

« C'est compliqué de se projeter »

Les athlètes de la JSA ont repris les entraînements en extérieur. Le coach Xavier Lehérissier évoque cette reprise et le bonheur de se retrouver pour pratiquer l'athlétisme.



Les jeunes de la section athlétisme de la JS Allonnes restent motivés malgré les circonstances.

Photo: Le Maine Libre

« Le Maine Libre » : Quelle est votre organisation depuis votre reprise au mois de décembre dernier ?

Xavier Lehérissier : « Après la fin du second confinement début décembre, nous avons repris sur les mêmes bases que le début de saison. Nous avons maintenu nos trois séances hebdomadaires en adaptant les horaires pour respecter le couvre-feu à 20 heures. Dorénavant, il faut s'adapter avec un couvre-feu à 18 heures, nous pouvons uniquement proposer deux séances, le mercredi après-midi et le samedi

matin. Malheureusement, cela limite l'accès à l'entraînement à de nombreux licenciés qui ont des obligations professionnelles la journée. Nous pouvons quand même compter sur un noyau dur d'une quinzaine d'athlètes. »

Dans quel état d'esprit sont vos athlètes et quelles séances leur proposez-vous ?

« Nous travaillons dans une très bonne ambiance, c'est vraiment un plaisir de se retrouver tous ensemble pour pratiquer notre passion. L'important est de passer du bon

temps. Je propose des séances ludiques, nous avons vraiment besoin de nous amuser et de nous défouler. Ces séances sont un véritable bol d'air, nous avons énormément d'étudiants qui suivent des cours en visioconférence, des adultes sont aussi en télétravail, cela nous permet de recréer un peu de liens. Cette période est vraiment compliquée à gérer, surtout au niveau mental. »

Comment envisagez-vous la suite de la saison ?

« Pour le moment, nous avons complètement laissé de côté les objectifs

sportifs, nous sommes uniquement sur une base de plaisir. J'ai l'espoir d'une reprise des compétitions pour le mois d'avril et le début de la saison estivale. Malheureusement, c'est très compliqué de se projeter, nous avons relancé une dynamique très intéressante lors de la reprise de septembre. Malheureusement, la coupure de novembre a démotivé de nombreux licenciés. Il faut sans cesse s'adapter, surtout si nous subissons dans les prochaines semaines un nouveau confinement. »