

ZOOM SUR ... CAMILLE ICHANJOU

Arrivée en septembre 2014 au club de Blagnac, la protégée de Pierrick Chamayou nous livre quelques informations sur son quotidien, ses perfs et ses objectifs.

Spécialiste des sauts horizontaux avec un record en longueur à 5m66 (5m85 avec du vent trop favorable) et à 12m72 au triple saut (12m76 avec vent trop favorable), elle réalise des performances de niveau national régulièrement et s'est qualifiée plusieurs fois pour des championnats nationaux. Malgré une courte saison hivernale, Camille a tout de même obtenu sa qualification pour les Championnats de France espoir qui se dérouleront à Rennes les 20 et 21 février prochain. Belle perf !!

A la veille de compétition, découvrons à travers ces quelques questions, le portrait de cette dynamique athlète !

INTERVIEW DE CAMILLE

Bonjour Camille, peux-tu te présenter ?

Bonjour!

Je suis Camille Ichanjou, une étudiante toulousaine de 21 ans qui ne vit pas très loin de Compans Caffarelli. J'étudie à l'ESC Toulouse, juste à côté. Je me spécialise en marketing actuellement, et je me vois bien travailler dans l'agroalimentaire. D'ailleurs ... si quelqu'un recherche une stagiaire ...

Qu'est ce qui t'as amené à pratiquer l'athlétisme et quels sont les clubs d'athlétisme que tu as fréquentés?

J'ai découvert l'athlétisme en classe de troisième, lorsque ma professeure, une ancienne athlète, nous a enseigné des bases athlétiques pendant tout un trimestre. Ces deux séances par semaine étaient le moment le plus attendu de mon emploi du temps ! Ma professeure a remarqué mon enthousiasme et m'a encouragée à monter une équipe UNSS et à m'inscrire en club. Je lui en suis d'ailleurs très reconnaissante ! Ces premières compétitions m'ont beaucoup plu et à la rentrée 2009, j'ai rejoint le même club qu'un camarade de classe, le CA Balma. C'est dans ce club que j'ai commencé à être entraînée par Pierrick Chamayou.

As-tu fait ou fais-tu d'autres sports ?

Mon premier sport a été le basket que j'ai fait pendant une dizaine d'année, j'ai ensuite fait trois ans d'escalade.

Qu'aimes-tu particulièrement en athlétisme?

Mon péché mignon en athlétisme, c'est le saut. Et plus spécialement le saut en longueur et le triple-saut. Ces sont les disciplines dont j'ai tout de suite été « mordue » et dans lesquelles j'arrive vraiment à me défouler. Je pense qu'elles correspondent bien à ma nature de grande enfant un peu casse-cou ... je n'en ai trouvé aucun autre qui m'amuse autant !

Peux-tu nous dire un mot sur tes entraînements ?

Je m'entraîne actuellement de 5 à 6 fois par semaine et toujours en compagnie de mon groupe, sauf parfois le mercredi et le week-end, où il s'agit juste de footings et d'exercices simples. Je côtoie certains amis d'entraînements depuis maintenant 6 ans. (Les « mamies » du groupe se reconnaîtront haha). Nous sommes une bonne petite équipe ! Notre groupe comprend des sprinteurs (60m, 100m, 200m et haies) et de sauteurs (longueur, triple). Nous faisons donc la majorité des séances en commun (la séance de renforcement/muscu, de courses longues, de sprint, de ppg) mais nous nous séparons au moment des exercices spécifiques, notamment pour les séances techniques sur le sautoir, le jeudi soir.

Peux-tu nous parler tes dernières compétitions, tes résultats et tes ressentis ?

Je n'ai pu faire que deux compétitions cet hiver, la première à Barcelone et la seconde à Bompas. J'ai fait presque la même performance aux 2, en triple-saut : 12m36 et 12m38. Cela reste correcte même si assez loin de mon record (12m77) car nous avons dû gérer au mieux ma préparation qui fut plutôt brève : de retour d'un stage à Paris, je n'ai pas pu bien m'entraîner en décembre et ai eu une tendinite au genou il y a peu. Mais depuis, tout est rentré dans l'ordre et j'ai pu régler des lacunes techniques, je me sens bien mieux que lors de ces dernières compétitions !

Quels sont tes objectifs pour cette nouvelle saison sportive ?

J'aimerais beaucoup me qualifier aux championnats de France espoir cet été, ainsi qu'aux championnats de France Élite. Sinon, J'aimerais pouvoir concourir pour le Mali lors des Jeux d'Afrique en Afrique du Sud, fin juin.

Tu seras à Rennes, le week-end prochain pour les Championnats de France Espoir. Ce n'est pas ta première qualification à des championnats nationaux. Comment abordes-tu la compétition ? Quels sont tes objectifs ?

J'aborde cette compétition le plus sereinement possible haha. Je ne suis pas stressée mais plutôt impatiente d'être dans la bataille. Cette saison hivernale n'a pas été très simple pour moi, mais je sais que j'ai progressé malgré tout. J'espère donc pouvoir enfin sauter à mon niveau. Je ne me suis pas vraiment donné d'objectif hormis celui de battre mon record et de tout donner.

Quel est ton meilleur souvenir en athlétisme ?

Mon meilleur souvenir est celui de ma troisième place aux Championnats de France, à Dijon, en catégorie Junior. J'avais passé une année difficile, car j'étais en première année de classe préparatoire, c'était vraiment l'aboutissement de beaucoup d'effort, en plus, toutes mes

copines d'entraînement était présentes lorsque je suis montée sur le podium... que d'émotions !

Quels sont tes plus fidèles supporters?

C'est sans aucun doute mes parents, et ma famille qui espère me voir courir un jour sous les couleurs du Mali, comme l'a fait mon oncle, Mamadou Diarra, ancien champion du mali du 200m et 400m.

Mais je peux aussi toujours compter sur le soutien de mon groupe d'entraînement et sur des amis qui me suivent aussi beaucoup et sont fiers de moi, même quand ils n'y comprennent rien !

Peux-tu nous dire un mot que le club de Blagnac ?

Je vois le club de Blagnac comme un club où chacun dispose des moyens de s'améliorer, de progresser, et tout cela dans une structure à taille humaine, avec un vrai esprit familial ! Je suis très reconnaissante envers le BSC pour son écoute quant à mes projets associatifs (j'ai pu établir un petit partenariat avec mon école de commerce) mais surtout pour son soutien dans mon projet sportif à long terme.

Merci beaucoup Camille d'avoir répondu à toutes ces questions et bonne chance pour le week-end prochain !