

Athlétisme. Meeting de Lorient : Sébastien Courtet vainqueur du 400 m haies à domicile

Le 24 juin 2023 à 21h06

Le junior Sébastien Courtet (18 ans) a confirmé son titre de champion de Bretagne en remportant le 400 mètres haies devant son public ce samedi au stade du Bois du Château.

Meeting de Lorient

« Je voulais confirmer mon temps obtenu aux championnats de Bretagne qui est de 54,16'' », déclarait Sébastien Courtet de l'Athlé Pays de l'Orient. Il y a deux semaines, à Vannes, le junior a été sacré champion de Bretagne. Une belle revanche pour celui qui était toujours arrivé deuxième depuis trois ans. Le Lanestérien y a même battu son record personnel. Il s'en est rapproché ce samedi au meeting de Lorient, en finissant sa course premier en 54,32''.



Record personnel battu sur 100 mètres

Autre bonne nouvelle du jour pour le sprinter, aussi présent sur la ligne de départ du 100 mètres : il bat largement son record sur cette distance. « J'ai fait 11,02 secondes aujourd'hui alors que je n'étais jamais descendu sous les 11,35 secondes », se félicite-t-il. « C'est pour ça que j'aime l'athlétisme, on cherche sans cesse à se dépasser ».

Les conditions n'étaient pourtant pas les plus propices pour courir. « Il fallait gérer la chaleur. Je ne me suis pas trop échauffé, j'ai essayé de faire des gammes actives pour garder un maximum d'énergie pour la course », indique le jeune homme.

En route pour les France

Licencié à l'Athlé Pays de l'Orient depuis six ans, Sébastien Courtet participait aussi au meeting de son club pour préparer les championnats de France, qui auront lieu dans trois semaines à Châteauroux. « Cette année, je voulais vraiment faire une grosse saison pour tenter quelque chose pour les championnats de France », expliquait-il. Il passe ainsi de deux à six entraînements par semaine.

Sébastien Courtet a déjà atteint une finale en championnat de France, mais en relais. C'était cet hiver à Lyon, en 4x100 mètres avec ses amis du club. « Le stress me booste. C'est quand il y a de l'enjeu que je fais de bons chronos. » Le 16 juillet prochain, à Châteauroux, Sébastien Courtet comptera sur cette adrénaline pour le porter jusqu' en finale.