

Fédération Française d'Aviron
Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron
Fondée en 1882

3^{ème} club français d'aviron 2019

POINT PRESSE

La rameuse aixois Lucine AHYI aux USA

Aix-les-Bains, le 13 avril 2021

Les ambitions américaines de la rameuse aixoise Lucine AHYI.

Après avoir rejoint Aix-les-Bains à l'automne 2020, la championne d'Europe Juniors 2018 termine sa troisième année de psychologie à l'Université de Californie.

Membre de sa prestigieuse équipe d'aviron, l'aixoise entend bien décrocher le titre universitaire américains en huit femme.



La rameuse aixoise porte également les couleurs bleu et jaune de l'Université de Californie.

Depuis 2019, Lucine AHYI étudie la psychologie sur le campus de Berkeley au sein de l'Université de Californie. Un cursus outre-Atlantique qui oblige la rameuse aixoise à jongler entre les programmes d'entraînements français et nord-américains mais également à réaliser de



Fédération Française d'Aviron

Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron

Fondée en 1882

3^{ème} club français d'aviron 2019

fréquents allers-retours afin de prendre part aux compétitions nationales voir internationales avec l'Entente Nautique d'Aix-les-Bains et l'équipe de France U23.

Une première compétition réussie à Las Vegas

Après des derniers mois difficiles du fait du COVID-19, Lucine AHYU a réalisé, aux côtés de ses coéquipières du huit féminin, une première sortie les 10 et 11 avril derniers à l'occasion de la Las Vegas Invitational. Deux courses étaient au programme et devaient permettre aux entraîneurs de juger de la cohérence de la composition des trois équipages engagés.

Intégrée au huit de point femme numéro 1, la rameuse aixoise remporte ses deux parcours en devançant notamment les équipages de l'Université de l'Alabama, de San Diego ou encore de Washington State.



« L'Université décrochent cinq victoires sur six courses ! Avec des bateaux à une poignée de secondes de l'Université de Washington, qui est actuellement classée meilleure université du pays, ce début de saison s'annonce très prometteur pour toute l'Équipe ! Définitivement un premier week-end de compétition satisfaisant, sans compter que l'Équipe n'avais pas couru depuis près de 2 ans. Il nous reste encore beaucoup de choses à peaufiner mais je ne m'inquiète pas pour ça. Les filles de l'équipe sont très engagées et ne cessent de s'améliorer.



Fédération Française d'Aviron

Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron

Fondée en 1882

3^{ème} club français d'aviron 2019

Sur ce premier week-end de compétitions, nous avons déjà réussi à mettre en place des choses et à élever notre niveau de performance entre la journée de samedi et celle de dimanche. J'ai hâte de retourner à l'entraînement pour travailler ces nouvelles pistes d'évolution et de voir ce que donnera la suite de la saison de compétition. »

Une présence aux US qui lui fait manquer le stage national U23.

Suite à sa 2nd place aux côtés d'Emilie MOUCHET en deux sans barreur lors des Tests Nationaux en début d'année, Lucine AHYI pouvait très logiquement prétendre intégrer le stage national seniors U23 qui se déroule actuellement (du 9 au 18 avril) à Bellecin. Six aixois ont d'ailleurs été convoqués : Yoann LAMIRAL, Nicolas ARMENJON, Louis CHAMORAND, Juliette NEYRAT, Maella FAVRAIS et Emilie MOUCHET.

L'objectif de la saison universitaire ? Se rapprocher de Washington !

Dans un pays où l'aviron est le sport universitaire par excellence, les plus grandes universités américaines déploient des moyens importants pour remporter le prestigieux NCAA (championnat universitaire américain).

« L'objectif de la saison est d'abord d'en arriver à terme en gardant tout le monde en sécurité. Sportivement parlant l'objectif est d'aller jouer un podium aux Championnats universitaires (NCAA). Nous sommes actuellement classés 5^{ème} université américaine alors nous avons à cœur d'améliorer ce classement. »

Des journées partagées en aviron et études.

En tant qu'athlète de haut-niveau Lucine AHYI bénéficie d'un emploi du temps aménagé qui lui permet de réaliser deux entraînements par jour.

Au sein d'un centre d'entraînement situé à 20 min du campus, la pensionnaire du Pôle France de Nantes réalise en moyenne 20 kilomètres en bateau le matin à partir de 6h45 puis, en fin de journée un second entraînement axé sur le développement physique à l'ergomètre ou en musculation.

Planning type d'une journée de semaine :

5h40 Réveil

6h00 Départ pour l'entraînement

6h45 Début de l'entraînement - 20km sur l'eau



Fédération Française d'Aviron

Entente Nautique d'Aix-les-Bains Aviron

Fondée en 1882

3^{ème} club français d'aviron 2019

8h45 Retour au ponton
9h15 Retour à la maison
10h-12h Heures de cours
12h-13h Repas
13h-14h Sieste
14h-16h Devoirs, activités extérieures
16h-17h30 Deuxième entraînement de la journée. Ergomètre ou musculation
19h Repas
19h30-21h Devoirs, récupération
21h30 Heure de coucher

Retour en Savoie pour les Championnats de France

Lucine devrait faire son retour sur les bords du lac du Bourget aux alentours de la fin juin dans l'optique de prendre part aux championnats de France senior bateaux longs au sein du huit féminins aixois avec l'ambition de décrocher un podium... voir mieux !

Plus d'informations :

Site officiel de l'équipe d'aviron de l'Université de Californie > <https://calbears.com/sports/womens-rowing>

Bilan de la régate de Las Vegas 2021 > <https://calbears.com/news/2021/4/11/womens-rowing-varsity-eight-dominates-in-las-vegas.aspx>

Contacts ENA Aviron :

Stéphane BICHET, président

06 10 89 63 01

Thibaut PAULIN, vice-président chargé de la communication

06 10 11 90 81

