

En piste !

Titre(s): En piste ! [[periodique]] / Melena Helias

Ensemble : Monde des Ados (Le) 60

Auteur(s) : Helias, Melena

Editeur, producteur : 13/05/26

Description matérielle : pp.2-5

ISSN : 1773-3014

Note sur la description matérielle : 4

Résumé ou extrait : Jesanique, 12 ans, pratique l'athlétisme en Jamaïque et s'entraîne cinq fois par semaine après avoir débuté la gymnastique. Suite à une fracture à la main, elle s'est spécialisée dans le saut de haies sur 70 m et participe également au relais 4 x 100 m. Elle appartient à l'équipe de St Andrew High School et s'entraîne au Jamaica College en préparation du grand championnat scolaire Boys and Girls Championships. Ses entraîneurs soulignent son potentiel technique élevé pour son âge, avec un besoin d'améliorer sa vitesse. En Jamaïque, l'athlétisme est central dans la culture et permet parfois d'obtenir des bourses universitaires américaines. Le quotidien de Jesanique est rythmé par des réveils à 5 h, un entraînement intensif et un fort accent sur la discipline scolaire, soutenue par sa mère, ex-athlète elle-même. Ses séances alternent entre terrains d'école et piste professionnelle, bains glacés et massages pour la récupération. Son modèle est Megan Simmonds, médaillée olympique, ancienne élève de St Andrew High School. En mars, pour ses premiers Boys and Girls Championships, Jesanique a atteint la finale et est passée sous les 11 secondes malgré le stress de milliers de spectateurs. Son quartier, Waterhouse à Kingston, est marqué par des problèmes de violence mais aussi par l'existence de modèles tel Shelly-Ann Fraser-Pryce, championne olympique. Jesanique aspire à représenter son pays lors de compétitions internationales et souhaite, si elle ne devient pas athlète professionnelle, devenir médecin....

Sujet - Nom commun : Athlétisme -- Entraînement -- Jamaïque
Courses -- Compétitions -- Jamaïque