

**Athlétisme**

# Abderrahim Bouramdane 2ème au Marathon de Toronto



On avait découvert Abderrahim Bouramdane le 28 mai dernier, lorsqu'il avait remporté le marathon ING d'Ottawa dans l'excellent temps de 2 heures 12 minutes et 18 secondes. Bouramdane, avec l'appui de deux compatriotes (Zaid Laaroussi, deuxième en 2:12:59 et Mohamed Adda, 16ème en 2:25:06) avaient alors «réglés» comme on dit dans le jargon du Marathon, toute une meute de kenyans et non des moindres ! puisque figuraient au départ Amos Matui, David Cheruiyot, Firmin Kipchoge, Issac Chemobo et autres Ben Kimondi...

Là ne s'arrêtait cependant pas le méritent de ce tout jeune marathonien (il est né le 1 janvier 1978); il venait en effet de faire baisser son temps de près de trois minutes depuis sa dernière course : quelques mois plus tôt en effet, à Marrakech, il avait couru en 2 : 15 : 16 Abderrahim progressait donc très fort et très vite ;

il était « à suivre » et cela d'autant plus qu'on annonçait son retour au Canada pour le Marathon de Toronto. Le dimanche 24 Septembre; il était donc sur le ligne de départ; mais pour une deuxième place, derrière le kenyan Daniel Rono qui a couru ici le deuxième marathon le plus rapide de l'histoire du Canada. Couvrant la distance en 2 heures, 10 minutes et 14 secondes, il n'est devancé au meilleur temps de l'histoire du Marathon au Canada que par le polonais Waldemar Cierpinski qui avait arrêté le chrono à 2: 09 :55 lors des Jeux olympiques de 1976 ! Et Abderrahim Bouramdane ? il s'est classé deuxième, à 16 secondes du vainqueur. Disons, à sa décharge, qu'il a couru tout seul cette fois, seul contre plus de 20 kenyans, sans lièvre, à travailler tout au long des 42,2 kilomètres. Son mérite n'en est que plus grand !

**Boxe**

## Un Marocain champion du monde chez les juniors

Les championnats du monde juniors (moins de 19 ans) de boxe amateur se sont achevés dimanche 24 septembre à Agadir, en apothéose pour le pays hôte, dont un pugiliste, Mehdi Ouatine, à remporté la toute première médaille d'or de l'histoire de son pays dans cette compétition. L'entraîneur national de boxe Rabeah Hanafi n'a d'ailleurs pas manqué de relever que la médaille d'or décrochée par son protégé dans la catégorie des 54 kg des Mondiaux-2006 juniors «est un exploit inédit dans les annales du sport noble marocain».

«En organisant cette compétition, notre principal objectif était de permettre aux jeunes pugilistes nationaux d'acquérir plus d'expérience surtout qu'ils étaient en grande majorité à leur première participation à une compétition de telle envergure; mais au fil des rencontres, les pugilistes nationaux se sont pris à voir plus haut et c'est ainsi que Ouatine a été sacré champion du monde de sa catégorie, en plus d'une médaille de bronze de Driss Moussaid (64 kg)» à expliqué pour sa part l'entraîneur national adjoint Mohamed Mesbahi.

**Automobile**

## Mehdi Bennani à la conquête de la World Series Renault

Le jeune pilote marocain Mehdi Bennani entend terminer la saison 2006 sans manquer deux grands rendez-vous qui sont les courses du Mans (France) et de Barcelone (Espagne) de la World Series by Renault (WSR). Le jeune pilote marocain a précisé que ses efforts seront focalisés l'année prochaine sur le titre de champion de la WSR, ce qui lui permettra d'accéder à la Formule 1.

Mehdi Bennani compte plusieurs participations aux épreuves de la WSR dont celles d'Istanbul et de Sepang (Malaisie) en juin dernier. Sa participation a été remarquable en 2005 à Monza (Italie) où il avait occupé la 21-ème place lors de la 2-ème course avec un chrono de 44mn 32 sec 24/100 et le 19-ème rang lors de la 1-ère course (16 tours) avec 28mn 41sec 12/100.

**Natation**

### Pour une place à Pékin !

Une nageuse complète au palmarès étoffé. Dans son regard se profile la teneur de ses ambitions. Noufissa Chbihi a conquis tous les podiums possibles à son âge et vise des horizons aussi loin que Pékin, où elle rêve de se mesurer aux championnes du monde aux J.O 2008. Elle n'aura que 18 ans. La sociétaire du CODM de Meknès ne cesse de confirmer son talent à chaque compétition. La dernière en date s'inscrit en marge des huitièmes championnats d'Afrique de natation organisés du 11 au 17 septembre dans la capitale sénégalaise. Noufissa a remporté la médaille d'argent du 1er championnat d'Afrique de nage en eau libre, disputé entre Dakar et l'île de Gorée sur une distance de 5 km. Cette distinction n'est que la confirmation des nombreuses performances qu'elle a déjà acquises aux niveaux national et continental. Après avoir enregistré son énième record national du 800 m nage libre (crawl) en avril dernier à El Jadida, elle récidive au championnat maghrébin qui s'est tenu en Tunisie les 29 et 30 du même mois et enregistre un autre record en parcourant le 100 m papillon en 01'08"35. Lors de cette compétition, la récolte était de taille.

Noufissa a confirmé sa suprématie dans plusieurs disciplines : 2 médailles d'or au 200 m nage libre, en 2'12"17 et au 200 m papillon en 2'28"74, 3 médailles d'argent aux 4 nages, 400 m nage libre et 100 m papillon, 1 médaille de bronze au relais... autant de performances qui viennent confirmer son statut de nageuse polyvalente. Agée à peine de 16 ans, Noufissa possède une marge de progrès très considérable. «Elle a atteint une étape cruciale dans sa carrière. Elle a fait ses preuves, il reste à développer ses compétences à travers des stages à l'étranger en vue d'améliorer ses performances au plus haut niveau», estime Zakaria Chbihi. Noufissa est forte de ses qualités physiques exceptionnelles. L'athlète mesure 1m 74 pour un poids de 61kg. A 12 ans, elle a entamé déjà des exercices de développement de ses capacités, y compris les entraînements de puissance aérobics et de volume d'oxygène maximum. Aujourd'hui, elle effectue environ 10 séances d'entraînement par semaine. «Ses premières séances de musculation ont été programmées à l'âge de 13 ans, au lieu de 16 ans, selon certains entraîneurs. Un travail des abdominaux et lombaires est nécessaire

pour empêcher la perte d'énergie», explique Chbihi. Née en 1990, la championne nationale s'est jetée à l'eau à l'âge de 4 ans. C'était au club du CODM dont son père est l'actuel coach. Professeur d'éducation physique et ancien sélectionneur national, Zakaria Chbihi suivra sa fille de très près. A six ans, elle intègre la catégorie des poussins et, à l'âge de 11 ans, elle sera appelée aux rangs de l'équipe nationale. En un temps record, Noufissa acquiert des capacités étonnantes, battant plusieurs records nationaux. En l'absence d'un programme sport-études, il a fallu que ses parents se partagent les tâches pour maintenir l'équilibre nécessaire entre sa vocation sportive et ses études. Son père prend en charge sa formation sportive, tandis que sa mère, enseignante, l'assiste dans ses études de Sciences expérimentales. Son père lui dispense un complément de formation en sus du travail effectué par la direction technique nationale. Son objectif pour cette année est de réaliser le minima des Jeux Olympiques en 400 m nage libre. En cas de réussite, ce sera une première dans la natation marocaine.

## LA 2 ÈME ÉDITION EN COURS DE RÉALISATION



**RÉSERVEZ VOTRE ESPACE DÈS MAINTENANT**

**514 - 962 - 8527  
450 - 462 - 7974  
www.ct2002.info**