

**Édito :** Les entraînements commencent à se dérouler dans la pénombre, signe que la saison 2005-2006 est bel et bien lancée. L'engouement pour les récents championnats du monde d'athlétisme, a provoqué une augmentation du nombre de licenciés dans notre section. C'est donc avec un regain d'énergie que nos entraîneurs Laurent, Michel, Morgan, Sébastien et Carine ont entamé la saison. Cette dernière continue en effet d'entraîner les plus jeunes avec toujours autant de patience et de succès. Nous vous souhaitons une bonne lecture et ne délaissiez pas pour autant l'entraînement car comme le disait le poète Léopold Sédar Senghor : « *Rien n'est plus mélodieux que le coureur de cent mètres* » !

## Good Bye Dopage ?

Championnat du monde 2003, déception côté français : Muriel Hurtis échoue au pied du podium. Cette déception n'est toutefois qu'éphémère car elle récupérera un an plus tard la médaille de bronze après la disqualification de Kelly White pour prise de produits dopants. Le cas de l'américaine n'est pas isolé, en effet le dopage sévit encore et toujours dans le monde de l'athlétisme et du sport en général. Qu'est-ce que le dopage ? Qui atteint-il ? Quels sont ses effets ? Où en est la lutte antidopage ?



Dès l'Antiquité, les athlètes des premiers jeux « Olympiens » utilisaient des recettes pour renforcer leurs muscles et revitaliser leur sang. Depuis le dopage n'a cessé de croître. Il se cache sous le nom d'EPO, THG ou bien GHB et a pour but d'accroître les capacités physiques d'un sportif ; mais il peut également se réduire à une simple prise de médicament, pour se sentir en meilleure forme le jour des compétitions. De ce fait le dopage sévit à tous les niveaux, du statut de professionnel à celui de simple amateur. Il est de plus en constante évolution. En effet, régulièrement de nouvelles techniques voient le jour. Paradoxalement, la lutte antidopage progresse lentement. Le monde du sport est ainsi plongé dans un cercle infernal.

Cependant cette lutte n'est pas inexistante. Elle arrive tout de même à remporter des batailles importantes telle la disqualification du sprinter américain Ben Johnson aux jeux de Séoul en 1988. L'affaire Balco a elle aussi donné de l'espoir. En 2003 le laboratoire BALCO dirigé par Victor Conte est accusé de fournir à des athlètes un produit appelé la THG (Tétra-Hydro-Gestrinone). Une liste d'athlètes ayant utilisé ce produit est divulguée dans laquelle apparaissent les noms de Kelly White, Tim Montgomery, Marion Jones ou encore Dwain Chambers. De plus la récente affaire Armstrong donne du baume au cœur aux agences antidopage car il a été possible de déceler un produit dopant 5 ans après le contrôle, preuve que la recherche avance.

Mais le dopage est-il un vice ou bien serait-il un plus pour les sportifs ? Cette interrogation à vu le jour depuis les révélations du skieur américain Bode Miller. Selon lui, la prise de produits aujourd'hui interdits tel l'EPO accroîtrait la sécurité des athlètes, un corps plus « musclé » permettant d'éviter certains accidents. Cette déclaration, très contestée par ses pairs et par tout le milieu du sport, laisse planer le doute quant aux prises de produits interdits par les athlètes américains. Il faut avant tout mettre en garde les sportifs contre les effets destructeurs du dopage - dépression, suicide, dépendance, alcoolisme, drogue, agressivité, isolement, blessures récurrentes, mort subite... - qui ne sont plus à démontrer.

Le dopage sévit donc dans tous les sports et de façon importante, particulièrement dans l'athlétisme. Malgré l'avancée de la lutte antidopage, et les risques encourus, les athlètes sont toujours tentés d'améliorer leur performance grâce à des produits dopants. Seuls un entraînement régulier et sérieux, une alimentation saine, un bon rythme de vie et de la motivation pour son sport donnent des résultats correspondants à ses capacités, l'objectif de la pratique devant rester un plaisir et non pas une contrainte.

## Interview ► Carine MARIN

Depuis un certain nombre d'années déjà, Carine MARIN (eh oui, c'est une véritable histoire de famille !) assure l'entraînement des petites catégories : de super-poussins à poussins. Elle reçoit l'aide de Sébastien (animateur de l'ASF) et de quelques parents volontaires pour faire partager sa passion aux plus jeunes d'entre nous, chaque mercredi matin. D'année en année, notre section voit son nombre d'adhérent augmenter et ce phénomène est d'autant plus perceptible dans le groupe des petits. Alors quel est le secret d'un tel succès ? Relance a décidé d'enquêter auprès de Carine...

### Depuis combien de temps entraînes-tu ?

« J'entraîne l'école d'Athlétisme de Fondettes depuis 8 ans; j'ai obtenu le diplôme d'animatrice de club en 1997. Pourquoi cette catégorie ? Sûrement par déformation professionnelle (NDLR : elle est enseignante) j'adore les enfants, surtout les plus jeunes ! »

### Pourquoi entraîneur ?

« Je suis devenue entraîneur par passion pour l'athlé, avec le désir de communiquer cette passion sous forme de jeux aux jeunes athlètes. Nous pratiquons notre sport sous forme ludique. Résultat : les enfants s'éclatent et moi aussi ! »

### Ton secret auprès des jeunes ?

« Je n'en ai pas ; peut être ma patience, ma passion pour l'athlé, mais surtout l'amour que je porte aux enfants ! Et ils me le rendent bien ! »

### Tu fais partie d'une famille d'entraîneurs...

« Ca du bon... grâce à Michel j'ai rencontré le fils, Laurent (on connaît la suite !) ...et du moins bon : on parle beaucoup trop « athlé » à la maison ! »

### Tes performances ?

« Je pratique l'athlé à Fondettes depuis 20 ans cette année. Je suis en terme d'années de licence, la plus ancienne du club !

J'ai donc commencé en minime avec, dès le début, une préférence pour le cross. En cadette, Michel (alias Michel MARIN) est devenu mon entraîneur et mes résultats se sont améliorés. J'ai malheureusement manqué la qualification pour les championnats de France de cross les 2 années de cadette (la 1<sup>ère</sup> année de 2 places et la 2<sup>ème</sup> année d'1 seule, dur dur !) toujours en individuelle car j'étais la seule cadette du club à faire du cross. J'ai ensuite participé aux différents championnats de cross en prenant toujours autant de plaisir. Mon meilleur souvenir restera le titre de championne de France universitaire de cross country par équipe.

Quant à mes performances sur piste elles sont moindres. J'ai réalisé quelques bons chronos en junior sur 800 et 1500 m. J'ai peut être encore quelques records du club, mais je ne me souviens plus des temps.

Encore aujourd'hui je participe aux cross et aux Interclubs l'été (800 m et marteau !). La compétition me colle à la peau ! »

En résumé, pas de recette magique ! C'est un amour des enfants et une véritable passion pour ce sport qui donnent à Carine le dynamisme et l'enthousiasme la caractérisant. Chapeau bas à l'équipe d'entraîneurs du mercredi matin... Nous ne pouvons que vous souhaiter une bonne continuation !

