

Athlétisme à Angoulême : Sokhna Lacoste, une angoumoisine aux JO de Tokyo ?

Double championne de France du 400 mètres, Sokhna Lacoste, licenciée au club d'Angoulême en Charente, est en bonne place pour se qualifier aux Jeux Olympiques de Tokyo en 2021.



Sokhna Lacoste s'entraîne dix fois par semaine pour se préparer aux Jeux Olympiques. (©Julien Bonnet)

Par Julien Bonnet

Publié le 12 Déc 20 à 14:47

Angoulême aux Jeux Olympiques : l'idée semblait folle il y a quelques années mais elle a de bonnes chances de se concrétiser en 2021 grâce à Sokhna Lacoste.

À 20 ans, l'athlète licenciée au Grand Angoulême Athlétisme (G2A) est déjà double championne de France 2020 du 400 mètres (espoir et élite), un exploit qui lui ouvre les portes du relais lors des Jeux de Tokyo en 2021.

actu.fr

Nouvelle-Aquitaine

Reste maintenant à les franchir. La fédération n'enverra en effet que les quatre meilleures françaises aux Jeux. « C'est beaucoup de boulot. Il faut convaincre sur plusieurs courses, sur plusieurs mois de forme », résume Sokhna Lacoste.

Et le niveau des autres compétitrices est élevé. « Il y a deux jeunes filles avec des records supérieurs à ceux de Sokhna mais qui n'étaient pas en forme cette année », pointe Bastien Lacoste, son entraîneur.

Cette dernière abonde : « Je suis la meilleure cette année mais d'autres athlètes ont fait des records plus importants. Il faut se battre pour garder cette place ».

« Il ne faut pas être inquiet »

L'entraînement se poursuit donc pour la double championne de France, à raison de dix séances par semaine. « J'étais prête pour les Jeux en fin d'année mais ils ont été repoussés à 2021. Ça me laisse plus de temps pour me préparer », glisse-t-elle.

« Elle a été championne de France cet hiver et avait déjà le meilleur temps français l'hiver dernier. Chaque année, elle gagne entre une demi-seconde et une seconde, on a encore de la marge de progrès », veut croire l'entraîneur.

Mais ce temps supplémentaire est également précieux pour les autres compétitrices. « Tant mieux », insiste Bastien Lacoste : « Même si elle ne finit "que" troisième au prochain championnat de France, il ne faut pas être inquiet. C'est juste que ces filles seront revenues à leur meilleur niveau, et tant mieux ! Il faut que le relais soit fort ».

D'autant que Sokhna resterait dans le top 4 des athlètes françaises, lui ouvrant la voie vers les Jeux. « Maintenant il faut le faire. Il ne faut pas qu'elle se blesse ou qu'elle se crame avant les Jeux Olympiques. Mais il n'y a pas de raison que ça se passe mal ». ●



"Petite, je n'étais pas du tout forte"

Il n'aura fallu qu'une petite dizaine d'années pour que Sokhna Lacoste atteigne les sommets. Elle découvre l'athlétisme à l'école, lors d'un cross en primaire. "Quand j'étais petite, je n'étais pas du tout forte, s'amuse-t-elle. J'étais plutôt dans la moyenne basse mais je venais toujours aux entraînements, je me suis accrochée".

Après une enfance passée entre son Sénégal natal, la Gambie et l'Espagne, elle arrive en France avec sa mère et son frère à 14 ans. C'est là qu'elle se consacre au sport de haut niveau, en parallèle de ses études. Elle est autorisée à représenter la France aux compétitions nationales à partir de 2019, l'année même où elle décroche son titre de championne de France junior en 53"17. Une performance qui n'a cessé de s'améliorer puisque son record personnel s'établit aujourd'hui à 52"48.