

ASHTON EATON : The 2012 US Olympic Trials

for/pour Decathlon2000.com

“Breaking the Decathlon world record took me completely by surprise. I had no idea I was



ready to do it. Sometimes I would think about breaking the world record but I always envisioned it being on my own terms. I thought I would decided the meet and the day and the year that it would happen. I pictured myself being 27-28 years old and going into a meet, maybe Götzis or world champs or the Olympics and I would think "yes, I feel really good. This is the meet I'm going to attempt the world record." But, that's life right? You can plan all you want but right when you think you're in control life throws a little curve in the road just to remind you who is boss.”

Le fait de battre le record du monde du décathlon m'a pris complètement par surprise. Je n'avais vraiment pas idée que j'étais prêt à le faire. Parfois, je pensais qu'un jour je pourrais battre le record du monde mais j'avais toujours envisagé que ce serait selon mes choix. Je pensais décider du meeting où cela se ferait, du jour et de l'année. Je me voyais dans les 27-28 ans et aller à un meeting, peut-être Götzis ou à des Championnats du Monde ou aux Jeux Olympiques et me dire "oui, je me sens vraiment bien. C'est la rencontre où je vais tenter le record du monde." Mais, c'est ça la vie non? Vous pouvez planifier tout ce que vous voulez, mais au moment même où vous pensez que vous avez le contrôle, le vie vous balance un petit virage sur la route, juste pour vous rappeler qui est le patron.

“Before the competition I was having trouble sleeping I was so nervous. I would fall asleep dreaming about my events. I would try and have good thoughts but sometimes I pictured myself tripping coming out of the starting blocks in the 100m or fouling all 3 attempts in long jump. My main goal was to make the Olympic team. I didn't care what I scored or what place I got. I had nothing else on my mind going in. I just wanted marks in all of my events and I wanted to be an Olympian.”

Avant la compétition j'avais du mal à dormir J'étais trop nerveux. Je m'endormais en rêvant à mes épreuves. J'essayais d'avoir des pensées positives, mais parfois, je me voyais trébuchant à la sortie des starting-blocks au 100 m ou échouant aux trois essais du saut en longueur. Mon objectif principal était de faire partie de l'équipe olympique. Peu m'importait le score ou la place que j'obtiendrais. Je n'avais rien d'autre à l'esprit Je voulais juste des repères dans chacune des épreuves et je voulais être de l'équipe olympique.

“My coach and I set up a plan were I focused on the 100m and the long jump. We thought if I started off good in those events then it would set me up for a good Decathlon both mentally and physically. We would work on them in practice a lot and the few meets that we went to this year I did those events.”

Mon entraîneur et moi avons mis en place un plan dans lequel je devais me concentrer sur le 100 m et le saut en longueur. Nous avons pensé que si je commençais bien dans ces deux épreuves, cela me mettrait en confiance pour un bon décathlon, à la fois mentalement et physiquement. Nous avons beaucoup travaillé sur ces deux épreuves pendant l'entraînement et je les ai pratiquées aux quelques meeting auxquels j'ai participé cette année.

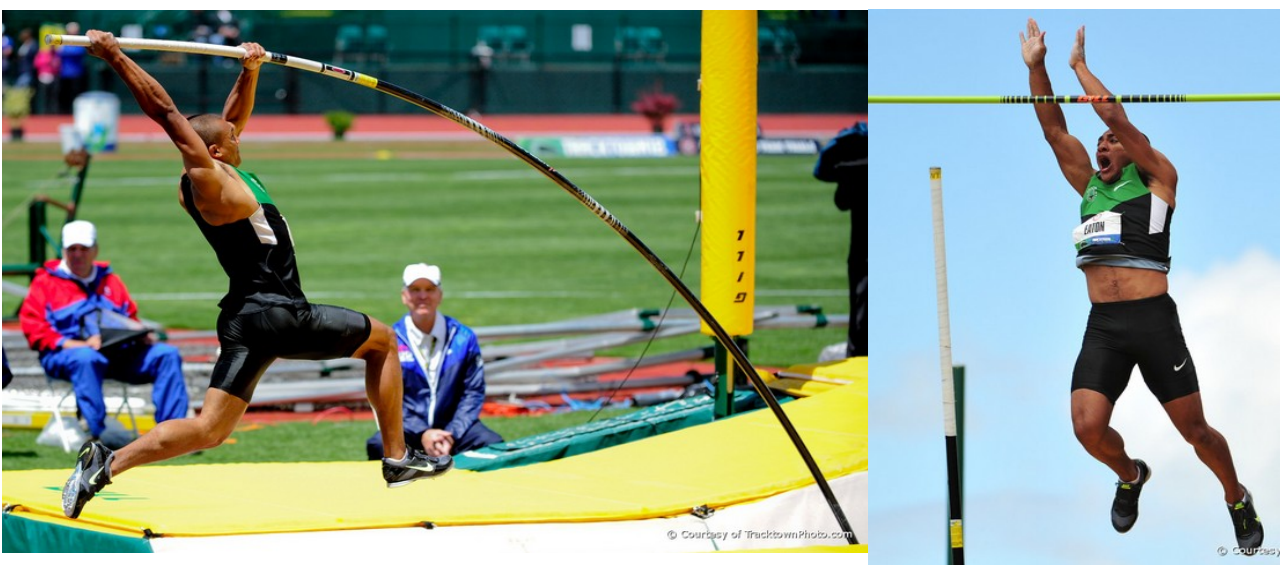


“Well, turns out it was a pretty good plan that worked really well. Again, I had no intentions of breaking any record before the competition. My coach and I didn't even talk about any of them. I knew I felt good but I didn't know what I would do in each event. Well, the 100m started and after my time I started to relax and the rest of the competition is history. I was really relaxed and normal and comfortable the whole competition. I didn't really know what kind of score I was going for but I knew I was on my way to being an Olympian. After the first day I saw my score and knew it was pretty good. I kept asking what Dan O'Brien scored during his first day. I wanted to get as close to 4800 points as possible just because it sounded like a good number to hit.”



Eh bien, il s'avère que ça a été un assez bon plan, qui a bien marché. Encore une fois, je n'avais pas l'intention de battre aucun record avant la compétition. Mon entraîneur et moi n'avons même pas parlé de ça. Je savais que je me sentais bien, mais je ne savais pas ce que je ferais à chaque épreuve. Eh bien, ce fut d'abord le 100 m et vu mon temps, j'ai commencé à me détendre et le reste de la compétition, c'est de l'Histoire. J'étais vraiment détendu, normal et bien pendant toute la compétition. Je ne savais pas vraiment quel genre de score j'allais réaliser, mais je savais que j'étais sur le chemin de la sélection olympique. Après le premier jour, j'ai vu mon score et je savais qu'il était plutôt bon. Je n'arrêtais pas de demander ce que Dan O'Brien avait fait lors de son premier jour. Je voulais me rapprocher le plus possible de 4800 points juste parce que je trouvais que c'était un bon nombre à atteindre.

The second day I didn't know I was on pace to break the world record until after the pole vault. My favorite part of the whole Decathlon came after I finished the pole vault.



Le deuxième jour, je n'ai su que j'étais en passe de battre le record du monde qu'après la perche. Ma partie préférée de l'ensemble du Décathlon est venue après le saut à la perche.

“After I cleared 5.30m I went to the warm up area. My coach met me and said good job and kept telling me about what I need to work on to throw the javelin far. He kept showing me technique and getting excited about it so I started to sense something. I asked him "OK coach, just tell me what I need to do to get the American record." He would talk about how it's been around too long and I thought I was on pace to score 8800 points. But, he stopped what he was doing, looked at me and said "Ashton, not the American record, the world record..." Right then I understood what I had to do. You don't get second chances at world records.”

Après avoir effacé 5,30 m je suis allé à la zone d'échauffement. Mon entraîneur m'a rencontré et m'a dit « bon travail » et il ne cessait de me parler de ce dont j'avais besoin de travailler pour lancer le javelot loin. Il n'a pas cessé de me montrer la technique et de s'énerver à ce sujet alors j'ai commencé à me douter de quelque chose. Je lui ai demandé «coach OK, dites-moi ce que je dois faire pour battre le record des Etats-Unis." Il me disait souvent que ça faisait trop longtemps qu'il tenait et je pensais que j'étais sur le bon rythme pour marquer 8800 points. Mais, il s'est arrêté net, m'a regardé et m'a dit: "Ashton, pas le record américain, le record du monde ..." Alors j'ai compris ce que j'avais à faire. On n'a pas forcément une deuxième chance pour battre des records du monde.

“After the javelin I knew I had to run 4:16 to get it. Of course I was nervous because I have never run that fast before but I felt like I had no choice. I wanted the record and I wanted to break it in America and I wanted to break it in Eugene at Hayward field. It's were track became my whole world.”



“As I was running the 1500m the only thing I could hear was the crowd and I could barely hear the announcer through their cheers. With 400m to go I heard him say I was 2 seconds off pace. Right then I new I would get it. The crowd just lifted me. Of course I was tired, but I didn't get more tired. I just stayed the same. I felt like if they kept cheering I could run forever.”

Après le javelot, je savais que je devais courir en 4.16 pour l'obtenir. Bien sûr, j'étais nerveux parce que je n'avais jamais couru aussi vite auparavant, mais je sentais bien que je n'avais pas le choix. Je voulais ce record et je voulais le battre en Amérique et je voulais le battre à Eugene, à Hayward Field. C'est là que la piste est devenue tout mon monde.

Pendant que je courais le 1500m la seule chose que je pouvais entendre, c'était la foule et je pouvais à peine entendre le présentateur à travers leurs encouragements. A 400m de l'arrivée, je l'ai entendu dire que j'avais 2 secondes de retard sur le plan de course. J'ai su alors que j'allais battre le record. La foule m'a donné des ailes. Bien sûr, j'étais fatigué, mais ma fatigue ne s'accroissait plus. Je me sentais toujours le même. J'avais le sentiment qu'avec les acclamations de la foule je pouvais courir pour toujours.

“The rest is history.”



© Courtesy of TracktownPhoto.com

“Going in to the Olympics my coach and I are not going to change anything. Why would we? I'm just excited to get to the Games and compete with my Decathlon brothers. I'm looking forward to this experience and to being a part of Olympic history.”

Le reste appartient à l'Histoire.

Pour les Jeux olympiques mon entraîneur et moi n'allons pas changer quoi que ce soit. Pourquoi le ferions-nous? Je suis simplement heureux de me rendre aux Jeux et de rivaliser avec mes frères décathloniens. Je suis impatient de vivre cette expérience et de faire partie de l'Histoire Olympique.



TEXTE : ASHTON EATON

Traduction : Francis Mayet

Crédit photos : Tracktownphoto.com

Many thanks to Ashton for his kindness and disponibility as a Great Champion - Tous mes remerciements à Ashton pour sa gentillesse et sa disponibilité de Grand Champion. Merci à Tracktownphoto.com.

Interview réalisée pour Decathlon2000.com