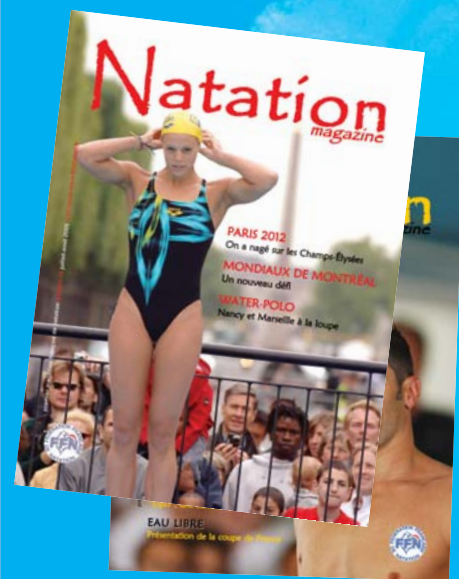


Natation

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

Eternelle jeunesse

Dara Grace Torres, née le 15 avril 1967, est un phénomène, un ovni de la natation contemporaine. L'Américaine a traversé quatre olympiades, remporté huit médailles olympiques, mais a décidé à 40 ans de remettre le couvert une dernière fois. L'objectif est simple : participer aux Jeux de Pékin. Pari fou, challenge d'une ancienne star incapable de tourner la page du haut niveau, le retour de Dara Torres a de quoi surprendre. Nous avons voulu en savoir plus sur celle qui lorgne avidement sur les titres olympiques des 50 m et 100 m nage libre.

Dara, début décembre, vous avez été opérée à l'épaule. Est-ce que les choses sont rentrées dans l'ordre ?

Oui, maintenant je vais bien. Mon épaule ne me fait plus souffrir et je suis déjà retournée dans l'eau pour quelques séances de battements de jambes. Je nage à nouveau le crawl depuis le début du mois de janvier. J'espère sincèrement que mon souci à l'épaule ne sera plus qu'un mauvais souvenir, en tout cas, mon chirurgien est très enthousiaste.

Comment se passe votre convalescence ?

Très bien. J'étais déjà dans la salle de musculation deux jours après l'opération. Bien sûr je travaillais uniquement le bas du corps, mais dès que les points de sutures ont été enlevés, mon chirurgien m'a autorisé à retourner dans l'eau. Le travail aquatique m'est essentiel.

Cette opération est la conséquence de votre retour à la compétition. Qu'est-ce qui vous a poussé à revenir ?

Cela n'a pas été une décision simple à prendre. J'étais enceinte de ma fille lorsque j'ai eu envie de reprendre l'entraînement. Puis j'ai participé à quelques compétitions masters après la naissance de Tessa. Mes temps étaient plutôt rapides, dès lors j'ai décidé de tenter à nouveau le challenge. Beaucoup de "vieux" nageurs m'ont encouragée dans cette voie.

Dans quelques mois, vous pourriez participer à vos quatrième Jeux Olympiques à 40 ans. Vous êtes un vrai phénomène. A quoi tient cette extraordinaire longévité ?

J'avais 14 ans lorsque j'ai battu mon premier record du monde, un âge auquel vous

n'êtes pas en mesure d'apprécier les choses. Aujourd'hui, je suis beaucoup plus en mesure de savourer ces moments là. Je pense que ce sont les pauses (une première de 7 ans puis une seconde de 6 ans, Ndlr) dans ma carrière qui expliquent que j'ai toujours l'envie aujourd'hui.

N'est-ce pas néanmoins difficile de trouver la motivation appropriée pour effectuer un "comeback" ?

Je pense qu'il m'a été réellement salutaire d'être hors de l'eau pendant de longues périodes. Cela m'a aidée à tomber amoureuse de cette discipline à chaque fois et cela m'a permis de réaliser à quel point le sport m'est indispensable. Aujourd'hui, c'est ma fille qui me motive pour nager encore plus vite !

Justement, comment parvenez-vous à mener de front vie de famille et préparation olympique ?

Au début cela n'a pas été facile de trouver l'équilibre entre le rôle de maman et celui de nageuse. Je me sentais vraiment coupable lorsque je laissais ma fille avec quelqu'un d'autre. Mais j'ai trouvé une merveilleuse nounou qui est si efficace avec Tessa que je me sens désormais à l'aise pour pouvoir m'entraîner. Elle est toujours présente lorsque je pars le matin pour nager, jusqu'à ce que je rentre après ma journée. Je n'ai pas la possibilité de faire de sieste, mais j'aime réellement passer du temps avec Tessa. Elle est une formidable source d'énergie.

Vous voyagez avec Tessa. Pensez-vous que cela pourrait poser problème au sein de l'équipe américaine? (Suite page 12)

