

## Grand prix WPC

Pour la seconde année avait lieu à Folkestone le grand prix international WPC

Avec des juges internationaux afin de valider les différents records mondiaux qui pourraient être tentés !

Ce grand rendez-vous avait lieu dans un immense gymnase le 31 Août et le 1<sup>er</sup> Septembre

Première journée en équipé et la deuxième journée pour le raw

Seul deux français étaient présents à cette manifestation Bruno Szambe et votre serviteur.

Pour le gain de la ceinture des toutes catégories à l'indice j'avais un concurrent de taille, un ukrainien d'un niveau exceptionnel pour sa 1<sup>ere</sup> année de compétition en 1<sup>ere</sup> année de senior !

Emma James la présidente de la WPC Angleterre était là avec la ferme intention de faire une belle barre au bench ..... sachant qu'elle annonce une barre de 220kg pour les championnats du Monde en Novembre.

Du magnifique matériel de compétition était à notre disposition autant à l'échauffement que coté compétition.....

Ce grand prix était doublé d'une compétition nationale Anglaise ...

Ces deux jours furent bien remplis les athlètes compétiteurs étaient nombreux ....

En 1<sup>ere</sup> barre je pris 500grammes de plus que le record du Monde afin de me libérer et de pouvoir ainsi m'attaquer aux barres de l'ukrainien.....

Dès ma 1<sup>ere</sup> barre 325.5kg je déstabilisais l'ukrainien en prenant le record du Monde -125kg V2

Il loupa sa 1<sup>ere</sup> barre, puis pris plus lourd pour les 2 prochaines pour terminer à une barre chargée à 357.5kg...

Mon collègue et ami Bruno n'arriva pas malheureusement à valider une barre.. Monde sera sans doute bien meilleur pour lui ....

Malheureusement Emma James ne poussa qu'une barre à 177.5kg ...

Heureux de cette 1<sup>ere</sup> journée où j'ai pu prendre cette magnifique ceinture du meilleur à l'indice en Open ....

Sur la 2<sup>ème</sup> journée le raw fut réellement d'un très haut niveau ....

Une barre à 260kg en raw en bench fut tentée avec malheureusement un échec .... Le jeune Ukrainien pris sa revanche pour terminer 2<sup>ème</sup> toutes catégories avec une barre à 230kg.

Nous retrouverons de nombreux de ces athlètes lors du championnat du Monde prochainement à Prague