

# SPORTS

sport.union@sonapresse.com

## Sur les pistes de Désirée Nnegue

Willy NDONG  
Libreville/Gabon

**A**thlétisme. LE 1er décembre 2019, la jeune Désirée Nnegue Ella Ndong Assa (10 ans) remportait avec panache la course du 1 500 m, lors du dernier Marathon du Gabon. Son chrono : 00 06 min 17 sec. À la suite de ce record, nous lui avons consacré un article paru dans notre rubrique "Talents à suivre". Depuis cette date, qu'est-elle devenue ? " Depuis quelques semaines, de Désirée a débuté les entraînements au stade de Nzeng-Ayong, avec son nouvel entraîneur ", nous a confié Mme Ella, la mère de la jeune athlète. Ainsi, en milieu de semaine dernière, une équipe de reporters de L'Union s'est rendue au stade de Nzeng-Ayong pour suivre la préparation Désirée Nnegue Ella Ndong Assa... On y a vu la gamine, décontractée, l'allure d'une "star mondiale", la poitrine bien en avant à la Michael Johnson (8 fois champion du monde du 400 m), avaler à grandes enjambées, mètre par mètre, la piste. À la grande satisfaction de son nouveau coach, Léandre-Ulrick Mimboghe Biteghe. "Elle a du talent, cette jeune fille ! Elle a un potentiel énorme. À 10 ans seulement, sans entraîneur, elle a réalisé en décembre dernier, sur 1 500 m, un chrono de 06 min et 17 sec. Le record du monde de la distance, qui est de 3 mn 50 sec 07, est détenu depuis 2015 par l'Éthiopienne Genzebe Dibaba, 29 ans. L'écart d'âge entre les deux est énorme, mais la différence de chrono l'est moins. Si elle maintient le cap, elle ira loin. J'en reste persuadé", a souligné Léandre-Ulrick . Les entraînements de Désirée Nnegue se déroulent deux fois par semaine (mardi et samedi). Mais en quoi consistent-ils ? " Elle s'entraîne deux fois par semaine, du fait de son programme scolaire. Il y a d'abord la maîtrise des techniques de course. Comme vous le savez, chaque distance à une technique de course bien particulière. Et à cet effet, il

lui faut maîtriser celle du 1 500 m. Ensuite, il lui faut maîtriser le stade de Nzeng-Ayong. En effet, elle doit pouvoir trouver les points de repère de ce stade dont le tour fait 400 m. Elle doit ainsi savoir que 1 500 m c'est trois fois le tour du stade, plus 300 mètres. Où se situent les premiers mètres après avoir réalisé les trois tours du stade ? Autant de questions et des réponses pour elle. Ensuite, l'autre étape de son entraînement consiste à maintenir, au début de la course, un rythme bien précis qui va varier en fonction du chemin parcouru. Et enfin, sur chaque 100, 200, 300 et 400 m, elle doit pouvoir réaliser un temps précis. Et c'est l'ensemble de ses différents chronos qui fera sa performance sur 1 500 m", a encore indiqué Léandre-Ulrick Mimboghe Biteghe. Indéniablement, la jeune Désirée Nnegue a du potentiel et du talent. Progressivement, elle poursuit le chemin " jusqu'à ce que j'atteigne mes objectifs ", a-t-elle conclu.



Photo : BOUKARY L'Union

Désirée Nnegue Ella Ndong Assa a déjà un programme d'entraînement bien élaboré.

## Un mois de janvier bien chargé pour le sport gabonais

H.N.M  
Libreville/Gabon

**L**A troisième semaine de janvier, qui s'ouvre dans quelques jours, entrainera son lot de compétitions pour le sport gabonais, tant sur le plan national qu'international. En ouverture: les éliminatoires de l'Afrobasket 2021, qui se dérouleront du 14 au 19 janvier en Guinée Équatoriale. Suivra, deux jours plus tard, la Coupe d'Afrique des nations (CAN) de handball qui se jouera en Tunisie. Une compétition à laquelle prendront part les hommes de Jackson Richardson et Pablo Morel, pour la neuvième fois de leur histoire. Les Panthéresses, débiteront l'année 2020 par ce match prévu le 18 janvier au stade Augustin-Monedan de Sibang, face

à l'équipe de la RDC, comptant pour le premier tour des éliminatoires de la Coupe du monde U20 dames. Dans le même temps, le coup d'envoi de la Coupe du Gabon sera donné par les clubs de D3. Une édition marquée par le soixantième anniversaire de l'indépendance du Gabon. Ensuite le 20 janvier, dans le nord du Gabon, sera donné le départ de la 15e édition de la Tropicale Amissa Bongo, qui marquera le lancement de la grande boucle africaine et des courses cyclistes internationales



Photo : Wilfried MBINAH/L'Union

Le basket ouvre le bal des disciplines sportives gabonaises en ce mois de janvier.

grande boucle africaine et des courses cyclistes internationales. Côté tatami, outre Mazouz (-78 kg), on retrouvera Karene Agono Wora (-70 kg) et Paul Kibakai, du 23 au 25 janvier en Israël, pour le Grand prix de Tel-Aviv enfin. Le mois sera bouclé avec le démarrage du National-Foot 1 qui reprendra du service le 25 janvier. Avec, en ouverture, AS Dikaki contre le promu Bouenguidisport. Un championnat nouvelle formule qui aura 14 journées principales et 5 journées de play-offs. Sans oublier le Championnat scolaire et universitaire qui sera effectif dans quelques jours. Soulignons que le ministère des Sports s'est engagé à accompagner nos différents athlètes en lice dans ces diverses compétitions susmentionnées.