

Victor Coroller

2014 : UNE ANNÉE RECORD !

En 2013, tout nouvel athlète dans la catégorie des cadets, Victor avait déjà impressionné les spécialistes en remportant à Utrecht le Festival Olympique de la Jeunesse Européenne (FOJE) sur le 400m haies.

Pour l'anecdote, il efface le record de Bretagne de la catégorie jusqu'alors détenu par son formateur Michel Commereuc, en réalisant un très joli 52"85 ! Il ne s'est pas arrêté là pour sa deuxième année chez les Cadets en remportant l'été 2014 le bronze aux Jeux Olympiques de la Jeunesse à Nankin (CHI) sur le 400m haies avec à la clé le nouveau record de France de la discipline en 51"19 ! Histoire de cet athlète et de son année 2014 pleine de réussite...

Ses Débuts en Athlète

Formé au collège Saint Héliier à Rennes, Victor a commencé l'athlétisme en 2011 au sein de la section sportive sous la responsabilité de Bernard Chanvillard et Michel Commereuc, ses professeurs d'EPS.

Passionné de sport depuis son plus jeune âge, c'est un véritable touche à tout pratiquant le tennis, le football ou le handball tout en faisant des compétitions Ugsel en athlétisme.

Il a ainsi pu découvrir les bases de l'entraînement et l'importance des compétitions par équipe.

L'année suivante, il prit sa première licence à la Tour d'Auvergne de Rennes section locale du HBA avec son entraîneur d'aujourd'hui Marc Reuzé.



- Pourquoi avoir choisi plus particulièrement le 400m haies comme spécialité ?

Le 400m haies est devenu ma discipline de manière assez naturelle. C'est pendant les stages organisés par le HBA que j'ai senti que j'avais une bonne résistance musculaire pendant les séances de côtes, alors Marc (Reuzé) a voulu me faire essayer un 400m

haies pour voir comment je pouvais me débrouiller.



PRÉSENTATION DE

Victor Coroller



NÉ LE 29 Janvier 1997

TAILLE 1m81

POIDS 65 kg

CLUB Haute Bretagne Athlétisme

RECORDS

400m (salle) : 48"73 (Record de France Cadets)

400m haies : 51"19 (Record de France Cadets)

ENTRAÎNEUR Marc Reuzé

PODIUMS Double Champion de France (400m en salle et 400m haies)
Médaille de Bronze aux Jeux Olympiques de la Jeunesse

2013 : 1^{er} au Festival Olympique de la Jeunesse Européenne sur 400m haies et sur le relais 4x100 - Utrecht (Pays-Bas)

2014 : Champion de France en salle Cadets sur 400m - Val-de-Reuil
Champion de France Cadets sur 400m haies - Valence
Médaille de Bronze aux Jeux Olympiques de la Jeunesse sur 400m haies - Nankin (Chine)

SÉLECTIONS 3 sélections jeune en équipe de France

20/08/2014 :

Jeux Olympiques de la Jeunesse - Nankin (CHN)

30/05/2014 :

Sélections Européennes pour les JO des Jeunes - Bakou (AZE)

15/07/2013 :

Festival Olympique de la Jeunesse Européenne - Utrecht (NED)



Cette même année fut assez difficile du fait des petites blessures que je subissais à répétition, ce qui m'empêchait de faire du sprint court, plus brutal au niveau musculaire. Courir des distances plus longues tout en adaptant les séances était donc la solution, et depuis tout s'est bien enchaîné. Après avoir essayé plusieurs disciplines, c'est dans le 400m haies que j'étais le plus performant.

- Qu'est ce qui te plaît le plus dans cette discipline ?

Avant tout ce qui me plaît le plus c'est d'être sur une piste d'athlétisme et donner le meilleur de moi-même, que ce soit à l'entraînement ou en compétition.



Que cela soit sur 400m haies ou sur une autre discipline je suis toujours heureux de courir et de me confronter aux meilleurs sur la piste pour repousser mes limites.

J'aime l'adrénaline que l'on ressent avant une compétition. C'est à partir de là que la passion pour ce sport

m'est venue.

- Quelle place accordes-tu à l'athlétisme dans ton quotidien ?

L'athlétisme fait désormais parti de mon quotidien. C'est un réel plaisir d'aller tous les jours à l'entraînement avec le groupe. Je m'entraîne actuellement 5 à 6 fois par semaine. Ce rythme d'entraînement est favorisé par la section organisée par Marc au lycée Saint Vincent Providence qui me permet d'avoir 2 entraînements par semaine inclus dans mon emploi du temps scolaire, tout en favorisant mes études.

- Quel est d'ailleurs ton projet scolaire / professionnel ?

Je suis actuellement en Terminale S et j'envisage à l'avenir de travailler dans le commerce international.

Cependant, je ne sais pas encore par quel chemin je vais y arriver. Rien n'est encore certain et je sais aussi que ce chemin ne sera pas linéaire, je ne sais pas ce que me réserve l'avenir. En tout cas, un projet rennais pour mon cursus scolaire et sportif semble le mieux pour l'instant.

3 possibilités s'ouvrent à moi, je pense intégrer une faculté d'Économie ou de Droit afin d'obtenir une Licence 3, ce qui me permettra de passer des concours pour rentrer en Master d'École de Commerce.

Aussi, je vais déposer ma candidature pour l'IUT GEA à Rennes.

Dernière option possible, passer les concours de suite afin d'entrer en Ecole de Commerce et préparer un Bachelor.



Victor accompagné d'Alban Lefeuvre, son coéquipier de club, lors des sélections européennes à Bakou (Azerbaïdjan)

Victor vainqueur du 400m haies en 51"51 (Record de France), Alban 5^{ème} de sa série en 14"12 sur le 110m haies.

HAUTE BRETAGNE ATHLÉTISME



Haute Bretagne Athlétisme (H.B.A), club d'athlétisme breton labellisé 4 étoiles, dénombre aujourd'hui plus de 1400 licenciés.

Basé en Ille-et-Vilaine, il est composé de 8 sections locales, ce qui lui permet d'être fortement implanté sur le département et notamment aux alentours de Rennes.

La saison 2015 sera marquée par la réintégration du club dans la poule "Elite" lors des Interclubs.

Actuellement 11^{ème} club français, le HBA propose la pratique de l'athlétisme pour tous :

- **Haut-niveau** : Nombreux athlètes qualifiés aux Championnats de France (plusieurs titres de champions de France) et participation au Interclubs au plus haut niveau national.
- **Bon niveau** : Championnats départementaux à régionaux et courses sur route.
- **Loisir** : course sur route et activité de marche nordique.

Les 8 sections composant le HBA :

La Tour d'Auvergne (Rennes et Plélan le Grand)

L'AC Haute Vilaine

L'Aurore de Vitry

La JA Bruz

Le CO Pacé

Les Jeunes d'Argentré

Les Léopards Guerchais

L'UA Chateaubourg

J'envisage également un projet à l'étranger dans quelques années pour perfectionner mon anglais.

Le mieux pour moi c'est de concilier le sport de haut-niveau tout en conjuguant les études supérieures...

- Pour revenir sur cette année 2014 époustouflante, que représente pour toi d'avoir participé aux JOJ l'été dernier et d'avoir porté le maillot de l'équipe de France ?

L'année dernière a été longue d'un point de vue sportif. En début d'année, je n'avais même pas comme objectif d'y aller, j'en avais seulement entendu parler à droite à gauche sans trop y prêter d'attention.

Cependant j'avais en tête de participer à la sélection Européenne qui se tenait à Bakou fin mai. Lors d'un stage de l'Equipe de France Jeunes qui se déroulait à Boulouris en début d'année dernière, j'avais vu que pour me qualifier aux JOJ il fallait terminer premier. Je savais que pour y aller, il fallait être présent le Jour J, tout pouvait donc se passer, je n'étais donc pas focalisé à tout prix sur ça.



Victor lors des Championnats de France Cadets-Juniors en salle 2014 à Val de Reuil. Champion de France cadets sur le 400m en 49"15.

Mais suite à ma sélection, le bonheur était encore plus fort. L'idée de participer à ces JOJ est devenue une chance incroyable d'avoir un avant-goût du haut-niveau car le chemin est encore bien long avant d'arriver à une sélection Senior.

Cette compétition a été quelque chose d'incroyable, les encadrants nous répétaient sans cesse d'en profiter ! Cela a été quelque chose d'exceptionnel tant au niveau des infrastructures qu'au niveau de l'organisation.

Là-bas, nous avons côtoyé de grands athlètes qui étaient là pour nous, pour parler de leur expérience du très haut-niveau, ils comparaient cette compétition aux Jeux Olympiques au niveau de l'organisation. Les organisateurs avaient mis en place des ateliers culturels tout au long du séjour dans le but de réunir tous les pays et de favoriser le partage des différentes cultures. Une réelle richesse culturelle !

Porter le maillot de l'Equipe de France olympique est un grand bonheur et un honneur. On s'est vraiment rendu compte de ce qu'on venait de vivre lors de notre retour en France. On a réalisé qu'à notre âge, vivre un tel événement était vraiment une chance unique dans notre parcours de sportif.

J'ai beaucoup aimé l'esprit d'équipe qui régnait au sein de l'Equipe de France, on s'en est fait une force et les résultats étaient là pour le confirmer.

- Comment as-tu géré la pression entre les séries et la finale du 400m haies aux JOJ ?

C'était la première fois que j'avais deux jours de repos entre deux courses. L'ambiance positive du groupe m'a permis de penser à autre chose, d'aller voir d'autres disciplines, de voir les autres ramener des médailles. Le contexte me permettait de décompresser un petit peu même si je dois avouer que j'étais tendu. Mais je n'avais qu'une chose en tête : L'ENVIE DE BIEN FAIRE EN FINALE.

- Qu'as-tu ressenti en décrochant la médaille de bronze et que représente-t-elle pour toi ?

En décrochant cette médaille de Bronze, j'ai ressenti beaucoup de bonheur. Je me suis dit c'est bon, la saison est enfin terminée, je vais pouvoir profiter et me reposer ! J'ai pensé à toute la saison, tout ce que j'avais fait pour en arriver là. Au début, je n'y croyais pas, j'étais comme sur un nuage, tout était parfait. Encore une fois, je voudrais insister sur l'ambiance au sein de l'Equipe de France Olympique et plus particulièrement en athlétisme. Dès que j'avais fini, je n'avais qu'une envie : aller supporter les autres. C'est toujours beaucoup d'émotions de monter sur le podium surtout dans un stade aussi grandiose.

- Après une année 2014 rythmée par tes records de France du 400m en salle et du 400m haies, quels sont tes objectifs pour 2015, où tu passes Juniors ?

Cette année, j'aimerais déjà confirmer mes chronos chez les Juniors et être dans le groupe pour les Championnats d'Europe - ils se dérouleront du 16 au 19 juillet 2015 à Eskilstuna (Suède) - je trouve ça



Victor sur le podium des Jeux Olympiques de la Jeunesse avec sa médaille de bronze !

important d'appartenir au groupe France le plus possible lors d'événements importants pour acquérir de l'expérience et rester en contact avec les autres athlètes.

Je n'aime pas trop me projeter sur des résultats, je préfère prendre les choses comme elles viennent et ainsi toujours garder ce bonheur et ce plaisir de faire de bons résultats.

“ PORTER LE MAILLOT DE L'EQUIPE DE FRANCE OLYMPIQUE EST UN GRAND BONHEUR ET UN HONNEUR ! ”

- Tu as battu récemment le record de France cadets du 400m en salle, t'attendais-tu à un tel chrono pour ta rentrée hivernale ?

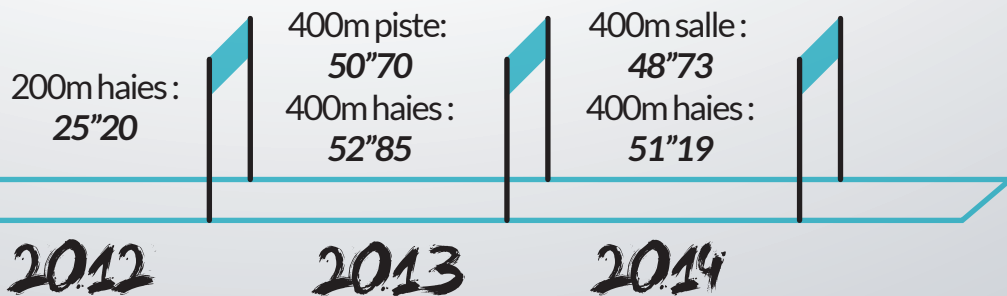
Non je ne m'y attendais pas du tout. D'ailleurs pour anecdote je ne l'ai appris qu'une semaine après avoir couru par l'intermédiaire de mon entraîneur lors de mes vacances. Le week-end des championnats de Bretagne indoor nous étions en stage club à Vitry et nous étions loin d'imaginer un chrono comme celui-là dès ma rentrée. C'est très encourageant !

- À long terme, quels sont tes objectifs sportifs ? Comment vois-tu l'avenir ?

Je n'aime pas trop me projeter dans l'avenir car on ne sait jamais ce qui peut se passer, rien n'est jamais acquis même si j'ai mes objectifs dans un coin de ma tête. Ce que je veux c'est toujours garder ce plaisir d'aller à l'entraînement avec tout le groupe et de performer au plus haut-niveau. J'ai vraiment envie d'aller voir jusqu'où je peux aller dans l'athlétisme !



L'évolution de ses chronos DEPUIS 2012





- Quand as-tu rencontré pour la première fois Victor ?

J'ai rencontré Victor pour la 1^{ère} fois lors des compétitions scolaires UGSEL en Minime. Il faisait parti de la section sportive de St Helier à Rennes. Ce collègue est un des collègues avec qui le club du HBA Section locale de la Tour d'Auvergne a une convention. Nous sommes donc en étroite collaboration avec les profs d'EPS de ce collègue, qui ont d'ailleurs été athlètes au club. Il s'agit de Michel Commereuc (qui détenait le record de Bretagne cadet du 400 m haies que Victor a battu) et Bernard Chanvillard. Ce sont des personnes qui font un travail formidable de formation initiale avec les jeunes (Alban Lefeuvre, Lucas Thersiquel actuellement, Gwendoline Despres il y a quelques années et bien d'autres viennent de ce collègue !!)

- Depuis combien de temps l'entraînes-tu ?

Je l'entraîne depuis qu'il est passé Cadet. En Minime il est venu faire quelques séances avec moi pour préparer la transition et s'intégrer au groupe. Par ailleurs, il fait parti de la première promotion de la section athlétisme que j'ai monté au Lycée Saint Vincent à Rennes. Son emploi du temps est donc aménagé pour réussir son double projet (sportif et scolaire).

- La saison dernière était longue (entre les trials pour participer aux JOJ, les France Jeune et les JOJ) quelle organisation a été mise en place pour gérer son pic de forme entre chaque échéance ?



En effet la saison dernière a été très éprouvante. Et pourtant par trois fois il a su répondre présent en battant le record de France. Cela a pu être possible selon moi

grâce à plusieurs stratégies mises en place en plus du talent de Victor :

- peu de compétitions pour ne pas fatiguer l'organisme et user l'athlète psychologiquement et émotionnellement (3 compétitions sur 400m haies avant les France, dont Bakou)

« **CES RÉSULTATS
REPRÉSENTENT LES FRUITS
DE SON INVESTISSEMENT,
DE SON SÉRIEUX,
DE SA MOTIVATION...** »

Marc Reuzé, son entraîneur

- une bonne base de travail aérobie et de condition physique en amont.

- une bonne hygiène de vie et un entourage présent avec des parents solidaires et remarquables sur ces aspects.

- très peu de travail lactique où les temps de récupération de ces séances sont trop longs avec toutes ces échéances !!!

- des périodes de repos presque complet d'une semaine après chaque pic de forme.

C'était primordial pour tenir psychologiquement et physiquement la saison.

- Que représente pour toi cette saison 2014, marquée par sa médaille de bronze aux JOJ et ses records de France du 400m salle et 400m haies ?

Ces résultats représentent les fruits de son investissement, de son sérieux, de sa motivation...

Il faut que ces performances soient un véritable tremplin pour réussir dans la catégorie senior.

- Quels sont vos objectifs pour la saison 2015? Et à plus long terme ?

Pour la saison prochaine les objectifs sont la réussite scolaire (dossier scolaire + BAC S) ainsi que les Championnats d'Europe Juniors.

L'objectif est d'aller le plus loin possible lors de cette compétition. C'est comme cela que l'on fonctionne. Se qualifier, passer un tour puis un autre... Étape après étape sans trop se projeter. Et surtout se concentrer sur SOI en compétition. La compétition c'est avant tout une recherche de ses limites personnelles...les adversaires ne sont là que pour t'aider à les repousser.

A plus long terme : réussir en Senior

- À ton avis quel est le potentiel d'évolution de Victor ?

Les secteurs à travailler pour encore progresser sont nombreux. Le travail lactique va devoir être exploré plus sérieusement, la finesse technique sur les obstacles et bien sur sa vitesse... Bref il y a du travail !

Bon Courage et Bonne saison
Scolaire et Sportive



SUR L'ATHLÉ BRETON

Prochain numéro :
fin Février 2015



Retrouvez nous sur Facebook :

LIGUE BRETAGNE D'ATHLÉTISME

Ou sur le site officiel :

[HTTP://BRETAGNEATHLETISME.ATHLE.ORG](http://BRETAGNEATHLETISME.ATHLE.ORG)