

## CYCLISME

## Des stages réservés aux filles

**Championne nationale de cyclo-cross de la Fédération sportive et gymnique du travail, Jennifer Mark organise régulièrement des stages à destination des filles.**

Jennifer Mark a la passion du cyclisme tellement chevillée au corps qu'il n'a jamais été question de mettre le vélo entre parenthèses au moment de sa grossesse. Bien sûr, la championne nationale FSGT de cyclo-cross a pris du recul par rapport à la compétition, mais elle en profite pour transmettre son savoir à des coureuses plus jeunes.

Après un premier stage en août à Schlierbach, puis une piqûre de rappel début décembre en guise d'échauffement pour le cyclo-cross du Bief de Niffer, Jennifer Mark doit encore briefer une douzaine de filles des clubs de la SSOL Habsheim, du VC Sainte-Croix-en-Plaine, du Munster BC, de l'EC Colmar, de l'UC Montreux-Vieux et de l'ACT Belfort avant l'ultime rendez-vous national des 21 et 22 janvier à Béziers.

Il s'agit d'une première, selon la responsable de la commission de cyclo-cross au comité d'Alsace FSGT de cyclisme. « En août, on a fait une partie pratique avec des ateliers com-



Jennifer Mark (à droite) a décidé de s'engager pour les coureuses féminines. Photo DR

me le passage des planches et de la théorie avec 12-13 filles », détaille Jennifer Mark. « Je les ai guidées dans leur échauffement avant les courses, le 4 décembre à Niffer. Et on fera un débriefing de la saison pour préparer la prochaine, en janvier à Sainte-Croix-en-Plaine. J'ai dissocié les approches. On ne peut pas aborder l'activité de la même manière avec une benjamine, une cadette ou une junior ».

La jeune femme de bientôt 31 ans, qui a concilié études longues études et pratique sportive, souhaite ainsi transmettre son expérience. « Il faut que les filles aient confiance en elles. Elles sont un peu moins isolées, car elles parlent moins avec les garçons. Ce ne sont pas les mê-

mes discussions entre elles. J'ai passée douze ans dans des équipes féminines, il me paraît important de transmettre ce que j'ai pu apprendre. »

### « Les sujets qu'on aborde sont différents »

C'est d'autant plus important que les jeunes cyclistes traversent une période de grand changement. « Les sujets qu'on aborde sont différents. Forcément, il y a eu un dialogue lié aux menstruations, c'est très intime. Quand elles arrivent à s'exprimer, ça les aide aussi. Concilier les études avec les entraînements n'est pas évident non plus. Il y a parfois des lacunes dans le dialogue à leur âge. C'est

dommage d'attendre 17-18 ans pour en parler, c'est important d'échanger dans un cadre autre que familial. Elles se posent moins de questions. »

La sociétaire de l'EC Colmar a beaucoup d'idées pour faire évoluer la place des féminines dans le vélo. Elle se verrait d'ailleurs bien organiser une épreuve spécifique à Schlierbach, d'où elle est originaire. « Je trouve les filles très matures. Elles m'ont impressionné par leur talent et leur motivation. Quand je leur ai demandé quel était leur objectif, elles m'ont répondu : "battre les garçons". À l'échauffement, à Niffer, il faisait très froid et il pleuvait, mais elles sont restées. J'espère qu'elles donneront l'envie à d'autres de venir. »

Jennifer Mark ne compte pas s'arrêter en si bon chemin, même si elle doit accoucher en février. « Le matin, quand je me lève, je pense vélo, comme le soir quand je me couche », dit-elle. « Il y a déjà des progrès, mais il y a mieux à faire et je veux continuer à les suivre. »

L'éclosion des féminines dans le vélo passe par l'investissement de chacune, mais aussi par des équipes et des organisations spécifiques. Car se mesurer aux garçons, elles savent déjà le faire.

Gilles LEGEARD