

ATHLE.FR | Maël Gouyette : « L'année ou jamais pour se lancer »



Le demi-fondeur du Haute Bretagne Athlétisme a créé la surprise lors des championnats du monde de course sur route dimanche dernier, en terminant au pied du podium sur le mile en 3'56"74. Un résultat qui vient valider ses impressionnants progrès réalisés cette saison, après deux années fructueuses passées aux Etats-Unis. De retour dans l'Hexagone, l'ambitieux athlète de 24 ans a fait le choix de se consacrer à 100 % à son sport en 2024, avec en ligne de mire les Jeux de Paris.

Maël, quel regard portez-vous sur votre quatrième place à Riga ?

En franchissant la ligne d'arrivée, je n'ai pas caché qu'il y avait de la déception. Je suis arrivé en Lettonie avec beaucoup d'ambition. Je visais le podium, j'y croyais. Je savais que j'étais en très bonne forme, que le pic était bien planifié avec mon entraîneur. J'avais en tête que la course allait être assez ouverte, avec une très grosse densité, et que le côté tactique ainsi que le choix des trajectoires allaient beaucoup jouer. Il y avait une grande ligne droite avant l'arrivée, avec un monument sur notre gauche à contourner. Je suis passé sur la partie extérieure, alors que l'Américain qui m'a devancé de 14 centièmes pour la troisième place a pris l'intérieur. Avec du recul, je me dis que j'ai pris beaucoup d'expérience lors de cette course.

Le mile sur route n'est devenu une distance officielle que depuis quelques semaines...

J'adore le mile. J'ai fait pas mal de courses sur cette distance pendant les deux saisons que j'ai passées aux Etats-Unis. Le fait d'être sur la route lisse un peu les performances. Il y a plusieurs inconnues à résoudre. Ça n'est pas tout plat et, surtout, il faut composer avec le manque de repères chronométriques, même s'il y avait des panneaux à Riga. Les 1609 mètres sont d'ailleurs passés en un claquement de doigts. J'ai entendu le coup de pétard et j'ai ensuite eu l'impression de courir 30 secondes jusqu'à l'arrivée. Ça a été une super expérience. Je pense que c'est un format qui va se

développer.

Comment avez-vous vécu de l'intérieur ces championnats, dont c'était la première édition ?

L'ambiance était super. L'enchaînement des courses a permis de créer de l'énergie positive au sein de l'équipe de France. Tout le monde se tirait vers le haut et encourageait les copains. J'avais disputé en 2018 les championnats d'Europe de cross chez les juniors. C'était exactement le même état d'esprit.

Ce résultat peut vous servir de déclic au niveau international ?



Le déclic, je l'ai eu aux championnats de France Elite à Albi (2e en 3'40"47). J'ai connu une forte progression cette année (de 3'40"49 en 2022 à 3'35"94 en 2023). Le cap mental que j'ai passé va, je pense, se voir lors des prochaines échéances. Cette quatrième place me conforte dans mon projet et mes ambitions.

Que vous ont apporté vos deux années outre-Atlantique ?

Je suis parti fin 2021. J'arrivais à la fin de mon Bac +3 et je voulais vivre une aventure à l'étranger. J'ai été recruté par Iona University à New York, une fac spécialisée en demi-fond au programme réputé. C'est celle qui a participé le plus de fois dans l'histoire aux championnats nationaux de cross-country. J'ai suivi des cours en master de marketing et communication du sport. Ça m'a permis de progresser à la fois sur les plans sportif et humain, en ayant plus confiance en moi. Je suis rentré en France cet été, juste avant les championnats de France Elite. J'aurais pu retourner aux Etats-Unis cet automne pour la saison des cross, mais j'ai fait le choix de me professionnaliser en France en étant accompagné par un équipementier.

Quelle est votre organisation actuelle ?

Je vis entre Rennes, où se trouve mon groupe d'entraînement, et Saint-Brieuc, où habitent mes parents. J'ai deux coaches, Andrew Ferris, qui me suivait aux Etats-Unis, et Marc Reuzé, qui m'entraînait avant que je parte à New York. Je n'ai pas voulu tout bouleverser à l'orée de l'année olympique. Au sein de mon groupe du Haute Bretagne Athlétisme, l'ambiance est familiale sans prise de tête. C'est du haut niveau avec les copains, de l'athlé plaisir. J'ai décidé de m'investir à 100

% dans l'athlé. J'ai envie de voir jusqu'où je suis capable d'aller en mettant toutes les chances de mon côté. C'est l'année ou jamais pour se lancer, avec les Europe et les J.O. Et il ne faut pas oublier que je suis encore jeune. Il y aura d'autres grands championnats les prochaines saisons, avec bien sûr aussi l'échéance des Jeux de Los Angeles en 2028.

Propos recueillis par Florian Gaudin-Winer pour athle.fr