



KOEN NAERT, direction... Tokyo!

▶ Le champion d'Europe veut se qualifier pour les Jeux olympiques dès ce dimanche.

▶ Huit mois après avoir remporté le titre de champion d'Europe à Berlin, Koen Naert effectue son grand retour au marathon, dimanche, à Rotterdam. L'athlète de 29 ans poursuivra un grand objectif aux Pays-Bas: celui de battre son record personnel (2h09.51), établi en Allemagne le 12 août dernier, et d'assurer ainsi sa qualification pour les Jeux olympiques de Tokyo, pour lesquels la limite internationale (2h11.30) a été assouplie par le COIB (2h12.10).

“Je vais être très honnête: je ne suis pas du tout préoccupé par ce minimum”, lance Koen. “Si j'avais cela constamment en tête, je ne me présenterais vraiment pas dans les bonnes dispositions mentales au départ de ce marathon. Le temps de qualification semble effrayer bon nombre d'athlètes mais c'est finalement assez logique d'avoir des minima élevés si l'on veut ambitionner quelque chose

“Manger, méditer, dormir: voilà à quoi ressemble mon quotidien.”

aux Jeux olympiques. Ceci étant dit, je ne considère rien comme acquis: en tant que marathonien, on sait qu'on n'a que peu d'opportunités de se qualifier sur une année, une ou deux, et j'ai encore tout à prou-

ver. Il faudra donc laisser parler les jambes ce dimanche.”

DIXIÈME DE L'ÉPREUVE en 2017 (2h10.16), Koen Naert s'élancera pour la troisième fois au départ des 42,195 km à Rotterdam. Il pourra bénéficier du travail de deux lièvres, l'un danois, jusqu'à la mi-course (“objectif, entre

1h04.00 et 1h04.30”), l'autre kenyan, jusqu'au kilomètre 30. Il appartiendra ensuite au Roulier de terminer le travail, peut-être au sein du groupe d'athlètes qui se joueront la victoire et où l'on devrait retrouver le favori kenyan, Marius Kipserem et quelques autres Africains, voire le Néerlandais d'origine somalienne Abdi Nageeye.

Au plan de la préparation, Koen Naert a veillé à ne négliger aucun détail. Lui qui se considère comme un maniaque fait encore plus attention à tout ce qu'il fait, en particulier au niveau de son alimentation (son pourcentage de graisse est de 4,5%), depuis son triomphe berlinois. “Ma victoire m'a conforté dans l'idée que chaque détail compte”,

sourit-il. “Mon investissement total s'est révélé payant, donc je ne vois pas pourquoi je changerais mon approche. Manger, méditer, dormir: voilà à quoi ressemble mon quotidien.”

Auteur d'un nouveau record lors d'un 10 km sur route (28.37) disputé aux Pays-Bas le 10 février, le deuxième marathonien belge le plus rapide de l'histoire (derrière Vincent Rousseau et ses 2h07.19) s'est envolé pour les États-Unis dans la foulée. C'est à Flagstaff, dans l'Arizona, où il a ses habitudes à 2100 m d'altitude, que le champion d'Europe a poursuivi sa préparation. “J'y suis resté environ quatre semaines, jusqu'à la mi-mars, et j'y ai multiplié les sorties longues. Au total, j'ai approché la barre des 900 kilomètres lors de ce séjour où m'ont accompagné ma femme, Elise, et notre fils, Finn.”

Si le scénario idéal prend corps à Rotterdam, il y a de grandes chances que Koen Naert dispute un marathon important à la rentrée: Berlin, Chicago ou New York. Il souhaite, par ailleurs, se rendre à Tokyo à la mi-septembre à l'occasion du test-event olympique afin de s'imprégner des particularités du parcours et des conditions sur place. Autrement dit, il n'y a quasiment aucune chance de le voir aux Mondiaux de Doha même si officiellement, l'intéressé refuse toujours, pour l'instant, d'entériner son forfait.

Laurent Monbaillu



EN BREF

Son huitième marathon

2015

2h13.39 (13^e) - Hambourg

2h10.31 (10^e) - Berlin

2016

2h14.53 (22^e) - Rio de Janeiro

2h12.27 (8^e) - Francfort

2017

2h10.16 (10^e) - Rotterdam

2h13.21 (8^e) - New York

2018

2h09.51 (1^{er}) - Berlin



▶ C'est à Flagstaff, dans l'Arizona, à 2100 m d'altitude, que Koen Naert s'est préparé pendant quatre semaines. © GUILLAUME/D.R.