

ATHLÉTISME

PETIT-HALLET

Tjoen, prodige DU SPRINT

▶ Le jeune Hesbignon a déjà grandi après ses premiers championnats LBFA

▶ Quentin Tjoen incarne très certainement à lui seul l'image insolite des derniers championnats LBFA. Qualifié pour les finales respectives du 60 m et du

200 m, peu auraient pu imaginer un seul instant que ce jeune homme âgé de 16 printemps a seulement débuté l'athlétisme il y a... 3 mois ! "Je me suis affilié au RFCH en octobre dernier", éclaire ce jeune prodige en devenir. "Mon sport est le football. Mais depuis environ un an, je commençais un peu à me lasser du ballon rond. J'ai donc décidé de passer dans la classe voisine, en section athlétisme."

Une fois les crampons troqués, Quentin s'est de suite lancé dans les épreuves de sprint. Sa rapidité acquise sur les différents terrains de foot lui fut d'une grande utilité. "Sa très grande vélocité a d'emblée frappé tout le monde", rejoint cette fois Yves Doneux, son coach. "On a tout de suite vu qu'un énorme potentiel sommeillait en Quentin. Pour le fun, on l'avait inscrit pour la 1^{re} fois en compétition officielle en décembre. À la surprise générale, il en a profité pour se qualifier pour les championnats LBFA."

Avec des chronos respectifs de 7.64 sur 60 m ou encore de 24.70 sur 200 m, le Hannutois a logiquement décroché son ticket pour le dernier événement phare du moment. "À Gand, Quentin a encore amélioré tous ses chronos. À chaque course, il descend son temps de plusieurs dizaines



▶ Quentin peut se vanter de deux finales lors des championnats francophones. © D. R.

de millièmes", conclut son entraîneur.

RETOUR SUR le programme imminent du principal intéressé. "Demain, je repars à Gand pour les LBFA toutes catégories. Je vais également me focaliser sur les prochains championnats de Belgique indoor."

La lucidité reste de mise. "Étant toujours novice, cette saison relève de la transition par excellence. Je vais continuer à travailler pour l'an prochain, où je serai scolaire 2^e année." Avec, on s'en doute, plusieurs podiums à la clé...

Lionel Evrard

OMNISPORTS

GRIVEGNÉE

SOIGNER corps et esprit

▶ Le Tai Chi Chuan se pratique de 9 à 99 ans

▶ Les centres de Tai Chi Chuan se multiplient en province de Liège et le récent installé à Grivegnée (salle paroissiale Belleflamme, à côté de l'école St-Joseph) n'est assurément pas le moins fréquenté. "Le Tai Chi Chuan est une discipline du corps et de l'esprit issue de la tradition chinoise", présentent A. Bangert et F. Baeb. "Elle consiste principalement en une suite de mouvements (postures) amples, lents et précis, appelée la forme ou l'enchaînement."

Il n'est guère aisé d'écrire à propos de cette pratique. "En effet, car, comme toute pratique corporelle profonde, ce que nous ressentons n'est pas d'évidence transmissible en paroles."

UNE PRATIQUE RÉGULIÈRE, en profondeur, de l'enchaînement des postures, équilibrées, offrira au pratiquant le rajeunissement et la forme qu'il souhaite. Les muscles se détendent dans l'action, les tendons et articulations s'ouvrent, s'assouplissent, le corps s'étire partout où cela est possible, la structure osseuse se fait plus présente, l'esprit se calme, les tensions et les émotions se comprennent et s'acceptent. "Notre école met l'accent sur le fait que tout ceci est accessible à toute personne, quelles que soient ses aptitudes", reprennent-elles. "L'essentiel étant la bonne volonté que chacun dégage afin d'évoluer vers une meilleure santé."

Ch. L.

C. V. XPRESS

Quentin TJOEN

Révélation lors des championnats LBFA

EN 7 POINTS

- 1 Date de naissance :** le 25 janvier 1996
- 2 Lieu de résidence :** Petit-Hallet (commune de Hannut)
- 3 Profession :** collégien en 5^e secondaire au Collège S^c-Croix de Hannut.
- 4 Club :** RFCH (section athlétisme)
- 5 Entraîneur :** Yves Doneux
- 6 Loisir :** passer du temps avec des amis
- 7 Idole :** Usain Bolt

Le regard d'André Henveaux

LIÈGE André Henveaux, DT de LGN, sait que Gaëtan Thiry pourrait lui apporter des satisfactions dans un futur proche. "Son gabarit et ses résultats ne m'avaient pas échappé lors des Nationaux." Il est aujourd'hui affilié dans son club. "Tout est en ordre avec la VZF et l'administratif suit son cours. Je vais enfin pouvoir travailler avec lui. Il est temps qu'il se frictionne à des nageurs plus costauds comme Surge-loose et Delvoie. Il me donne l'impression de ne pas encore avoir dû beaucoup forcer son talent." Un détail reste encore à régler. "Il est élite francophone, je dois donc rencontrer la direction de son école pour qu'il puisse nager le matin." Et de conclure : "Toujours souriant et de bonne humeur, son intégration s'est faite facilement."

E. Mat.

NATATION

LIÈGE

Gaëtan Thiry, un nouveau SPRINTER À LGN

▶ Depuis décembre, un solide gaillard de 1,80 m arpente les couloirs à Crisnée

▶ Gaëtan Thiry n'est pas un inconnu dans le monde de la natation. "Je suis champion de Belgique sur 100NL dans ma catégorie d'âge", rappelle-t-il. Né en 1995 d'une maman camerounaise et d'un papa belge, le garçon habite Tongres, est parfait bilingue et fait preuve d'une grande maturité au travers de ses propos. "Nous parlons le français à la maison et je fais mes études dans la langue de Vondel à Hasselt. Il est impossible de vivre de la natation en Belgique et je sais l'importance d'obtenir un diplôme. J'hésite toujours entre la carrosserie et la mécanique automobile."

Et d'ajouter : "Je suis venu à Liège Natation pour progresser, je

veux côtoyer le haut niveau", nous confie-t-il. "Je suis dans ma première année juniors et j'entre en lice pour les CEJ. Il faudra être capable de nager 51.39 au 100 NL lors des prochains championnats de Belgique, soit une seconde de mieux que mon meilleur chrono."

ACTUELLEMENT EN manque de compétition et de repères, Gaëtan Thiry doit énormément œuvrer aux entraînements. "Je dois améliorer mes virages, ma technique pour respirer et le travail des jambes." Et d'expliquer son impressionnante musculature : "Je fais 3 séances de fitness par semaine", sourit-il.

Alain Bernard est son modèle, même si la natation n'a



▶ Gaëtan Thiry est prêt pour un nouveau départ sous les couleurs de Liège Natation. © MATROULE

pas toujours été son cheval de bataille. "J'ai commencé par jouer au football avant de nager à Landen et à Hasselt. Même si je me montre désinvolte par moments, je préfère les sports individuels pour assouvir mon esprit de compétiteur. Je suis très têtu."

Comme beaucoup de jeunes de son âge, Gaëtan rêve de Jeux

Olympiques. "Pour aller à Rio en 2016, je suis prêt à faire de nombreux sacrifices. Si je dois partir à l'étranger pour progresser, alors je ferai mes valises." Assurément un beau sujet de conversation pour lui et ses amis qu'il aime rencontrer en dehors des bassins.

Eric Matroule