

Après une pause pour soigner des douleurs au bas du dos, Lea Sprunger (COVA Nyon) a effectué son retour lors du 400 m haies du Meeting Diamond League Golden Gala à Rome. Ce fut plutôt délicat avec une neuvième place en 56"36.

Après avoir participé aux World Relays à Yokohama (JAP) avec l'équipe suisse du 4 x 400 m, Lea Sprunger (COVA Nyon) a rejoint sa nouvelle base d'entraînement à Papendal aux Pays-Bas. En compagnie de son coach Laurent Meuwly, elle devait parfaire là-bas sa préparation avant les premiers grands meetings européens. Malgré de bonnes conditions d'entraînement, la situation n'a guère été favorable car Lea s'est rapidement plainte de douleurs dans le bas du dos, au point de devoir subir une infiltration. Le repos puis un entraînement alternatif a permis une guérison rapide et c'est ce qui nous a valu de voir la Nyonnaise au départ du 400 m haies du Golden Gala à Rome. Il est clair que sa préparation a connu un léger retard, mais en même temps il était intéressant de pouvoir situer son niveau car techniquement les choses se passaient bien à l'entraînement. Placée au couloir sept, Lea est bien partie. Mais très vite on s'est aperçu que le rythme habituel n'y est pas. Très éloignée des meilleures, elle termine sa course au neuvième rang en 56"36. En zone mixte, Lea Sprunger se montre évidemment déçue, mais elle arrive à relativiser en étant consciente de tout le retard accumulé à l'entraînement durant deux semaines, ce qui l'a notamment empêchée de courir au-delà de cinq haies. Cette sortie romaine a eu le mérite de montrer clairement la situation et elle sert également de base de décollage en direction de chronos plus compétitifs. Ce sera très utile en vue du prochain 400 m haies, prévu le 13 juin à Oslo, puis permettra certainement à Lea d'aborder le 400 m d'AtletiCAGenève avec une meilleure confiance en ses moyens.



Lea Sprunger

RÉSULTATS

Lea Sprunger (COVA Nyon) 56"36 sur 400 m haies