

SPORTS

sport.union@sonapresse.com

Mireille Bonardi : "Le confinement perturbe la préparation de Pierrick-Linda Moulin"

RÉVÉLATION de l'athlétisme gabonais, la sprinteuse a intégré cette année le Centre national et régional d'entraînement (CNRE) de Grenoble pour améliorer ses performances en pleine période de confinement due à la pandémie du coronavirus. Une situation pénalisante, estime son entraîneur, qui livre ses impressions sur sa pouliche et espère une possible qualification pour les Jeux olympiques de Tokyo, reportés en 2021.



Mireille Bonardi (droite) avec sa pouliche gabonaise.

Propos recueillis par Hans NDONG
MEBALE
Libreville/Gabon

L'union. Mme Bonardi, vous êtes la coach de PL Moulin, comment l'avez-vous rencontrée et pourquoi avez-vous accepté d'être son coach ?

Mireille Bonardi : " J'ai ren-

contré Pierrick dans le cadre du Centre national et régional d'entraînement (CNRE) pour lequel je suis référente pour le sprint haies courtes sur Grenoble. J'ai été contactée par son club pour la prendre en charge, car elle venait cette année sur Grenoble pour son projet professionnel. "

Qu'est-ce qui vous a marqué d'entrée chez elle ?

C'est une jeune fille ultramotivée et attachante, très demandeuse sans être chronophage, ni individualiste. Elle a tout de suite adhéré à mes exigences en termes de vie de groupe : respect des autres, des horaires, coopération dans les mises en place de matériel, prise en charge de l'entraînement quand je ne peux être là. Je suis professeur d'Education physique. J'entraîne un groupe très hétérogène quant au niveau de pratique et de l'âge, avec des jeunes qui sont très respectueux et à l'écoute les uns des autres, solidaires dans l'effort et dont les différences se complètent bien. Elle s'est d'ailleurs très rapidement fondue dans le groupe. Elle est ultramotivée, très à l'écoute quant aux consignes techniques, elle est assidue à l'entraînement et capable de s'entraîner seule quand elle le doit. Elle a une grande envie de progresser bien sûr, mais surtout d'apprendre. C'est une personne attachante, car elle est très gentille avec tout le monde, qui reste humble dans la réussite. Elle a aussi besoin d'être rassurée dans certaines circonstances, elle est réceptive aux conseils.

Quelle est sa marge de pro-

gression ?

C'est difficile à dire, car je ne la connais que depuis septembre 2019. Nous venons de conclure une saison hivernale positive. Avec un podium au championnat de France, 3e du 60m junior et qualification au France Elite, records personnels au 60m en 7"52 et 200m en 24"88. Mais le confinement, pour cause de Covid-19, perturbe sa préparation estivale. En outre, c'est pour elle une année de transition, tant personnellement que sportivement, socialement et professionnellement, il lui faut un temps d'adaptation. Elle quitte son environnement familial et, de fait, doit apprendre à gérer de nouvelles choses, les démarches administratives, le logement, etc. Elle doit se construire sur Grenoble un nouveau cercle de camarades, s'adapter à un nouvel entraînement, voir plus loin, créer une relation avec un nouvel entraîneur, entrer dans un projet de formation professionnelle.

Pensez-vous qu'elle a le potentiel pour être une grande championne ?

Elle en a, c'est sûr. Les qualités physiques et mentales y sont pour réussir de belles choses. Au fil des mois, on a constaté un développement musculaire

incroyable chez Moulin.

Est-ce, selon vous, seulement le fruit du travail ?

Pierrick est, de par son projet de formation au club de rugby de Grenoble, à cheval sur deux disciplines, l'athlétisme et le rugby. Nous collaborons au mieux pour coordonner les entraînements pour ces deux sports. Suite à une petite douleur aux ischios fin janvier, j'ai obtenu de ses entraîneurs du rugby de supprimer un des deux entraînements de musculation. Depuis fin janvier, et avant le confinement, son entraînement s'organisait sur la semaine comme suit : lundi préparation physique, avec des ateliers de bondissements, abdos, dorsaux, bras. Mardi, elle a jeu rugby ; mercredi, musculation et jeu rugby ; jeudi et vendredi la technique ; le week-end match ou compétition d'athlétisme. Le développement musculaire de Pierrick s'explique sûrement par son passage cette année de 1 à 3 entraînements sur la première partie de l'année dans ce domaine.

Moulin est-elle qualifiée pour les Jeux ?

Pour l'instant, elle a été contactée par la fédération gabonaise pour faire partie du relais. Ce qui est déjà une belle opportunité. Le report des JO lui laisse plus de temps pour les préparer, mais aussi pour progresser et, qui sait ?

Pour finir, parlez-nous du coach que vous êtes et de votre club. En ce qui me concerne, j'entraîne depuis plus de trente ans. J'ai commencé à l'Entente family stade de Reims athlétisme dès 1987, puis à l'Entente athlétique de Grenoble depuis 2003. J'encadre des cadets, juniors, espoirs et seniors, mais aussi des minimes que j'amène depuis mon collège. Ma spécialité est le sprint et les haies courtes, et mon dada c'est la technique. En ce qui concerne mon club, il accueille des jeunes issus d'autres clubs, qui viennent faire leurs études à Grenoble.

Anniversaire



L'UNIQUE

Les mots ne seront jamais suffisants pour exprimer toute notre gratitude à cette femme qui nous a donné la vie.

Maman, Mamie Hélène, elle est notre tout, elle est notre unique.

Tes enfants, petits-enfants et arrière-petits-enfants se joignent pour te souhaiter un joyeux anniversaire.

Et que le Ciel t'accorde de célébrer plusieurs autres anniversaires.