

Evolution des records du monde du 10'000 m des femmes

Figures marquantes au niveau mondial et suisse

La brève histoire de la course à pied se poursuit avec le 10'000 m des femmes.

Plus les distances s'allongent, plus l'histoire des femmes sur ces distances est courte dans le temps. La lutte fut longue pour qu'il soit admis que les femmes puissent courir sur les moyennes et longues distances sans que cela soit un danger pour leur santé. Ceux qui ont vu l'admirable film de Pierre Morath *Free to run* ont compris toutes les difficultés qu'ont eues les femmes à participer aux compétitions populaires de course à pied. Pourtant, très tôt, elles ont tenté de suivre les hommes dans ce domaine. L'histoire mêlée à la légende raconte que deux femmes (Stamáta Revíthi et Melpomène) auraient voulu courir le marathon des premiers JO de l'ère moderne en 1896. Devant le refus des organisateurs, elles auraient accompli devant témoins plus ou moins la distance du marathon à quelques jours d'écart du marathon officiel.

Evolution des records du monde		
1981	Yelena Sipatova (URSS)	32.17.20
1982	Mary Decker-Slaney (USA)	31.35.30
1983	Lyudmila Bragina (URSS)	31.35.01
1983	Raisa Sadreydinova (URSS)	31.27.58
1984	Olga Bondarenko (URSS)	31.13.78
1985	Ingrid Kristiansen (NOR)	30.59.42
1986	Ingrid Kristiansen (NOR)	30.13.74
1993	Wang Junxia (CHI)	29.31.78
2016	Almaz Ayana (ETH)	29.17.45

Le premier record reconnu date de 1981. Parmi les pionnières de cette distance, on retrouve deux athlètes qui avaient déjà été mises à l'honneur sur le 5000 m : Mary Decker et Ingrid Kristiansen. Decker est surtout connue pour sa chute lors des JO de Los Angeles (1984, 3000 m), alors que toute l'Amérique en avait fait sa favorite. Kristiansen a participé à trois jeux olympiques, deux d'été, et un d'hiver en ski de fond, sans obtenir de médailles. Elle a toutefois été sacrée championne du monde en 1987 à

Rome sur 10'000 mètres, et championne du monde de cross en 1988. Elle s'illustra également sur le marathon comme on le verra lorsque cette distance sera abordée.

En 1993, la Chinoise Wang Junxia, alors âgée de 20 ans, réussit une série incroyable de chronos sur des distances allant du 1000 m au marathon, tous réalisés en Chine, établissant trois records du monde, deux fois sur 3000 m et une fois sur 10'000 m. Le record du 3000 tient encore aujourd'hui, alors que celui du 10'000 a été pulvérisé par Almaz Ayana, lors des JO de Rio, cette année. L'hégémonie des athlètes chinoises durant les années nonante provoqua d'énormes suspicions de dopage.

Les championnes olympiques	
1988	Olga Bondarenko (URSS)
1992	Derartu Tulu (ETH)
1996	Fernanda Ribeiro (POR)
2000	Derartu Tulu (ETH)
2004	Xing Huina (CHI)
2008	Tirunesh Dibaba (ETH)
2012	Tirunesh Dibaba (ETH)
2016	Almaz Ayana (ETH)

En plus de ses deux titres olympiques, Tulu gagna trois fois le championnat du monde de cross. Quant à sa cousine Dibaba, elle remporta également l'or olympique sur 5000 m en 2008, à Pékin, et fut titrée à cinq reprises lors des championnats du monde sur piste. Elle acquit également quatre titres de championne du monde de cross.

Chez les Suissesses, Martine Oppliger fit progresser le record à cinq reprises, le portant à 32.07.49 en 1987. Martine remporta la course Morat-Fribourg à quatre reprises. Le record est détenu depuis 1994 par Daria Nauer, en

31.35.96. Daria participa aux JO d'Atlanta (en 1996, sur 10'000, 16ème) et de Sydney (en 2000, sur marathon, 38ème) et fut 3ème des championnats d'Europe, en 1994, à Helsinki. La sympathique bernoise est bien connue en Valais puisqu'elle vécut une année à Sion et gagna à plusieurs reprises la course Titzé de Noël. Elle obtint de multiples titres suisses aussi bien sur la piste qu'en cross.

Le record valaisan appartient à Ursula Jeitziner (32.08.76 en 1996). Ursula participa aux JO de Los Angeles sur 10'000 m en 1996. Son chrono de 1 h 10' 34" sur le semi-marathon est d'un bon niveau international.

Le 10'000 m sur piste est de moins en moins couru car la distance est jugée trop longue pour le spectacle lors des grands meetings, et les athlètes lui préfèrent souvent les grands marathons qui sont beaucoup plus lucratifs.