

« La rigueur du haut niveau aide énormément mon fils Théo »

À 19 ans, Théo Guillois est devenu vice-champion de France du 800 m en sport adapté. Patrice, son père, explique comment le jeune homme, à force de travail, a atteint ses objectifs.



Tous les feux sont au vert pour l'espoir du sport adapté allonnais Théo Guillois.

Régulièrement sur les podiums des différentes compétitions de cross et d'athlétisme, l'athlète allonnais Théo Guillois est aujourd'hui un espoir du sport adapté français. Son père, Patrice, parle de ses dernières performances et des prochaines échéances.

« Le Maine Libre » : Pouvez-vous nous parler des dernières performances de Théo ?

Patrice Guillois : « Le 17 octobre dernier, Théo est devenu vice-champion de France du 800 m, il s'agissait de sa première participation à cette discipline et c'est une véritable satisfaction pour nous. Il n'y avait pas d'objectif défini, ses coachs voulaient le tester sur une autre distance, l'important était surtout qu'il

prenne du plaisir. Mon fils a plus l'habitude des longues distances, il avait notamment décroché la saison dernière une médaille d'or lors des championnats de France de cross. Théo commence également le saut en longueur, sa marge de progression est importante et il doit acquiescer la bonne méthode en enchaînant les répétitions à l'entraînement. »

Comment Théo gère-t-il cette période de confinement ?

« Nous restons en contact avec son coach allonnais Frédéric Hamel. Théo a un programme d'entraînement et d'entretien à suivre pour rester en forme. Très régulièrement, nous effectuons de longues sorties en VTT, nous complétons également avec du renforcement

musculaire et du cross. Il est important de garder un certain niveau pour appréhender au mieux le retour à la compétition. C'est un besoin pour mon fils, le sport fait partie de son équilibre et de son bien-être. »

À 19 ans, l'avenir semble radieux pour Théo, quels sont ses objectifs ?

« C'est vrai que ses dernières performances sont encourageantes, malgré tout, il reste du travail, le plus important reste qu'il prenne du plaisir et qu'il s'éclate. Nous avons évoqué dernièrement avec Gérard Gallo les jeux paralympiques de Paris en 2024, s'il continue à progresser, pourquoi ne pas y participer et se fixer cette échéance ? Nous verrons

l'évolution de ses performances, tant qu'il l'amuse, nous ne fixons pas de limite. »

Quel regard portez-vous sur l'implication de la JS Allennes auprès des athlètes handicapés ?

« Les dirigeants et les coachs de la JSA sont très impliqués avec les jeunes, la réussite de Noua Adams et de Mathieu Loiseau en est la preuve. Théo s'entraîne également à Nantes deux jours par mois au pôle excellence avec Antoine Château, il évolue dans un cadre structuré qui lui permet de progresser sereinement. Le sport a permis à mon fils d'acquiescer énormément d'autonomie dans sa vie de tous les jours, la rigueur du haut niveau l'aide énormément. »