'en souvient de la fin de la première séance. J'ai également fait du 5000m Marche en interclubs. Et maintenant, je fais du sprint.

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST-LMA ?

J'ai commencé à recruter en septembre 2013. J'avais commencé à donner un coup de main à partir d'avril 2013.

Comment est-ce arrivé ?

À la suite d'une discussion avec Céline qui s'occupait des Evénements, j'ai donc commencé à aller observer comment se déroulaient les entraînements des évènements et puis, puis du coup, je restais observer également les entraînements des benjamins et minimes. Puis l'athlète m'a proposé de passer les formations pour devenir Coach et Céline avait dit d'entraîner et qu'il fallait quelque chose pour reprendre le groupe des évènements et des minimes. C'est comme ça que je suis donc devenu entraîneur, je restais également après les séances des évènements et puis pour donner un coup de main aux entraîneurs benjamins minimes.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?

L'échange, les voir grandir, progresser et s'épanouir.

3 souvenirs en tant que coach jeune :

- Il y a un moment...
- Ma première année d'entraîneur Evénements certainement car on plus d'avoir eu une superbe équipe (Sébastien GILBERT, Jean-Paul SCHIERS sans oublier l'athlète LEROY qui gère le soutien), il y a eu des jeunes avec un fort potentiel qui maintenant 8 ans après sont encore aux clubs et pour certains font maintenant presque ma taille. L.J.
- Le record des minimes 1000m qui j'entraînais en parallèle en 2014 (2'37"11) pour Alexis REGENT et 2'41"01 pour Antoine BACHEL pour ne citer qu'eux et leur titre de Champion de France au 1000m-200-200-800 en 4'52"09 aux pontons d'Or à Saint-Barnabé.
- Les stages à l'Université avec notre superbe entraîneur Régis LEROY.



Ton parcours athlétique brièvement : Dès mes débuts, j'ai dû vite vouloir faire du demi-fond. Je ne demandais que cela, surtout si mes résultats n'étaient pas très bons (J'24 au 1000m en minime 2). C'est donc sans hésitation que j'ai choisi comme spécialité en cadet d'être dans le groupe du demi-fond avec comme entraîneur Alain Lignier. J'ai fait du 800m pendant 3 ans, jusqu'à un jour où je suis parti aux États-Unis, et où j'ai réalisé des performances en cross-country. Lorsque je suis revenu en France, j'ai donc décidé de réaliser des épreuves plus longues et de ne pas perdre ce plaisir dans mes courses. Je me suis spécialisé dans le 3000m steeple, et dès ma première course, je suis arrivé 1ème au championnat de France universitaire. J'ai donc bien trouvé ma spécialité !!! Cette année devait être une année de grosse performance, mais le virus a pris les devants !

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST-LMA ?

Lorsque j'étais en cadet, donc il y a 5-6 ans, on m'avait proposé d'encadrer certains entraînements. J'ai donc passé une partie de l'année à entraîner jusqu'à maintenant où les cours me prennent trop de temps. Je suis ensuite revenu cette année suite à un stage que mon université m'a proposé, où j'ai repris essentiellement les séances de demi-fond avec les minimes.

Comment est-ce arrivé ?

Mes premiers essais en tant qu'entraîneur ont fait suite à une discussion avec Nicolas et Eric. Ils étaient à la recherche d'un jeune entraîneur pour venir donner les séances de demi-fond. Ensuite, comme dit précédemment, j'ai repris cette année suite à un stage avec moi.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?

Entraîner les autres et s'entraîner pour soi est bien différent. Le moment que j'apprécie le plus est le moment où j'annonce la séance aux athlètes. La plupart du temps, les séances sont compliquées physiquement, mais pour moi c'est assez simple puisqu'il me suffit de prendre leur classe, de leur expliquer (sans de rien, ça prend de l'énergie), ou encore de leur donner des indications.

Ce que j'aime aussi, c'est leur donner des conseils sur des choses que je n'ai pas faites moi-même lorsque j'étais en minime. C'est en passant du temps avec eux qu'on a réussi à mieux se connaître mais aussi à se faire confiance. Malheureusement, la saison estivale aura dû apporter le fin de nos efforts, mais ce sera pour l'été prochain !

3 souvenirs en tant que coach jeune :

Numéro 1 : Tous les vendredis soir points avec les minimes athlètes, à les encourager puisque la séance était très compliquée.

3 souvenirs en dehors du coaching :

- L'organisation de la première soirée « Croq'Noël » en 2017 avec plus de 120 personnes.
- Le stage en Espagne avec le groupe sprint-croisé par Nico V3. Une superbe ambiance.
- Le premier 5000m marche fait en interclubs pour éviter un aéro à l'équipe. C'était une superbe ambiance et surtout le lendemain, j'étais avec le film de Mafekingham où je bats mon record.

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?

Je suis Juge Sports l'école. Je suis au Comité directeur de l'UST et au conseil d'administration du Lille Métropole Athlétisme (LMA). Je suis également Responsable des Officiels du LMA. Je gère également le Club House du club avec Jean-Benoît et organise des soirées pour les licenciés dans celui-ci depuis 2 ans. (Merci aux personnes qui me viennent en aide à chaque fois pour l'organisation).

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?

Tellement... que quelques lignes ne vont pas suffire. Un des plus significatifs, c'est le fait d'avoir trouvé ma place, je ne suis pas un Nordiste et je dois avouer qu'avant d'arriver au club, je ne supportais pas du tout cette région et je n'étais sans cesse de retourner sur la magnifique Côte d'azur. En même temps, arriver dans une région inconnue à 16 ans, pas évident mais maintenant, tout va pour le mieux !

La deuxième chose est le fait d'avoir gagné en assurance, je suis de base quelqu'un d'extrêmement timide, il y a 8 ans, vous ne m'avez jamais vu prendre la parole devant plusieurs personnes.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?

- Le Japon !! - Comme beaucoup le savent, les croquis et en particulier, les persoques - La photographie
- Les séries - Acheter des tas de chaussures que je vais porter seulement 2 ou 3 fois

Questions sur l'actualité :

Comment vas-tu le confinement ?

J'ai bien aimé ce que ça faisait, ne plus voir personne, ne plus pouvoir aller au stade mais bon l'important, c'est la santé !

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :

Généralement, réveil entre 10h et 11h, sortie des persoques de leur valise et tâches diverses, une fois les persoques retournées en valise, repas puis jeux vidéo ou séries ou dessins (j'ai profité de ce confinement pour écrire ma pochette d'art qui date de ma licence d'art plastique en 2012/2013). Puis on arrive vers 16h, c'est à nouveau l'heure de la sortie de la valise des persoques jusqu'à 19h, là je vais faire une séance à proximité de chez moi en respectant les consignes sanitaires. A mon retour, douche + repas, puis jeux vidéo/séries jusqu'à 4h du matin puis ensuite je dors.

Le déconfinement a eu lieu hier, qu'as-tu fait ?

CF la ligne au-dessus. Je n'ai pas encore fait plus, je préfère rester vigilant. Je vais certainement m'autoriser une séance en groupe vers dans la semaine en respectant les consignes sanitaires.

Un dernier mot ?

J'ai bien de retrouver tout le monde au stade, et dès que nous le pourrons et que la situation sanitaire ne sera plus aussi dramatique, on se retrouvera tous au club house !



## LEO PENNE

Ton surnom : L'Américain

Catégorie entraînée : Benjamin/minime

Première licence à l'ust en : 2009

Date anniversaire : 29 octobre 1999

«l'athlétisme m'a apporté le dépassement de moi-même mais surtout de grandes amitiés.»

À quel âge as-tu commencé l'athlétisme en club et comment ?

J'ai commencé l'athlétisme lorsque j'étais en pousin. La collègue de ma mère avait son fils dans le club, et lui a donc demandé des renseignements pour que je puisse pratiquer à mon tour.

Avant l'athlétisme, pratiquais-tu d'autres sports ?

J'ai fait 6 ans de judo, 6 ans de natation (que j'ai continué encore 2 ans après avoir commencé l'athlétisme), et 3 ans de football.

Ton parcours athlétique brièvement :

Dès mes débuts, j'ai dû vite vouloir faire du demi-fond. Je ne demandais que cela, surtout si mes résultats n'étaient pas très bons (J'24 au 1000m en minime 2). C'est donc sans hésitation que j'ai choisi comme spécialité en cadet d'être dans le groupe du demi-fond avec comme entraîneur Alain Lignier. J'ai fait du 800m pendant 3 ans, jusqu'à un jour où je suis parti aux États-Unis, et où j'ai réalisé des performances en cross-country. Lorsque je suis revenu en France, j'ai donc décidé de réaliser des épreuves plus longues et de ne pas perdre ce plaisir dans mes courses. Je me suis spécialisé dans le 3000m steeple, et dès ma première course, je suis arrivé 1ème au championnat de France universitaire. J'ai donc bien trouvé ma spécialité !!! Cette année devait être une année de grosse performance, mais le virus a pris les devants !

Depuis combien de temps entraînes-tu les jeunes à l'UST-LMA ?

Lorsque j'étais en cadet, donc il y a 5-6 ans, on m'avait proposé d'encadrer certains entraînements. J'ai donc passé une partie de l'année à entraîner jusqu'à maintenant où les cours me prennent trop de temps. Je suis ensuite revenu cette année suite à un stage que mon université m'a proposé, où j'ai repris essentiellement les séances de demi-fond avec les minimes.

Comment est-ce arrivé ?

Mes premiers essais en tant qu'entraîneur ont fait suite à une discussion avec Nicolas et Eric. Ils étaient à la recherche d'un jeune entraîneur pour venir donner les séances de demi-fond. Ensuite, comme dit précédemment, j'ai repris cette année suite à un stage avec moi.

Qu'est-ce que tu aimes dans le fait d'entraîner ?

Entraîner les autres et s'entraîner pour soi est bien différent. Le moment que j'apprécie le plus est le moment où j'annonce la séance aux athlètes. La plupart du temps, les séances sont compliquées physiquement, mais pour moi c'est assez simple puisqu'il me suffit de prendre leur classe, de leur expliquer (sans de rien, ça prend de l'énergie), ou encore de leur donner des indications.

Ce que j'aime aussi, c'est leur donner des conseils sur des choses que je n'ai pas faites moi-même lorsque j'étais en minime. C'est en passant du temps avec eux qu'on a réussi à mieux se connaître mais aussi à se faire confiance. Malheureusement, la saison estivale aura dû apporter le fin de nos efforts, mais ce sera pour l'été prochain !

3 souvenirs en tant que coach jeune :

Numéro 1 : Tous les vendredis soir points avec les minimes athlètes, à les encourager puisque la séance était très compliquée.

Numéro 2 : La superbe amie que j'ai faite avec une amie d'une athlète, Virginie, qui était là à chaque séance et encourageait les athlètes avant que moi !

Numéro 3 : Ce sera pour l'été prochain quand Elise fera 3'10 au 1000m.

3 souvenirs en dehors du coaching :

- Numéro 1 : Faire 5ème des championnats du Tonnage de Cross-country.
- Numéro 2 : Toutes les séances passées dans mon groupe de demi-fond. Tous les soirs, où le groupe commençait plus vite que tout le monde et où l'on s'amusait plus tard alors qu'il pleuvait, gelait, bref un temps horrible... mais personnel ne l'était jamais.
- Numéro 3 : Avoir réalisé une performance (K1 et mon record sur 3000m steeple dans des conditions extrêmes (vent, pluie...) et en ayant une barrière avec mon père, ce qui m'a valu l'arrêt de ma saison.

En dehors du coaching, as-tu d'autres fonctions au sein du club ?

En tant que club, je suis principalement un demi-fondeur. Entraîneur est quelque chose qui est venu après.

Qu'est-ce que t'a apporté l'athlétisme et que tu n'avais pas avant ?

Je pourrais toujours avoir été un compétiteur, mais l'athlétisme m'a apporté le dépassement de moi-même mais surtout de grandes amitiés.

Quels sont tes passions en dehors de l'athlétisme ?

Les États-Unis, sortir avec mes amis, et planifier mes prochains voyages.

Questions sur l'actualité :

Comment as-tu vécu le confinement ?

Le confinement n'a pas changé beaucoup de choses dans mes journées. Je suis très heureux de ne pas avoir fait de sport, et je travaillais donc je pouvais encore « sortir » et voir d'autres personnes.

Décris-nous une journée de ton confinement brièvement :

Je me lève à 7h (pas top), je travaille jusqu'à 13h30. En rentrant je mangeais, puis je révisais directement mes cours. On arrivait donc vers 16h, et j'allais donc dans le jardin pour pouvoir profiter du soleil (pour une fois qu'il fait beau ici). Vers 18h, j'allais faire le seul sport qui m'était autorisé, du vélo d'appartement, puis des abdos et du gainage. Il était donc l'heure de prendre une douche et de manger, pour ensuite aller me coucher vers 21 heures...

Première chose que tu as faite à la fin du confinement ?

Rattrier un footing avec mon groupe d'entraînement, mais toujours accompagné de mon vélo.

Un dernier mot ?

Prenez attention à vous et à votre famille, on se revoit en septembre ou peut-être même avant pour reprendre les entraînements afin de « partir » en cours cet hiver et sur la piste l'été prochain !



Résumé de la séance de travail des entraîneurs et dirigeants de l'école



## AMAEI MAUNAY

**Ton surnom : Ama**

**Catégorie : Minimes**

**Première licence à l'ust en : 2012/13**

**Date anniversaire : 29/12/05**

*«Faire partie du palmarès du club et y rester quelques temps. »»*

**Ton record dont tu es le plus fier ?**

En 50 m, à Liévin : 6"45

**Ton épreuve favorite ?**

50 / 100 m

**Ton point fort en athlétisme ?**

La vitesse

**Ta petite faiblesse ?**

Le saut...

**Ta phrase culte ?**

//

**Ton athlète préféré(e) ?**

Usain Bolt

**Ton meilleur souvenir en athlétisme, sportif, dans la vie ?**

Le relais avec Matheo, Simon et Khalis en poussin au départementaux en salle à Lille, 1ère place et depuis record du club imbattu...

**Ton objectif en athlétisme ? Dans la vie ?**

Faire partie du palmarès du club et y rester quelques temps.  
Dans la vie, devenir médecin du sport.

**Ton plat favori ? immangeable ?**

Welsh avec frites. Lentilles corail, steak et poireaux.

**Si tu étais une personne célèbre tu serais ?**

Jean Noël

**Si tu étais privé une semaine de ton portable ?**

Si c'était le cas, je ferais plus de sport et je travaillerais plus...

