

## **Athlétisme**

## Elodie Fuzelier, cadette en devenir



Elodie Fuzelier poursuit sa belle progression. Son prochain objectif : les Championnats de France de la spécialité.

## **CIS Anould**

Michel Magron, son entraîneur au CIS Anould depuis ses débuts il y a quatre ans, la décrit « comme quelqu'un qui est à l'écoute, solitaire, travailleuse, ayant un gros potentiel ».

Elodie Fuzelier est l'athlète de cross-country vosgienne qui gravit les marches à vitesse grand V. Dimanche, au cross-country international des Mureaux (Yvelines), la cadette de 16 ans a confirmé les espoirs de son club et de son coach en montant pour la première fois sur le podium d'une épreuve internationale (troisième) et en signant le quatrième temps au scratch. Un « bon résultat après une belle course, qu'il faut nuancer car les meilleures Françaises n'étaient pas là », note toutefois ce découvreur de talent qu'est Michel Magron, « J'ai toujours été dans le tempo lors de cette course. J'avais de bons lièvres devant moi et le terrain me convenait bien, note la Salixienne, J'ai ainsi pu accélérer au bon moment et doubler quelques adversaires lors du sprint final», finissant au passage à une moyenne de 3'24 au kilomètre.

## **Duo gagnant**

Ce podium récompense tout le travail entre-

pris par le duo indissociable du CIS Anould.

« Certes, j'ai été un peu douée au départ. Je débordais d'énergie à mes débuts. Mais Michel (Magron) a su me canaliser, me faire prendre conscience qu'il fallait attendre le bon moment pour participer à des courses. Je lui fais confiance à 100% », ajoute la collégienne. « Quand elle a pris une licence au club, je lui ai demandé de ne pas aller trop vite. On a fait un gros travail de fond, complétant ses séances individuelles. On a cherché à travailler notamment sur l'augmentation de sa capacité cardiaque tout en diminuant ses pulsations. On l'a réussie », souligne Michel Magron, qui a décelé très vite de grandes capacités physiques chez sa protégée.

Cette première étape de franchie, le duo n'entend pas s'arrêter en si bon chemin.

« Maintenant, Elodie doit gagner en rythme et en vitesse », lance le coach. L'adolescente est prête. « Pour progresser, il faut souffrir », ditelle, comme elle le prouve lors de ses quatre a six entraînements par semaine sur chemins ou en piscine pour être encore plus puissante.

Ces séances dosées pourraient en tout cas lui être bénéfique afin de réaliser son objectif de la saison : « Le top 5 cadettes aux Championnats de France de cross-country ».