

ALBERT GRAINES DE CHAMPIONS (3/5)

# Les J.O. de Paris en ligne de mire

Cassandre Devaux et Antoine Lenglet, tous deux licenciés à l'Albert sport tir, travaillent dur pour atteindre des objectifs ambitieux et notamment les jeux olympiques de 2024.

**A**près les rencontres avec le jeune hockeyeur Gabin Fardel et les frères cyclistes Maxence et Lysandre Détré, changement de décors. L'Albert sport tir est une pépinière de champions, habitués à décrocher tous les ans des podiums nationaux, voire internationaux. Cassandre Devaux et Antoine Lenglet, respectivement 15 et 16 ans, n'échappent pas à la règle. Tous deux ont les jeux olympiques de Paris 2024 en ligne de mire.

Quelles disciplines pratiquez-vous ?

**Cassandre Devaux :** Je pratique le tir à la carabine à 10 mètres et à 50 mètres depuis 8 ans. J'ai commencé à m'entraîner dans un club à Roye, avant de rejoindre Albert au mois de septembre. Cela me permet de m'entraîner plus souvent et de bénéficier d'un bon encadrement.

**Antoine Lenglet :** J'en suis à ma cinquième année, je pratique le pistolet, à 10, 25 et 50 mètres. J'ai découvert cette discipline presque par hasard, grâce à un ami. Au départ, je venais juste pour combler une heure dans la semaine. Finalement, ce sport qui demande de la maîtrise et du dépassement de soi m'a plu. J'ai tout de suite accroché avec les compétitions.

Vous avez tous les deux déjà ramené des médailles des championnats de France. Quels sont vos objectifs pour les années à venir ?

**AL :** Je vise les championnats d'Europe dans les trois années à venir, la qualification dépend du classement national. Si je regarde un peu plus loin, je pense à la coupe du monde ou aux championnats du monde. Et bien sûr les jeux olympiques à Paris. En 2024, j'aurai 21 ans !

**CD :** L'objectif principal, c'est bien



Cassandre Devaux et Antoine Lenglet, licenciés à l'Albert sport tir, espèrent tous les deux représenter la France lors des Jeux Olympiques de Paris, en 2024.

sûr les JO. Mais avant cela, j'espère participer à des compétitions internationales et intégrer l'équipe de France.

Quels sont les atouts qui vous permettront d'y parvenir ?

**CD :** L'envie et la motivation, avec une dose de sacrifice. Pour me perfectionner au maximum, je passe beaucoup de temps à m'entraîner, cela veut dire que j'ai moins de temps pour moi.

**AL :** Je pense qu'il faut travailler de

manière organisée pour aller chercher la performance et non pas tirer pour tirer.

Je dois améliorer des points techniques, l'aspect mental, la stratégie pendant un match. Cela doit permettre d'aller chercher quelques

## DANIEL BLED : «JE LES ENCOURAGE À PERSÉVÉRER»

Daniel Bled est le président et l'entraîneur de l'Albert sport tir. Il porte un regard bienveillant sur les deux jeunes champions : « Ils sont motivés et ils ont la volonté de performer, avec des ambitions, mais la lucidité sur le travail à accomplir pour accéder au haut niveau. Je les encourage à persévérer. »

Selon lui, leur objectif commun de représenter la France lors des Jeux olympiques 2024 à Paris est tout à fait réalisable. « Je les pense capable d'y arriver, ils ont l'intelligence et la volonté de se remettre en question et de travailler sur les points à améliorer. »

### À SAVOIR

• **Cassandre Devaux** a intégré le pôle espoir France tir de Wattignies (Nord), où elle s'entraîne deux fois par jour et suit des cours dans la journée. Elle a déjà ramené deux médailles de bronze des championnats de France.

• **Antoine Lenglet** fait quant à lui partie du collectif national cadet, ce qui signifie qu'il fait partie des vingt meilleurs sportifs de l'Hexagone dans sa tranche d'âge. Il est monté sur la troisième marche du podium des championnats de France en pistolet 50 m. Il a également participé à la finale en pistolet à 10 mètres.

points pour que l'ensemble soit meilleur.

Pendant une compétition, lorsque vous tirez, vous êtes face à vous-même. Comment faites-vous pour gérer la pression ?

**AL :** Il faut penser à des choses qui peuvent nous aider. Techniquement, nous sommes censés imaginer les gestes à faire ou des consignes à respecter.

Mais quand ça se passe mal, le risque est de se focaliser sur les points, il ne faut surtout pas commencer à compter.

**CD :** J'essaie de me concentrer sur l'instant présent, sur ce que je suis en train de faire sur le moment. Inutile de penser au tir que l'on vient de réaliser.

Votre pratique du tir vous aide-t-elle dans la vie quotidienne ?

**CD :** Oui, pour gérer le stress, cela me sert au quotidien. Cela peut aider pour se calmer, se reconcentrer au moment de passer un examen ou une épreuve.

**AL :** Je dirais surtout que cela m'a permis de développer l'esprit de compétition et l'envie de gagner. ■

VINCENT HERY

### Précision pour un champion

Avec notre série « Graines de champions », vous avez pu découvrir, hier dans nos pages et sur notre site internet, les tireurs du club d'Albert Cassandre Devaux et Antoine Lenglet. Une petite erreur s'est glissée dans le palmarès du second sportif nommé : il a décroché, en 2019, le titre de champion de France au pistolet 50 mètres, dans la catégorie cadet, ainsi que la médaille d'or du pistolet 50 mètres par équipes, toujours dans la même catégorie.