



Entre deux entraînements, la championne d'athlétisme angoumoisine savoure le charme de la commune de Villebois-Lavalette, son château et ses rues à l'ambiance unique.

Sokhna Lacoste, une étoile sur la piste !

Tout juste revenue des championnats du monde aux États-Unis, la prometteuse athlète angoumoisine de 21 ans, Sokhna Lacoste (spécialiste du 400 mètres et 4x400 mètres), s'apprête à repartir vers les championnats d'Europe à Munich (du 15 au 20 août). Entre deux entraînements, elle aime profiter de la campagne charentaise, et apprécie particulièrement Villebois-Lavalette.

Une pointe de chance l'a mise sur la bonne piste. Quand Sokhna Lacoste, née au Sénégal, débarque à 14 ans à Angoulême, après avoir vécu en Gambie puis en Espagne, elle cherche un club d'athlétisme, sport qu'elle pratique depuis l'âge de 11 ans. « Je courais sur le stade de Saint-Cybard, en bord de Charente, quand un entraîneur du Grand Angoulême Athlétisme m'a repérée. » Le club local devait changer de piste la semaine suivante. Conscient de son potentiel, le club l'a fait entrer dans un groupe d'adultes, avec deux entraînements par semaine.

Une progression constante

Quelques mois après, en 2016, elle se qualifie pour les championnats de France cadets et termine 7^e du 400 mètres. « Avec un entraînement réduit, je me suis dit qu'il y avait moyen de faire mieux. Dès lors, je suis passée à des séances plus sérieuses. » Et Sokhna enchaîne. En 2017, elle devient championne de France cadets. En 2019, elle obtient in extremis sa naturalisation pour participer aux championnats d'Europe, où elle finit 6^e. Parallèlement, elle entame des études de médecine, puis les cours du concours infirmier.

Mais enchaîner les entraînements, les études et les stages, surtout dans le domaine médical, très exigeant, est compliqué.

La crise sanitaire s'abat et le report d'un an des Jeux olympiques de Tokyo offre à Sokhna une année supplémentaire pour se préparer. « Je ne me suis jamais entraînée autant, avec deux sessions par jour. » Les JO. Le rêve. Une expérience « humaine et sportive » inoubliable. Avec le relais 4x400 mètres, elle s'arrête en demi-finale. Cet été, aux championnats du monde aux États-Unis, le 4x400 mètres réalise une 5^e place très correcte. « Les trois premières équipes étaient intouchables (États-Unis, Jamaïque, Royaume-Uni). » À peine remise du décalage horaire, Sokhna reprend déjà l'entraînement et enchaîne mi-août avec les championnats d'Europe. Elle vise le podium.

La douceur de vivre du côté de Villebois

Entre les championnats, meetings et autres entraînements, Sokhna aime aussi profiter de cette Charente à laquelle elle se dit très attachée. Son coin favori ? « J'habite tout à côté de Villebois. C'est super joli. Ça me fait penser aux contes de fées, ce château qui surplombe le village, les petites rues. De nuit, quand le château est éclairé par en dessous, c'est magnifique. La vie est douce, il y a des marchés et bien sûr, la célèbre cornuelle ! (biscuit sec triangulaire local avec un trou en son centre, ndr) » Avec son mari et coach, Bastien, elle vient d'ailleurs très souvent s'entraîner dans la côte qui part des halles du XVIII^e siècle restaurées de Villebois. « Les habitants sont très sympas, ils me proposent à boire... Un jour, une personne s'est même avancée pour demander : Ça a l'air très pro ce que vous faites, vous allez aux JO ? », sourit Sokhna.

Etienne Sautereau, La Vie Charentaise



Le château de Villebois évoque les contes de fée pour Sokhna Lacoste. (Ph. OT Sud Charente)

OBJECTIF PARIS 2024

Les JO encore. Et toujours. Le prochain rendez-vous, prévu à Paris en 2024, est l'objectif principal de Sokhna. « On travaille sur le projet et à partir de mi-septembre, on va faire plusieurs stages aux États-Unis, où ils maîtrisent parfaitement le 400 mètres. Nous sommes en train de caler avec nos partenaires, nous avons trouvé le coach et le groupe d'entraînement là-bas, décrit Bastien. L'idée est de ne pas avoir de regrets, pouvoir tout mettre en œuvre pour être à la hauteur de l'événement et du public. »