



La température glaciale n'a pas épargné les lanceurs Abbevillois qui ont enchainé deux journées de stage après le jour de l'an.

Au programme: musculation, éducatifs, travail explosif, lancer et prise des vitesses d'éjection grâce à un radar.

«J'ai cet outil depuis 3 ans, cela me permet d'analyser si les progrès sont là. Je suis obligé d'avoir des outils performants pour des athlètes qui vont tous aux championnats de France» précise Freddy SERVANT.

Les analyses vidéos ont aussi démontré des petites erreurs techniques pas toujours décelables à l'œil.

Les compétitions importantes arrivant dans quelques semaines, les effets de ce stage ne se feront ressentir que dans quelques temps.

Les Abbevillois seront donc mieux armés physiquement en espérant toutefois que les conditions météorologiques soient au rendez-vous.

Néanmoins 4 lanceurs ont déjà satisfait aux minimas requis pour participer aux championnats de France hivernaux de 2025.