

ATHLÉTISME

Anne Zagré, une première haie de franchise

Après une année marquée par les blessures et une non-qualification pour l'Euro, Anne Zagré semble bien repartie. En restant prudente, malgré tout.

PHILIPPE VANDE WEYER

Quand j'ai vu mon chrono, j'ai tout de suite réalisé que je n'avais pas couru une seule fois aussi vite l'an dernier. Et ça m'a fait du bien !

Dans l'appartement namurois – avec vue sur Meuse s'il vous plaît ! – où elle a emménagé en octobre dernier avec son compagnon Adrien Deghelt, l'ancien spécialiste du 110 m haies reconverti en triathlète (amateur) acharné, Anne Zagré a le sourire. Samedi, à Gentbrugge, dans le cadre des interclubs, elle s'est enfin retrouvée sur son 100 m haies fétiche en franchissant la ligne en tête en 13.12, et cela quelques minutes après avoir déjà gagné le 100 m en 11.95 pour le compte de l'Excelsior et avant de boucler victorieusement le 4 x 100 m. Vingt-et-un mois, soit depuis les séries de sa discipline de prédilection aux Mondiaux de Londres (12.97), qu'elle attendait ça... Et même si, le lendemain, dans le cadre des interclubs français, elle en est restée à 13.38, cela n'a pas trop terni sa joie.

« C'est d'autant plus sympa, que j'ai couru sans véritable opposition », ajoute-t-elle. « Je me dis que, si j'avais été poussée, j'aurais encore gagné quelques centièmes. »

A 29 ans, la coureuse de haies bruxelloise ne crie pourtant pas encore victoire. Après une année passée à soi-



Anne Zagré veut redevenir régulière sous les 13 secondes au 100 m haies.

© VINCENT KALUT/PHOTO NEWS.

gnier d'abord un genou récalcitrant (cartilage) puis une inflammation du muscle fessier, elle reste prudente et « super-attentive à l'écoute de mon corps ». Le problème, résolu par un traitement à base d'injection de plaquettes (PRP), est désormais sous contrôle, mais elle avoue jongler encore avec ses sensations, ce qui l'incite à ne rien laisser au hasard, en termes de soins notamment.

« Je vais chez le kiné au moins deux fois par semaine et je fais une IRM régulièrement pour voir où j'en suis. »

Car Zagré ne veut pas revivre une deuxième saison 2018 où, pour la première fois depuis sa percée au plus haut niveau, en 2009, elle n'a pas réussi les critères et a loupé le grand championnat de l'été, à savoir l'Euro de Berlin. Celui où les Belges ont brillé comme jamais.

« Cela m'a fait bizarre, mais, quelque part, je m'y étais attendu dès l'instant où on peut compter sur les dix doigts des deux mains le nombre d'entraînements de haies que j'avais effectué... »

Son résultat de samedi, enfin en rapport avec son statut de recordwoman de Belgique de la spécialité (12.71), l'autorise désormais à espérer un meilleur sort. Et, « même si c'est encore loin », elle espère réussir assez rapidement les minimums pour les Mondiaux de Doha (12.98) et pour les Jeux de Tokyo (12.84), en clair « redevenir régulière sous les 13 secondes ». Sa prochaine tentative ? Ce week-end, à Tampere, en Finlande, dans le cadre de la Coupe d'Europe des clubs avec l'Excelsior, « où j'espère qu'il ne fera pas trop froid et humide », puis, sans doute, au meeting de Hengelo, le 9 juin.

Retrouver un grand championnat se-

rait aussi pour elle une manière d'exorciser ses deux dernières sorties à ce niveau, aux JO de Rio 2016, où, très (trop ?) bien partie en demi-finale, elle avait accroché la sixième haie, et aux Mondiaux de Londres 2017, où elle avait complètement manqué sa course en demi-finale.

« A Londres, j'ai eu la curieuse impression de ne pas être dans mon corps. Je n'avais pas évacué le traumatisme de Rio, qui a été plus grand que je le pensais. Sentir qu'on est en super-forme et ne pas y arriver, c'est terrible. Cela a été un véritable ascenseur émotionnel et j'ai travaillé avec un psy pour en sortir. »

Structure d'entraînement modifiée

Sans affirmer qu'elle y bouclera sa carrière, les Jeux de Tokyo, qui seraient ses troisièmes consécutifs, seront, elle le dit, ses derniers. « Après, je verrai année après année, mais je ne me vois pas aller jusqu'à Paris 2024. » Mais elle devra attaquer l'année 2020 avec une structure d'entraînement modifiée. Après avoir hésité à partir à Tallahassee, à l'université de Florida State, pour y retrouver Brandon Hon, qui l'avait déjà entraînée en 2014, elle a finalement opté pour le duo Jonathan Nsenga-Juan Da Silva à la reprise automnale. Mais Nsenga, depuis lors, s'est vu signifier par la Ligue francophone, que son contrat d'entraîneur fédéral ne sera pas reconduit au terme de cette année 2019. Avec quelles conséquences pour Anne Zagré ?

« C'est encore un peu flou », avoue-t-elle. « Il m'a dit que sa motivation restait intacte, mais il faudra voir si le boulot qu'il va devoir trouver sera toujours compatible avec mes entraînements. En tout cas, pour moi, que cela arrive à la veille de l'année des Jeux est le pire scénario... »

Un obstacle de plus, ajouté aux dix autres de son épreuve, qu'il faudra apprendre à gérer.

TENNIS

Goffin pas si protégé que ça

Roland-Garros 2019 prendra vraiment forme, ce jeudi soir (à partir de 19h) avec le sacro-saint tirage au sort des tableaux.



Goffin s'est entraîné avec Federer, mercredi. © VIRGINIE LEFOUR/BELGA.

En attendant la suite des qualifs (Darcis et Coppejans ont atteint le 3^e et dernier tour), ce sont 4 Belges (Goffin, Mertens, Van Uytvanck et Flipkens) qui connaîtront donc leur premier adversaire à Paris. En battant Wawrinka, la semaine dernière à Rome, David Goffin a sauvé sa peau en tant que tête de série. Retombé au 30^e rang mondial, ce lundi, le Liégeois est placé au 28^e rang des 32 statuts protégés à Paris (suite aux forfaités déjà annoncés d'Anderson et Isner). Mais cette place éloignée de 28^e tête de série lui garantit ainsi de tirer, pour un 3^e tour potentiel, une des 8 premières têtes de série : Djokovic, Nadal, Federer, Thiem, Zverev, Tsitsipas, Nishikori ou Del Potro ! Oui, vous lisez bien, Goffin a une chance sur deux de retrouver, lors d'un 3^e tour éventuel, soit Djokovic, Nadal, Federer ou Thiem, le finaliste de 2018... Au mieux, le sort lui placerait Nishikori ou le « pas en forme » Zverev dans son tableau. Encore faut-il arriver à ce 3^e tour, ce qui serait, à l'aune de sa saison, un premier objectif raisonnable... En 2018, il avait écarté Monfils en 2 jours au 3^e tour, avant de se faire éliminer, en 8^e, par Cecchinato. YVES SIMON

BASKET

Les Giants accaparent les trophées

Paris Lee « MVP », Ismael Bako « Joueur belge » et Roel Moors « Coach de l'année » : les principales récompenses de la saison ont été décernées à des Anversois à qui il ne manque plus que le titre pour consacrer une saison exceptionnelle.

STÉPHANE DRUART

C'est décidément la saison d'Anvers ! Les Giants ne sont pas encore champions. Et la conquête du titre, le deuxième seulement dans l'histoire du club, reste leur objectif majeur, après avoir remporté la Coupe et la troisième place de la Ligue des champions League dans « leur » Sportpaleis. Mais ils vont entamer les playoffs, ce vendredi, avec les trophées individuels majeurs, en plus de l'avantage du terrain grâce à la pole conquise (pour la première fois) en saison régulière : le meneur américain Paris Lee a été désigné « Most Valuable Player », le pivot Ismael Bako « Joueur belge » et leur mentor, Roel Moors, « Coach de l'Année », lors d'une cérémonie des Awards organisée aux Studios AED de Lint par la Ligue, qui a aussi mis à l'honneur pour son œuvre le basketteur anversoise le plus emblématique, le « keizer » Willy Steveniers, octogénaire depuis décembre.

Moors n'en a que la moitié. Mais c'est



Le coach Roel Moors est le symbole de la réussite anversoise. © BELGA.

déjà le deuxième sacre de Coach (après 2016) pour l'ancien quadruple « Joueur de l'année », dont le n°4 retiré est le seul qui pend fièrement à la Lotto Arena. S'il quitte la Métropole avec le titre, pour rejoindre à Bamberg Leo De Ryck, le manager sportif... d'Anvers, comme on le pressent, il y aura écrit une page aussi marquante qu'Eddy Casteels en 2000. Ce n'est pourtant que la troisième saison complète qu'il dirige les Giants. Et le Lierrois a dû résister à la pression. Car, lorsqu'Anvers a happé à Ostende son sponsor principal il y a 2 ans, il visait le titre dans les 3 saisons... Victime de son succès, le puzzle va se décomposer avant l'échéance. Mais Roel Moors restera

son plus grand artisan.

Son recrutement, basé sur de jeunes joueurs à fort potentiel, Belges ou Américains, ne recense aucune erreur. Son jeu moderne, alliant discipline défensive et spectacle offensif, a épaté l'Europe puisqu'il est aussi « Coach de l'année » en Ligue des champions.

Le plus grand mérite de Moors : la progression de son équipe

Mais son plus grand mérite provient de la progression de son équipe. Et du virage décisif intervenu au lendemain d'une défaite à domicile de 38 points contre Ostende en janvier. « Un scandale », avait conclu Moors.

A cette époque, « l'Espoir de l'année »... passée, Ismael Bako, avait déjà l'étoffe du « Joueur 2019 ». Promu pilier de la raquette par défaut (Kingsley a été blessé 7 mois), l'ex-Louvaniste était devenu dominant (11 pts, 5 rbs, 1 ass en 20 mn) grâce à sa vitesse, sa détente phénoménale et ses mains intimidantes. Mais il manquait encore à cet effectif aussi talentueux qu'athlétique un vrai leader, pour tenir les rênes, le guider dans la difficulté, huiler les rouages ou assumer les responsabilités à bon escient.

« Avant que le coach me secoue, je ne pensais pas être utile sans marquer », résume Paris Lee, qui s'est alors mué en un relais déterminant (11 pts, 2 rbs, 5 ass en 23 mn).

Du « underdog » tatoué au bras, le petit format de l'Illinois, timoré au sortir de son Collège la saison passée, était devenu le « MVP », le meilleur joueur d'un championnat dont il deviendra un brillant ambassadeur dans une ligue plus huppée tant lui aussi va forcer Anvers à se reconstruire... sans ses titres individuels.

AWARDS 2019

MVP Paris Lee (Anvers).

Joueur Ismael Bako (Anvers).

Espoir Sigfredo Casero-Ortiz (Alost).

Coach Roel Moors (Anvers).

Arbitre 1. Renaud Geller

Meilleur « cinq offensif »

Lee (Anvers), Mobley (Charleroi), Tate (Anvers), Stevens (Brussels), Bako (Anvers).

Meilleur « cinq défensif »

Lee (Anvers), Hammonds (Charleroi), Mwema (Ostende), Fall Faye (Louvain), Bako (Anvers).