



Cinquième des championnats de France espoirs sur le 20 km marche, Fabian Fesselier n'a pas réédité les belles performances réalisées cet hiver, mais il a préservé l'essentiel. Une préparation quelque peu perturbée a eu raison des ambitions qu'il aurait pu légitimement nourrir quelques mois plus tôt. Mais pour le marcheur du Caen Athletic Club, les perspectives d'avenir sont prometteuses.

Si courir plusieurs lièvres n'est pas sans comporter le risque d'en attraper aucun, marcher après plusieurs objectifs est visiblement moins hasardeux. Fabian Fesselier a peut-être perdu deux places dans l'affaire, lui qui « **aurait pu faire un podium s'[il] était arrivé en meilleure forme** », mais il s'est inscrit dans le top 5 français du 20 km espoir, a obtenu sa licence de STAPS au rattrapage et a pu s'offrir des vacances au Maroc en travaillant auparavant dans une entreprise de logistique. Le meilleur marcheur du Caen Athletic Club n'a pas perdu son temps. C'est sûrement la raison pour laquelle il a apprécié la place obtenue à Tomblaine le 25 juillet.

« **Je savais que ça allait être compliqué de faire un podium. Avec mon travail, c'était compliqué de s'entraîner correctement, et surtout de bien récupérer derrière. J'ai essayé de faire ce que je pouvais mais ce n'était pas au top. Je me suis maintenu en forme mais je ne pouvais pas être dans un cycle de progression.** »

Arrivé avec la troisième référence chronométrique des qualifiés, Fabian Fesselier est parti prudemment pour terminer en 1h38'15", à trois minutes du podium, à cinq minutes de son record.

« **Si on m'avait dit cet hiver que j'aurais fini cinquième des France cet été, j'aurais sûrement été déçu. Là, je ne crache pas dessus.** »

Disqualifié lors de deux de ses trois précédentes sorties, contraint à l'abandon mi-avril à Montreuil, Fabian Fesselier n'a pas connu une saison estivale aussi prolifique que son hiver le

fut. Champion de France en salle du 5000 mètres le 7 février, sixième de la même épreuve deux semaines plus tard en championnat de France Élite, onzième du 20 km Élite le 8 mars, Fabian Fesselier a carburé en début d'année. Il a ainsi établi ses meilleures performances personnelles sur 5000 mètres (21'41"12 en salle) et 20 km (1h33'17"). La suite a été un peu moins linéaire. **« De septembre à mars, j'étais au taquet. Après le championnat de France 20 km, j'ai continué un peu jusqu'en avril, mais moins. Après, j'étais moins à cheval cet été sur les à-côtés comme le sommeil et la diététique. J'ai eu plus de mal cet été. J'ai essayé de jongler entre pas mal de choses sur la fin de saison. J'ai réussi à avoir ma licence STAPS au rattrapage de justesse. C'était le premier soulagement. Je ne suis pas frustré, parce que je finis sur une bonne note, mais vu la forme que j'avais cet hiver, c'est un peu décevant. Le travail qui a été fait cette année va payer l'année prochaine, comme celui qui a été fait l'année d'avant a payé cette année. »** Reste que le paramètre "études" aura son importance. Fabien Fesselier, qui se destine au professorat d'EPS, passera son concours l'année prochaine. Sa saison dépendra en partie de la charge du travail qu'il aura à supporter...

« 1h30, c'est largement envisageable »

Si son emploi du temps lui laisse suffisamment de créneaux pour s'entraîner, l'ancien sociétaire de l'USC Mézidon et de Flers-Condé pourra nourrir de belles ambitions. Son record en 1h33 fait de lui, en 2015, le 17ème performeur français. À 20 ans, dans un sport à maturité tardive (entre 27 et 32 ans), c'est forcément prometteur. **« Je suis à un niveau normal, estime-t-il. Au vu de ce que je faisais en cadet, normalement je devrais être plus rapide que ça. Cette année, j'ai quand même franchi un cap au niveau de l'entraînement. Maintenant, il faut en franchir un autre en compet'. Là, je commence vraiment à maîtriser la distance (20 km). Quand j'ai fait mon record en 1h33, j'étais dans la facilité toute la course. Je me dis qu'en prenant plus de risques, le chrono peut descendre. Si je peux continuer de bien m'entraîner la saison prochaine, 1h30, c'est largement envisageable. Ça commencerait à être pas mal. Avec moins d'1h30, on est aux portes de l'équipe de France. »** La sélection tricolore, Fabian Fesselier en a fait un objectif et il ne s'en cache pas. **« J'aime bien la marche, mais si c'est pour galérer à être 15-20ème des championnats de France, c'est mort. Je fais de la marche pour être performant et compétitif. Si j'arrive à**

avoir mon concours du premier coup, en travaillant 20 heures par semaine comme prof d'EPS, ce sera tout à fait envisageable de s'entraîner comme un athlète de haut niveau et, là, d'intégrer l'équipe de France. Je n'ai pas exploité mes capacités au maximum, loin de là. »

Fabian Fesselier en est persuadé, il conserve une marge de progression importante. Celle-ci passe en premier lieu par les entraînements. L'hiver dernier, le jeune homme s'imposait sept séances hebdomadaires de 18 km en moyenne. « **Parfois, c'était plutôt 20-25 km, et un footing d'une demi-heure l'après-midi. J'essaie de me faire accompagner au maximum. Cet hiver, sur les sept sorties, j'étais accompagné trois-quatre fois, soit par des amis, soit par mon père, soit par ma copine. Quand ils peuvent courir, ils courent. Souvent, si la sortie est longue, ils prennent plutôt le vélo. Ça me permet d'avoir un ravitaillement. Si on n'a pas un entourage qui fait tout pour qu'on soit performant, c'est compliqué. Il faut avoir un moral encore plus costaud quand on n'a pas ce soutien. Moi, j'ai la chance d'avoir des proches qui me soutiennent. C'est plus facile. »**

Fabian Fesselier, dont le père Martial a participé à quatre Jeux Olympiques, a l'avenir devant lui...