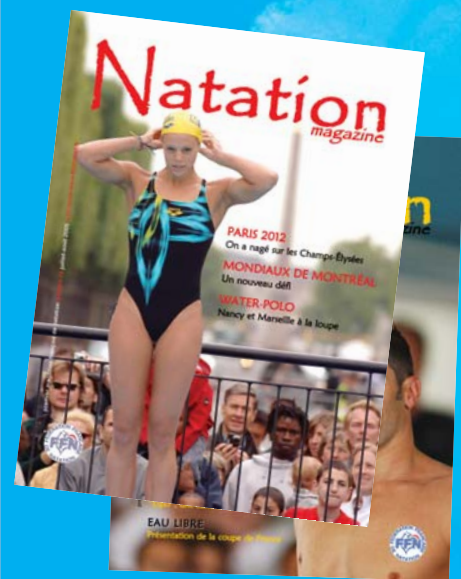


Natation magazine

Pour tout savoir de la natation

ABONNEZ-VOUS !



Natation magazine 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 magazine

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



Febvay à l'heure olympique

La Lyonnaise Claire Febvay a décroché à Melbourne son billet pour les J.O. de Pékin. Audrey Labeau, éliminée en demi-finale, devra patienter jusqu'à la coupe d'Europe 2008 pour espérer rejoindre sa compatriote. Interview croisée des deux représentantes du plongeon tricolore.

Claire finaliste et Audrey demi-finaliste du concours de haut vol, le bilan du plongeon français aux championnats du monde de Melbourne est plutôt positif. Etes-vous satisfaites de vos prestations respectives ?

Claire Febvay : Je n'ai pas très bien plongé en préliminaires et en demi-finales. En revanche, je suis très satisfaite de ma finale. Si je n'abîme pas mon dernier plongeon, je dépasse mon record de points en compétition (330 unités aux Mondiaux 2003 de Barcelone).

Audrey Labeau : Tout n'est pas parfait, mais je suis contente également. Mes totaux de points en préliminaires et demi-finales sont bons. J'espère maintenant franchir la barre des 300 points dans un concours. C'est mon objectif et j'en suis toute proche.

Désormais, que vous reste-t-il à améliorer pour franchir un nouveau palier ?

A. L. : J'ai pris les plongeurs les uns après les autres et cela a payé. Avec mon entraîneur Gilles Emptoz-Lacôte nous avons constaté que je suis encore trop timide dans la finition, notamment au moment de l'entrée dans l'eau.

C. L. : Depuis les championnats d'Europe de Budapest, j'ai effectué un important travail à sec. Cela m'a permis d'améliorer ma technique et de peaufiner ma série de plongeurs. Je n'ai véritablement repris les entrées dans l'eau qu'en décembre 2006. C'est la première fois que je fonctionne ainsi et j'estime que cela porte ses fruits. Je vais continuer dans ce sens car je progresse.

Etiez-vous tendue au moment d'aborder le concours du 10 mètres à Melbourne ?

C. F. : J'ai senti la pression sur le premier plongeon, mais cela s'est ensuite estompé. Aujourd'hui, je maîtrise mieux le stress de la compétition. Dans le passé, je me mettais la pression en croyant que cela me permettrait de bien plonger.

A. L. : Je ne suis pas trop sujette au stress... En général, je suis détendue, calme. Peut-être pas sereine, car rien n'est acquis, mais je me fais confiance.

Claire disputait à Melbourne ses troisièmes championnats du monde, alors qu'Audrey

poursuit son apprentissage du haut niveau international. Partagez-vous le fruit de vos expériences respectives ?

A. L. : Lorsque nous sommes en compétition, nous évoluons chacune dans notre bulle. Bien sûr, on se soutient, on s'encourage, on se motive, mais Claire a son mode de fonctionnement et j'ai le mien. Pour ce qui est de l'expérience, je n'ai aucun conseil à lui donner.

C. F. : C'est toujours plus agréable d'être deux. Cela crée une émulation positive. A l'entraînement, on se soutient pour bien aborder la compétition, mais une fois dans l'épreuve on n'interfère plus dans la concentration de l'autre.

Audrey, contrairement à Claire, vous n'avez pas réussi à décrocher votre ticket pour les Jeux Olympiques de Pékin. N'est-ce pas quelque peu frustrant ?

A. L. : Bien sûr, j'aurais aimé me qualifier à Melbourne, mais je n'ai rien à regretter. Je suis déjà contente d'avoir amélioré mon total de points dans une compétition internationale. Avec Gilles Emptoz-Lacôte nous avons fait le point à l'is-

sue des demi-finales, il était content de mes progrès. Personnellement, je regrette davantage de ne pas avoir accompagné Claire en finale, d'autant que le niveau n'était pas extraordinaire. Les concurrentes ont abîmé beaucoup de plongeurs.

C. F. : Je suis déçue pour Audrey, mais elle a amélioré ses points. Je la sens capable de m'accompagner aux Jeux Olympiques. De toute façon, pour partir comme elle l'a fait

en stage en Chine, c'est qu'elle est particulièrement motivée et bien décidée à vivre les J.O.

Audrey, quelle solution vous reste-t-il pour rejoindre Claire aux Jeux ?

A. L. : Ma dernière chance je la jouerai à la coupe du monde de plongeon en février 2008. D'ici là, je vais prendre le temps de travailler, de corriger les erreurs relevées sur ces championnats du monde. Je me sens proche du niveau de cette finale, j'ai l'im-

pression que je peux rivaliser avec les ténors.

Que vous inspirent les totaux des Chinoises Wang Xin (432,85 points) et Ruolin Chen (410,30 points), respectivement médaillées d'or et d'argent ?

A. L. : C'est très impressionnant...

C. F. : N'oublions pas qu'elles évoluent dans un autre univers. Les deux Chinoises s'entraînent 60 heures par semaine, alors que j'en consacre 25

au plongeon. C'est leur vie, elles jouent tout sur leurs performances. Bien souvent, leurs championnats nationaux sont plus relevés et plus difficiles pour elles que des Mondiaux. Elles sont nombreuses à postuler à une

place dans l'équipe chinoise. Leurs entraîneurs ont donc l'embarras du choix, ils ne sélectionneront que les meilleures.

A. L. : Lors de mes deux stages en Chine, j'ai travaillé avec de toutes jeunes plongeuses qui possèdent déjà un niveau exceptionnel. Ils disposent en plus de moyens extraordinaires, toutes les conditions sont réunies pour que leurs athlètes réalisent de grandes performances.

A ce sujet, que vous ont apporté ces deux stages chinois ? Ressentez-vous les effets du travail effectué là-bas ?

A. L. : Sur le plan humain, ce fut particulièrement enrichissant. Même si ce n'est pas simple d'être éloignée de ses proches, je me suis découverte. D'un point de vue technique, les séances de répétition m'ont permis de corriger certains aspects de ma série. J'ai aussi pris confiance en moi alors qu'auparavant je doutais rapidement. J'ai aussi découvert un pays fou de plongeon. Les Chinois suivent les compétitions avec un grand intérêt, ce qui est loin d'être le cas en France.

**Recueilli à Melbourne par Adrien Cadot
Les résultats des Mondiaux page 49**



L'œil du coach

Monique Meyer, adjointe au DTN en charge du plongeon et entraîneur de Claire Febvay en équipe de France, nous livre ses impressions sur la performance de la Lyonnaise aux championnats du monde de Melbourne.

"Je suis heureuse pour Claire. Heureuse qu'elle ait enfin retrouvé sa place dans la hiérarchie mondiale. Aux Mondiaux de Barcelone en 2003, elle avait enlevé la septième place du concours. Près de quatre ans plus tard, elle se hisse au sixième rang, c'est fantastique. D'autant qu'elle dispose d'une bonne marge de progression. Après des préliminaires et des demi-finales en demi-teinte, elle s'est relâchée en finale pour signer 324 points. Mais je pense qu'elle vaut aux alentours de 370 unités. Je l'ai sentie sereine avant le concours et très bien physiquement. Maintenant qu'elle est qualifiée pour les Jeux Olympiques, nous allons travailler sa préparation des grandes échéances internationales. Techniquement elle est dans le vrai, mais elle doit améliorer son approche des grands rendez-vous."