

ATHLÉTISME

BRUXELLES

“À l’Euro pour prendre CONFIANCE”

▶ La Bruxelloise Camille Muls veut briller sur 800 mètres lors de l’Euro U23.

▶ C’est au tout début du mois de juin que Camille Muls a décroché sa qualification pour les championnats d’Europe U23 qui débuteront ce jeudi 11 juillet en Suède. Une nouvelle expérience

internationale que la spécialiste du 800m aborde avec une énorme envie de bien faire. “Ce sera mon deuxième championnat international. L’année dernière c’était déjà une expérience incroyablement. J’arriverai avec plus d’ex-

périence, l’objectif sera d’atteindre les demi-finales, voir encore plus haut et pourquoi pas améliorer mon record personnel, en me rapprochant des 2’03”, confie-t-elle.

Pour mettre toutes les chances de son côté, la Bruxelloise s’est préparée au mieux au côté de son entraîneur Alain Lins. Ce dernier nous en dit plus sur l’état de forme de sa protégée. “Ces championnats d’Europe, c’est un rendez-vous important dans la saison de Camille. La préparation a été un peu plus compliquée que d’habitude car il a fallu gérer la période de blocus et puis les examens. Malgré tout, cette préparation fut de qualité avec un travail axé sur la vitesse où Camille a même battu ses records à l’entraînement. Elle devrait encore gagner en volume de course mais on sait très bien qu’elle n’aime pas enchaîner les kilomètres. On s’est donc concentré sur la qualité du travail plutôt que la quantité”, explique son entraîneur.

ces compétitions internationales sont intéressantes.”

En Suède, la Bruxelloise devra apprendre à se bagarrer si elle veut atteindre un certain niveau. “On espère tous voir Camille atteindre la finale. Pour ça, elle devra apprendre à gérer une course qui sera bien plus tactique qu’au niveau national. Camille n’aime pas ça mais elle va devoir apprendre à se bagarrer au sein d’un peloton.”

Sébastien Sterpigny



▶ Camille Muls, ici lors des Nationaux indoor, vise au moins la demi-finale, voire la finale sur 800m. © BELGA

“Elle ne se rend pas encore compte de son niveau.”

CETTE DEUXIÈME expérience internationale doit aussi permettre à celle qui porte les couleurs de l’Excelsior de grandir en tant qu’athlète. “C’est en participant à de telles compétitions qu’elle va grandir mais aussi prendre confiance en elle. Camille ne se rend pas encore compte de son niveau et elle est encore trop respectueuse envers ses adversaires. Elle n’arrive pas encore à s’affirmer en tant que favorite lorsqu’elle court en Belgique et a trop tendance à se méfier de ses adversaires. Elle est encore trop humble et c’est là que

Ferauge et Kasmi sélectionnés pour l’Euro U20

BRUXELLES Alors que les U23 sont actuellement en Suède pour participer à leur championnat d’Europe, où l’on retrouvera notamment Claire Orcel (La Forestoise) à la hauteur, Dorian Boulvin (CABW) sur 5000 et 10000 m ainsi que Florian Tshitwenu (Excelsior) avec le relais 4x100m, la sélection pour les championnats d’Europe U20 est tombée ce mardi.

L’athlète du CABW Lucie Ferauge s’alignera sur 200m et avec le relais 4x100m alors que le Bruxellois Amine Kasmi (Excelsior) fera partie du relais 4x100m hommes.

Un championnat d’Europe qui se déroulera également en Suède, à Borås, du 18 au 21 juillet.

S. St.

BASKET-BALL

BRUXELLOIS

“LE SUIVI DES SPORTIFS, ce ne sont pas des vacances!”

▶ Le Brabançon Alain Ptak, préparateur et kiné du Spirou la saison dernière, va accompagner la sélection U18 à l’Euro.

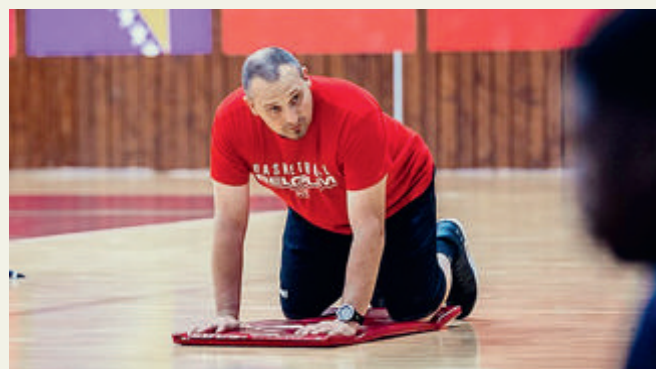
▶ En compagnie de huit Lions, les sélections belges U20 et U18 ont participé du 24 juin au 5 juillet à un stage à Belgrade. C’est la première fois dans l’histoire du basket belge que trois équipes nationales ont séjourné et se sont entraînées ensemble à l’étranger. Le Brabançon Alain Ptak, préparateur physique et kiné du Spirou cette saison (il a aussi par le passé collaboré avec Mons-Hainaut et les Castors Braine), accompagnait la sélection U18.

“Les objectifs étaient différents. Pour les Lions, il s’agissait d’une mise en place en fonction des échéances d’automne. Pour les Young Lions, l’aspect tactique était là de même que la prévention des blessures. On agit là-dessus et on a mis en place une routine au niveau de la mobilité. Enfin, on a mis au point un même échauffement pour les équipes nationales.”

APRÈS UN TOURNOI à Prague, les U18 mettront le cap sur la

Roumanie (Oradea) où ils disputeront le championnat d’Europe (Division B) fin juillet. “Quand ils entendent que je me déplace en Roumanie pour un championnat d’Europe, certains patients me souhaitent toujours de bonnes vacances mais je vous assure que ce n’est absolument pas de tout repos”, observe le physiothérapeute. “Je dois m’occuper de la kiné, des tapes, de l’échauffement, de la récupération et de la gestion de la fatigue. En Roumanie, les jeunes vont jouer 3 matchs en autant de jours. Après une journée de repos, ils enchaîneront avec deux autres rencontres.”

Heureusement pour lui, le



▶ Alain Ptak, après un tournoi à Prague, accompagnera la sélection nationale U18 au championnat d’Europe en Roumanie. © D.R.

préparateur physique ne préche pas dans le désert. “À leur âge, les U18 n’ont pas encore toutes les bases. Ils sont très réceptifs, ils écoutent. Ce sont des éponges!”

Après le CE, Alain Ptak ne reprendra pas avec le Spirou Charleroi à la rentrée. Il donnera un coup de main à la préparation de la R2 des Castors et celle de la P1 du BC Genappe.

“Ma porte est ouverte mais je n’ai jamais fait un CV de ma vie, je ne vais pas commencer maintenant. Je vais peut-être m’engager auprès d’une équipe de hockey brabançonne mais là, je supervise à Sart-Dames-Avelines la transformation d’une fermette qui deviendra en 2020 mon centre de rééducation et de préparation physique.”

Christophe Kugener