

# Charayron, Rio commence à Décines

Marquée par une saison 2013 très difficile, la championne d'Europe 2011 de triathlon n'abdique pas. Elle se relance à partir d'aujourd'hui, les JO de Rio 2016 déjà à l'esprit.

C'est une habitude depuis 2006 : Emmie Charayron aime défricher ses saisons à venir dans les labours des championnats du Rhône de cross. Et cette année encore, la jeune triathlète internationale (24 ans le 17 janvier) accroche son premier dossard de l'année ce dimanche à Décines aux départementaux sur le circuit du Mamelon. Elle aurait pourtant eu toutes les raisons de ne pas y revenir cette fois car, il y a un an, l'exercice l'avait durablement laissé sur le carreau...

Usée par l'éreintante année olympique en 2012 (18<sup>e</sup> à Londres), la championne d'Europe 2011 n'avancait déjà pas aux départementaux à Belleville (4<sup>e</sup>) et deux semaines plus tard aux Régionaux à Vénissieux (9<sup>e</sup>). En cause, un gros retard de préparation et surtout une fracture de fatigue au tibia, encore non diagnostiquée, qui allait tuer dans l'œuf sa saison de triathlon. Huit semaines d'arrêt à cette période charnière ne se rattrapent pas... « Je n'ai pas réussi à pren-

dre le dessus, analyse-t-elle. Je n'ai fait que courir après la forme. » Seulement 25<sup>e</sup> des championnats d'Europe, elle a traversé la saison dans le ventre mou des manches de Coupe du monde (32<sup>e</sup> à Madrid, 38<sup>e</sup> à Hambourg, 23<sup>e</sup> à Stockholm). « J'étais perdue : je voulais courir en me disant que ça me ferait de l'exercice, dit-elle. Mais après coup, j'étais encore plus dégoûtée. Ça n'a peut-être pas été la bonne stratégie. »

## « Tellement habitée par mon projet... »

Ce n'est qu'en toute fin de saison qu'elle allait apercevoir une petite éclaircie en terminant 9<sup>e</sup> des Mondiaux espoirs... « J'étais sortie avec les meilleures en natation, j'avais pesé sur la course. Bon, j'ai été rattrapée par ma méforme en fin de course, mais c'était presqu'une victoire finale », selon l'ancienne championne du monde junior qui n'avait jamais connu une telle disette. « Cela a été la

grosse déprime, avoue-t-elle, mais cela n'a jamais altéré mon enthousiasme. Je suis tellement habitée par mon projet que je n'ai pas vraiment douté. Je suis toujours aussi motivée pour aller jusqu'aux JO de Rio (2016). »

Les vacances ont donc été courtes, une ou deux semaines pas plus, avant de repartir à l'entraînement. A quatre mois de débiter en Coupe du monde, sans doute à Cape Town en Afrique du Sud (26 avril), en préambule d'une saison marathon qui s'achèvera en novembre à Rio, la forme commence à pointer le bout



■ Emmie Charayron à la peine l'an dernier lors des championnats du Rhône de cross à Belleville sur Saône. Photo Maxime Jegat

de son nez. « Je n'ai aucun bobo, sourit-elle, aucun retard, rien à voir avec l'an passé. » La dernière fois qu'elle avait débuté l'année en pleine possession de ses

Benjamin Steen

## Jaillardon pour la passe de deux

Vainqueur l'an dernier des championnats du Rhône à domicile à Belleville, Renaud Jaillardon (Athlé Calade Val de Saône) a les cartes en main pour garder son titre à Décines. Il sera principalement opposé aux athlètes de Lyon Athlétisme. Fernando Da Silva (2<sup>e</sup> en 2012) est forfait, mais il faudra surveiller Guy-Noël Rouania auteur d'un gros chrono aux 10 km de Nice (30''29).

Romain Cabart et Fabien Fuster qui avait créé la surprise en 2011 en devenant champion du Rhône justement sur le circuit décinois du Mamelon... Un gros cross court est également à prévoir entre Igor Bougnot (ESL) et le traileur tassulinois Emmanuel Meyssat habitué aux podiums régionaux et interrégionaux. Chez les femmes, la victoire devrait se jouer entre Emmie Charayron

(Asvel), Hélène Guet (Décines Meyzieu Athlé) et Anne-Sophie Vittet (Lyon Athlé). C'est plus ouvert sur cross court alors que la lauréate en 2013 Félicitas Mensing (ESL) a repris le chemin de l'Allemagne pour raison professionnelle.

B.S.

> Championnats du Rhône de cross aujourd'hui à Décines. Début des épreuves à 10 h 15. Épreuves seniors à partir de 14 h 30.

12/01/2014