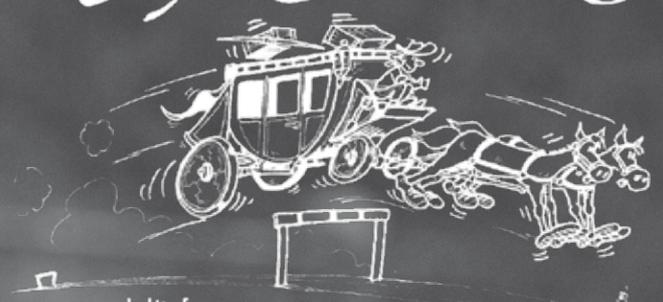


Dyligences



Trimestriel d'information du CS Dyle



Sommaire

Reportages



4-6

8-9

Intercerdes

13

Le
Challenge
de l'école



12

20 km de
Bruxelles
& Jogging
de LLN



14

Sauts
nordiques



Athlètes sous la loupe



16

Yewbdar Denys
et Maxime Missa

Le coin du médecin

15

L'examen de
non contre-
indication
au sport



Les grands moments de l'athlétisme

10



Espace culturel

18



40 ans, l'âge de la maturité?



Vincent Spletinckx

C'est ce que l'on a coutume de dire et c'est d'autant plus d'à-propos que notre club d'athlétisme fête, précisément cette année, ses quatre décennies d'existence. Comme vous pouvez le constater dans ce magazine (cf. p. 7), une grande journée de célébrations est par ailleurs prévue à la fin du mois de septembre afin de marquer cet événement exceptionnel.

Aujourd'hui, et ce depuis deux saisons, nos équipes masculines et féminines d'interclubs toutes catégories défendent de concert nos couleurs en division élite. Certes, nos dames avaient déjà goûté à ce privilège en solitaire au début des années 2000, mais que de chemin parcouru depuis la première participation d'une équipe masculine toutes catégories en division 1 régionale. C'était en 1984 et il n'y avait alors, pour les épauler, que de petites équipes clairsemées de cadets, scolaires et masters.

Le temps a passé et c'est vraisemblablement en grande partie sous l'impulsion de l'école d'athlétisme, initiée en janvier 1989, que les effectifs se sont sensiblement étoffés d'athlètes talentueux et motivés. Naturellement, au fil des ans, nous avons connu des hauts et des bas, mais force est de reconnaître que la densité de notre réservoir d'athlètes nous permet aujourd'hui une plus grande constance. C'est ce que semble démontrer une prestation 2012 de nos équipes que nous vous invitons à (re)vivre dans les pages suivantes.

En effet, malgré le nombre élevé de blessures et désistements qui n'ont pu que significativement les affaiblir, nos diverses formations sont parvenues à se maintenir dans la plupart des catégories. Que ce soit aisément ou davantage sur le fil du rasoir, chacun aura apporté sa pierre à l'édifice à force de courage, de motivation et surtout de bonne humeur.

Notre cercle en est-il pour autant au stade de son plein développement et donc de la maturité ? Nous avons encore quelques petits dysfonctionnements de jeunesse à corriger, quelques (encore plus) belles pages sportives à écrire et quelques bons et grands moments à passer ensemble. Aussi prendrions-nous presque plaisir à conclure à une quête de maturité encore inachevée. Ne fut-ce que pour chercher sans relâche à nous améliorer d'année en année.

Bonnes vacances à tous !



www.dyligences.be

mail@dyligences.be

Rédaction

Rédacteur en chef : Vincent Spletinckx

Rédacteurs : Patricia Burnotte, Gilles Emond, Michel Fontaine, Christophe Lejeune, Philippe Poulain, Vincent Spletinckx, Cédric Tercelin, Nicolas Van Ruychevelt.

Correctrice : Béatrice Carlier

Mise en page

Layout : Patricia Burnotte

Illustration : Bat

Internet

Web Designer & Web Editor : Vincent Spletinckx



Tous les points comptent

Samedi 12 mai 2012 : première étape de week-end Intercercles. Rejoindre le plateau de Herve permet d'échanger pas mal de réflexions vu l'éloignement et c'est ainsi que notre président m'apprenait que le samedi est traditionnellement réservé aux dames pour cause de fête des mères.



par Gilles Emond

Aucune pluie ne viendrait s'abattre sur la piste, magnifiquement rénovée, mais dépourvue du moindre auvent ! La température laissait toutefois encore à désirer. L'organisation du jour devait de plus relever un fameux défi car c'étaient deux divisions complètes qui se retrouvaient sur le même stade : un doublement des participantes et donc du travail qui contribuait néanmoins à une ambiance passionnée.

Le programme des courses débutait avec les haies et un fort vent défavorable. Véronique Trussart remportait sa série (15"76) mais était 3^e du classement à 4/100^e de la 2^e place. Alicia Chevalier, devenue spécialiste cet hiver, finissait en 17"96. Le 800 m qui suivait était couru en deux séries, ce qui oblige les participantes à ne pas courir tactique mais à assurer un train solide. C'est pourquoi la jeune scolaire de l'USBW prenait les choses en main dès le premier tour bouclé en 71 secondes alors que Céline Mahée se plaçait correctement (5^e) dans un temps très correct (2'26"15) en se gardant d'épuiser toutes les ressources dont elle aurait besoin pour le 1.500 m qui suivrait. Dans la seconde série, notre cadette Marie Stavart finissait 7^e en 2'35"73, retrouvant le temps réalisé en 2011, malgré une saison hivernale perturbée par une blessure. Sur 100 m, le vent était toujours défavorable, ce qui ne favorisait pas les performances. Alexiane Patris réalisait 13"72 alors que Florence Gathon était deuxième de sa série, ne rendant qu'1/100^e à la première. Amélie Cloquet, placée au couloir 2 de la première série du 400 m, allait, une fois encore, montrer sa rage de vaincre. Avec 62"8 elle est 4^e de sa série. Emeline Nysten affichait son retour aux affaires après ses problèmes à répétitions aux chevilles et signait un beau 64"8 dans la 3^e série.

Côté concours, les choses avançaient également et nous n'étions pas toujours favorisés par le sort. Emma Pharaoh, un retour dont tous se félicitent, menait jusqu'au dernier essai le concours avec 1 cm d'avance (34 m 62), mais se faisait passer par la concurrente de HF sur son dernier jet. Dommage, mais bravo tout de même. Louise Deldicque, fidèle au poste, franchissait les 20 m avec 20 m 46. A la hauteur, nos deux cadettes première

année, Estelle Nysten et Fanny Savary, franchissaient 1 m 35, probablement perturbées par le déroulement particulier des concours d'intercercles : la première barre demandée était à 1 m 10 et il fallait l'assurer, mais la barre suivante était directement à 1 m 30. C'est un règlement qu'il convient toujours de rappeler aux athlètes ... et parfois aux juges ! Au poids, Alexia Beudelot, toujours empêchée de courir et de sauter, lançait à 8 m 21 suivie de près par Emeline Nysten, 8 m 17. Contrat rempli avec une 11^e et 12^e places. La longueur était perturbée par un vent (très) favorable. Tiphaine Carlier hésitait dans ses marques et sautait 4 m 37, 13^e et même performance que la 12^e ! Alicia Chevalier atterrissait à 5 m 08 (vent +1,9 m/s), 4^e à 4 cm de la 3^e qui avait bénéficié d'un vent de +2,4 m/s et dont le deuxième essai était à 5 m 03 (vent 1,8 m/s) : un classement d'intercercles c'est aussi parfois un peu de chance !

A ce stade de la journée, les classements intermédiaires n'étaient guère encourageants. A sept épreuves de la fin, nous étions pointés à la 7^e place, synonyme de basculement vers la division inférieure... mais à seulement 5 points de la 4^e place. Rarement match intercercles avait été aussi disputé. Heureusement, nous pouvions encore compter sur quelques épreuves fortes. En 1.500 m, dans une course très tactique, Céline Mahée tirait son épingle du jeu, 5^e en 5'12"12 alors que Morgane Demey, la plus jeune du peloton, finissait en 5'38"94 (14^e). Le 200 m était fort attendu. Véronique Trussart ne pouvait remonter la brainoise Laetitia Libert, mais finissait avec un 2^e temps fort impressionnant (25"65), alors que Florence Gathon gagnait sa série et prenait le 6^e temps toutes séries confondues. Le 3.000 m était de toute beauté pour nous. Très rapidement, un trio s'isolait en tête avec Nathalie Loubelle de BBS, master et pourtant la meilleure fondeuse francophone, suivie par Yewbdar Denys et Louise Deldicque. Yewbdar s'accrochait jusqu'au 2.000 m puis devait lâcher prise pour terminer 2^e dans le superbe temps de 10'43"09 suivie par Louise en 10'45"53. Restait le disque ou Emma Pharaoh (23 m 52) et Alexia Beudelot (19 m 15) remplissaient leur contrat.

Avant les relais, nous étions remontés à la 5^e place. Comme la piste de Herve ne compte que 6 couloirs, les relais étaient donc courus en deux séries de 4, ce qui nous reléguait dans la série avec les équipes les moins fortes. Qu'importe, nos filles allaient se surpasser



Maintien de rang

Braine-l'Alleud, 13 mai 2012. Alors que nous arrivons sur le stade Gaston Reiff en compagnie des équipes de notre division élites et aussi de celles de la division 3, les derniers questionnements s'évanouissent pour le sélectionneur : les dernières semaines ont été trop riches en blessures de dernière minute et il a fallu faire preuve d'imagination jusqu'au dernier moment !



par Gilles Emond

L'équipe est toutefois là, complète et pleine de qualités et d'ambitions, à l'image de notre club quarantenaire. Le soleil aussi est, raisonnablement, de la partie, ce qui nous laisse espérer une belle compétition.

Le programme débute avec le 400 m haies. Guillaume Denoël, placé au 8^e couloir, y confirme le bon résultat obtenu une semaine avant sur le tour de piste avec un 57"25 remarquable et remarqué. François-Xavier Bolle, pour son premier intercircles sous nos couleurs, prend également un beau départ, mais chute à la sixième haie. Conscient de l'enjeu, il se relève de suite et termine la course en 62"50, prenant encore la 4^e place de sa série sous les applaudissements du public. Le 800 m qui suit se court en deux séries, ce qui permet de courir tactique... mais pas trop ! Vincent D'Harveng, revenu juste à temps de blessure, excelle à ce jeu et prend la 2^e place en 1'57"36. On l'attend avec impatience à son meilleur niveau. Olivier Piraux, sélectionné de dernière minute, remplit plus que son contrat en améliorant son record de 2'08"33 et ce sans préparation spécifique. Le 400 m, épreuve où nous sommes traditionnellement bien représentés depuis quelques années, était fort relevé. Tawfik Matine l'emporte en 50"04 devant l'athlète de Dour de 4/100^e seulement : une première victoire qui fait du bien ! Tom Richard est encore scolaire et a découvert sa vocation lors des intercircles de sa catégorie : il confirme ici en améliorant encore son temps en 53"54, ce qui lui permet de finir 4^e de la deuxième série. Le 100 m était l'occasion d'un duel à distance entre nos deux athlètes. En série 1, Benjamin Matteredne finit 2^e en 11"23. Jérôme van Ruychevelt gagne la seconde série en 11"24 ! Cette année, la lutte pour la meilleure performance du club sur 100 m sera chaude et ce pour le plus grand plaisir des protagonistes et de leurs supporters.

Un point sur les concours s'impose à ce stade de l'après-midi. A priori, le concours de perche était particulièrement risqué pour nous. Le règlement impose, en effet, de placer la première barre à la hauteur demandée la plus basse puis de monter directement

à 3 m 00. Difficile pour Mathieu Delandmeter, obligé de sauter à 1 m 70 et de passer directement à 3 m 00 ce qui, à ce moment, est son record personnel. Il franchit néanmoins la barre au premier essai et réussit même 3 m 20. Souffrant de mal de dos à répétition, Loïc Joannes, était tout aussi incertain. Il retrouve heureusement ses sensations et franchit au final 3 m 30 (5^e). Au javelot, Frédéric Van Hollebeke, vétéran fidèle au poste, propulse son engin à 47 m 31 (6^e) alors que Jean-Guillaume Lahaye, avec 38 m 98, remplit son contrat en finissant avec le groupe des lanceurs proches de 40 m. La longueur était perturbée par un vent tourbillonnant allant de +1,1 m/s à -3,3 m/s. Nous avions le plaisir de fêter le retour en compétition de Simon Leduc qui finit 4^e avec un bond à 6 m 55. On a déjà vu des retours plus pénibles ! Thibault Sandron, avec 5 m 74, assure la 9^e place. Au poids, Frédéric Van Hollebeke fait 12 m 35 (4^e) alors que notre décathlonien Simon Berteau, faisant preuve de sa grande disponibilité, effectue un remplacement "au bras levé" et lance un très beau 10 m 61. La hauteur allait être relativement stressante : Thomas Verheyden, encore insuffisamment expérimenté, franchit 1 m 70 alors que Thomas Bock, blessé à l'épaule mais avec de bonnes jambes, franchit 1 m 80. L'un et l'autre iront plus haut cette année. Le triple saut voyait Simon Nyssen atterrir à 11 m 57, dans un concours toujours perturbé par le vent. Valère Nysten, lui aussi "volontaire" de la dernière semaine, franchit, pour son premier concours, 10 m 59 : la naissance d'une vocation ? Le disque était également l'occasion d'un retour après une longue absence. Sébastien Hedges nous donnait quelques frayeurs mais finissait par assurer la validité de ses lancers en propulsant l'engin de 21 m à 35 m 23 (3^e). Simon Berteau, toujours aussi polyvalent, n'est pas loin avec 33 m 24.

Entre temps, les coureurs n'avaient pas chômé. Sur 1.500 m Vincent Delmez avait annoncé la couleur : pas encore à son bon niveau, il allait courir très tactique c'est-à-dire tout miser sur le sprint ... et rarement on ne vit un 1.500 m partir aussi lentement ! L'idéal pour Vincent dont la pointe de vitesse finale lui permettait d'accrocher la 3^e place en 4'31"84. Mathieu Delespesse, cadet nouveau venu sur le tartan était évidemment un peu perturbé par ces changements de tempo. En finis-

6

4 dans ce grand classique. Notre 4 x 100, placé au 4^e couloir, remportait sa série et prenait le 2^e temps global en 51"58 en réalisant des passages de toute beauté (Alexiane, Tiphaine, Amélie et Florence). Le 4 x 400 faisait de même au prix d'un dépassement de soi exemplaire en gagnant sa série en 4'13"99 à 70/100^e des premiers. Amélie partait en tête, Emeline résistait mais ne pouvait empêcher le retour de l'USTA, Tiphaine résistait également et Véronique, dernière relayeuse, prenait un départ hallucinant pour venir reprendre la tête. Ceci nous permettait de repasser Bertrix sur le fil et de finir 4^e, à 5 petits points du podium dont la troisième place était prise par nos voisins de USBW. Il ne pouvait y avoir de meilleure illustration du dicton qui dit qu'en intercerclers tous les points comptent.

Au final c'est donc la satisfaction qui prévalait. En dépit des quelques absences clés pour cause de blessure et de la jeunesse d'une partie de l'équipe, c'est une 4^e place de la division élites bien plus assurée qu'en 2011 que nous emportions, à 5 points du 3^e (USBW) et 11 points du deuxième (une victoire c'est 17 points !). Comme aucun club francophone n'est descendu de division nationale, nous ne pouvons qu'être optimistes et ambitieux pour les prochaines années : Mesdames, Mesdemoiselles, à vous de jouer !

5 sant 12^e en 4'47"62, il montrait toutefois toute l'étendue de ses moyens. Dans l'intermède, les haies hautes avaient été placées. Maxime Missa, encore junior et légèrement blessé au pied, maîtrisait les haies des 1 m 06 et finissait 5^e dans une série très relevée en 15"78. François Xavier Bolle, remis de ses émotions sur les haies basses, emporte la seconde série en 17"07. Le 3.000 m était une autre paire de manches : lancé et gagné en moins de 9 minutes, obligeant tous les coureurs à suivre un train soutenu. Basile Richard s'en sort correctement en 9'39"00 (8^e), tout comme notre scolaire Tanguy Fontaine en 9'45"18 (12^e). Le 5.000 m, deuxième course de fond, était également emmené sur un train rapide que Martin Delguste, de retour de blessure, ne pouvait soutenir jusqu'au bout : 16'09"76 pour Martin et 17'42"69 pour Michael Sneessens, embarqué dans cette course très dure pour lui. Un peu avant, le 200 m nous avait apporté une très belle satisfaction. Benjamin Matteredne, placé au couloir 1, finissait 2^e de sa série en 22"75 alors que Thibault Sandron, au couloir 4, emportait la seconde en 22"64.

Classés deuxième avant les relais, nous ne pouvions plus gagner le match mais Dour était en embuscade pour nous reprendre la médaille d'argent. Il allait donc falloir s'appliquer. Le 4 x 100 m était d'ailleurs fort juste : Tawfik, bien parti comme à son habitude, cherchait un peu Simon lors du premier passage alors que Thibault devait quasi s'arrêter lors du deuxième. Heureusement nous finissions en force avec Jérôme, troisième temps au final, mais derrière Dour ! Le 4 x 400 m s'enchaînait directement, ce qui constituait un effort terrible pour Tawfik qui venait de courir. Il passait donc le témoin avec un peu de retard à Vincent qui, en coureur de 800 m aguerri, revenait énergiquement sur l'homme de tête. Maxime, pourtant sans référence sur 400 m plat, le passait directement et tenait admirablement la distance. Benjamin parachevait en beauté et franchissait la ligne en vainqueur de la dernière épreuve de la journée (3'27"68.).

Au classement final, comme en 2011, nous nous inscrivions deuxième de cette division élite francophone. Un très beau résultat, représentatif des progrès du club qui, même privé de plusieurs bons éléments, a su tenir son rang. Les ambitions pour l'année prochaine seront à nouveau réelles, mais place maintenant aux performances individuelles dans les nombreux meetings où nous espérons revoir tous ces athlètes.

Les rescapés du déluge

Les années se suivent mais ne se ressemblent pas. Autant les conditions climatiques s'étaient montrées favorables et agréables l'an dernier à Forest, autant la cuvée 2012 de ces intercerclers masters a été caractérisée par un déluge indigne d'un premier mois estival : pluie, bruine, vent et températures trop fraîches pour la saison.



Vincent Spletinckx

Ainsi, à de rares exceptions près, les performances enregistrées à l'altitude de Verviers ont clairement pâti des éléments dantesques.

Bien plus, tandis que nous avons pris, depuis quelques années, le pli d'aligner trois équipes complètes (deux chez les hommes et une chez les dames), nous nous sommes, cette fois, présentés particulièrement clairsemés et déforçés. Privés, pour des raisons diverses, de quelques-uns de nos ténors, nous avons, en ce domaine, fait pâle figure en comparaison de Noé qui, confronté à un déluge d'une autre envergure, avait néanmoins réussi à regrouper tout à la fois sa famille et des représentants de toutes les espèces animales.

Notre équipe féminine était même réduite à sa plus simple expression. Esseulée, mais combien courageuse et méritante, Pascale Stas a néanmoins tenu à défendre nos couleurs en s'alignant sur 3.000 m et au poids. Du côté masculin, l'équipe B était également maigrichonne et, de ce fait, incapable d'aligner des athlètes sur 1.500 m, 3.000 m, à la hauteur et au disque. Et pourtant, même s'ils n'ont pu, dans ces conditions, éviter la dernière place en division 4, José Kumps (100 m-200 m-relais), Yves Demey (400 m-poids-relais), Philippe Jamart (javelot-longueur-relais) et Bruno Antoine (800 m et relais) se sont donnés sans compter.

Et que dire de notre équipe A qui, bien loin de présenter sa formation optimale, a cependant fait preuve d'une grande opiniâtreté. Prenant l'aspiration des victoires engrangées par Vincent Spletinckx (400 m) et Gilles Emond (800 m), Olivier De Grève (100 m-200 m), Yvon Henin (javelot et disque), Pierrot Maggolini (poids), Bernard Nysten (longueur) et Yves Savary (3.000 m) se sont transcendés pour décrocher de belles places d'honneur. Même Marc Rombaux, davantage habitué aux exercices de (très) longue haleine, s'est surpris à boucler un 1.500 m en 5'15". Enfin, ces valeureux naufragés ont terminé en apothéose par une belle victoire dans le relais suédois (400 m-300 m-200 m-100 m) construite successivement par Vincent, Olivier, Gilles et Bernard. Nos représentants décrochaient ainsi une troisième place aussi brillante qu'inespérée à seulement quatre points des deux premières équipes de division 2 ex-aequo.

Espérons que les conditions (climatiques et autres) nous permettront d'aligner à nouveau l'ensemble de nos forces dès l'année prochaine.



Fête des 40 ans

22 septembre 2012

Place Communale à Céroux Mousty

Programme

9h30 - Entraînement festif école et club

12h - Transfert des athlètes
et possibilité d'un sandwich à prix démocratique

14h à 16h - Rallye familial

17h à 18h30 - Animations des athlètes

19h30 - Apéro et Souper sous forme de buffet
Barbecue et buffet de pâtes

Soirée Dansante

Réservation sur le site internet ou sur le document remis aux athlètes à l'entraînement.

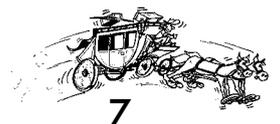
En bref... En br

6 m 60 au saut à la perche !

C'est la performance exceptionnelle réalisée lors d'un concours non moins exceptionnel organisé sur la Grand-Place de Mouscron ce samedi 2 juin. Certes, Marie Joannes et Mathieu Delandmeter ont dû s'y mettre à deux pour atteindre de tels sommets, mais l'un et l'autre ont toutefois amélioré leurs records personnels respectifs (3 m 10 et 3 m 50) sur ce sautoir particulier érigé face à l'hôtel de ville néo-gothique.



ef... En bref... En bref...



La chaleur dans les cœurs

Il paraît que nous étions déjà en ce joli mois que célèbrent les poètes mais le 5 mai dernier c'est un thermomètre bloqué à maximum 8°C que les cadets-scolaires ont dû affronter à l'occasion des intercircles qui leur étaient réservés.



par Gilles Emond

Qu'importe, la chaleur était dans les cœurs et le courage ne manquait pas à nos vaillants dylois : l'équipe se présentait au complet, malgré quelques absences pour cause de blessures qui nous forçaient à revoir nos ambitions légèrement à la baisse.

Comme de tradition, c'étaient les haies basses qui ouvraient les débats sur le stade de Nivelles : avec Simon Namurois (scol) (66"63 - 4^e) et Lorella Barzotto (scol) (77"90 - 4^e) qui bouclaient leur tour de piste sans problème (mais pas sans effort, bien entendu !), alors que Cédric Samoi (cad), nouveau venu sur les pistes, faisait un faux-départ fatal. Shannon Heenan (cad) chutait lourdement après sa dernière haie mais, courageusement, se relevait pour rejoindre la ligne et conserver une 3^e place (53"44). Dommage, car elle avait presté une très belle course face à une concurrence relevée. De plus, tombée sur ses genoux, elle allait devoir renoncer à la longueur et aux relais sur lesquels elle était également retenue.

Le 100 m allait progressivement nous reconforter : Marie Joannes (cad) 3^e en 13"68 et Alexiane Patris (scol) 5^e en 13"50 amélioraient toutes deux leur record personnel malgré un vent légèrement défavorable. Jérémy Savary (cad) s'était fait une entorse du genou la semaine précédente. Sur base d'un avis médical favorable, il courait cependant mais ne pouvait donner le meilleur de lui-même (12"54 - 4^e). Thibaut Sandron (scol) était par contre souverain : le chef de file des sprinters francophones scolaires nous assurait la première victoire de la journée (11"36).

Le 400 m qui suivait relevait, pour les garçons, de l'expérimentation mais ils s'en sortaient fort bien : avec Adrien Delsoir (cad) venu du demi-fond (61"14 (4^e) et Tom Richard (scol) venu du 100-200 m qui connaissait la révélation en 54"24 (3^e). Elodie De Busscher (scol) améliorait son record personnel, établi une semaine plus tôt, en 1'10"26 (5^e) alors que Géraldine Coulon (cad) apportait la deuxième victoire de la journée. Partie au dernier couloir, elle réalisait une course bien équilibrée et signait un 61"32 époustoufflant que ne renieraient pas de nombreuses seniores.

Les concours du matin livraient, au même moment, leurs derniers résultats : Jules Decamps (cad) franchissait 2 m 70 (3^e) à la perche, bien qu'il ait dû tenter cette barre en gros décalage avec les autres compétiteurs suite

à une erreur de l'officiel. Mathieu Delandmeter (scol) effaçait quant à lui 2 m 90 (3^e). Les filles se mesuraient à la barre de la hauteur : Sophie Delguste (scol), qui avait accepté courageusement de relever le défi, franchissait 1 m 35 et obtenait une très honorable 4^e place. Estelle Nysten faisait de même, un peu déçue toutefois de ne pas réitérer son superbe record établi la semaine précédente mais, il faut le dire, avec 10 °C de plus au thermomètre. Le sable de la longueur voyait atterrir notre Zoé Brahy, la cheville soutenue par un tape, à 4 m 66 (5^e) alors que Romain Vanderheyden (cad) bondissait à 4 m 89 (4^e) bien qu'il n'ait été désigné qu'une semaine auparavant suite à la blessure de Jérémy. Romain allait également réaliser un très beau triple saut avec 10 m 31 (3^e).

Nous connaissions des fortunes diverses avec les lancers. Alexia Beaudelot, empêchée de sauter ou de courir, propulsait le poids de 4 kg à 9 m 24 et Fanny Savary (cad) celui de 3 kg à 8 m 36 : toutes les deux 4^e. Il faut bien l'avouer parfois, il faut surtout remercier certain(e)s de s'être dévoués pour apporter le point qui complètera peut-être au final. Valentine Uytterhoeven (scol), initiée, remplissait à ce titre son contrat avec 12 m 00 au javelot. Elle avait été formée au dernier moment aux mystères de cet engin par Thomas Foret (scol) qui frôlait, lui, une distance symbolique avec 39 m 40 (3^e). Avec 27 m 36 (4^e) au marteau, il complétait la matinée.

La pause de midi était de courte durée car, dès 13 h, sur le terrain annexe, reprenait le marteau : Valentin De Busschere (cad) survolait le concours avec un jet à 37 m 70 (1^{er}), loupant de peu les 40 m à son dernier essai et le gain d'un pari fait avec son entraîneur. Ce n'est que partie remise ! Lorella Barzotto s'appliquait elle au triple et franchissait la barre des 9 m de 1 cm en prenant de plus plaisir à cette nouvelle épreuve pour elle (6^e).

Les courses de l'après-midi débutaient avec les haies hautes. Après une saison indoor en fanfare, nous espérions beaucoup de ces épreuves. Malheureusement les blessures ne nous aidaient pas : Odile Joblin était absente et Zoé Brahy se présentait affaiblie avec une cheville "tapée" (16"76 - 3^e). Florine Coquet (cad) réalisait un 15"62 assez joli. Chez les garçons, Maxime Ryckewaert (cad) s'en sortait mais sans avoir pu déployer sa longue foulée (19"94 - 5^e). Nul doute que cette belle foulée trouvera pleinement à s'exprimer cet été. Simon Namurois (scol) était confronté à sa première course scolaire, soit une distance allongée de 10 m avec 19"44 il finit 5^e.

Venait ensuite le temps pour le demi-fond d'entrer en piste. Contrairement aux attentes, les courses de 800 m se sont révélées



peu tactiques. Mathieu Delespesse (cad), pour sa première compétition sur piste, faisait face à une course fort rapide. Balloté dans le peloton, il finissait en 2'14"38 (6^e). Le 800 m scolaires hommes allait être dramatique pour nous. Sébastien Lemaire (scol) prenait la tête très vigoureusement pour passer sous la minute au passage du 400m ! Après 600 m, il semblait faiblir, assailli par l'acide lactique mais tenait bon tout de même. Toutefois, à 10 m de la ligne, toujours en tête, il tombait violemment, se relevait et finissait la course (2'13"50) en conservant une 4^e place. Hélas, les dégâts étaient importants et c'est en ambulance qu'il quittait le stade, clavicule cassée. Mais, comme on dit, "the show must go on", et c'était aux filles de se présenter. Morgane Demey (cad) s'accrochait aussi dans une course lancée très rapidement : avec 2'38"83, elle tirait son épingle du jeu (5^e). Yewbdar Denys (scol) tentait, sans vraiment y parvenir, de calmer le jeu car elle avait déjà en tête son futur 3.000 m. Intelligemment, elle se plaçait au mieux de ses possibilités sans dépenser trop d'énergie en 2'30"89 (5^e).

C'est le 200 m qui s'apprêtait ensuite. Chez les filles, Marie Stavart s'en acquittait avec les honneurs (28"94 - 5^e), tout comme Alexiane Patris (scol) qui, avec 28"12, était 4^e. Quentin Parent (cad) réussissait lui à finir dans le même centième (26"75) que le concurrent du CSF : ils se classaient 3^e ex aequo. Thibaut Sandron (scol) était le seul scolaire à descendre sous les 23 secondes (22"89) et remportait avec maîtrise les 13 points promis aux vainqueurs.

Les 1.500 m qui suivaient allaient également se courir à des trains soutenus, sans réelle course d'attente. Une gageure pour nos représentants pas encore très aguerris à cet exercice sur la piste : Maxime Delvoie (cad) en 4'51"04 (4^e), Kevin Danthine (scol) en 4'47"20 (5^e) au terme d'un beau sprint final, Elise Antoine (cad) en 5'28"21 (5^e) ou Lisa Van den Bulcke (scol), volontaire de la dernière minute, en 6'00"00 (6^e) : autant de promesses de progrès dans les prochains mois.

Changement d'approche avec les 3.000 m qui, chez les filles comme chez les garçons, démarraient presque en marchant ! Evidemment, à ce petit jeu, tout le monde ne peut gagner et les accélérations qui suivaient étaient assez vives. Tanguy Fontaine (scol) en 10'21"18 (4^e) et Yewbdar Denys (scol) en 10'56"58 (3^e) relevaient ce défi. Comme de tradition, la dernière course individuelle du match était le toujours très attendu 2.000 steeple. Basile Delaunoy (scol) s'en tirait fort bien jusqu'à une chute dans la rivière qui le mettait dans le rouge : avec 7'30"45, (7^e) il n'en réalisait pas moins une performance très correcte. Lui aussi dispose aussi d'une belle marge de progression pour cet été.

Côté concours, l'après-midi avait été bien remplie. Dès la reprise, Jules Descamps (cad) franchissait 1 m 50 à la hauteur (5^e avec la même barre que le 3^e), une belle prestation alors qu'il n'y était pas entraîné spécifiquement. Pierre Van Parijs (scol), un peu nerveux pour sa première compétition, s'en sortait bien avec son poids de 5 kg (8 m 68, 5^e). Florent Leenaertz (cad) lui succédait dans le cercle et lançait ses 4 kg de fonte à 8 m 65 (7^e). Florent était aussi présent au disque avec 19 m 85 (6^e) alors que, chez les scolaires, nous devons communiquer au juge l'absence de Sébastien Lemaire pour les raisons évoquées plus haut. Alexia Beaudelot (scol) 5^e avec 16 m 69 et Fanny Savary (cad) 3^e avec 19 m 25 complétaient la donne. Restait pour les lanceurs, le javelot avec Valentin Debusscher (cad), moins à l'aise avec cet engin et un 27 m 89 (5^e) et Marie Stavart (cad) 3^e avec 21 m 89.

Les sauts nous apportaient de belles satisfactions : Géraldine Coulon (cad) l'emportait au triple saut et prenait au passage le record de club dames toutes catégories avec 10 m 78. Pas mal pour cette cadette première année. Pierre Vestegen (scol) "volontaire" de dernière minute suite à la blessure de Gabriel Depré assurait

tout de même 9 m 98 et une 7^e place. De même, à la hauteur, il réussissait à franchir 1 m 40 (7^e). Difficile d'assurer un remplacement au dernier moment dans des épreuves aussi techniques. Bravo à lui ! Sous le regard attentif de leur entraîneur, nos perchistes dames s'en sortaient aussi très bien. Marie Joannes (cad) remportait son concours avec 2 m 90 et Sophie Delguste était 4^e avec 2 m 70. Dans le sable de la longueur, Marion Forêt (cad) (3 m 81, 7^e) remplaçait, au pied levé, Shannon, insuffisamment remise de la chute du matin alors que Mathieu Delandmeter (scol) abandonnait quelques temps sa perche pour bondir à 4 m 84 (5^e)

Alors que les épreuves hors match se couraient (avec quelques beaux résultats des jaunes et bleus) les équipes de relais se préparaient. Un peu d'angoisse à la clé car si nous étions 4^e au classement général, le souvenir du week-end précédent hantait les mémoires : 3 relais sur 5 avaient été disqualifiés lors des championnats de Brabant et de plus les équipes avaient été modifiées suite aux blessures ! Heureusement, c'est tout le contraire qui se passait avec même notre équipe cadette, gagnante en dépit des nombreux remplacements. Passons les discussions épiques entre officiels qui entourèrent les relais car nous n'y étions pas partie prenante : il faut dire qu'il n'est pas banal de voir un 3^e relayeur poursuivre son effort jusqu'à la ligne sur les talons de son coéquipier, obligeant les officiels présents à décortiquer leur règlement pour savoir si ce cas avait été prévu.

Au final, nous finissons confortablement 4^e. Même si nous rêvions du podium, le progrès par rapport à 2011 est net : notre avance est considérable sur le 5^e et nous avons réussi à pallier aux nombreuses absences pour blessure, malgré le niveau globalement en hausse dans tous les clubs. Nul doute que l'année prochaine, avec cette belle motivation, un peu de réussite et un an d'expérience en plus pour tout le monde, nous reviendrons encore plus forts. La saison est bien lancée et ces résultats sont déjà riches en promesses pour l'été.



Daley Thompson : un grand champion facétieux

Double champion olympique, champion du monde, d'Europe, du Commonwealth et recordman mondial du décathlon à plusieurs reprises, Daley Thompson est assurément l'un des plus grands champions britanniques de l'histoire athlétique. Toutefois, sa personnalité facétieuse lui a souvent joué des tours. Admiré et respecté pour sa combativité et ses exploits sportifs, il a choqué autant qu'il a séduit par son comportement exubérant tout à la fois impertinent, sarcastique et arrogant.



Vincent Spletinckx

Né en juillet 1958 d'une mère écossaise et d'un père nigérian sous le nom de Francis Morgan Ayodélé, "Daley" Thompson a vécu ses premières années dans le quartier pauvre de Notting Hill à Londres. Dès l'âge de sept ans, il est envoyé dans un pensionnat "pour enfants difficiles" dans le Sussex. Alors qu'il a douze ans, son père, chauffeur de taxi, est abattu dans le quartier de Streatham. Quelques années plus tard, sa mère lui lance un ultimatum: trouver un emploi ou quitter la maison. Daley, dont le nom originel fait référence à la joie qui envahit le foyer, trouve refuge chez Doreen Rayment, une amie proche de la famille, et développe une personnalité contrastée, sympathique, extravertie mais aussi turbulente, rude et facétieuse.

Un athlète très éclectique

Au départ, comme de nombreux adolescents issus de milieux défavorisés, il rêve de devenir footballeur professionnel. Néanmoins, Daley se découvre progressivement une passion pour l'athlétisme. En 1975, il quitte les Haywards Heath Harriers pour rejoindre le club londonien des Essex Beagles. C'est l'entraîneur Bob Mortimer qui le repère et le teste sur différentes disciplines tout en mettant l'accent sur le sprint. Son éclectisme est tel que Mortimer ne doit pas trop insister pour convaincre Daley de tenter sa chance au décathlon. Dès l'année suivante, Thompson remporte le titre national (avec 7.684 points) et s'offre ainsi la possibilité de participer aux jeux Olympiques. A Montréal, le jour de ses 18 ans, il décroche une honorable 18^e place, mais en profite surtout pour forger son expérience des grands événements internationaux et observer les champions de l'époque, parmi lesquels l'Améri-

cain Bruce Jenner, nouveau recordman mondial avec 8.634 points qui n'hésite pas à lui prodiguer de nombreux conseils.

Un bourreau du travail

S'il est volontiers blagueur et provocateur, Daley n'en est pas moins un bourreau de travail qui n'hésite pas à passer quatre à cinq heures sur le stade pour s'entraîner et progresser. Il ne tarde pas à en récolter les fruits puisqu'il devient champion d'Europe junior et porte le record mondial de la catégorie à 8.124 points en 1977. L'année suivante, il décroche la médaille d'argent des championnats d'Europe. De même, il remporte son premier titre des championnats du Commonwealth à Edmonton en portant à 4.550 points le score le plus élevé jamais réalisé lors de la première journée d'un décathlon. Les 8.467 points qu'il engrange, à l'issue des deux journées, représentent alors la troisième meilleure performance mondiale de tous les temps. A l'issue de cette saison, il est élu athlète britannique de l'année par les lecteurs de la revue *British Athletics Writers*.

Recordman mondial et champion olympique

Bien qu'il ne réalise aucune performance significative en 1979, Thompson fait naturellement partie des favoris pour les jeux Olympiques de Moscou en 1980. En mai, à Goetzis, en Autriche, il confirme ce statut en portant le record mondial du décathlon à 8.648 points et devance Guido Kratschmer, médaillé d'argent à Montréal, ainsi qu'un certain Jürgen Hingsen, géant allemand de 2 m et 105 kg, qui lui contestera bientôt la suprématie mondiale. Pour décrocher la timbale, Daley a aligné une série impressionnante de performances : 10"55 sur 100 m, 7 m 72 à la longueur, 14 m 46 au poids, 2 m 11 en hauteur, 48"04 sur 400 m au cours de la première journée et 14"37 sur 110 m haies, 42 m 98 au disque,



4 m 90 à la perche, 65 m 38 au javelot et 4'25"49 sur 1.500 m lors de la seconde.

Dans la capitale soviétique, en raison du boycott des Etats-Unis et de l'Allemagne de l'Ouest, l'opposition, exempte de Kratschmer qui vient de reprendre le record mondial à Thompson, est assez limitée et le Britannique n'a guère de peine à s'imposer. Cela ne l'empêche pas de réaliser une première journée supérieure à celle du meeting de Goetzis, bondissant, entre autres, à 8 mètres au saut en longueur. Le lendemain, le vent se lève et les conditions climatiques fraîches l'empêchent de réaliser une performance d'envergure. Pour Thompson, l'essentiel est ailleurs. Avec 8.495 points, il devient le premier Britannique à empocher ce titre olympique, devançant largement les Soviétiques Kutsenko et Zhelanov.

Confirmation et rivalité

Après une année relativement calme, Daley Thompson revient en grande forme en 1982. En mai, il est de retour à Goetzis pour y produire un nouvel exploit. A l'issue des deux journées de décathlon au cours desquelles il réalise respectivement 10"50 (100 m), 7 m 95 (longueur), 15 m 31 (poids), 2 m 08 (hauteur), 46"86 (400 m), 14"31 (110 m haies), 44 m 34 (disque), 4 m 90 (perche), 60 m 52 (javelot) et 4'30"55 (1.500 m), le Britannique passe pour la première fois le cap des 8.700 points. Trois mois plus tard, pourtant, son adversaire Allemand Jürgen Hingsen, misant sur ses points forts (principalement la longueur, le poids, la hauteur et le 1.500 m) parvient à faire mieux encore pour s'adjuger, à son tour, le record mondial avec 8.723 points.

Les deux hommes se retrouvent, en septembre, aux championnats d'Europe d'Athènes. Face à l'Allemand encore fatigué et perturbé par une contracture, le Britannique, qui a mieux programmé sa saison, se montre souverain. Très régulier, Thompson devance Hingsen de plus de deux cents points et récupère son record mondial avec 8.743 points. Il parachève cette saison parfaite en conquérant, à l'automne, un second titre aux championnats du Commonwealth à Brisbane en Australie.

En juin 1983, à l'issue d'une lutte intense face à son compatriote Wentz lors des sélections allemandes, Hingsen améliore le record mondial de Thompson pour le porter à 8.779 points. Pourtant, à l'occasion des premiers championnats mondiaux organisés à Helsinki, le Britannique prend, une fois de plus, l'avantage sur son adversaire. Dans des conditions climatiques difficiles, il s'impose avec 8.666 points devant Hingsen et Wentz. Désormais champion olympique, champion du monde, champion d'Europe et du Commonwealth en titre, Thompson acquiert une aura d'invincibilité concrétisée par ses performances et sa combativité lors des grands championnats.

Dans la légende du décathlon

Pourtant, en juin 1984, quelques semaines avant les Jeux, Jürgen Hingsen réalise un nouvel exploit. A Mannheim, à l'occasion des sélections olympiques allemandes, il frise la barre des 8.800 points. Plus puissant, mais légèrement blessé au coude et privé d'une opposition consistante, il ne réalise cependant pas l'épreuve parfaite et manque l'occasion de réaliser un record mondial plus impressionnant encore. Face à cette menace, Daley Thompson ne s'inquiète guère. Comme toujours, il a bien programmé sa saison. Après six mois d'entraînement spécifique en Californie, il se présente en pleine forme à Los Angeles. Sous une chaleur caniculaire, il imprime sa marque dès le 100 m qu'il couvre en 10"44. Il bondit à plus de 8 mètres au saut en longueur et descend sous les 47 secondes au 400 m pour totaliser quelques 4.633 points à l'issue de la première journée. Il ne peut plus être rejoint et, le lendemain, déconcerte

quelque peu en évitant de sprinter à la fin du 1.500 m alors que le record mondial est à sa portée. Pour une poignée de centièmes, il ne fait qu'égaliser le record d'Hingsen (8.798 points) au lieu de l'améliorer de plusieurs dizaines de points. Thompson n'en a cure. En remportant une seconde médaille d'or olympique, il rejoint Bob Mathias dans la légende du décathlon (Cf. *Diligences* n° 47, mars 2011). En outre, il apprend, quelques mois plus tard, que, suite à l'entrée en vigueur d'une nouvelle table de cotation, il devient, avec 8.847 points (contre 8.832 à Hingsen) seul recordman mondial.

Daley surprend et choque

Entretemps, l'imprévisible athlète britannique déconcerte une fois encore. Alors qu'il a déjà suscité la polémique en refusant d'être le porte drapeau de sa délégation aux jeux du Commonwealth en 1982, il intrigue cette fois en arborant un tee-shirt louant les Américains pour de grands Jeux tout en s'interrogeant sur la qualité de la couverture médiatique faisant la part belle aux athlètes US. Ensuite, il choque en exhibant un message faisant allusion à l'éventuelle homosexualité de Carl Lewis. Orphelin de père, délaissé par sa mère, Daley Thompson a souvent été tiraillé par une volonté de se distinguer et de placer sa discipline sous les feux de la rampe, le conduisant parfois à des excès et des maladroites contreproductifs. En définitive, le champion britannique en est ressorti davantage respecté qu'admiré ou aimé.

Lassitude et blessures

Après une année de transition, Thompson et Hingsen se retrouvent aux championnats d'Europe de Stuttgart en 1986. Malgré le coup de massue asséné par le Britannique sur 100m en 10"26 (le meilleur temps jamais réalisé en décathlon), l'Allemand se défend bec et ongles. Il doit toutefois s'incliner une fois de plus à l'issue des deux journées de compétition (8.730 points contre 8.811). S'il remporte ensuite le titre du Commonwealth pour la troisième fois, Daley Thompson semble peu à peu accuser une certaine lassitude à l'approche de la trentaine. Une élongation à la cuisse l'empêche de défendre valablement ses chances aux championnats du Monde de Rome en 1987. Il y subit sa première défaite en neuf années. Aux Jeux de Séoul, en 1988, il est blessé au genou. Compétiteur dans l'âme, il se bat vaillamment mais ne peut se hisser au-delà de la quatrième place avec 8.306 points. Enfin, en 1990, il participe une dernière fois aux jeux du Commonwealth mais, blessé, il doit abandonner.

Fin de carrière et reconversion

Après avoir mis fin à sa carrière athlétique au début des années 1990, Daley Thompson a joué comme joueur de professionnel avant d'entamer une carrière de préparateur physique. Plus récemment, il a œuvré en tant qu'ambassadeur pour l'organisation des jeux Olympiques de Londres en 2012 tout en aidant des jeunes défavorisés à pratiquer le football en Moldavie.

Daley Thompson a rejoint les plus grands dans la légende athlétique. Pourtant, malgré ce palmarès exceptionnel, il est aujourd'hui un champion quelque peu oublié. Le Britannique le doit probablement à un caractère facétieux qui a attiré autant d'admirateurs que de détracteurs. Extravagant, exubérant mais également secret, Daley est très difficile à connaître même pour ses proches et ses amis fidèles, parmi lesquels figure Jürgen Hingsen, son adversaire d'hier sur la piste. Ce dernier a néanmoins toujours considéré le champion britannique comme "le meilleur athlète de tous les temps."





20 km de Bruxelles



Patricia Burnotte

Trente cinq mille joggeurs se sont élancés dans les rues de la capitale à 10 heures ce dimanche 27 mai, en 7 vagues de 5.000 coureurs, dans le cadre de la 33^e édition des 20 kilomètres de Bruxelles.

Une fois n'est pas coutume, la course se déroulait le matin, pour éviter les problèmes dus à la chaleur. Et les organisateurs ont eu bien raison.

Je me suis rendue sur place vers 10 h 30 et il faisait déjà bien chaud. Tandis que j'attendais bien bravement, le soleil me brûlant les mollets (heureusement j'avais pensé à m'enduire de crème solaire sitôt après la douche). Je n'ose imaginer (en fait si j'imagine très bien) ce qu'ont dû endurer ces courageux sportifs.

Je me suis postée un peu après la mi-parcours (peu après la sortie du bois) dans l'espoir d'entrevoir mon valeureux cousin de 84 ans, **André Jassogne**, vétéran de l'épreuve, ainsi que quelques-uns de mes collègues (qui couraient sous la bannière de la ligue braille), de même que quelques dylois fidèles au poste.

Si notre marathonnienne, **Louise Deldicque**, s'est à nouveau retrouvée sur la 3^e marche du podium, à peine 30 secondes derrière la médaille d'argent - il faut dire que notre super-Louise ne craint pas trop la chaleur - les autres n'ont pas démérité.

Je n'ai pas aperçu Louise, mais je pense qu'elle était plus en avant. Le premier à passer sous mon regard - pas facile de reconnaître les gens dans cette foule - fut **Yves Savary**, qui m'a dit : « fait trop chaud ». J'ai également repéré Sébastien Lippert qui trottait aux côtés de sa mère. Et puis, j'ai reconnu in extremis deux de mes collègues. En effet, je ne savais pas comment ils étaient habillés, ce qui ne facilite pas l'identification. Et puis, un peu plus loin, trois autres, courant côte-à-côte, cela aide, mais toujours pas de cousin en vue. Je savais qu'il était habillé de la tenue des vétérans des trente premières éditions, et d'une casquette en cas de soleil. Mais vous ne pouvez pas imaginer le nombre de joggeurs, tout de bleu vêtus, sous une casquette blanche !

J'attends encore un peu, le nombre de participants s'éclaircit, de plus en plus de gens marchent... L'aurais-je raté ? Bon, tant pis, je décide de partir et... que vois-je au loin, un petit homme tout mince, plus tout jeune, tout de bleu vêtu et une casquette vissée sur la tête ? Vu le gabarit, ce pourrait bien être lui, mais avec le couvre-chef, encore plus difficile de reconnaître les gens, même quand on les connaît bien.

Je savais qu'après dix kilomètres, il alternait 1 km de course avec 1 km de marche et cet homme là-bas était justement en train de marcher... Ma ténacité fut récompensée, parce que c'était bien lui. Un petit "allez André" au passage, puis un petit bisou pour le "rebooster", et le voilà reparti en trottinant... avec un chrono final de 2h55'52" pour une 26.755^e place. Bravo André ! On va fêter cela le 24 juin avec ma sœur Jocelyne et tous les amis présents.



Jogging de Louvain-la-Neuve

En ce 16 juin 2012, avait lieu le traditionnel jogging organisé par le CS Dyle.

Une nouveauté cette année, les jeunes de 12 à 15 ans, qui jusqu'à étaient privés de course (n'est-ce pas Alice ? Toi qui avais fait toute la course l'année passée sans être classée), ont eu droit à une course un peu particulière, à savoir un relais 12 x 1 km auquel ont participé 6 filles et 6 garçons.

La course des petits (1 tour de 500 m pour les plus jeunes et 2 tours pour les plus aguerris) est limitée aux enfants de moins de 12 ans. Le jogging en lui-même est ouvert aux personnes de plus de 15 ans. Il y avait donc un "trou" pour la catégorie d'âge des minimes.

Pour un coup d'essai, ce fut une réussite totale. Les deux premiers enfants relayeurs ayant passé le témoin en tête de la course. La suite, je ne l'ai pas vue, mais je peux vous dire que nos "petits" ont terminé à une très belle 17^e place avec un chrono de 47'17". Donc moins de 4 minutes de moyenne. Les cadets ont d'ailleurs proposé de participer, eux aussi, l'année prochaine.

Un tout grand bravo donc, à Simon Delespesse, Marine Coppens, Julian Palios, Emma Descamps, Luca Maggiolini, Charlotte Verhoeven, Louis Léonard, Céline Gauthier, Florian Colle, Fiona Ollevier, Laura Patris et Gilles Antoine.

Au départ du jogging, plus de 630 courageux athlètes. C'est la première fois que nous franchissons la barre des 600 joggeurs.

La météo, qu'on nous annonçait tout d'abord pluvieuse ou sèche n'était pourtant pas des plus encourageantes. Mais, comme me l'a confié un athlète se rendant sur la ligne de départ : "on ne sait rien faire d'autre, donc on vient courir". Et ils ont eu bien raison, parce que la pluie était bien présente juste avant le départ, mais la course se fit "au sec". Certains passages étaient cependant très boueux.

J'avais heureusement pensé à emmener mon parapluie pour protéger la photographe (eh non ! cette année ce n'était pas moi, mais Coralie, étudiante en photo et cinéma). Elle a profité de sa venue pour retrouver certains de ses copains athlètes.

Derrière le bar et le barbecue, de nombreux bénévoles : Emile et Léopoldine, Nathalie et Alain, Jacques, Jean-Marc, Isabelle et Pierrot, Anne-Marie, Jean-François, Chantal, Coralie et moi-même. Pour l'organisation, Marcel Denis et Patricia ainsi que Laetitia, Yvon et tous les bénévoles des greffés, ainsi que tous les signaleurs.

J'espère n'avoir oublié personne. Un tout grand merci à tous, sans qui une telle organisation ne pourrait avoir lieu.

Et bien sûr, rendez-vous l'année prochaine !



Le Challenge de l'école

Ce samedi 2 juin avait lieu la troisième manche du Challenge du Brabant Wallon à Nivelles. Si les conditions météo n'étaient pas vraiment idéales lors des deux premières manches, cette fois-ci, le soleil était de la partie et notre groupe des benjamins et benjamines aussi...



Christophe Lejeune

En benjamins et benjamines, il y a 6 épreuves à réaliser tout au long du challenge. Une manche comporte 3 épreuves et il faut faire au moins deux manches pour être classé au challenge. Chaque épreuve donne des points selon la table hongroise (calcul de points pour le décathlon) ce qui permet à nos athlètes de pouvoir se comparer aux autres membres des clubs du Brabant Wallon.

Ce samedi, donc, c'était le tour de la hauteur, du 60 m et du lancement du poids pour les benjamins garçons et de la longueur, du 60 m et du lancement du poids pour les filles. Et le moins qu'on puisse dire, c'est que la relève du CS Dyle est déjà là !

Après un échauffement efficace et nécessaire, nos 2 benjamines et 9 benjamins ont commencé par les sauts. Une quatrième place pour Amandine De Muylder au saut en longueur avec un bond à 3 m 03 et une énorme première place pour Thibault Fontaine avec un saut sublime à 1 m 13 en hauteur devant ses adversaires médusés. Les autres n'ont pas démerité. Il faut dire que les sauts demandent beaucoup de coordination et de concentration, une épreuve donc quand on a 8 ans !

Le 60 m est l'épreuve la plus intuitive, il suffit d'aller vite ! Enfin, à condition de prendre un bon départ, de rester dans son couloir et de regarder droit devant soi. Dans cette épreuve, nos athlètes masculins occupent plutôt le haut du tartan. Ils avaient déjà remporté cette saison un relais 4 x 60 m à Braine-L'Alleud et voici qu'aujourd'hui nous avons assisté à une deuxième place de Baptiste Lejeune et une performance de 9"58 et une excellente cinquième place de Guillaume Six qui passe pour la première fois sous la barre des 10". Guillaume confirme ainsi les excellents entraînements qu'il avait réalisés dernièrement au sprint. Nos deux filles se sont battues avec force pour faire un temps tout à fait honorable à l'arrivée.

Mais c'est lors de l'épreuve du lancer du poids que nos deux filles se sont distinguées le plus puisqu'Elona et Amandine ont réussi à se classer dans le Top 8 qui permet d'avoir un essai supplémentaire. Elona termine finalement 7^e et Amandine à nouveau 4^e. Le podium n'est pas loin ! Pas de podium non plus dans cette épreuve pour nos benjamins mais pas moins de 4 athlètes dans le Top 8, ce qui est

véritablement une performance. Bravo donc à Thibaut, Guillaume, Pierre Stavart et Lucien Iker pour leurs performances.

J'ai pris le temps de mettre en valeur les bonnes performances de nos athlètes benjamins car ils ont vraiment beaucoup de peps et méritent vraiment qu'on s'attarde sur leur exploits. Ce sont des noms auxquels il vous faudra vous habituer car ils reviendront souvent dans les lignes de *Dyligences*. Je m'en voudrais donc de ne pas citer Matthieu Vanspauwen, Laurent Borgniet et Thomas Vanderroot, nos trois autres valeureux benjamins.

Je m'en voudrais aussi de ne pas citer Lisa Vanherentals qui n'était pas là ce samedi mais qui était bien présente à Nivelles, le lundi de Pentecôte, et y a réalisé une performance extraordinaire en courant le 600 m en 2'09".

La compétition est une école de vie, comme me disait la mère d'un athlète aujourd'hui. C'est ici qu'ils apprennent le plus car les entraîneurs sont là pour les conseiller et faire en sorte qu'ils améliorent leurs performances. Mais avant tout, la compétition est un lieu de rencontre où l'on apprend à perdre et à gagner, où on se fait des amis et des souvenirs et où, enfin, on passe de bons samedis !

Alors à vos spikes !



Sauts nordiques

Les Mille Lacs, région mythique pour les amateurs d'automobile, un peu au nord d'Helsinki, Jyväskylä, le théâtre des Championnats du Monde indoor d'athlétisme masters.



Philippe Poulain

Superbe, une région sauvage, le soleil venant lécher une neige fraîchement tombée. Samedi 7 avril, le moment de monter en compétition, une piste quatre couloirs, un peu juste pour ce niveau. En longueur, cela me convient, le couloir longe les gradins et l'ambiance est au max. Le niveau est très relevé, ma motivation aussi, faudra être aussi solaire que les vents de la région. Premier saut, 6 m 06. Bon, cela me place en troisième position, je peux tout tenter maintenant. Du mental et de l'agressivité, le deuxième essai est nerveux mais trop contracté, aux pieds des 6 m, même si j'ai oublié de prendre la planche. Les sauts se bousculent. Vladimir Pankratov (RUS) qui fait figure de favori enchaîne les sauts mordus. Le niveau monte, la tension aussi et je me retrouve 6°. Fichtre, tous nous sommes en forme, un peu trop pour certains ! Le 5° essai, c'est le moment, l'or est à 12 cm. Comme une balle, mais le pétard mouille un peu en pleine course quand je ressens une petite pique dans la cuisse. Trop tard ! Ça passe ou ça casse, le saut est beau, 6 m 08 mais la gêne est bien présente et je sais dans mon for intérieur que la compétition est jouée. Je viens de repasser 5°. Antonio Boldrini (ITA), mon concurrent le plus proche, explose : 6 m 18. Il me repasse, le saut est annulé, je resterai 5°. Ian Allen (GBR) est fatigué, son saut est un peu mou, il est au pied du podium, il sera 4°. Pankratov tente le tout, un nul encore. C'est ce moment que choisit Michele Tico (ITA) qui, touché par la grâce, s'envole pour ne plus retomber, si quand même, 6 m 28, il vient d'enlever l'or. Oddvar Viulstrod (NOR), qui se voyait déjà au plus haut, est atteint. C'est un athlète puissant, contrairement à Tico, très fin, léger. Trouverait-il l'énergie et la force mentale pour retourner à son avantage ? La foule s'est tue. L'élan est nerveux et combatif, il donne tout, le choc sur la planche est dur mais il retombe loin, mesure svp, 6 m 30, incroyable, bravo, quel guerrier ! Pour ma part, je suis heureux de confirmer parmi les meilleurs. Après tout, cela fait 5 ans que je suis en finale des Championnats du Monde indoor et outdoor, mais un peu amer quand même. Il manquait tellement peu et ma préparation spécifique n'était pas au top, peu

de sauts derrière moi pour être suffisamment à l'aise sur les petits détails qui font la différence. Prochain objectif : les Championnats d'Europe à Zittau, au croisement de l'Allemagne, la Pologne et la Tchéquie; nous sommes 26, ce sera un grand moment. Affaire à suivre !





Le coin du médecin

L'examen de non contre-indication au sport

A la fin des vacances, comme chaque année, les secrétaires de club vous remettront le traditionnel certificat d'aptitude que vous devrez faire signer par un médecin.



Michel Fontaine, médecin du sport

Ce terme "aptitude" est erroné. En fait, il faut dire "certificat de non contre-indication à la pratique du sport". Le médecin n'est pas apte à juger si vous êtes capable de rouler avec une moto de cross mais il peut vérifier si votre santé n'est pas mise en péril par ce sport.

Ce certificat n'est pas une simple formalité. Il ne suffit pas d'apporter au médecin toutes les licences de la famille pour qu'il y appose son cachet (pratique pourtant courante).

Ce certificat doit être rempli après un interrogatoire et un examen médical de la personne concernée. Il a pour but de détecter des anomalies : vérifier si l'épaule est stable pour un lanceur, si les pieds ne s'affaiblissent pas chez un coureur de fond, etc.

Ce certificat est demandé en Belgique uniquement par les assurances. En football, les joueurs sont couverts par un fond de garantie et non par une assurance, raison pour laquelle il ne leur est pas demandé de certificat médical. De même, les coureurs du challenge du Brabant Wallon et du marathon de Bruxelles ne doivent pas apporter la preuve qu'ils sont en bonne santé.

C'est dans ces sports que l'on voit le plus d'accidents cardiaques alors que, dans la plupart des cas, une simple auscultation minutieuse du cœur aurait pu détecter le problème et éviter le drame.

En France, depuis quelques années, la pratique du sport est légiférée. Toutes les activités sportives de compétition sont concernées. Les examens à faire et les médecins compétents pour remplir le certificat (médecin généraliste, médecin du sport ou spécialiste) sont stipulés en fonction de l'âge et du niveau auquel on pratique le sport. Le taux d'accident grave a fortement baissé depuis.

Cet examen demandé est réalisé dans le but de protéger le sportif et ne doit pas être banalisé ni par l'athlète, ni par le médecin qui est légalement responsable.

Passez de bonnes vacances et à l'année prochaine !

L'album de photos du CS Dyle

Peut-être avez-vous remarqué que, depuis quelques mois, le club dispose d'un nouvel album photos en ligne.

Celui-ci est accessible depuis la page d'accueil du site du club (www.csdyle.be). On y retrouve de



nombreuses photos de compétitions, de cross, de stages du club, d'entraînements, de soupers du club, etc.

Cet album est régulièrement mis à jour par les photographes réguliers du club, mais aussi par des photographes plus occasionnels. Ainsi, si vous disposez d'un reportage photo de qualité sur un évènement du club ou sur un évènement auquel le club a participé, vous pouvez prendre contact avec nous, à l'adresse : photos@csdyle.be. Il vous sera envoyé la procédure à suivre pour nous faire parvenir vos photos via internet. Vous pouvez également remettre à Cédric Tercelin un CD/DVD ou une clé USB avec vos photos **triées** lors d'un entraînement. Les petites vidéos de qualité (max 1'30") sont également les bienvenues. Bonne visite !

Cédric Tercelin



Maxime Missa

Catégorie : Junior

Age : 19 ans (né le 2 mai 1993)

Etudes : Pilote de ligne. J'ai été récemment accepté à la Sabena Flight Academy !

Hobbies : L'athlétisme, évidemment, mais je suis attiré par tout ce qui touche au sport. Que ce soit le VTT, le kayak, le volley, le ski, c'est toujours des supers moments ! Je suis aussi toujours partant pour passer une soirée avec des amis !

Disciplines pratiquées régulièrement à l'athlétisme :

110 m haies (1 m/1.06 m), 400 m haies, 100 m.

Meilleures performances :

100 m : 11"85

110 m haies : 15"20

400 m haies : 57"10

Nombre de participations aux intercerclés : 5

Nombres d'années d'entraînement au CSDY et d'autres clubs sportifs : 2 ans de football à l'OHL et 10 ans d'athlétisme au CS Dyle.

Pourquoi et dans quelles circonstances avoir choisi l'athlétisme ?

J'étais encore en primaire lorsqu'ayant gagné deux fois le cross organisé pendant "Allez les Gosses" (une journée où les élèves de plusieurs écoles de Bruxelles se retrouvent pour différents tournois sportifs), ma maman m'a suggéré d'aller faire de l'athlétisme parce qu'elle avait l'impression que j'adorais courir. Elle ne se trompait pas ! Dix ans après mes premiers pas en athlétisme, je m'éclate toujours autant (si ce n'est encore plus) !

Meilleur souvenir sportif :

Je n'ai pas spécialement un seul bon souvenir mais si je devais choisir il s'agirait sans aucun doute des interclubs. C'est à chaque fois la même ambiance de folie où on s'encourage les uns les autres (encore plus que d'habitude) et l'ambiance est vraiment incomparable ! C'est vraiment hallucinant la motivation que ça nous donne de savoir que tout le club nous soutient ! Cette impression m'a encore été confirmée cette année lors du 4 x 400 m en division élite et, pour un athlète, c'est vraiment grisant. On en vient presque à penser que rien ne nous arrêtera. Mais, au-delà de l'ambiance, c'est pour moi un moyen de rendre la pareille au club pour tout ce qu'il fait pour moi. Je pense qu'en tant qu'athlète, c'est vraiment une chance exceptionnelle d'être appelé par Gilles pour représenter le CS Dyle durant cette journée.

Meilleure anecdote :

Beaucoup pensent que l'athlétisme est un sport individuel et cela n'est pas faux, mais pour moi, il y a vraiment un esprit de compétition et de team qui s'est installé avec mon pote Guillaume et je sais que, sans lui, je ne serais pas aussi motivé à l'entraînement ! Cette année, lors de chaque compétition outdoor

où Guillaume et/ou moi avons pris part à un 400 m haies, le record du club junior a été repris successivement par l'un puis l'autre. On en est venu à mettre chacun de nos records en jeu (100 m, 110 m haies et 400 m haies). Si je vous raconte cela, c'est pour en venir à l'anecdote en question. Lors des interclubs, pour le motiver avant son 100 m hors match, j'ai commis l'erreur de parier avec lui un verre s'il battait mon record. Ni une ni deux, voilà Guillaume parti comme jamais pour réaliser un beau 11"77. Résultat de la journée, deux records perdus sur les trois ! J'en rigole encore et je trouve vraiment cool cette manière dont on se booste tous les deux !

Que dirais-tu si tu avais la possibilité que le monde t'écoute ?

Vivez pleinement vos passions et vos rêves ! Rien n'est impossible, il suffit de croire en soi, en ses possibilités et de se donner les moyens pour réaliser ses rêves.

Ce que tu aimerais vivre ou faire ?

La liste des choses que j'aimerais vivre ou faire est extrêmement longue mais, dans l'immédiat, j'aimerais aller au bout de moi-même, au bout de mes possibilités en athlète ! Je sais que j'ai encore une belle marge de progression et je suis prêt à le prouver si j'arrive à me débarrasser des pépins physiques qui viennent un peu noircir le tableau ces derniers mois. Mais je suis optimiste et j'ai déjà les championnats de Belgique juniors en ligne de mire !

As-tu un coup de gueule ou autre chose à ajouter ?

Je suis très peu coup de gueule ! Ainsi, j'aimerais remercier Fayçal pour tout le chemin qu'il m'a permis de parcourir et pour tout ce qu'il fait pour nous. J'ai la chance d'avoir un entraîneur ultra-motivé avec qui on peut bien rigoler et qui nous permet vraiment d'avancer ! Il y a eu des moments un peu plus durs et d'autres beaucoup plus joyeux, mais je veux vraiment lui dire un tout grand MERCI pour toutes ces années ! J'aimerais également remercier tous les entraîneurs et tout le staff du CS Dyle pour le boulot génial qu'ils font ! Merci à vous tous !





Yewbdar Denys

Catégorie : Scolaire

Age : 17 ans (née le 25 février 1995)

Etudes : Humanités générales.

Hobbies : Ecouter de la musique, faire du shopping, le tennis et le badminton.

Disciplines pratiquées régulièrement à l'athlétisme:

Demi-fond.

Meilleures performances :

1.500 m : 4'58"

3.000 m : 10'43"

Nombre de participations aux intercerclés : 4

Nombres d'années d'entraînement au CSDY et d'autres clubs sportifs : 2 ans de Soo bahk do (karaté), 2 ans de Taekwondo et 6 ans d'athlétisme.

Pourquoi et dans quelles circonstances avoir choisi l'athlétisme ?

J'ai participé à des cross scolaires en primaire, et comme j'y ai obtenu de bons résultats, mon institutrice m'a conseillé de faire de l'athlétisme en club.

Meilleur souvenir sportif :

Ma participation au championnat du monde intersolaire de cross à Malte et ma 2^{ème} place au championnat d'Europe de Soo bahk do.

Meilleure anecdote :

Lorsque Travis Padgett m'a donné son bouquet de vainqueur au meeting de Liège et qu'il m'a parlé en Anglais. Je n'ai rien compris mais je lui ai répondu "Yes, yes". Lorsque j'ai voulu lui rendre son bouquet, il a refusé en me faisant un grand sourire... et je me suis sentie un peu bête.

Que dirais-tu si tu avais la possibilité que le monde t'écoute ?

Je voudrais que l'on reconnaisse, dans tous les pays du monde, les mêmes droits aux femmes qu'aux hommes et notamment celui de la pratique sportive.

Ce que tu aimerais vivre ou faire ?

J'aimerais faire une compétition en Ethiopie.

As-tu un coup de gueule ou autre chose à ajouter ?

Je voudrais que les autorités reconnaissent enfin l'importance de l'athlétisme en Belgique et donnent les moyens nécessaires aux clubs et aux athlètes.





Prometheus

Avec Prometheus, c'est le grand retour de Ridley Scott au genre qui a fait sa renommée, à savoir la science-fiction. Près de 30 ans après son Alien, il revient sur les traces de la saga, avec ce qui se présente comme un prequel, mais pas directement.



Nicolas Van Ruychevelt

Dans un futur pas très lointain, Elisabeth Shaw découvre une peinture murale préhistorique représentant un homme pointant du doigt six planètes. Elle met directement en rapport ce dessin avec d'autres représentations identiques mais datant d'époques fortement éloignées. A bord du "Prometheus", avec un équipage formé de 17 personnes, elle entame alors un voyage vers un système solaire fortement identique aux dessins. Arrivé sur place, l'équipage se pose sur une planète qui pourrait accueillir la vie. Leur découverte est pourtant beaucoup plus importante qu'il n'y paraît, mais elle n'est pas sans danger.

Ridley Scott fait donc son grand retour à la science-fiction, genre qu'il manie à la perfection et qui lui a permis de sortir deux films aujourd'hui cultes que sont *Alien* et *Blade Runner*. Une grosse attente était donc présente à la sortie de ce film. Et le résultat est loin d'être mauvais. Le film se divise en deux parties, une première laissant la part belle à la découverte, la seconde se tournant plus vers la science-fiction pure avec une action soutenue. Et c'est cette deuxième partie qui vaut vraiment la peine d'aller voir le film. Car, malheureusement, la première n'évite pas les pièges du genre : les explications données sont trop grosses pour y croire et les clichés s'enchaînent. De plus, le scénariste Damon Lindelof nous gâche une partie de la surprise dès le premier plan. Certaines questions qui viennent plus tard y trouvent déjà une réponse. Dommage qu'il n'ait pas favorisé le suspens à ce niveau-là. On attend donc gentiment pendant un peu plus d'une heure qu'il se passe réellement quelque chose. Notre attente est récompensée lorsqu'un élément déclencheur lance littéralement le film et nous offre une seconde heure magnifique qui nous tient en haleine et nous subjugue. Car si le scénario est faiblard et sans véritable surprise, la réalisation de Scott est, elle, irréprochable. Utilisant la 3D pour la première fois, il embellit véritablement les images et nous offre quelques plans splendides, par exemple cette carte de l'univers tout en hologramme magnifiée par la 3D.

Côté acteur, on notera la bonne performance de Noomi Rapace, qui n'a aucun mal à tirer son épingle du jeu face à des seconds rôles un peu trop effacés. A l'exception de Michael Fassbender, encore et toujours excellent, ici dans le rôle d'un robot sans âme, mais pas sans intelligence. Les autres personnages, trop nombreux, manquent cruellement d'intérêt. On finit même par s'en désintéresser. Là où *Alien* n'aurait besoin que de sept personnages pour nous faire vivre l'histoire, *Prometheus* en compte dix de plus, dont la plupart sont totalement inutiles.

L'intérêt de ce *Prometheus* réside donc dans la beauté de ses images et de sa dernière heure, menée tambour battant, nous laissant un goût de satisfaction en sortant de la salle. On notera les nombreuses références à *Alien*, dont la vision n'est pas utile pour comprendre le film mais plutôt pour s'amuser à remarquer les divers clins d'œil. On pourrait reprocher à *Prometheus* de moins suggérer l'action que dans *Alien*, ce qui renforçait l'idée d'incompréhension et de huis clos et offrait un résultat redoutable. *Prometheus* c'est néanmoins de la bonne science-fiction, pure et dure, comme on n'en a plus vu depuis un certain temps.

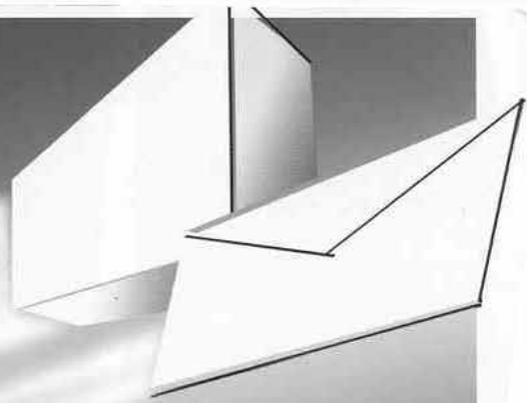


Réinscriptions saison 2012-2013

La reprise des cours de l'école d'athlétisme est prévue le **mercredi 29 août 2012**.

Afin d'organiser sereinement la rentrée, nous vous invitons à réinscrire vos enfants via le bon adéquat (disponible auprès des responsables de l'entraînement) ou via le site internet du club : www.csstyle.be





Daniel LOUAGIE

TRANSPORT PETITS COLIS COURRIER EXPRESS

Chaussée de NIVELLES, 179 - 1472 VIEUX-GENAPPE - tel: 067 77 29 46
GSM: 0497 93 85 58 - fax: 067 77 34 49 - TVA BE: 776 218 942

Tous en forme ... avec des « pros » !!



**JAMES
JOGGING CLUB**

**Cours de :
Mise en Forme
Tonification
Gym du Dos
Jogging**

**Brochure: 010/40.09.40
Site web: www.jamesclub.be**

Complexe Sportif de Blocry

VELUX®

De la lumière dans la vie

www.velux.be



Investir autrement

Xavier Stubbe

0495.25.23.12 - conseiller en investissements
et en gestion de patrimoine.

Rue les Heures Claires 2c – 1400 Nivelles

Tél : 067.22.20.37 – Fax 067.64.72.12

Mail : contact@invest-conseil.be

Agréé FSMA : 103370