

PORTRAIT D'ATHLETE STEPHANE MARTHELY...

Fort d'une grosse performance au disque avec un jet à 60,82m, le week-end dernier à Vannes, Stéphane Marthély (Stade Rennais) a été retenu en Equipe de France pour le Championnat d'Europe par équipe à Braunschweig en Allemagne, une sélection bien méritée !



Portrait de Stéphane :

Vannetais d'origine, formé à Locminé avant de rejoindre le Stade Rennais en 2004, Stéphane Marthély fait partie depuis quelques années des meilleurs lanceurs de disque de l'Hexagone. Il est

entraîné par Aymeric Lesbleiz et possède un record à 60,84 m, réalisé en 2013, à 34 ans il est double Champion National hivernal du Disque et Vice-Champion de France Elite .

Comment as-tu commencé l'athlé et plus particulièrement le disque ? J'ai commencé en 6^{ème}, en cours d'EPS. J'ai lancé le disque plus loin que tout le monde très vite. Mon prof de sport, Bernard Canal, m'a dit "Un jour tu iras loin au disque". Mais avant de me consacrer véritablement au disque il y a 6 ans, j'ai été un touche-à-tout : handball, volley, haltéro... Il m'arrive aussi de lancer le poids où j'atteins un bon niveau.

Tu viens de t'approcher à 2cm de ton record personnel samedi dernier à Vannes, que tu avais réalisé l'an dernier, quelles sont pour toi les raisons de cette progression depuis l'année dernière ? C'est surtout une compréhension technique de la gestuelle du lancer. C'est aussi une émulation au sein de mon club et de mon groupe d'entraînement (athlètes et entraîneur). J'ai aussi compris les enjeux et accepté mon potentiel, même si c'est sur le tard.



Sélectionné en catégorie jeune en Equipe de France en 2000, tu décroches après 14 ans ta première sélection en Equipe de France A, que représente-t-elle pour toi ?

Pour moi, c'est un aboutissement et en même temps une suite logique.

Et pour ton entraîneur ?

Pour mon entraîneur, Aymeric Lesbleiz, cela représente une reconnaissance et une récompense des sacrifices réalisés depuis quatre ans. Et pour moi aussi d'ailleurs.

Quels sont tes espoirs pour cette sélection ?

Me faire plaisir avant tout et faire plaisir à ceux qui me soutiennent.



Quels sont tes objectifs sur cette fin de saison estivale ? France Elite ? Zurich (minima à 63m) ?

Les France Elite... Il va être temps de les gagner...! Quant à Zurich, ce serait la grosse cerise sur le gâteau.

Et pour finir quel est ton meilleur souvenir d'Athlé ?

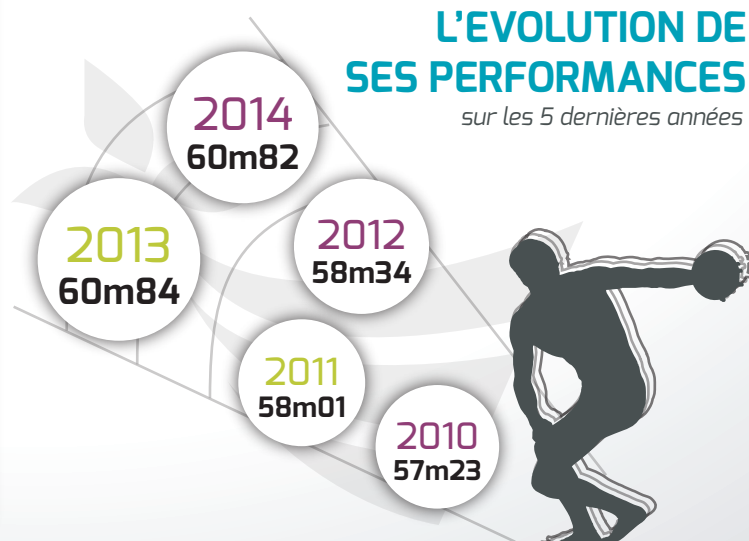
Ma première Coupe de France des spécialités au disque avec le Stade Rennais Athlétisme, en 2005, à Obernai. Je lançais avec Olivier Fiot, Pascal Desbordes et Jean-Noël Nault. Nous avons fini 2^{ème}. Superbe moment entre sportifs et copains !

La Ligue de Bretagne d'Athlétisme te souhaite bon courage pour cette sélection et le reste de ta saison !



L'EVOLUTION DE SES PERFORMANCES

sur les 5 dernières années



Retrouvez nous sur Facebook : Ligue Bretagne d'Athlétisme

Ou sur le site officiel : <http://bretagneathletisme.athle.org/>

...ET DE SON COACH AYMERIC LESBLEIZ

Stéphane Marthély et Amy Sène
tous deux athlètes entraînés
par Aymeric Lesbleiz



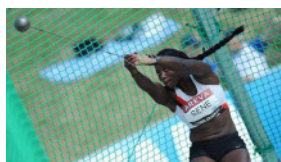
QUE REPRÉSENTE POUR TOI LA SÉLECTION DE
STÉPHANE EN EQUIPE DE FRANCE ?
"DE MON POINT DE VUE, C'EST
QUELQUE CHOSE DE MAGNIFIQUE, UN EXPLOIT !"

Portrait d'Aymeric :

Je suis marié, j'ai trois enfants et je suis professeur d'EPS. J'ai pratiqué l'athlétisme et plus particulièrement le lancer de marteau jusqu'en espoir au club de Paimpol (*en anecdote, j'ai possédé tous les records de Bretagne de la discipline pendant une semaine avant que mon copain d'entraînement ne décide que cela faisait trop pour moi et qu'il était temps de les partager. Cet ami, c'est Gilles Dupray bien sûr !*)

Comment es-tu venu à entraîner au lancer et plus particulièrement au Disque ? Après un break de 4 à 5 ans, par l'intermédiaire de Francis Kerbirou et JB LeBizec, je suis retourné sur un stade, j'ai signé une licence au stade Rennais Athlétisme pour rendre service aux interclubs et m'occuper des jeunes sur les lancers (poids, disque et marteau).

Comment vous êtes-vous rencontré avec Stéphane ? Est depuis combien de temps l'entraînes-tu ? La première fois que j'ai rencontré Stéphane, cela devait être lors d'un stage Ligue à Paimpol où j'étais être encore athlète et lui tout jeune pratiquant. Ensuite, quand il rejoint le Stade Rennais en 2003, nous nous sommes côtoyés régulièrement. C'est en 2010 que je lui propose de prendre le relais de Pascal Debordes et Olivier Fiot qui pour des raisons professionnelles et familiales avaient moins de temps pour s'occuper de lui. Mon idée était qu'il entre dans le projet d'une pratique de haut niveau dans lequel Amy Sène et moi étions installés en vue d'une participation aux Jeux Olympiques de Londres.



Quels sont vos points communs ? Le plaisir de s'entraîner ensemble, de partager une grillade, d'enfiler une combinaison de plongée, moi de parler au téléphone et lui de m'écouter.

Depuis l'an dernier Stéphane a passé un cap en franchissant la barre des 60m quelles sont les raisons de cette progression pour toi ? Le cap il l'a passé lors de notre première année de travail en commun en acceptant de changer ses habitudes d'entraînement, d'augmenter la quantité de travail, de réfléchir à sa pratique et d'intégrer ces exigences à sa vie de tous les jours. Ensuite les choses peuvent mettre du temps à se mettre en place.

Que représente pour toi la sélection de Stéphane en Equipe de France ? De mon point de vue, c'est quelque chose de magnifique, un exploit !

Je m'explique : Après les Championnats de France cet hiver où, bien qu'il gagna le titre et fut meilleur performeur du moment, la Fédération ne lui accorda pas ses faveurs en ne

le sélectionnant pas à la Coupe d'Europe des lancers. De retour en Bretagne, effondré, il mit trois semaines avant de revenir à l'entraînement.

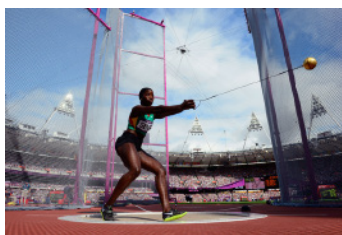
Début Avril, lors de notre première séance post-France, il avait perdu 8 kg et lançait de toutes ses forces son disque à 48m.

On a effectué un bilan, conclu que nous étions au fond du fond du trou, qu'il n'était plus possible de descendre plus bas, que tout ce nous allions faire à partir de ce moment nous ramènerait vers le haut et qu'il était hors de question d'abdiquer pour une sélection en Équipe de France. Il s'est tenu à ce projet avec détermination !!

Quels sont les objectifs pour vous pour la fin de saison ? France Elite ? Les Minimas pour Zurich (63m) peuvent-ils être envisageables ? Stéphane (60m82) et Amy (69m70 réalisé à Forbach le 25/05) sont en tête des bilans, nous iront en Champagne pour que tous les deux obtiennent pour la première fois le titre aux élites.

Concernant Stéphane et les minimas pour Zurich : à l'entraînement comme en compétition nous nous attachons surtout à réaliser de belles et efficaces choses dans le plateau, des gens généreux sont là pour nous donner la mesure...nous verrons bien.

En plus de cet objectif, cette année, le disque fait partie des épreuves du Décanation, Stéphane ayant ouvert la porte des sélections, à lui d'y prendre ses habitudes...



De son côté Amy visera un troisième titre continental à Marrakech et une participation de qualité à la Coupe Intercontinentale qui se déroulera aussi à Marrakech au mois de septembre.

Pour finir, quels sont tes meilleurs souvenirs d'entraîneurs ? Mes meilleurs souvenirs en tant que coach ne sont pas encore réalisés !



Retrouvez nous sur Facebook :
Ligue Bretagne d'Athlétisme

Ou sur le site officiel :

<http://bretagneathletisme.athle.org>