

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



Cent d'anthologie

A Saint-Raphaël, Alain Bernard est entré à toute vitesse dans l'histoire de la distance reine de la natation. Après un alléchant 48"56, réalisé début juin lors de l'étape du Mare Nostrum à Canet-en-Roussillon, l'Antibois de 24 ans a, en effet, de nouveau repoussé ses limites en 48"12. Jusqu'à présent, seul le "Néerlandais volant" Pieter Van den Hoogenband a fait mieux en portant le record du monde à 47"84. À un an des Jeux de Pékin, le Français se positionne comme un sérieux prétendant au podium olympique.

D'un coup, le silence se fait. Le public, conscient de l'enjeu et de l'importance de l'instant, retient son souffle. Les huit gladiateurs du 100 m nage libre, l'épreuve reine de la natation mondiale, s'apprêtent à entrer dans l'arène. La joute sera brève. En moins d'une minute d'un combat terrifiant, les costauds du sprint vont se rendre coup pour coup. Un simple aller retour objet de toutes les attentions, de tous les regards, qui n'empêchent pas Alain Bernard de distribuer sourires et gestes amicaux sur l'aire de départ. Le grand blond est détendu, presque imperméable à la tension ambiante. *"Dans la chambre d'appel, j'étais calme, serein, acquiesce-t-il. Bien sûr, la pression est là, mais ce n'est pas un poids. Elle me donne des ailes et me permet de me transcender. En fait, j'ai davantage eu le trac toute la journée. Je me languissais de me retrouver sur le plot de départ."*

Le start retentit enfin. Le champion se plie, étend ses 1,96 mètres et pénètre dans les eaux de son exploit. Aussitôt, Alain Bernard prend la direction des opérations. Haut sur l'eau, puissant dans sa nage, l'Antibois maltraite ses rivaux dans un premier 50 mètres de haut standing. Le retour est tout aussi impressionnant. L'élève de Denis Auguin, avec l'assu-

rance de son idole Alexander Popov, creuse l'écart avec ses adversaires et s'en va arrêter le chrono sur un exceptionnel 48''12. Deuxième meilleure performance de tous les temps, ex-aequo avec le double champion du monde italien Filippo Magnini, record de France (ancien record par lui-même en 48''56 le 9 juin 2007 à Canet-en-Roussillon), Alain Bernard vient de signer une entrée tonitruante dans le gotha du sprint mondial.

"D'emblée, les sensations étaient bonnes, se remémore l'Antibois. J'étais bien dans ma nage, en confiance. Depuis le

"Certains affirment que mon éclosion est tardive. Je fais mon chemin à mon rythme, sans me comparer aux autres nageurs."

début de l'année, j'ai mes repères. Je n'ai pas nagé au dessus des 50 secondes, c'est un signe de régularité." Une dynamique exceptionnelle qui lui a permis d'améliorer cinq records de France en l'espace de cinq mois (un en petit bassin sur 100 m nage libre et quatre en grand bassin sur 50 et 100 m nage libre).

A l'arrivée, le géant ne dissimule pas sa joie. Assis sur une ligne d'eau, il serre les poings et brandit rageusement les bras. Un signe en direction de sa famille.

Le public est debout, il savoure.

Ses adversaires, conscients de la performance historique que vient de signer leur compatriote, se pressent autour de lui. Grégory Mallet, Frédéric Bousquet et Fabien Gilot, prétendants au relais 4x100 m nage libre qui s'alignera aux prochains Jeux Olympiques de Pékin, félicitent chaleureusement le héros du jour. La rivalité qui existe entre eux sur le plot de départ n'a plus cours à l'arrivée. *"C'est fantastique de pouvoir se tirer la bourre lors des championnats de France et d'être unis vers un même objectif en équipe de France"*, admet dans un sourire Alain Bernard.

Quelques minutes plus tard, en conférence de presse, l'Antibois, cerné par son entraîneur Denis Auguin et par le DTN Claude Fauquet, revient calmement sur sa performance. Ne cherchez pas la moindre trace de jubilation. Le sprinter est du genre modeste. Pas de suffisance ou de triomphalisme, Alain Bernard est *"un mec gentil, sympa, accessible qui ne perd pas la tête"*, explique-t-il lorsque on lui demande de se présenter. Et quand vient le moment d'analyser son exceptionnel chrono, le Sudiste, rejoint par Franck Esposito (directeur sportif du Cercle des nageurs d'Antibes), reste fidèle à son

credo : *"light"* et sobre. *"C'est vraiment une belle performance, consent-il tout de même. Je savoure l'instant, mais je mesure aussi le chemin qu'il me reste à parcourir. Je ne veux surtout pas me contenter de ça, il faut continuer à travailler."* Sourire entendu de Denis Auguin, maître d'œuvre de cette prestation d'anthologie (cf. interview pages 14 & 15). *"Il faut savoir que pour atteindre ce niveau, nous passons par des moments difficiles, poursuit Alain Bernard. Je ne boude pas mon plaisir, mais je vise toujours plus haut."* A 24 ans, le natif d'Aubagne est décidément en pleine ascension. *"Certains affirment que mon éclosion est tardive. Je fais mon chemin à mon rythme, sans me comparer aux autres nageurs. L'important c'est d'être au rendez-vous le jour J."* Autant dire le 8 août 2008, date d'ouverture des épreuves de natation aux Jeux Olympiques de Pékin. Pour l'heure, le grand blond d'Antibes reste concentré sur son objectif de la saison : *"l'Open EDF de natation à Paris. Ce sera ma dernière compétition de la saison et il faudra être au rendez-vous car la concurrence étrangère sera relevée."* Un ultime galop qui n'aura rien d'un essai et qui pourrait encore nous réserver de belles surprises.

**A Saint-Raphaël,
Adrien Cadot**

