



CHAMPIONNATS D'EUROPE ZURICH - 12-17.08.2014

JOËLLE GOLAY EN QUÊTE D'UNE PLACE EN DEMI-FINALES DU 200 M.



Décrocher une qualification pour un grand championnat international est une chose que tout athlète suisse veut goûter une ou plusieurs fois dans sa carrière. Pour certains il s'agit d'une formalité réglée dès la première compétition sérieuse de la saison. Pour d'autres c'est un peu plus compliqué à réaliser. Joëlle Golay n'en est pas à son coup d'essai puisqu'en 2006 elle s'était déjà qualifiée sur 200 m. pour les championnats du Monde U20 à Pékin et rebelote trois ans plus tard pour les championnats d'Europe U23 à Kaunas. L'an dernier avait été pas mal non plus avec deux autres qualifications : les Universiades à Kazan et les Jeux de la Francophonie à Nice. Pour les suisses en 2014, la convergence s'appelait Zurich pour des championnats d'Europe "à la maison". Et cette fameuse qualification, Joëlle l'a obtenue dès son premier

200 m. à Zofingen où elle a réussi un superbe 23"53. Une semaine plus tard, elle confirmait cette performance avec un nouveau record personnel en 23"42 face à 1,0 m/s de vent. En confiance, elle a également fait un bond incroyable sur 100 m. Après un premier record du club à 11"83 lors des CSI, elle a couru ensuite en 11"72 lors d'Athletissima et surtout en 11"42 (+2,0 m/s) lors d'une course de folie à Bulle, le 12 juillet. Après les championnats suisses de Frauenfeld à l'issue desquels une belle médaille d'argent a été décrochée sur 200 m., sa préparation s'est déroulée principalement à Regensdorf. Sur la belle piste du stade Wiesacher, où elle avait décroché en 2005 ses deux premières médailles individuelles chez les juniors (l'argent sur 200 m. et le bronze sur 100 m.), l'accent a surtout été mis sur le peaufinage des différents passages du relais avec les cinq autres filles de l'équipe du 4 x 100 m. Entre-deux, Joëlle a aussi eu la possibilité de revenir quelques jours à Lausanne pour des entraînements spécifiques qui lui étaient propres. C'est donc en toute sérénité que l'affûtage s'est effectué et ce n'est pas vraiment le meeting test de Langenthal qui aura pu troubler cette bonne lancée, malgré un chrono de 11"91 sur 100 m. logiquement décalé car réalisé dans des conditions de fatigue évidentes. En fin de stage, la récupération était donc devenue une priorité, malgré les incontournables conférences de presse à assurer comme celle du samedi 9 août. Les deux jours suivants à Lausanne, où musculation et starts étaient au programme, ainsi que les deux dernières séances dans l'enchaînement, à nouveau à Regensdorf, ont permis d'achever le processus sur une impression fort positive. Les chronos et l'attitude de l'athlète montraient que tous les feux étaient au vert. Voilà que les dix mois de préparation intense étaient sur le point de trouver enfin ce point d'orgue tant attendu avec ces séries du 200 mètres des championnats d'Europe de Zurich.

Jeudi 14 août 2014, 8:20 : Joëlle arrive sur le stade du Sihlhölzli et débute son échauffement une heure après, sous la bienveillance de Laurent Meuwly. La première call room est fixée à 10:25, mais une minute avant de délai, Joëlle est toujours dans ses starting-blocs pour un ultime start. "200 m., serie 1, last call for Joëlle Golay" crie le haut-parleur. Laurent lui montre l'endroit où aller. Au loin derrière les barrières - mais grâce à un Securitas conciliant - un signe lui est adressé, d'abord pour l'encourager, mais surtout pour lui dire de se grouiller ! Ouf, il était quand même moins une... La croix étant mise, le départ des sept sprinteuses pour le Letzigrund peut donc avoir lieu. A ce moment-là, immanquablement, les muscles vont se refroidir. Il faudra vite remettre les gaz pour peaufiner la fin de l'échauffement, juste avant la deuxième call room prévue pour 10:50.



10:55 : Joëlle entre dans le stade (hélas un peu vide dans les gradins des deux lignes droites) et range ses affaires dans le bac derrière le plot de départ n° 3. Elle met un peu plus de temps que les autres pour régler ses starting-blocs, mais le timing est encore bon, tout comme ses deux dernières accélérations. Le temps de lui glisser un petit mot et voilà déjà la présentation des concurrentes de cette première série du 200 m. : au couloir 2 l'Anglaise Bianca Williams, la favorite de la course, au 3 Joëlle Golay, au 4 la Slovaque Lenka Krsakova, au 5 l'Ukrainienne Nataliya Strohova, au 6 la Hongroise Eva Kaptur, au 7 l'Italienne Irene Siragusa et au 8 la russe Yekaterina Vukolova. Comme pour tous les athlètes suisses, Joëlle est bien applaudie par le Swiss Fan Corner. Les copines du club, Gaëlle Overney, Chloé Oberson, Anouk Strahm et Delphine Balliger sont également là avec une grande banderole confectionnée tout spécialement pour cette occasion. En attendant la fin de la présentation des autres athlètes, Joëlle reste en mouvement, bouge d'avant en arrière, sautille et se tapote la cuisse droite avec le poing. Alea jacta est.



11:10 : Alors que le starter donne ses ordres, Joëlle se signe, sautille une dernière fois et se met dans ses blocs. Le coup de feu retentit et la course s'emballa avant d'être interrompue après vingt mètres. Malgré les brouhahas du public, on a perçu un coup de feu de rappel car apparemment un faux-départ aurait été commis par Vukolova au couloir 8. Au final cette dernière ne reçoit qu'un carton jaune et la procédure de départ peut reprendre rapidement. Cette fois-ci c'est le bon, mais on a vu un temps de réaction de Joëlle quelque peu décalé par rapport à Williams. En fait les deux athlètes sont restées dans leurs blocs puisque les temps de réactions ont indiqué 197 millièmes pour la Britannique et 225 millièmes pour la Suisse. Un gouffre d'un dixième par rapport aux 127 millièmes de Vukolova, pourtant avertie une minute auparavant ! Malgré cette péripétie, Joëlle a respecté sa technique de départ en tombant pile sur la marque des 10 m. au huitième appui et en poussant encore au maximum sur les vingt mètres suivants. En sortie de virage, Strohova et Williams sont en tête avec un mètre cinquante d'avance sur les cinq autres filles qui se trouvent, comme à la parade, sur la même ligne à huitante mètres de l'arrivée. La lutte pour obtenir l'une des quatre places qualificatives va se jouer maintenant. En position très favorable, Joëlle n'avait plus qu'à achever cette ligne droite qu'elle maîtrise généralement très bien. Elle a fait son job à

merveille pour passer en quatrième position aux 150 m., mais alors qu'on pensait l'affaire bien ficelée, les deux sprinteuses des couloirs 7 et 8, Siragusa et Vukolova, ne se sont pas laissées faire et elles ont terminé en trombes. Ces deux retours ont eu pour Joëlle un effet de crispation malvenu. En se jetant sur la ligne, elle ne pouvait que constater sa cinquième place. Très vite le tableau d'affichage a donné son verdict : 23"82 avec +0,1 m/s de vent et surtout il confirme qu'il faudra attendre les résultats des quatre autres séries pour connaître le nom des quatre repêchées au temps. L'attente est longue pour Joëlle car les séries ne se disputent que toutes les huit minutes. Dans la deuxième course, l'Anglaise Jodie Williams s'est imposée devant Mujinga Kambundji, qui en 23"05 a amélioré le record suisse U23 W. Une très bonne nouvelle, accompagnée d'une autre bonne info : en 23"90, la cinquième de cette course se classe derrière Joëlle; c'est toujours ça de pris. La



troisième série a vu la disqualification pour faux-départ de la Française Jennifer Galais. En pleurs, la Tricolore est sortie du stade sous de gros applaudissements du public, attendri par ce qui venait de se passer. Cette série a finalement été remportée souverainement par la Hollandaise Dafne Schippers, la toute fraîche championne d'Europe du 100 m. En cinquième position, la Slovène Sabina Veit a couru en 23"72, ce qui repousse désormais Joëlle au deuxième meilleur chrono des viennent-ensuite. La série # 4 permet à Léa Sprunger de vérifier que son niveau de popularité est toujours aussi énorme, tout comme sa classe puisqu'elle a décroché une superbe deuxième place en 23"15, tout en mettant derrière elle la Bulgare Iveta Lalova. Cette course a été fort disputée avec trois "season's best" qui ont entraîné la Russe Yekaterina Renzhina à la cinquième place en 23"33. Avant la dernière série, les données étaient donc claires. Pour passer en demi-finales, il fallait que la sixième classée de cette course se retrouve au-delà des 23"82 de Joëlle. Auteurs de records personnels semblables à celui de notre Lausannoise (23"42), la Turque Nimet Karakus (23"40), la Chypriote Ramona Papaioannou (23"44) et l'Italienne Martina Amidei (23"49) font figures d'épouvantails pour l'obtention des derniers sésames. Karakus étant moins forte cette saison, on a tout de suite compris qu'il fallait surveiller les prestations de Papaioannou et de Amidei. Ca n'a pas raté car devant, c'est l'Anglaise Dina Asher-Smith qui a dominé la Française Myriam Soumaré. La Finlandaise Latvala a été très solide elle aussi en 23"13 alors que l'Irlandaise Kelly Proper a assuré son coup propre en ordre en 23"37. On s'est retrouvé donc là avec les deux filles susmentionnées, en pleine bourre pour empêcher Joëlle de passer pour le tour suivant. Les chronos sont tombés très vite, comme des fruits mûrs : 23"64 pour Martina Amidei et 23"70 pour Ramona Papaioannou; c'est tout bon pour elles et leurs performances provoquent le malheur de Joëlle puisqu'elle se voit être la première non-qualifiée pour les demi-finales. Il aura finalement manqué dix petits centièmes, par rapport à la Slovène Sabina Veit (23"72 contre 23"82). Ainsi Joëlle Golay termine au vingt-cinquième rang de ce 200 m. des championnats d'Europe de Zurich. Après sa demi-finale aux Universiades de Kazan et son cinquième rang aux Jeux de la Francophonie à Nice l'an dernier, elle a prouvé à Zurich qu'elle peut désormais se battre contre des athlètes cotées sur le plan international. Cette première toute grande expérience ne va pas manquer de lui donner de précieux enseignements pour continuer sa progression, déjà fulgurante cette année. Bravo à elle pour son engagement total et exemplaire durant ces dix mois de préparation absolument fantastiques à vivre.

200 M. WOM / SÉRIE 1

1.	1193		Bianca Williams	23"38
2.	1560		Nataliya Strohova	23"47
3.	1299		Irene Siragusa	23"61
4.	1453		Yekaterina Vukolova	23"69
5.	1477		Joëlle Golay	23"82
6.	1255		Éva Kaptur	24"07
7.	1497		Lenka Krsakova	24"69



L'ANALYSE DE JOËLLE GOLAY

Interviewée en zone mixte à l'issue de ces séries du 200 m., Joëlle Golay analyse à chaud sa prestation : "J'ai bien vécu cette compétition. Je pense que j'étais prête. Quand je suis arrivée sur le stade, j'étais assez calme. J'ai un temps de réaction qui n'est pas encore bon, mais voilà, ça a été une habitude cette année... Pourtant je pense que j'ai vraiment fait ce que j'avais à faire sur mes premiers mètres de course et en tous cas en sortie de virage je suis bien placée. J'ai réalisé un peu une course inverse de ce que j'ai pu faire par exemple lors de mon record. Là je sors du virage en étant bien placée et où je me dis que ça va aller; et donc je dois tenir et j'ai peut-être moins l'habitude de faire ça que de justement avoir des filles devant vraiment et puis que je me dise maintenant tu utilises ton relâchement pour revenir. J'ai beaucoup plus l'habitude d'avoir des courses comme ça. Mais voilà, c'est mon premier grand championnat international. Je fais une première partie de course tout à fait correcte et puis je me crispe à la fin et ça, ben il y a encore des choses à travailler de ce côté-là. C'est dommage; maintenant on verra pour la suite".