

UTILISATIONS DES COOKIES

[Fermer](#)



En poursuivant votre navigation sur ce site, vous acceptez l'utilisation de nos cookies afin de vous offrir une meilleure utilisation de ce site internet. Pour s'opposer à ce dépôt vous pouvez [cliquer ici](#).

[En savoir plus](#)

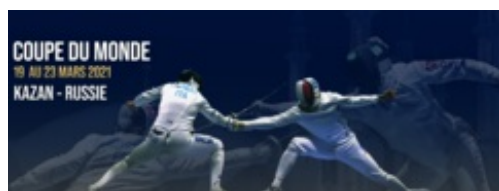


LEVALLOIS
1883
SPORTING CLUB

ESCRIME

17.03.2021

Coupe du Monde de Kazan qualificative aux Jeux olympiques de Tokyo - 19 au 13 mars 2021



Ronan Gustin est l'un des piliers de l'équipe de France. Comme tous nos athlètes, il n'a pas tiré en compétition depuis plus d'un an. Il s'est confié à quelques jours de son retour sur les pistes internationales.

Comment as-tu mis à profit cette année sans compétition ?

Après le confinement, j'ai été blessé, je me suis arraché le ligament, pendant quelques mois suite à une entorse en jouant au football, il m'a fallu du temps pour revenir à 100%. Fin septembre, j'ai pu reprendre l'entraînement sérieusement et à 100% fin septembre. On a essayé de bien travailler sur le plan technique, sur mes petites lacunes, approfondir mon jeu. J'ai eu le temps de me faire un physique avec un travail sur mes pathologies comme mon arthrose dans le coude, mes problèmes d'épaules. Un bon travail de cardio et de renforcement musculaire a également été fait. C'était pénible de faire de l'escrime pendant plus de 6 mois avec 12 personnes car on n'a pas eu l'occasion d'avoir de l'opposition étrangère.



Comment te sens-tu à l'approche de la reprise de la compétition ?

Physiquement je me sens bien, c'est déjà une bonne nouvelle. Je me sens prêt et en confiance même si j'ai un peu d'appréhension.



Quels sont les objectifs de cette Coupe du Monde ?

Me qualifier en individuel, minimum quart de final. On ne sait pas si ça sera notre dernière compétition. On n'a pas vraiment les critères de sélection olympique. Aujourd'hui, je dois me dire que ça sera peut-être le seul moyen de me qualifier. J'essaie de donner le meilleur de moi-même sur une coupe du Monde, celle-ci est peut-être plus importante que les autres mais elle n'apporte pas de pression en plus. Ça ne sert à rien de mettre du stress supplémentaire.

Même si l'équipe de France est qualifiée. Il est important de retrouver des marques par équipes.



[<- retour vers Actualités](#)