



BIENVENUE AMIS BELGES

L'évènement est d'importance et marquera une étape cruciale dans le long parcours de notre communauté d'entraîneurs qui s'est enrichie de l'apport considérable que constituent les hommes et femmes de terrain, de la Ligue Belge d'Athlétisme. C'est une véritable avancée en même temps qu'une reconnaissance certaine de l'œuvre que mène l'AEFA depuis plus d'un demi-siècle.

Serge Moreaux, à la tête des entraîneurs belges, avait débroussaillé le chemin avec Jean-Michel Garin et Christian Maignet, actuel D.T.N. Wallon, est venu apporter la touche finale à une collaboration de fait qui entre en vigueur avec ce numéro 219 de notre revue. Au-delà de l'apport de nouveaux abonnés, c'est le dialogue, l'échange et l'intérêt du pratiquant qui doit privilégier nos rapports.

Nous vous accueillons à notre table, chers voisins et amis, non pas avec l'intention d'en partager le festin mais pour en enrichir le buffet de vos expérimentations, de vos connaissances et de votre savoir à tous les niveaux. Dans un monde qui s'internationalise et dont les résultats sont de plus en plus difficiles à obtenir du fait d'une concurrence exacerbée entre les cinq continents, votre place à nos côtés, permettra, à n'en point douter, d'améliorer encore le rendement sportif des uns et des autres.

Bienvenue à l'ensemble des entraîneurs belges, nouveaux abonnés à la revue de l'AEFA et longue vie à notre collaboration actuelle et future ainsi qu'à notre amitié athlétique.

Le 219^{ème} numéro de notre revue est à vocation généraliste. Vous y trouverez, outre une présentation de l'athlétisme Outre-Québécois, un sujet traité par Charles Gozzoli sur les ingrédients de base servant à la mise en place du Baby athlé dans nos structures. La greffe d'un athlétisme à destination des tout-petits de 3 à 6 ans n'est pas sans dangers car il est en mesure de conditionner des apprentissages de manière négative autant que positive. C'est en ce sens que l'AEFA, arc-bouté sur le principe d'un athlétisme de qualité, quel que soit l'âge et le niveau d'expression, s'engage dans cette voie nouvelle. Nos seules certitudes quant au développement de ce nouveau pan d'activité résident sur l'absolue nécessité d'une formation spécifique de l'encadrement dont le seul but est d'amuser les petits élèves sous diverses formes à définir de manière globale et analytique.

Nos envoyés spéciaux nous relatent la cuvée 2015 de nos tricolores dans le concert international des championnats d'Europe, du Monde et le FOJE.

Enfin, il convient également de remercier l'Association des Entraîneurs d'Ile-de-France d'Athlétisme par l'intermédiaire de son président Alain Frérot qui nous permet de relayer le compte-rendu de leur colloque consacré à la récupération pour le performance qui s'est tenu en novembre 2014 à l'INSEP.

Bonne lecture à tous.

La Ligue Belge Francophone d'Athlétisme



La Ligue Belge Francophone d'Athlétisme (LBFA) est très honorée d'obtenir quelques pages dans la revue de l'AEFA, une référence qu'il ne faut plus présenter en Belgique francophone. Plus concrètement, un abonnement de groupe vers la Belgique a été officialisé pour les quelques 200 membres du Groupement des Entraîneurs Francophones d'Athlétisme, le GEFA.

Un remerciement particulier est adressé au Président Olivier Bretin, à la base de cet accord ainsi qu'à Charles Gozzoli qui a facilité les contacts. Cette coopération ne fait que renforcer les liens déjà établis avec la France. Un grand nombre d'entraîneurs français ont déjà eu l'occasion de venir en Belgique lors de compétitions, colloques ou comme consultant. La LBFA entretient aussi des contacts privilégiés avec sa voisine directe, la Ligue Nord Pas De Calais. Ces dernières années, un protocole d'accord a été établi permettant la participation réciproque d'athlètes dans les championnats de Ligue.

Cet article étant le premier d'une série, il nous semblait important de présenter notre Ligue et l'environnement dans lequel elle évolue. L'objectif sera par la suite de partager quelques expériences de terrain plus concrètes. Profitons de cette occasion pour saluer tous les entraîneurs des pays de la Francophonie, lecteurs de la revue de l'AEFA.

L'organisation de l'athlétisme en Belgique

Avant 1978, la fédération belge était unitaire. Seule la Ligue Royale Belge d'Athlétisme (LRBA) existait. Ce n'est qu'en 1978 que les deux ailes communautaires se sont constituées : la ligue francophone (LBFA) et la ligue flamande, la Vlaamse Atletiekliga (VAL). Celles-ci ont adhéré à la fédération nationale (LRBA), seule membre des Fédérations Internationales IAAF et EAA.

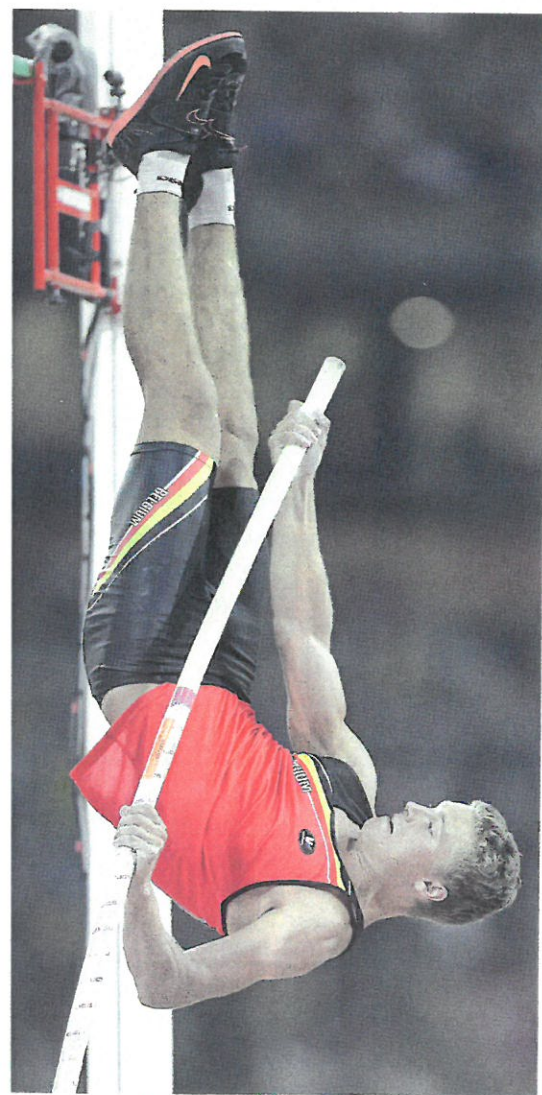
Sans entrer dans les détails, cette nouvelle orientation était la concrétisation de l'évolution politique en Belgique. Ce fut le cas à l'époque de pratiquement toutes les fédéra-

tions sportives. D'autres secteurs ont suivi ce processus qui est toujours d'actualité.

Pratiquement, cela signifie que les deux ligues sont organisées comme deux fédérations distinctes dans leurs communautés, bénéficiant chacune des subsides de leur ministre et ministère du rôle linguistique correspondant. Chacune met en place sa politique sportive, organise sa gestion administrative et financière avec son propre conseil d'administration, président et directeur technique. Les deux ligues se regroupent pour former conjointement la fédération belge (LRBA), celle-ci, non reconnue par les ministères, est financée par les deux ligues. C'est à ce niveau que sont établis les règlements des interclubs et championnats nationaux mais aussi les critères et la sélection pour les championnats internationaux. Pour ceux-ci, ce sont naturellement les meilleurs belges qui participent, quelle que soit leur ligue. L'organisation est assez compliquée mais la bonne entente existe entre les deux ligues. Les sièges administratifs des deux ligues sont situés dans le même bâtiment à Bruxelles.

■ Carte d'identité de la LBFA

- **Président** : Thomas Lefebvre
- **Secrétaire Général** : Léo Lefevre
- **La direction administrative** :
4 permanents
- **La direction technique** :
6 permanents dont un entraîneur
 - **Directeur technique** : Christian Maigret
 - **Coordonnatrice du Haut Niveau** :
Stéphanie Noël
- **Site internet** : www.lbfa.be
- **Facebook** : LBFA Ligue Belge Francophone d'Athlétisme



Arnaud Art

Olympiade 2013-2016				
	OR	ARGENT	BRONZE	TOP 8
CM				2013 : 4 ^{ème} J. Borlée (400m) 2015 : 5 ^{ème} 4x400m (J.Borlée, R. Vanderbemden, A. Gillet, K. Borlée) 2013 : 5 ^{ème} 4x400m (J.-K.-D. Borlée, W. Oyowé) 2013 : 8 ^{ème} N. Thiam (hauteur)
CM indoor				
World Relays			2015 : 4x400m (J.-K.-D. Borlée, J. Watrin)	
CE			2014 : N. Thiam (heptathlon)	2014 : 4 ^{ème} A. Zagré (100m haies) 2014 : 7 ^{ème} 4x400m (J. Watrin, K. Borlée) 2014 : 8 ^{ème} T. Moukriem (1500m) 2014 : 8 ^{ème} 4x400m (O. Borlée, L. Libert) 2014 : DNS J. Borlée (400m)
CE indoor	2015 : 4x400m (J.-K.-D. Borlée et J. Watrin)	2015 : N. Thiam (hauteur) 2015 : D. Borlée (400m)		2013 : 4 ^{ème} 4x400m (A. Gillet, K. Borlée, A. Ghislain) 2013 : 6 ^{ème} : N. Thiam (heptathlon) 2015 : 4 ^{ème} S. Bouchikhi (semi-marathon) 2015 : 5 ^{ème} S. Bouchikhi (10 000m) 2015 : 5 ^{ème} S. Bouchikhi (10.000m) 2013 : 6 ^{ème} C. Henry (perche) 2013 : 4 ^{ème} N. Thiam (hauteur) 2013 : 4 ^{ème} J. Watrin (200m) 2013 : 5 ^{ème} D. Borlée (400m)
Universiade			2013 : F. Smets (perche) 2015 : C. Henry (perche)	2013 : 6 ^{ème} T. Moukriem (1500m) 2013 : 7 ^{ème} O. Borlée (100m) 2013 : 7 ^{ème} M. Rizki (5000m) 2013 : 8 ^{ème} W. Oyowé (400m) 2013 : 8 ^{ème} R. Vanderbemden (200m) 2013 : 10 ^{ème} K. Ruell (1500m) 2015 : 7 ^{ème} A. Art (perche) 2015 : 8 ^{ème} C. Bolingo Mbongo (400m) 2015 : 8 ^{ème} R. Vanderbemden (200m) 2013 : 8 ^{ème} P-A. Balhan (800m) 2013 : 8 ^{ème} T. Moukriem (1500m) 2015 : 7 ^{ème} N. Van Den Broeck (100m) 2013 : 8 ^{ème} R. Vanderbemden (200m) 2014 : 11 ^{ème} C. Orcei (hauteur) 2013 : 5 ^{ème} J. Brackman (400m haies)
Jeux Francophonie	2013 : A. Gillet (400m) 2013 : A. Zagré (100m haies) 2013 : 4x100m (L. Leprince, L. Libert, C. Bolingo Mbongo, A. Zagré)	2013 : F. Smets (perche) 2013 : 4x400m (R. Vanderbemden, A. Gillet, D. Borlée, W. Oyowé)	2013 : C. Bolingo Mbongo (200m) 2013 : relais 4x100m (D. Broothaerts, K.-J. Borlée et J. Watrin)	
CE U23		2013 : 4x400m (D. Borlée, J. Watrin) 2015 : N. Thiam (hauteur)		
CM U20				
CE U20	2013 N. Thiam (heptathlon)			
EYOF				
EYOF		2015 : E. Crestan (800m)		

La LBFA couvre un territoire avec une population approximative de 4.5 millions d'habitants sur les 11.2 millions que compte la Belgique.

- 48 clubs et une cinquantaine de pistes
- 25.653 affiliés 2015
- 11.535 licenciés pratiquant la compétition 2015.

Le Haut Niveau

Le Haut Niveau bénéficie d'un budget important émanant du Ministre des Sports (l'ADEPS) via un Plan-Programme. Le budget est déterminé en fonction de la qualité du projet sportif, ses objectifs et des résultats obtenus dans les compétitions internationales.

En fonction de leur niveau et de leur âge, les meilleurs athlètes obtiennent un statut : Athlètes de Haut Niveau, Espoirs sportifs, ou Partenaires d'Entraînement (exemple des relayeurs non repris individuellement). Une aide à la préparation est prévue sous forme de bourse pour l'athlète et l'entraîneur.

EVOLUTION DU NOMBRE DE LICENCIÉS DE LA LBFA DEPUIS 1995



Les meilleurs sportifs francophones ont également la possibilité d'obtenir un contrat de travail d'élite sportive via le ministère. Ce sont des temps plein (TP) ou mi-temps (MT) en fonction du niveau ou d'un statut d'étudiant en étalement d'étude. En 2015, la LBFA disposaient de 9 TP et 7 MT.



Nafissatou Thiam

Des aides structurelles sont également prévues par le Ministère des Sports. Les élites ont accès au CEPS, le Centre d'Évaluation de la Performance Sportive qui propose des services d'évaluation et d'accompagnement :

- Évaluation des capacités physiologiques et musculaires (force, vitesse, détente), élaboration de bilans nutritionnels, analyse iso cinétique

- Accompagnement des sportifs au niveau de la préparation mentale et suivi diététique.

Le ministère veille également à soutenir les sportifs dans le cadre de leur « Projet de Vie » ou « Double carrière » : aménagements scolaires et académiques, proposition de formation complémentaire, accompagnement individualisé,...

Le projet BE Gold

Site Be Gold <http://www.be-gold.be>

La philosophie du projet « Be Gold » porte sur la détection de jeunes talents et sur la mise en place de structures optimales d'entraînement et d'encadrement dans une perspective à moyen terme d'un objectif de top 8 aux Jeux Olympiques.

Uniquement pour ce projet, des moyens supplémentaires sont mis en commun pour tous les sports par les différents ministères (flamand, francophone, germanophone), le Comité Olympique et Interfédéral Belge et la Loterie Nationale. Sont notamment passés par ce programme très ciblé, les frères Borlée (400m), le relais 4x400m masculin, Anne Zagré (100m haies) et Nafissatou Thiam (heptathlon).

■ Le suivi des jeunes :

Une trentaine de cadets sont identifiés et reçoivent un statut du ministère.

Un cahier de liaison est prévu où sont consignés par l'athlète les entraînements, l'horaire scolaire,...



Kévin Borlée - Dylan Borlée - Jonathan Borlée - Antoine Gillet

Épreuve	Athlète	Performance	Place	Meilleure performance de la saison
Disque	Philip Milanov	66m90	Médaille d'argent	66m90, record de Belgique
4x400m	Jonathan Borlée, Robin Vanderbemden, Antoine Gillet, Kévin Borlée	3.00.24	5 ^{ème}	2.59.28, record de Belgique (série des CM)
Heptathlon	Nafissatou Thiam	6298 points	11 ^{ème}	6412 points
100m haies	Anne Zagré	12.88	11 ^{ème} demi-finales	12.71, record de Belgique
400m	Kévin Borlée	44.74	11 ^{ème} demi-finales	44.74
400m haies	Axelle Dauwens	55.85	12 ^{ème} demi-finales	55.82 (série des CM)
400m	Jonathan Borlée	44.85	14 ^{ème} demi-finales	44.67 (série des CM)
Décathlon	Thomas Van Der Plaetsen	8035 points	14 ^{ème}	8035 points
Marathon	Abdelhadi El Hachimi	2h17h41	16 ^{ème}	2h13.46
1500m	Pieter-Jan Hannes	3.44.38	20 ^{ème} demi-finales	3.35.95
10.000m	Almensch Belete	32.47.62	21 ^{ème}	32.47.62
400m haies	Michaël Bultheel	49.66	22 ^{ème}	49.04
Décathlon	Niels Pittomvils	6678 points	22 ^{ème}	8049 points
Perche	Arnaud Art	5m40	31 ^{ème} qualifications	5m65
200m	Cynthia Bolingo Mbongo	23.45	43 ^{ème} séries	23.11
10.000m	Bashir Abdi	DNF	-	27.47.55
3000m Steeple	Jeroen D'Hoedt	DNS	-	8.30.03

Il doit être maintenu sur demande à disposition la LBFA, de l'entraîneur, des parents, de l'école et du ministère des sports.

Cette formule permet d'assurer un contact régulier et favorise la communication entre tous les intervenants. Des aménagements scolaires sont possibles.

Le suivi consiste aussi en des regroupements réguliers lors de stages organisés par la Ligue.

Les championnats du Monde venant de se terminer, il nous semblait important de présenter le résultat de toute l'équipe belge dans le concert international.

Les athlètes de la LBFA étant en gras dans le tableau ci-dessus.

Les Jeux Olympiques de Rio 2016

Contrairement aux années précédentes, la fédération belge a décidé de s'aligner sur les minima internationaux pour les Championnats du Monde de Pékin.

Le Comité Olympique a pris la même décision pour les Jeux Olympiques de Rio.

Actuellement, huit athlètes et une équipe ont réussi les critères du COIB pour les Jeux :

■ Dames :

- 200m : Cynthia Bolingo Mbongo
- 100m haies : Anne Zagré
- Heptathlon : Nafissatou Thiam

■ Hommes :

- 200m : Jonathan Borlée
- 400m : Jonathan-Kévin Borlée
- Marathon : Abdelhadi El Hachimi, Koen Naert, Florent Caelen
- 4x400m

La formation

Depuis le mois de septembre 2012, le système des formations des cadres sportifs au niveau de la fédération Wallonie-Bruxelles a subi une importante réforme. L'objectif de cette réforme est d'obtenir une meilleure reconnaissance et crédibilité des « métiers » du sport et l'intégrer dans le Cadre Européen de Certification (C.E.C).

Dans ce cadre, la LBFA, en collaboration avec l'Adeps, met en place des formations pour les entraîneurs à l'issue desquelles ceux-ci reçoivent un brevet dûment homologué.

La formation comporte trois métiers du sport intitulés Moniteur Sportif Initiateur, Moniteur Sportif Educateur et Moniteur Sportif Entraîneur. Pour chaque métier, un niveau d'expertise est prévu.

Dans un premier temps, une formation générale, avec des cours précis et complets destinés aux futurs entraîneurs de tous sports confondus est dispensée par l'ADEPS.

La réussite aux examens portant sur les cours généraux est un préalable à toute formation spécifique organisée par les fédérations sportives.



Et ensuite, une formation spécifique « athlétisme » est dispensée par la LBFA.

Le Groupement des Entraîneurs Francophones d'Athlétisme le GEFA

Présidé par Noël Levêque, le GEFA était par le passé une association indépendante. Il fait partie maintenant des structures de la Ligue. Le comité étant composé d'un représentant du CA, du DT et de 4 entraîneurs désignés par élection.

Il s'agit de :

- Serge Moreaux,
- Roger Igo,
- André Mahy
- Bernard Janssens.

Pas loin de 200 entraîneurs adhèrent au GEFA. En charge de la formation continue le GEFA organise chaque année plusieurs conférences ou colloques sur des thèmes généraux ou plus spécifiques.

Le GEFA a eu l'occasion d'inviter plus d'une dizaine d'entraîneurs français, la qualité de leur intervention étant très appréciée en Belgique. Le fait de partager la même langue est naturellement un atout.

Le GEFA à l'intention de renforcer son action au niveau de la formation continuée ➡

“ ...le GEFA était par le passé une association indépendante. Il fait partie maintenant des structures de la Ligue...” ”

grâce à la mise en place d'un incitant pour les entraîneurs et clubs participant à ses activités.

L'abonnement à la revue de l'AEFA étant le premier pas de cette action.

Le plan athlétisme du Ministre des Sports : Les infrastructures

Le Ministre des sports précédant, André Antoine, a lancé un plan athlétisme visant notamment la rénovation des pistes existantes.

Une augmentation du taux de subvention pour la rénovation et la construction de piste d'athlétisme a été adoptée spécifiquement pour l'athlétisme.

Le Ministre actuel René Collin, a la volonté de poursuivre l'action de son prédécesseur.

Concrètement, le parc des pistes d'athlétisme connaît un lifting complet, un grand nombre de pistes ont été rénovées ou construites. Le grand chantier continue.

Enfin une solution pour l'indoor

Cela fait des dizaines d'années qu'on l'attendait ! Une piste indoor de 200 m verra enfin le jour du côté francophone. C'est la ville de Louvain-la-Neuve qui a été choisie.

L'entrepreneur a été désigné après de longues procédures et la piste devrait être opérationnelle en 2017.

Ce centre sera spécifiquement dédié à la pratique de l'athlétisme. Il sera possible d'organiser - enfin - les championnats francophones en Wallonie mais surtout de disposer d'un centre d'entraînement fonctionnel pour les athlètes de HN et pour la formation des entraîneurs mais aussi pour tous les acteurs locaux pratiquant l'athlétisme.

La piste de Louvain-la-Neuve sera la deuxième piste de 200m en Belgique après celle de Gand.

■ Quelques caractéristiques techniques :

- Un anneau de 200 m aux normes internationales.
- Une piste de 4 couloirs de 250 m
- Une ligne droite 4 couloirs de 130 m
- Des aires de sauts dédoublées pour la perche, la hauteur, la longueur et le triple saut



- Un filet pour le lancer de javelot et du disque
- Une grande salle de musculation
- Des espaces de récupération et de soins
- 1000 places pour les spectateurs (500 assises avec une tribune rétractable plus 500 debout sur déambulateur), avec la possibilité de montrer la capacité jusqu'à 2000 avec des tribunes amovibles.

Toujours dans le cadre de ce plan, trois petites infrastructures indoor, permettant de courir des 60m et la pratique des sauts, ont vu le jour et sont déjà opérationnelles.

Il s'agit d'Obourg (Mons), Malonne (Namur), Rouvroy (Virton). Elles s'ajoutent à celle existante de Dour.

Deux ou trois nouvelles infrastructures devraient s'ajouter au cadastre des infrastructures indoor bien nécessaire pour le développement local.

La toile se tisse. Il restera cependant une solution à trouver pour Bruxelles dont la plupart des clubs dépendent de la politique sportive de la LBFA et de son ministre de tutelle, à l'exception des infrastructures qui dépendent d'une autre instance, la Région Bruxelloise... c'est ça aussi la Belgique.

“...une augmentation du taux de subvention pour la rénovation et la construction de piste d'athlétisme a été adoptée spécifiquement pour l'athlétisme...”

Conclusion

De bons résultats internationaux, des licences en augmentation, une salle indoor de 200 m se profilant avec plusieurs petites salles dans les régions, tous les paramètres sont au vert pour relever les défis de la prochaine olympiade ! ■