

Malia, ambitions commandées

Depuis son arrivée au pôle France de l'INSEP, la progression de Malia a été constante. En août dernier, la papillonneuse de formation a franchi un cap décisif en s'adjudant le record de France de Catherine Plewinski



Credit photo : agence Vandyssart / Nicolas Courrier

Septembre 2000, Malia Metella pose le pied en métropole. A ses côtés, sa mère qui l'accompagne pour ses premiers jours à Paris. La Guyanaise, poussée par l'ambition mais aussi par son président du club des Pacoussines de Cayenne, a décidé de gagner la capitale. *"Partir de Guyane était obligatoire si je voulais progresser, explique la jeune fille. Mais ce n'était pas évident. J'étais restée presque dix-huit ans sans bouger de chez moi. J'avais fait quelques séjours en métropole mais jamais très longs. Ma mère est restée un mois en ma compagnie puis elle est repartie, rassurée de constater que je m'étais déjà fait des amis".* Jean-Lionel Rey se souvient de la première visite de Malia à la piscine de l'INSEP. *"Quand elle est arrivée, se souvient le responsable du pôle France parisien, on voyait déjà qu'elle savait ce qu'elle voulait. Je n'étais pas encore au courant qu'elle allait s'entraîner à l'INSEP. C'est elle qui me l'a annoncé."*

Qualités mentales

Malia, venue à la natation en suivant l'exemple de sa grande sœur, se met au travail. Ses qualités surgissent rapidement. *"Sa grande force, c'est qu'elle est d'humeur égale tous les jours,"* souligne Stéphane Lecat, entraîneur au pôle depuis l'an dernier. *"Malia sait utiliser les choses négatives. Soit elle s'en sert pour mieux rebondir,*

"Dans sa manière de nager, Malia me rappelle Catherine Plewinski". Le compliment est de Stéphane Lecat, entraîneur au pôle de l'INSEP depuis deux ans.

soit elle les laisse de côté. Elle a certainement tiré toutes ses qualités mentales de son départ de la Guyane."

En 2001, un des premiers résultats marquant de Malia, après deux titres de championne de France au 50 nage libre et au 100 papillon, est une victoire aux jeux Méditerranéens. Cette même année, elle participe à ses premiers championnats d'Europe en petit bassin. Elle se classe vingt-et-unième dans les séries du 50 nage libre et du 100 mètres papillon. L'année 2002 est garnie de deux sacres nationaux sur 50 nage libre et 100 papillon, ainsi que de médailles d'argent sur 100 nage libre et de bronze sur 50 papillon. La progression de l'élève de Patrick Césaire, lorsqu'elle était en Guyane, est continue.

Appliquer la force

Jusqu'aux championnats de France 2003 tout d'abord. *"Là, elle a senti comment appliquer de la force dans l'eau en crawl grâce au travail à sec depuis deux ans",* raconte Jean-Lionel Rey.

Le palmarès s'enrichit de deux nouveaux titres nationaux et les meilleures performances personnelles fondent. Se dressent ensuite les championnats des États-Unis au mois d'août dernier. *"Là-bas, elle a passé un cap",* analyse l'entraîneur qui a également huit autres nageurs sous sa coupe à l'INSEP. Le rêve américain prend la forme d'un premier record de France subtilisé, sur 50m nage libre, à Catherine Plewinski. *"Ce qui me plaît dans Malia, commente cette dernière, entraîneur au pôle espoirs du Fayet en Haute-Savoie, c'est que c'est une bosseuse. Ce n'est pas une fille qui battra un record une fois et disparaîtra. Elle a une carrière devant elle. En plus, je sais comment Malia travaille avec Jean-Lionel. Elle fait notamment de bonnes séances de renforcement, de la musculation. Je ne crois pas que ce soit le cas de beaucoup de filles en France".* La Guyanaise entrainera peut-être les sprinteuses françaises dans son sillage.

J. B.