

# Natation

magazine

Pour tout savoir de la natation

**ABONNEZ-VOUS !**



Natation c'est :

- 8 numéros par an **pour seulement 30 € (au lieu de 40 €)**
- L'actu de **toutes les disciplines de la FFN**
- Des rencontres, des interviews,
- Des dossiers, des reportages,
- Des photos, des analyses,
- Des rendez-vous, des résultats,
- Des rubriques, de l'humour...

un an pour  
**30 €**  
seulement !

Natation

Bulletin d'abonnement

À renvoyer avec votre règlement à : FFN - Département Horizons Natations, 148 av. Gambetta - 75980 Paris Cedex 20

**Oui, je souhaite m'abonner et je choisis :**

- 1 an d'abonnement Natation Magazine (8 numéros) pour 30 € au lieu de 40 € (prix de vente au numéro).

**Je règle :**

- par chèque à l'ordre de Horizons Natation
- par carte bancaire N°

Sa date d'expiration :

Pour une plus grande sécurité de paiement, ajoutez les trois derniers chiffres du numéro qui figure au dos de votre carte bancaire :

Nom

Prénom  Age

Adresse

Ville

CP  E-mail

Date

Signature

# Dans l'ombre d'Esposito

*Véritable révélation des championnats d'Europe de Budapest, l'Antibois Christophe Lebon marche dans les traces de Franck Esposito, médaillé olympique et vice-champion du monde. Fort du soutien de son aîné, le nouveau porte-étendard du CN Antibes pense désormais aux J.O. de Pékin.*

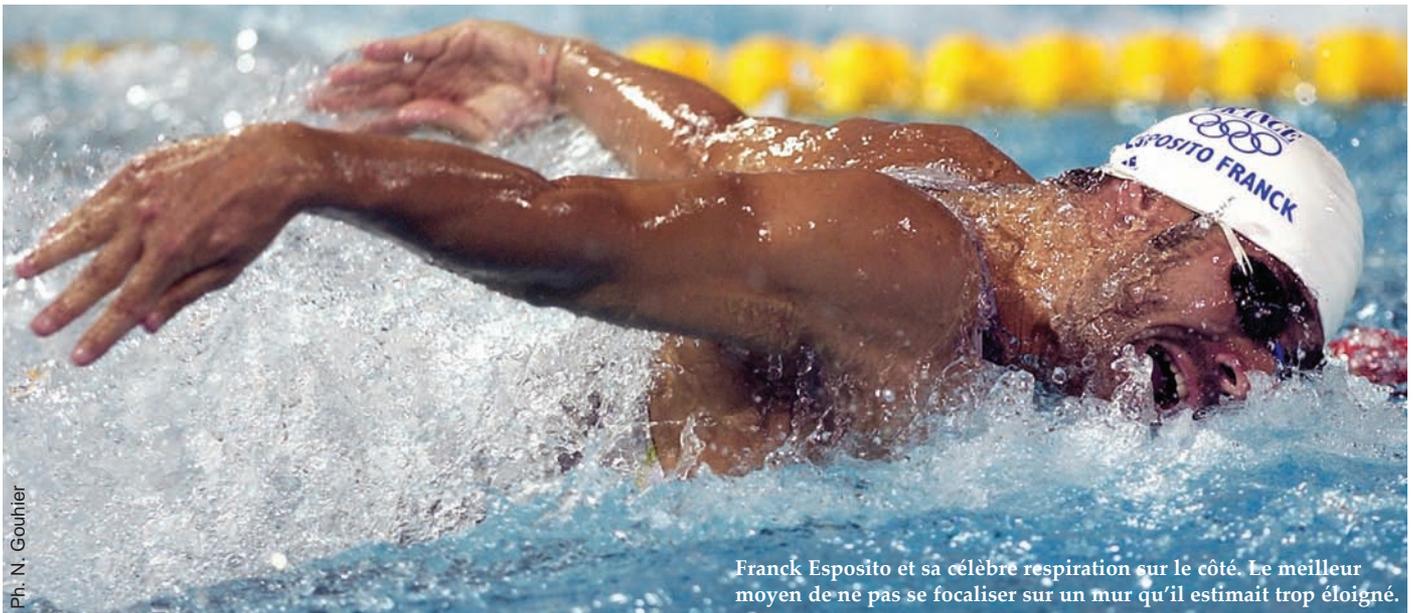
N'ayons pas peur des comparaisons. Comme Franck Esposito, il est licencié au Cercle des Nageurs d'Antibes. À l'instar du quadruple champion d'Europe, il nage le papillon, et notamment ce 200 m qui fit la gloire de son aîné. Comme le vice-champion du monde 1998, il respire sur le côté. Mais si l'initiateur de cette spécificité cherchait avant tout à "ne pas regarder le mur" qu'il jugeait trop éloigné, Christophe Lebon, entré en équipe de France en 2002 à l'occasion des championnats d'Europe en petit bassin de Riesa, se l'est appropriée de manière naturelle. "Beaucoup de gens me demandent si je nage le papillon parce que Franck est dans mon club, admet ce titu-

## CHRISTOPHE LEBON

24 ans  
Né le 8 novembre 1982  
À Pontoise  
1,90 m/80 kg  
Club : CN Antibes  
Entraîneur : Guy Giacomoni

Palmarès : septième du 200 m papillon aux Euros 2006 de Budapest, demi-finaliste du 100 m papillon aux Euros 2004 de Madrid, champion de France 2006 du 200 m papillon et troisième du 100 m papillon, champion de France 2005 en petit bassin du 200 m papillon.

Ph. Abaca/N. Gouhier



Ph. N. Gouhier

Franck Esposito et sa célèbre respiration sur le côté. Le meilleur moyen de ne pas se focaliser sur un mur qu'il estimait trop éloigné.

laire du Brevet d'Etat d'éducateur sportif 2° degré. Franck m'a toujours impressionné, c'est mon idole. Il m'aide énormément, me donne des conseils et corrige certaines de mes erreurs. C'est un honneur de travailler avec lui, de profiter de son expérience." Personne ne sera donc surpris de voir le médaillé de bronze des Jeux Olympiques de Barcelone en 1992 encourager et tempérer le stress de son cadet à la veille de sa finale du 200 m papillon des Euros de Budapest. "Je sentais qu'il était tendu, indique Franck Esposito. J'ai été le saluer pour le calmer et le rassurer. Appréhender une finale est un exercice particulièrement complexe, je suis bien placé pour le savoir." Apparemment, l'intervention du nouveau directeur sportif du CN Antibes a porté ses fruits. Septième de sa première finale continentale, le natif de Pontoise a semble-t-il franchi un cap déterminant. "Cela fait dix ans que je m'entraîne, rappelle Christophe Lebon. Après

plusieurs saisons mitigées, tout le travail effectué commence à se concrétiser d'un coup. C'est très plaisant et super motivant. Je montre aussi que depuis l'arrêt de Franck et Romain Barnier le club d'Antibes n'est pas mort."

*"C'est un honneur de travailler avec Franck, de profiter de son expérience."*

Si l'Azuréen mesure le chemin parcouru, il constate aussi le travail qu'il lui faut encore abattre pour rivaliser avec l'élite mondiale du papillon. "Cette finale européenne va me servir, souligne le champion de France du 200 m papillon en petit bassin. Je suis parti vite, mais c'est ma façon de nager. En revanche, je ne parviens pas encore à tenir la totalité d'un 200 mètres. Ce n'est pas

physique, la vitesse et l'aisance je les ai, cela se passe dans la tête. Un moment il faut se transcender, savoir se faire mal et repousser ses limites." À l'écouter, le problème serait donc mental. "Pas vraiment, nuance-t-il immédiatement. En fait, c'est assez simple : il faut juste y croire. À Budapest, j'y ai cru plus ou moins... Maintenant que je suis qualifié pour les Mondiaux de Melbourne, je dois y croire à fond. Ce sera une étape supplémentaire dans ma progression. J'espère gagner une à deux secondes d'ici les Jeux de Pékin. Cela devrait me permettre d'accrocher une finale olympique ou tout au moins de m'en approcher." Désormais, vous l'aurez compris, Christophe Lebon rêve à haute voix, de Jeux Olympiques, de victoires et de nouvelles contrées. Celles qu'avant lui un certain Franck Esposito a visitées !

A. C.



Ph. Abaca/N. Gouhier

À l'instar du "maître" Esposito, Christophe Lebon a choisi de respirer sur le côté.