

# Charleroi

Summer League de basket : le bilan

LUNDI



© D.R.

ATHLÉTISME

## « Au début, je séchais les entraînements »

À une semaine des Mondiaux de Londres, Ismaël Debjani nous a reçus chez lui, à Jumet

**A** 26 ans, Ismaël Debjani est dans la forme de sa vie et s'apprête à disputer ses premiers championnats du monde, à Londres, sur 1.500 m.

ENTRETIEN  
Ismaël Debjani  
Athlète

↳ Représenter la région de Charleroi sur la scène mondiale, c'est un honneur ?

Oui, et bien plus. J'ai même été nommé ambassadeur de la Ville par Philippe (Ndlr : Van Cauwenberghe, échevin des Sports), j'espère en être digne.

↳ Vous vivez avec votre maman. Que vous apporte-t-elle ?

Elle a une tâche très importante. On va dire que moi, j'ai la tâche la plus facile, je n'ai qu'à courir. Elle fait le travail en coulisses, nourriture, entretien, etc. Elle m'apporte aussi ce sentiment de sécurité. On a toujours eu une relation fusionnelle. Je vis avec elle et ma sœur de 20 ans, Dalila. Mon frère Bilal (31 ans) habite quant à lui à 300 m de la maison. Nous sommes tous très soudés.

↳ Vous n'avez plus de contact avec votre père ?

Non, plus aucun depuis 2006. ↳ Vous avez parfois eu l'impression de manquer de repères ?

Au début, ça a été un peu dur mais après coup, je me dis que c'est ce qui a fait ma force. J'ai dû me gérer moi-même et cela a forgé mon caractère.

↳ Pouvez-vous revenir sur votre jeunesse ?

À l'école, j'ai tout fait à Jumet, depuis la maternelle. En humanités, j'étais à Saint-Joseph, où tout s'est bien déroulé jusqu'en troisième secondaire. J'ai alors connu un parcours un peu plus chaotique, doublant ma 3<sup>e</sup> et ma 4<sup>e</sup>.

Cela a alors été, entre guillemets, une descente aux enfers. C'était la période où mes parents ont divorcé. J'avais un peu lâché les études.

↳ Qu'avez-vous fait ensuite ?  
Je me suis retrouvé en professionnel. Là, c'était beaucoup plus accessible. Ensuite, je me suis dit que j'allais continuer mes études, histoire de gagner ma vie plus tard, mais j'étais vraiment perdu, je ne savais pas quoi faire. J'ai pensé faire prof de gym mais cela me fermait les portes d'une éventuelle carrière pro dans mon sport. Je suis finalement parti sur éducateur spécialisé. J'ai notamment travaillé comme étudiant dans un institut pour adultes très huppé, à Ittre, qui proposait une multitude de sections. Celle dont je m'occupais, c'était le sport et mon rôle était d'entraîner les personnes déficientes mentales en vue des Special Olympics.

↳ C'est une expérience qui fait réfléchir ?

Oui, tout à fait. C'est quand on travaille avec ce genre de personnes qu'on prend conscience qu'on a la chance de pouvoir se lever tous les matins et aller courir. Profiter de la vie. Une fois ma carrière terminée, je me vois bien retravailler dans ce domaine et partage mon savoir, mon vécu.

↳ En janvier 2010, vous vous êtes donc tourné vers l'athlétisme. Pourquoi ?

Ma maman m'a demandé d'y aller, se disant que ça me conviendrait. En sport, j'ai toujours été un peu solitaire. Je ne dis pas que je n'aimais pas les sports d'équipe mais je préfère m'entraîner seul et obtenir mes propres résultats, sans me cacher derrière un groupe. Je suis un peu hyperactif à la base et courir me procurait un bien-être fou.

↳ Vous avez mordu de suite ?  
Pas exactement. Il m'a peut-être fallu deux mois pour commencer

à courir sérieusement. Mon coach me disait qu'il y avait entraînement, je répondais « oui, oui », mais je n'y allais pas, ou je bâclais. Ce n'est que quand j'ai fait mes premières courses sur piste que je me suis discipliné.

↳ Et rapidement, vous avez fait des chronos concluants. Votre coach a décelé votre potentiel

« Quand mon coach me parlait de carrière pro, je rigolais »

très tôt ?

Oui, lui l'avait vu. Moi pas. Un jour, il m'a parlé de carrière pro. Moi, je rigolais, cela faisait six mois que je faisais de l'athlé. J'ai répondu : « C'est ça, on verra... »

↳ On a vu ce que ça donnait ensuite... Justement, pouvez-vous dresser un bilan de votre début de saison ?

C'est plus que réussi. Mon objectif était d'obtenir le record de Belgique ainsi qu'une qualification aux championnats du monde. Cela a été réalisé le 11 juin, à Hengelo (Pays-Bas), où j'ai couru en 3'33"70. Je n'ai donc plus de pression.

↳ Christophe Impens,

qui détenait ce record depuis 21 ans, vous a appelé pour vous féliciter. Quel sentiment ça vous a fait ?

Franchement, ça a été magique cette journée. Dix minutes après l'arrivée, je reçois ce coup de fil. Il disait qu'il savait que j'allais le battre. La course était parfaite, avec des athlètes du top mondial, très bonne pour courir, je n'avais qu'à suivre.

↳ Vous avez encore une belle marge de progression en matière de chrono ?

Oui, je pense pouvoir encore gagner une à deux secondes maximum, il y a encore du travail de fond à réaliser. Puis ce sera plus facile l'année prochaine puisque je pourrai entrer dans les grosses courses.

↳ Mais avant cela, la grosse échéance à venir, ce sont donc les Mondiaux de Londres, qui débutent le 4 août ?

Oui. En ce qui me concerne, je cours les séries du 1.500 mètres le 10, la demi-finale ayant lieu le 11, la finale le 13.

↳ Et quelles sont vos chances ?

Cela va être très difficile, le souci étant que ce

sont des courses très tactiques. Il faut un peu de chance, rester au contact et être à la bonne position au moment opportun. Ça va courir très lentement puis ça va envoyer.

↳ Cela va donc se jouer sur les derniers hectomètres, ce qui ne fait pas vos affaires ?

Ça dépend. J'ai un bon sprint sur 200 mètres mais si la course part vraiment lentement, ça sprintera sur 400 mètres, ce qui m'arrange moins. Mais ce sont les vrais

coureurs de 1.500-5.000 qui accéderont à la finale. Moi, je devrais être un peu juste. Accéder en demies serait déjà super et quand bien même j'étais sorti en séries, ce ne serait pas un drame.

↳ Il y a deux ans, vous imaginiez cette progression ?

Je n'aurais jamais pu penser ça. Déjà l'an dernier, être aux championnats d'Europe et au Van Damme, c'était au-delà de tout ce que j'aurais pu espérer.

↳ Quand pensez-vous que vous serez au top ?

En 2019, je serai bien, je pense. En demi-fond on dit qu'on atteint le top à 27 ou 28 ans et comme j'ai commencé un peu plus tard, je pourrai peut-être tenir un peu plus que les autres.

↳ Avec les JO 2020 à Tokyo en ligne de mire ?

Oui, c'est plus qu'accessible. Le chrono minimal pour y aller, c'est 3'36"20. En ayant manqué Rio de peu, c'est donc la dernière chose qu'il manque à mon C.V., et c'est surtout le plus grand rendez-vous pour un athlète. Mais a priori, si j'y participe, le but est de m'aligner plutôt sur le 5.000 mètres. ●

UNE PAGE DE CÉDRIC MARTIN



© Christophe Hennuy

Sa maman Nadia revient sur son parcours

## « Ismaël a mal vécu le divorce »

Si Ismaël Debjani s'est tourné vers l'athlétisme, c'est parce que sa maman l'y a incité, en janvier 2010, alors que le garçon était en pleine crise d'adolescence. « Mais je n'aurais pas cru qu'il en arriverait là », nous avoue-t-elle aujourd'hui. « Ce que je voulais surtout, c'était qu'il ait des journées chargées. Mais il avait déjà tout essayé : minifoot, basket, natation... Il n'accrochait à rien et c'était une véritable boule de nerfs. »

« PEUR QU'IL TOURNE MAL »

À l'époque, Nadia venait de divorcer du père d'Ismaël. « De mes trois enfants, c'est le seul à l'avoir vraiment mal vécu », se souvient-elle. « D'un coup, ça n'a plus du tout été à l'école. J'avais peur qu'il tourne mal, c'était ma hantise. » C'est en se remémorant cette période un peu plus délicate qu'elle se rend compte du chemin parcouru par son fils : « C'est incroyable mais vrai ! »



Ismaël et sa maman Nadia ont une relation fusionnelle. © C.H.

Comme Ismaël, l'un de ses meilleurs souvenirs est celui de la médaille d'or obtenue sur 800m en 2014, mais elle a un souvenir tout aussi impérissable de ses superbes championnats d'Europe à Amsterdam en 2016. « C'était déjà super d'être présent et alors qu'il courait les séries, je pense que la jeune fille devant moi a dû me détester. J'ai bien assommée trois fois durant la course. Elle n'avait plus de chi-

gnon après ! », rit-elle. « Ismaël venait de finir premier de sa série, nous n'en revenions pas. Nous n'avions d'ailleurs acheté des tickets que pour les demi-finales... Fort heureusement, nous avons pu nous en procurer, en dernière minute, pour la finale. Mais cela me stresse beaucoup trop. Pour Londres, je ne voulais pas y aller et regarder ça à la télé, mais je n'ai pas eu le choix, il a directement acheté les billets... » ●

## « C'est très dur de se priver sans savoir si on y arrivera »

Au moment de jeter un œil dans le rétro, Ismaël Debjani est revenu sur ses meilleurs moments de sportif. « Mon souvenir le plus marquant ? Je dirais ma médaille d'or en championnat de Belgique, sur 800 m, en 2014. Puis, ensuite, ma première qualification aux championnats d'Europe en mai 2016. Après ça, les bons moments sont vécus différemment. Il y a une sorte de train-train et on est surtout rassuré de faire de bons chronos, sans pour autant être blasé, loin de là. La première fois, on est surpris. Maintenant, on se bat pour converser le niveau mondial. Mais l'an dernier, quand je me suis retrouvé à l'hôtel à Amsterdam avec tous les athlètes, lors des championnats d'Europe, je me suis vraiment rendu compte de pourquoi je travaillais, pourquoi je m'étais privé de tant de choses. » Car c'est là qu'était le plus dur



Des souvenirs. © C.H.

à surmonter. « Avant 2016, j'étais toujours amateur. C'était très dur. Je n'avais pas de revenus, pas de sponsors. On se dit qu'on s'entraîne comme un fou sans savoir si la récompense tombera un jour. Mes sorties, ma vie de jeune, j'ai dû la mettre entre parenthèses pour y arriver. D'abord pour pratiquer des jobs d'étudiants et subvenir à mes besoins, ensuite pour mon sport. Même une sortie à Walibi, c'était impossible parce que je devais courir. Je ne regrette pas ma vie mais je ne vais pas le cacher, l'athlétisme, c'est seulement beau une fois qu'on est pro. » ●

Toujours le même coach

## « Plus qu'un entraîneur »

Depuis qu'il a commencé à fréquenter les pistes d'athlétisme, Ismaël Debjani n'a toujours connu qu'un entraîneur, Christophe Dumont, qu'il a donc rencontré au stade Jonet avec le club du CRAC, et qui s'occupe toujours de lui, aujourd'hui, au CABW (Nivelles). « Au départ, on s'est donc rencontré vraiment par hasard. Lui, c'était d'ailleurs son premier jour en tant qu'entraîneur de demi-fond. » Et la relation entre les deux hommes est allée bien au-delà de l'aspect purement sportif. « Nous sommes très proches, c'est un beau duo. Ce que j'aime aussi chez lui, c'est qu'il ne fait pas de différence entre athlètes pros et amateurs. Il fait ça par passion. C'est plus qu'un coach, c'est un ami, on parle de tout. Hormis durant les 30 minutes où l'on est focalisé sur la piste et où le sérieux est de mise, il y a toujours une très bonne ambiance. » ●