

NEUF-BRISACH CSL Athlétisme: d'une saison à l'autre

L'année 2020 laissera un goût amer aux membres du CSL Athlétisme de Neuf-Brisach. Entre confinement et annulation de toutes les compétitions, les athlètes auront passé une année blanche. Mais le club met tout en œuvre pour préparer la nouvelle saison dans des conditions optimales. Par Jean-François PARIAT



Les bénévoles du CSL Athlétisme de Neuf-Brisach lors des festivités du 13 juillet 2019. Les festivités des 1er Mai et 13 juillet derniers n'ont pu avoir lieu. Archives DNA /Jean-François PARIAT

Après la préparation hivernale intensive, la saison 2019-2020 s'annonçait prometteuse. La première compétition de marche nordique à Aix-en-Provence laissait entrevoir de belles perspectives. La première place de Philippe Weber, vice-champion de France et vainqueur du Marche Nordique Tour 2019, la cinquième place par équipe, et la convivialité des athlètes ont fait du CSL Neuf-Brisach - qui court sous les couleurs du PCA Colmar -, un club respecté de tous.

« Attendre les jours meilleurs »

L'annulation des compétitions et le confinement ont mis à mal toutes les prévisions. Tous n'ont pas vécu cette période de la même façon.

Philippe : « Plus difficile que la pire des courses, ne pas pouvoir ni marcher ni courir est un vrai calvaire, mais il faut faire avec, patienter et attendre des jours meilleurs. »

Anne Marie : « Faire preuve de civisme, respecter les règles, voilà qui est par essence une base sportive. Maison, jardin, garder un rythme d'entraînement pour ne pas se laisser aller dans le canapé. Hop, le tour de la maison en courant tous les deux jours, quitte à tourner en rond cinq/six kilomètres, être dans l'action. Puis tourner en rectangle ? Oui, le tour du quartier une heure, un kilomètre et quelques "bonjour" de voisins en passant. »

« L'essentiel était ailleurs »

Suzel : « Le plus difficile dans ce confinement a été l'absence de lien social avec le club, ainsi que la difficulté de tenir la règle d'une heure de footing dans un périmètre d'un kilomètre à la ronde. Dans une telle période, l'absence de compétitions ne m'a pas manqué, tout simplement parce que l'essentiel était ailleurs. Le confinement a permis de faire plus de séances de renforcement musculaire à la maison, et ça c'est sympa ! Moins courir pour mieux courir. »

« On s'est adapté à la situation »

Jean-Philippe : « Pour moi, le confinement est vite arrivé, après la saison de cross et l'entraînement spécifique semi-marathon. Après on s'est adapté à la situation : footing d'une heure avec autorisation en poche, exercices de gainage et de renforcement musculaire à la maison, un peu de vélo sur home-trainer avec beaucoup de frustration vu la météo à cette période. Mais tout ça nous a permis de redécouvrir les chemins des alentours, de ne pas prendre la voiture pour aller s'entraîner, d'organiser nos journées d'une nouvelle façon. »

Guillaume : « Un gros lumbago m'avais mis KO un mois avant le confinement, et j'ai profité de cette période atypique pour faire une grosse coupure de course à pied. Après trois mois sans courir, la reprise n'a pas été évidente mais j'y suis allé en douceur, en combinant vélo et CAP, et surtout en espérant que mon dos tienne le coup. »

Cependant, à l'image de son président général, Clément Schertzinger, le CSL pense à l'avenir et présentera ses activités pour la saison 2020-2021 ce samedi 19 septembre.

Portes ouvertes le 19 septembre

Le CSL Athlétisme de Neuf-Brisach ouvrira ses portes au public samedi 19 septembre de 10 h à 12 h pour présenter ses activités : éveil pour les plus jeunes, loisir running, entraînement et compétition course, marche athlétique, marche nordique, préparation physique générale, activité forme loisir santé jeunes et adultes. Avec des démonstrations, des jeux pour les plus jeunes, des marches, des courses, cette journée découverte s'inscrit dans le cadre de la journée nationale de la marche nordique et du run2k challenge (journée nationale des clubs running de la Fédération française d'athlétisme). Le matériel sera mis à disposition.

Y ALLER Samedi 19 Septembre, de 10 h à 12 h, sur la place d'Armes, à Neuf-Brisach.