

Tom Hoquart : un jeune sportif entre deux passions

Tu peux te présenter en quelques mots ?

TH. « Je m'appelle Tom et j'ai 10 ans. Je jouais au football quatre fois par semaine, entraînements compris. Je faisais partie du RAEC Mons. Je joue sur le flanc, en attaque. Ce que j'aime le plus, c'est faire des passes décisives pour aider mon équipe à marquer. J'en fais une ou deux par match, et parfois, j'arrive aussi à inscrire un but. Je fais aussi de l'athlétisme. Ça ne fait que trois ou quatre mois que j'ai commencé la course à pied avec La Team Bor'Haine. J'aime bien découvrir ce nouveau sport et essayer de m'améliorer à chaque entraînement ».

Comment tu es arrivé dans la course à pied ?

TH. « C'est lors d'une course au RAEC Mons, il y a un an, que quelqu'un de la Team Bor'Haine m'a dit que je courais bien, à une allure de 5.20/km. Après ça, j'ai eu envie de rejoindre ce club ».

Maman. Cependant, avec le football et les horaires des entraînements, il n'a pas vraiment pu continuer à s'entraîner régulièrement en course à pied. C'est finalement en février de cette année qu'il s'est inscrit au Challenge BHP. Il a rejoint la Team Bor'Haine, où il se sent bien encadré dans une ambiance familiale et conviviale, avec des personnes très sympathiques. C'est donc un peu par hasard que Tom est arrivé dans le milieu de la course à pied, lui qui est surtout passionné de football. C'est justement cette rencontre et ces encouragements qui l'ont motivé à poursuivre dans la course. Quant à ce monsieur, nous ne l'avons plus jamais revu depuis...

Préfères-tu le football ou la course à pied ?

TH. « J'aimerais, si c'est possible, continuer à faire à la fois du foot et de la course à pied, parce que j'aime les deux sports. J'aime beaucoup la Team Bor'Haine, ils m'encouragent à chaque course, surtout les marcheurs. Luca Villani m'encourage aussi tout le temps. Dans le club, c'est Manu Pavone qui me coache pendant les entraînements ».

Maman. Il est toujours sur la ligne de départ aux côtés de Luca et Thomas, qui l'encouragent avant chaque course. Manu lui donne aussi quelques conseils de dernière minute, même si Tom ne les écoute pas toujours. D'ailleurs, Manu le gronde parfois, car Tom a tendance à partir beaucoup trop vite au départ. Actuellement, il court à une allure d'environ 4 min 30 s au kilomètre. Son meilleur chrono, il l'a réalisé à Mons, où il avait atteint une allure de 4 min 14 s au kilomètre.

TH. « Je suis plâtré pour l'instant, je me suis croqué le pied au Jogging de La Pucelette et donc en ce moment, je ne sais plus courir et participer aux courses. Mais ça va, je peux déjà tracer, je le sens bien ».

Maman : Il a été plâtré pendant plus de dix jours et, à l'heure actuelle, il ne peut pas encore reprendre la compétition. Ensuite, nous partirons en vacances, ce qui lui fera manquer quatre courses auxquelles il ne pourra pas participer. Cela le rend un peu triste ; il râle parfois, mais il comprend que c'est ainsi et qu'il faut prendre le temps de bien récupérer. Manu va d'ailleurs l'encadrer dès cette semaine afin de lui permettre de reprendre les entraînements progressivement, dans le but de retrouver la forme tout en évitant une nouvelle blessure. Malgré cette période un peu compliquée, il y a aussi de beaux gestes qui font plaisir. Après sa blessure, Luca est venu lui rendre visite à la maison et lui a apporté des bonbons. Cela lui a énormément fait plaisir, et à nous aussi. Ils se retrouvent souvent avant les courses pour s'échauffer ensemble. C'est vraiment chouette de voir qu'il le prend sous son aile et qu'une belle complicité s'est créée entre eux.

Quels sont tes projets ?

TH. « Dès que je reviendrai de vacances, je participerai à une course de 10 kilomètres à Namur, le 17 juillet. La dernière fois que j'ai couru cette distance, c'était à l'Happy New



Year Trophy et j'avais terminé en 51 minutes. J'espère faire encore un peu mieux la prochaine fois ! »

Maman. A cette course, il y participera seul, comme un grand !

TH. « J'aimerais bien faire encore plus de courses et refaire le Challenge BHP l'année prochaine. Je suis aussi inscrit aux 5 km de Nieuwpoort. Je vais essayer de faire un bon chrono et, si possible, de gagner un prix. Ce serait vraiment chouette ! »

Maman. Nous nous laissons guider par les personnes qui l'encadrent, car nous ne connaissons pas vraiment ce milieu. Pour nous, le plus important est qu'il soit heureux et qu'il prenne du plaisir dans ce qu'il fait. Sur les courses, tout le monde est bienveillant avec lui, que ce soit les participants, les bénévoles ou encore les organisateurs. C'est un environnement très positif qui lui permet de s'épanouir pleinement.

*LCW Nieuwpoort Marathon 20/09/2026.

Chrono ou plaisir ?

TH. « Je cours aussi pour le plaisir, mais ce que je préfère, c'est essayer de battre mes chronos. A chaque course, j'essaie de faire un peu mieux que la fois d'avant. Ça me motive et j'aime bien voir que je progresse. Quand j'arrive à courir plus vite, je suis content et ça me donne encore plus envie de continuer. »



Participes-tu aux entraînements avec la Team Bor'Haine ?

TH. Je ne participe pas aux entraînements de course à pied parce que je n'ai pas beaucoup de temps avec l'école et les entraînements de football. J'ai joué pendant 6 ans au RAEC Mons, mais maintenant, je joue au club de Flénu. C'est parfois compliqué de tout combiner, alors je dois m'organiser entre le foot, l'école et la course à pied.

Maman. Manu lui a dit qu'il était fait pour l'athlétisme et qu'un jour, il aurait le déclic. Mais pour l'instant, sa véritable passion reste le football, avec un nouveau projet au FC Flénu.

Est-ce uniquement les courses sur route qui t'intéressent ?

TH. « Moi, je préfère courir sur du plat et sur les routes. J'ai déjà participé à un Urban Trail, mais c'était un peu difficile parce qu'il fallait souvent ralentir et repartir, ce qui cassait un peu le rythme. Malgré ça, j'ai quand même bien aimé cette expérience ».

En dehors du sport, quelles sont tes occupations ?

TH. « J'aime bien jouer à la Playstation et aller dans les parcs d'attractions. L'école, ce n'est pas ce que je préfère, mais ça va quand même. Par contre, étudier, je trouve ça un peu ennuyeux ».

Maman. Je suis assez exigeante en ce qui concerne les études, même s'il travaille déjà bien à l'école. En dehors de cela, il ne vit que pour le sport. Dès qu'il découvre une nouvelle discipline, il a envie de l'essayer. J'essaie de l'accompagner au maximum dans sa passion et je suis présente à chacune de ses courses.

Un petit mot pour la fin ?

TH. « Merci à toute la Team Bor'Haine pour leurs encouragements et parce qu'ils s'occupent très bien de moi. Merci aussi à Luca Villani, qui m'encourage tout le temps. Ça me donne encore plus envie de continuer la course à pied ! »

Nous remercions chaleureusement Tom et sa maman d'avoir accepté de participer à cette interview. Nous lui souhaitons de trouver sa voie, de s'épanouir pleinement et de prendre beaucoup de plaisir dans la réalisation de ses projets sportifs et personnels, tout en continuant à vivre sa passion avec enthousiasme et sérénité.

Le Comité