

« Jamais je n'aurais pensé devenir un jour entraîneur »

Investie depuis maintenant cinq saisons à la JSA athlétisme, Céline Le Guillou est devenue une personnalité incontournable et très appréciée.

« Le Maine Libre » : Comment êtes-vous arrivée à la JSA athlétisme ?
Céline Le Guillou : « J'ai toujours été très sportive, je pratiquais régulièrement le vélo mais je n'avais jamais été licenciée dans un club. Il y a cinq ans, j'ai décidé de commencer la course à pied mais je ne voulais pas courir seule. Habitant Allonnes, je me suis naturellement tournée vers la JSA athlétisme avec qui j'ai tout de suite accroché. À la fin de ma première année, les dirigeants du club m'ont sollicitée pour intégrer le bureau et j'ai accepté avec plaisir. »

Vous assurez depuis maintenant plusieurs années le coaching des jeunes de la section, s'agissait-il d'un souhait de votre part ?

« Cela s'est fait naturellement. J'ai commencé à donner un coup de main lors des stages de Noël. Le club manquait de bénévoles pour s'occuper des jeunes et m'a proposé de prendre un créneau le mercredi après-midi. J'ai évolué pendant deux saisons avec les poussins, je suis dorénavant avec la catégorie Benjamin/minime. Cela regroupe des enfants de 11 ans jusqu'à 14 ans. Nous travaillons sur un créneau le mercredi et un autre le vendredi. Je prends énormément de plaisir avec les jeunes, j'ai noué des liens forts avec les enfants et leurs parents. Je m'éclate vraiment dans cette mission. »

Avez-vous découvert d'autres aspects de votre personnalité depuis que vous êtes investie auprès des jeunes du club ?

« Je suis quelqu'un de très timide et de réservé. Jamais je n'aurais pensé devenir un jour entraîneur. Ce rôle m'a permis de développer de nouvelles choses. J'apprends énormément avec les enfants, ils m'apportent beaucoup. Généralement je ressors pleine d'énergie de mes séances d'entraînements avec eux. »

Voulez vous continuer à vous former dans les années à venir ?

« Quand le club m'a proposé une formation pour pouvoir entraîner les



À 39 ans, Céline Le Guillou (à droite) s'éclate avec les jeunes athlètes de la section Athlétisme de la JSA.

PHOTO : LE MAINE LIBRE

jeunes, je n'ai pas hésité. J'ai obtenu un diplôme d'État 1^{er} degré, il s'agit d'une formation très complète qui me permet d'enseigner toutes les disciplines de l'athlétisme. Je me sers également de l'expérience de Fred Hamel et Xavier Leherissier pour parfaire ma formation. J'envisage à l'avenir de passer le deuxième degré. C'est un projet qui me tient à cœur mais qui nécessite beaucoup de temps. Il n'est pas toujours facile de pouvoir concilier vie professionnelle, vie personnelle et sport. J'ai cependant beaucoup de chance d'avoir une famille très compréhensive qui me laisse vivre ma passion. Nous verrons bien ce que l'avenir me réserve, je ne me ferme aucune porte. »

Vous avez terminé dernièrement votre deuxième marathon, quels sont vos futurs projets sportifs ?

« En effet, j'ai fait mon deuxième marathon il y a deux semaines à Vannes. Malgré une bonne préparation, je n'ai pas réussi à finir dans mon objectif temps. Les conditions très difficiles m'ont beaucoup pénalisées. Je suis malgré tout contente de l'avoir terminé. Je prends aussi plaisir à faire des trails car en plus de l'effort physique, je profite de la nature, je m'éclate vraiment dans cette discipline. J'envisage à moyen terme de partir sur un 55 km. Mon rêve serait de faire les 177 km du Morbihan. J'aime me prouver à moi-même que je suis capable de relever les défis. Tant que je prends du plaisir, je ne me fixe aucune limite. »