

## SPORTS

# L'Ailette, écrin pour triathlon

**CHAMOUILLE** Le 21 mai aura lieu le triathlon de l'Ailette, avec 1000 athlètes.

Un dimanche dans l'eau, sur un vélo et baskets aux pieds, à dire ainsi, ça ressemble un peu à des vacances. Dimanche prochain à l'Ailette, ce programme sera synonyme de souffrance physique pour les athlètes qui prendront le départ du triathlon du Chemin des Dames. Petits et grands sportifs auront d'abord droit à de la natation, puis ce sera le vélo avant la course à pied (le principe du triathlon!). John Todek de l'association sportive de Chamouille Cap'Aisne est enthousiaste et croise les doigts pour que la météo soit clémente. « L'année passée, il a fait mauvais, pour les concurrents ce n'est pas drôle mais c'est ainsi, par contre pour le public c'est terrible. »

Celui qui est aussi triathlète a tout à fait conscience qu'organiser une telle épreuve sur et autour du lac de l'Ailette est une chance. « C'est un très bel endroit. Dans la région nous avons peu de lieux aussi agréables. En plus, le secteur permet de faire des circuits vélo ou course à pied assez exigeants. Certains concurrents viennent ici car ils savent que c'est assez exigeant. Nous avons 700 mètres de dénivélé

pour la partie vélo. » Ainsi après le format S le matin (750 m dans l'eau, 20 km de vélo et 5 km de course à pied), les plus jeunes prendront le relais avant les pointures en début d'après-midi. « Ils partiront pour 1,5 km de natation, 40 de vélo et 10 de course à pied. La course traversera 14 communes », rappelle l'organisateur, qui aura à ses côtés environ 150 bénévoles pour assurer l'encadrement de l'épreuve.

**L'objectif est de faire vivre le territoire et la base nautique de Cap'Aisne**

Une épreuve qui affiche complet depuis plusieurs semaines. « Il reste quelques places pour le format S mais c'est tout. Nous aurons 1000 concurrents ce qui est très bien. C'est 33% de plus que l'année dernière. »

Le but de John Todek et de son association, c'est de faire vivre le territoire et la base nautique. « Nous entretenons de très bonnes relations avec les responsables de la



John Todek croise les doigts pour que la météo soit clémente.

base nautique et le syndicat mixte qui gère le site. Nous sommes heureux que le triathlon valorise l'endroit. Après, nous ne sommes pas là

pour faire de l'argent. » Et comme clin d'œil au Centenaire de la Grande Guerre, les coupes auront des formes de

douilles d'obus et une équipe franco-allemande participera à l'épreuve. Une belle union sportive. ■ SAMUEL PARGNEAUX

## DEVENIR UN TRIATHLÈTE

Pour préparer un triathlon, il faut s'y prendre quelques semaines voire quelques mois à l'avance. John Todek qui participera prochainement à une épreuve longue distance donne quelques conseils. « Pour un petit format comme le S, il faut s'y mettre quelques mois avant. Travailler en piscine, car la partie natation c'est souvent la discipline la plus compliquée. Et puis il faut que chacun se dise que

nager en piscine c'est différent que de nager en eau vive. Pour exemple, dans le lac de l'Ailette vous ne voyez rien. Il faut aussi bien travailler le passage du vélo à la course à pied, parce que ça peut faire mal... C'est un sport tendance, mais c'est très exigeant. Et pour ceux qui voudraient se préparer sur des formats M ou L voire plus, la préparation se compte parfois en années. »

## SPORTS

# Le football féminin se développe

## AULNOIS-SOUS-LAON

La France va vivre au rythme de la semaine du football féminin. Jusqu'au samedi 20 mai, les ligues et les districts organisent divers événements dédiés à cette pratique, l'occasion de rencontrer Joël Druart, entraîneur de l'équipe féminine seniors de l'US Aulnois, la seule du Laonnois.

Que pensez-vous de l'évolution du football féminin ?

Le développement du football féminin s'est accéléré ces dernières années. Les victoires de Lyon en coupe d'Europe et les bons résultats de l'équipe de France ont permis une médiatisation importante et le regard des gens sur le football féminin a changé. Grâce aux actions mises en place par la fédération, le nombre de licenciés a augmenté. Mais les compétitions restent difficiles à organiser car dans certaines régions, il y a encore trop peu de pratiquantes, trop



Joël Druart, entraîneur depuis cinq ans de l'équipe féminine seniors de l'US Aulnois.

peu d'équipes. Notre championnat départemental à 7 ne comprend que huit équipes. Les déplacements sont parfois assez longs.

Quels axes doivent être développés pour développer le football féminin ?

Ils faut faire en sorte de trouver des infrastructures, des éducateurs et

des dirigeants disponibles pour accueillir les licenciés féminines. Des actions spécifiques peuvent être menées dans les écoles pour attirer les filles. D'ailleurs, ces dernières années, grâce à cette démarche à l'initiative d'Emmanuel Lambot, l'US Aulnois a vu arriver plusieurs jeunes licenciées.

Quelles qualités pour entraîner une équipe féminine ?

Je veille d'abord à placer chaque fille sur un pied d'égalité. Sinon, il faut instaurer une discipline mais sans être trop autoritaire, savoir faire la part des choses. La communication est importante. Les filles ont besoin qu'on leur parle mais aussi d'être mises en confiance. Je doit aussi faire preuve de beaucoup de patience et être assez pédagogue pour gérer les petits conflits entre joueuses. ■

Propos recueillis par notre correspondant CHRISTOPHE SEREC Renseignements au 07 85 23 73 46.

## RENDEZ-VOUS

### AUJOURD'HUI

#### SISSONNE

##### Grande nuit du jeu

L'Espace jeunes de Sissonne organise une grande nuit du jeu ce vendredi de 17 heures à 2 heures du matin, dans la salle des fêtes. Cette soirée, ouverte à tous, permettra au plus grand nombre de découvrir, ou redécouvrir, le plaisir du jeu de société. Il y en aura pour tous les âges. L'entrée est gratuite.

### DEMAIN

#### TAVAUX-ET-PONTSÉRICOURT

##### Concours de pétanque

La société de pêche de Tavaux organise un concours de pétanque samedi au boudodrome. Inscriptions à 13 h 30 et début du concours à 14 heures.

### À VENIR

#### CHALANDRY

##### Brocante

Le comité des fêtes organise une brocante dimanche 21 mai sur la place et autour de l'Eglise.

#### ÉTOUVELLES

##### Brocante

L'Association Loisir et Détente organise sa brocante ce dimanche. La buvette et la restauration seront assurées sur place. Les réservations seront enregistrées par téléphone au 03 23 20 42 72.

#### AULNOIS-SOUS-LAON

##### L'art en fête

Le dimanche 21 mai 2017, de 9 à 17 heures, à la salle des fêtes, l'association Famille rurales d'Aulnois organise une journée « l'art en fête » avec une bourse aux livres, exposition de photos et de peintures et jeux pour enfants. Renseignements au 03 23 22 83 55 ou 03 23 22 83 96. Restauration rapide sur place

#### NOUVION-ET-CATILLON

##### Sortie aux Michettes

L'association Loisirs et Animations de Nouvion et Pont-à-Bucy organise une sortie gastronomie/dansante à la ferme des Michettes, le samedi 27 mai. Le repas sera suivi d'une animation dansante. Départ : 11h 15, place du village. Retour : vers 18h 30. Renseignements et inscriptions : Bernard Nosek, Tel : 06 85 21 07 21. Mail : b.nosek@orange.fr