

LUZINAY

Marie-Claire Joquet, l'envie de se dépasser grâce au foot



Marie-Claire Joquet fait partie de l'équipe des Z'Amies Foot de Luzinay. Photo F.G.

L'association de Luzinay Les Z'Amies Foot, est vice-championne du monde 2025 des "Soccer grannies", les Mamies foot, dont l'objectif est de développer la pratique du sport et du football en particulier pour les femmes de plus de 50 ans en six pôles : foot santé, foot plaisir, foot loisir, foot découverte, foot humanitaire et foot intégration. Elle compte dans ses rangs des joueuses motivées et dynamiques. Marie-Claire Joquet est l'une d'entre elles.

À l'aube de ses 69 printemps, elle est une sportive de longue date, et a pratiqué de nombreux sports individuels (gymnastique, natation, athlétisme, tennis, ski, padel, squash), mais elle ne s'était jamais essayée au sport collectif ! C'est grâce à une amie qui pratiquait le football, que Marie-Claire a enfilé les crampons, il y a déjà trois ans de cela.

« Je me suis prise au jeu et j'ai été enthousiasmée par ce sport qui m'a rendu à 65 ans l'envie de me dépasser, de me mettre au service de l'équipe pour faire au mieux et gagner. Quand nous avons des petits bobos, le simple fait d'aller à l'entraînement, nous permet de tout oublier pendant quelques heures. Le fait de faire partie d'une équipe, nous oblige un peu à se tenir en

forme et du coup de faire du sport même lorsque nous n'avons pas d'entraînement pour pouvoir être actives sur le terrain », déclare-t-elle avec motivation. L'éthique des Z'Amies Foot est d'accueillir au sein de son effectif des personnes en pleine forme comme des personnes souffrant de pathologies diverses, pour leur permettre un meilleur confort de vie. « J'ai pu côtoyer des femmes avec des pathologies importantes qui se surpassaient et étaient capables de tout oublier quand elles sont sur le terrain, poursuit Marie-Claire Joquet. La bonne humeur, faire du sport en extérieur, se surpasser permet d'oublier un peu notre âge, c'est génial ! »