

ATHLÉTISME

« J'ai l'impression de voler sur la piste »

À 28 ans, le Framerois Jason Assoignons vise le record de Belgique handisport sur 100 et 200m

Amputé d'une jambe après un terrible accident de moto, Jason Assoignons a vu sa vie changer de A à Z. Si beaucoup auraient été anéantis par ce drame, lui en a fait sa force. Arrivé à Dour Sports sur la pointe des pieds grâce à une prothèse mise à disposition par l'ASBL Leg's Go, le Framerois de 28 ans n'a qu'un objectif en tête : devenir le nouveau détenteur du record de Belgique handisport sur 100m et 200m.

ENTRETIEN
Jason Assoignons
Athlète handisport

➔ Jason, dans quel contexte débarquez-vous à Dour Sports ?

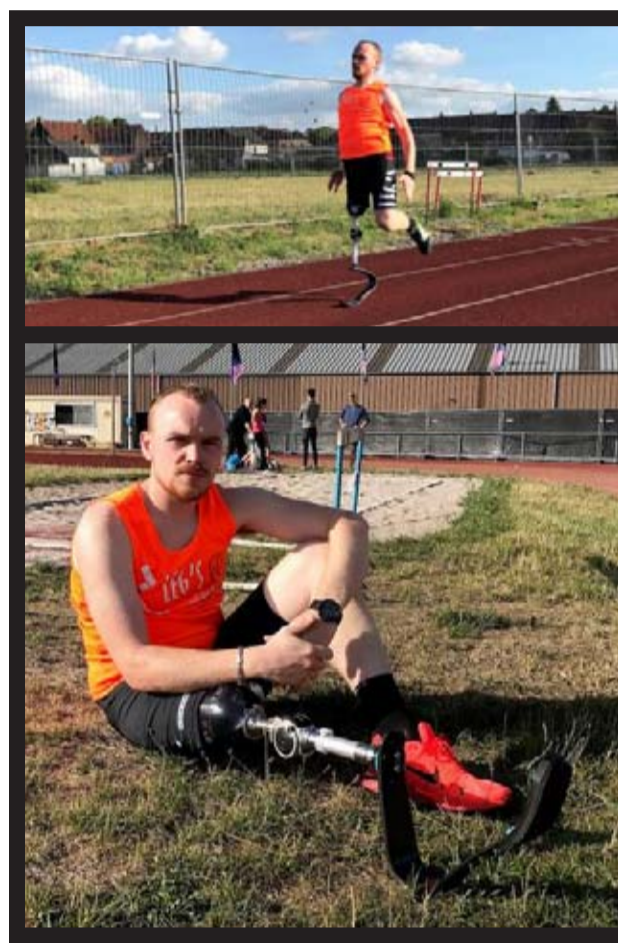
Je regardais les Jeux Paralympiques de Rio dans mon salon, en septembre dernier, lorsque je me suis dit : « Et pourquoi pas moi ? ». Je faisais déjà du vélo. Mais contrairement à ce sport, l'athlétisme nécessite un matériel bien spécifique qui coûte entre 5 et 15.000 euros. Sachant que les mutualités considèrent les prothèses sportives comme un luxe, le combat n'était pas gagné. J'ai néanmoins contacté la ligue handisport belge qui m'a redirigé vers l'ASBL Leg's Go.

➔ Une rencontre qui va changer votre vie...

En effet, cette association a été fondée par le triathlète handisport Luc Huberty. Elle a pour mission de récolter des fonds afin d'offrir des prothèses en carbone, soit fémorales, soit tibiales, à des personnes amputées des membres inférieurs. Cette ASBL m'a proposé un test avec une lame prêtée par un fournisseur. Pendant deux mois, je me suis entraîné et j'ai réussi à parcourir cinq kilomètres, ce qui m'a valu l'octroi de cette prothèse fémorale, dont le coût avoisine les 12.000 euros. En échange, je m'implique dans la vie associative de Leg's Go, qui a changé ma vie, c'est vrai.

➔ Qu'est-ce qui vous plaît dans l'athlétisme ?

Au départ, je voulais juste faire du jogging. Les athlètes de Leg's Go s'entraînent une fois par mois à Andenne. Et lors de l'une de ces séances, on m'a proposé de participer à un 4x100m. J'ai tout de suite accroché. L'adrénaline que



C'est dans les installations de Dour Sports que Jason Assoignons a trouvé son bonheur. Il prend part aux séances collectives du groupe d'Etienne Coppin. Pas question pour l'entraîneur montois de l'isoler : son athlète s'entraîne comme les autres ! Le Framerois de 28 ans s'apprête à fouler pour la première fois de sa vie la piste d'athlétisme du stade Roi Baudouin, ce week-end. © T.M.

procure la course m'a beaucoup plu. C'est comme ça que j'ai pris le handicap, les athlètes handisport sont répartis dans des catégories. Dans la mienne, la référence nationale sur 100m est détenue depuis 22 ans. Mais à 28 ans, je me sens capable de l'améliorer !

« La référence nationale sur 100m est détenue depuis 22 ans. Mais à 28 ans, je me sens capable de l'améliorer ! »

➔ Quels sont vos objectifs ?

Devenir champion de Belgique du 100m et du 200m dans ma catégorie. En fonction de leur handicap, les athlètes handisport sont répartis dans des catégories. Dans la mienne, la référence nationale sur 100m est détenue depuis 22 ans. Mais à 28 ans, je

me sens capable de l'améliorer. Je me focalise sur les sprints pour le moment. Les courses de fond, ce sera pour plus tard, quand j'aurai de l'âge (rires).

➔ Les Jeux Paralympiques sont dans un coin de votre tête ?

J'en rêve, mais je suis conscient que le chemin est très long, voire trop long, pour arriver à décrocher un ticket pour un événement de cette ampleur. Par contre, pourquoi ne pas viser l'une ou l'autre compétition internationale ? J'ai encore du boulot mais suis très motivé. Apprendre à bien courir n'est pas aussi simple qu'on ne l'imagine. Le souffle, je l'ai grâce au vélo. Mais il y a beaucoup de gainage à faire et un travail spécifique au niveau de la ceinture abdominale.

➔ Comment se sont passés vos premiers pas équipés de cette prothèse en carbone ?

J'avais l'impression de voler sur la piste. Le sol défilait si vite ! Je ne connaissais plus cette sensation. Je la redécouvre. J'ai l'impression de revivre. Tout ça grâce à une discussion devant la télévision... Et surtout, grâce à l'ASBL

Leg's Go, sans laquelle rien n'aurait été possible.

➔ Comment vous êtes-vous retrouvé amputé d'une jambe ?

Après un accident de moto dans la région des Lacs de l'Eau d'Heure il y a dix ans. Un motard, qui arrivait face à moi, a mal calculé sa trajectoire dans un virage et a dévié sur la mienne, m'arrachant la jambe droite et un doigt. Mes deux membres ont dû être amputés. Sa moto s'est fracassée sur un autre motard, à l'arrêt, qui est décédé sur place. Lui s'est en allé quelques années plus tard, victime d'un cancer.

➔ Lui en voulez-vous ?

Non. Cet accident m'a appris beaucoup sur la vie. Il m'a fait réfléchir au sens de mon existence. Cette vision des choses, ces valeurs, je ne m'en serais pas rendu compte sans cet accident. Je suis papa depuis quelques jours et très heureux. Si on me disait demain qu'une greffe de la jambe est possible, je la refuserais. Si je pouvais revenir dans le passé, je le refuserais. Car je profite aujourd'hui de la vie comme jamais auparavant. © T.M.

Et peut-être sur 200m avec des athlètes valides

Invité pour un 100m sur la piste du stade Roi Baudouin !

C'est les bras ouverts qu'Etienne Coppin a accueilli Jason Assoignons dans ses rangs il y a quatre semaines. Il faut dire que ce n'est pas tous les jours que l'entraîneur de Dour Sports reçoit pareille proposition. « C'est autant un défi pour moi que pour lui », sourit Etienne Coppin. « Il y a un travail très spécifique à réaliser dans la mesure où Jason dispose d'une jambe très dynamique et d'une autre bien moins valide. Il y a donc un déséquilibre assez important que nous essayons de combler en travaillant notamment les muscles du haut de sa cuisse : l'ischio-jambier, le psoas, le quadriceps, ainsi que toute la chaîne posturale antérieure et postérieure. Aussi, sa prothèse ne se plie pas comme un genou lorsqu'il court. Il y a donc un gros travail d'assouplissement à réaliser sur les autres muscles pour combler le manque d'amplitude du dispositif en carbone ».

RECORD DÈS CE WEEK-END ?

Fort des impressionnants progrès réalisés depuis son arrivée au chemin des Fours, l'athlète

dourois a même été invité au Grand Prix de la Ville de Bruxelles, prévu ce dimanche, pour participer à un 100m handisport. Ce sera une grande première pour le Borain, qui foulera la piste d'athlétisme d'une infrastructure de renommée mondiale : le stade Roi Baudouin. « Notre président va d'ailleurs demander une dérogation aux organisateurs pour que Jason puisse s'aligner au 200m des valides. En effet, si le record sur 100m est détenu depuis très longtemps, celui du 200m pourrait être battu. Les chronos de Jason sont en effet très bons sur cette distance et il pourrait améliorer la référence nationale. On verra si notre demande aboutit. Quoi qu'il en soit, nous sommes très contents d'avoir Jason dans nos rangs. C'est une belle vitrine pour le club et un exemple d'abnégation et de courage pour tous nos affiliés ».

Pour l'occasion, le gaillard de 28 ans a commandé une semelle à pointes afin de mieux accrocher le synthétique de la piste d'athlétisme. Son coût : 270 euros. ●

T.M.



Avec son coach et les athlètes de Dour Sports. © T.M.

VOLLEY

Samy Jouret quitte la Flandre pour rejoindre la N1 de Nivelles

Le Framerois Samy Jouret, qui a débuté sa carrière à la JS Baudour, a décidé de changer de club. Après quatre ans passés en Flandre à Marke, en Ligue B, le volleyeur de 23 ans a rejoint la N1 de Nivelles. « À Marke, je devais suivre trois entraînements par semaine », raconte le sportif. « Il faut y rajouter les matches le week-end. Et en août, nous devions suivre une grosse préparation. Je passais donc beaucoup de temps dans les salles. Mais j'ai aus-

si une vie en dehors du volley. J'ai donc décidé de diminuer le rythme et de rejoindre Nivelles ». Malgré plusieurs propositions, l'attaquant n'a pas beaucoup hésité : « Nivelles est un club sympa. J'y connais déjà beaucoup de monde. Ma copine vit en plus pas loin. Je pourrai donc toujours aller dormir chez elle si je n'ai pas le courage de faire la route jusqu'à Frameries ».

Samy Jouret veut dans un premier temps retrouver le plaisir

de jouer : « À Marke, je n'ai jamais fait une saison complète. Je n'ai jamais aligné les matches en tant que titulaire. J'aimerais donc surtout reprendre de la confiance et jouer. L'équipe vient en plus de monter en N1. Nous ne visons donc que le maintien ».

Le joueur de 23 ans reste très attaché au club de ses débuts : « Toute ma famille est encore à Baudour. Mon père est le directeur sportif. Il y a aussi mon frère, ma sœur, mon cousin... La JS re-



Samy Jouret (numéro 2) a quitté Marke pour Nivelles. © Facebook

présente une grosse partie de ma carrière. J'ai même été champion de Belgique avec ce club. Je suis allé voir un match de l'équipe première la saison passée. Mais à chaque fois que je me rends à Baudour, c'est la fête. J'essaie donc d'éviter d'y aller tous les week-ends ».

UN RETOUR À BAUDOUR ?

Dans quelques années, Samy Jouret pourrait tout de même faire son retour à Baudour pour jouer avec ses potes. Il ne ferme cependant pas la porte à un retour en Ligue B : « Si une nouvelle opportunité se présente, pourquoi pas ? Mais pas pour jouer le haut du classement ». ●

NICOLAS ERCULIANI