

Natation Magazine

PREMIER SUR LA NATATION www.ffnatation.fr



Pour tout savoir sur la natation ABONNEZ-VOUS !

Natation Magazine c'est :

- > 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...



Natation Magazine

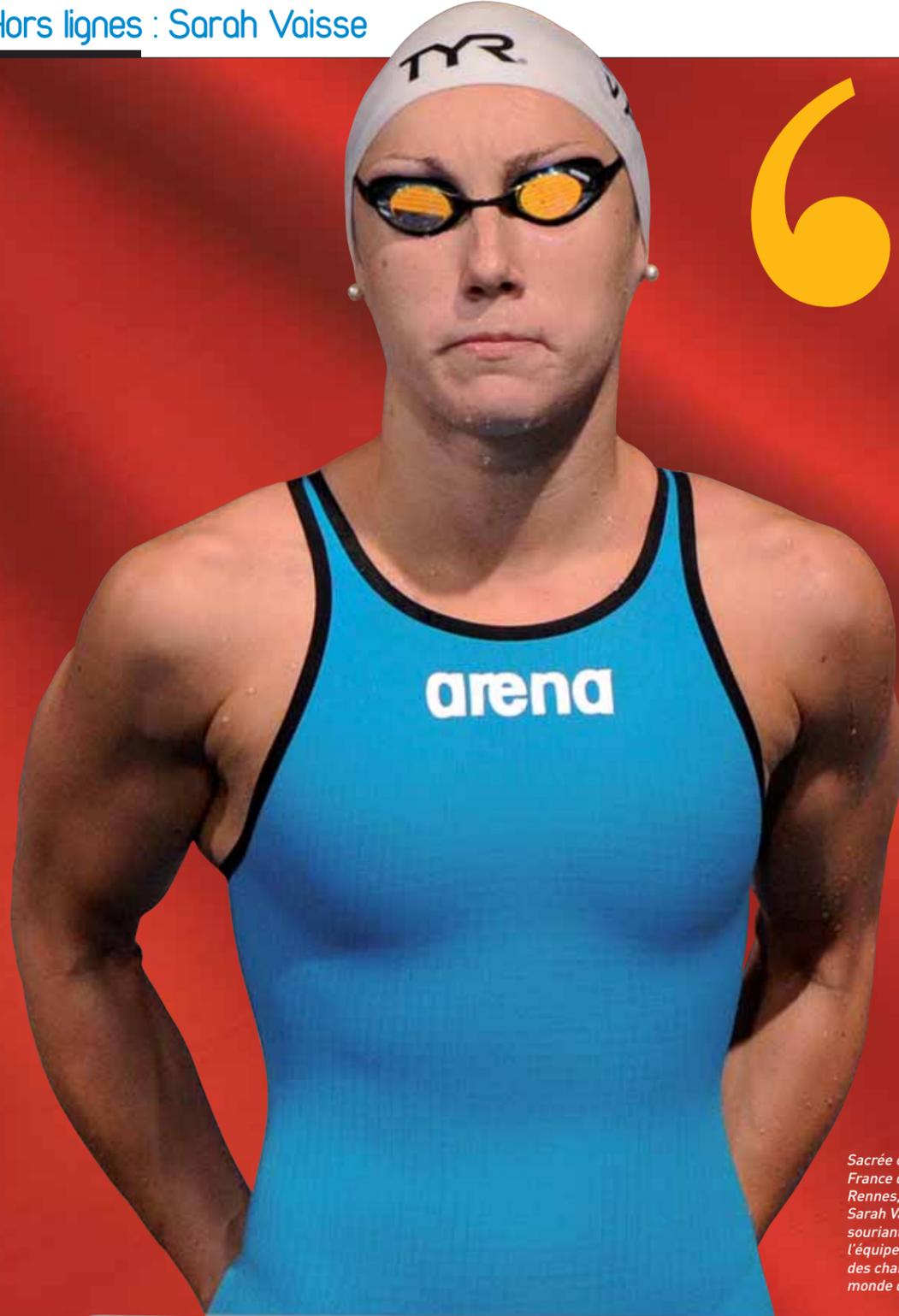
Bulletin d'abonnement

A renvoyer avec votre règlement à : FFN - Département Horizons Natation, TOUR ESSOR 93 - 14, rue Scandicci - 93500 PANTIN

■ **Natation Magazine : 30 € les 8 numéros/an**
soit 4,00 € le numéro !

■ **Je règle :**
par chèque à l'ordre de Horizons Natation

Nom	<input type="text"/>
Prénom	<input type="text"/>
Age	<input type="text"/>
Adresse	<input type="text"/>
	<input type="text"/>
Ville	<input type="text"/>
CP	<input type="text"/>
Email	<input type="text"/>
Date	<input type="text"/>
Signature	<input type="text"/>



Sacrée championne de France du 50 m brasse à Rennes, en avril dernier, Sarah Vaisse, toujours souriante, a découvert, l'équipe de France lors des championnats du monde de Barcelone.

“

Une vraie pile électrique

”

Son nom ne vous dit sûrement pas grand-chose, mais du haut de ses 18 ans, Sarah Vaisse est une nageuse de la grande équipe de France qui s'est classée troisième nation aux derniers championnats du monde de Barcelone (28 juillet-4 août 2013). Une expérience hors-normes pour la coéquipière de Jérémy Stravius et Mélanie Henique à Amiens, sa première sur la scène internationale, qui a contribué à renforcer la motivation de cette brasseur à l'accent du sud. Rencontre avec une jeune fille motivée, très motivée.

Sarah, de quelle manière as-tu vécu ton immersion au sein de l'équipe de France lors des Mondiaux de Barcelone ?

L'ambiance était excellente. Je me suis rapidement sentie à l'aise dans le groupe, ce qui était extrêmement motivant. Quant à la compétition en elle-même, j'ai nagé en fin de semaine et l'attente a été très longue. Cela m'a malgré tout permis de beaucoup apprendre en regardant nager les meilleurs nageurs de la planète. Mais lorsque mon tour est arrivé et que je suis arrivée derrière le plot de départ, j'ai ressenti beaucoup de pression. Il y avait le public, les encouragements de mes partenaires, ça n'a pas été simple de me libérer (40^e chrono du 50 m brasse, Ndlr).

Tu es apparue avec un casque sur les oreilles avant ton épreuve du 50 m brasse. La musique t'aide-t-elle à faire abstraction de la pression ?

Cela m'aide effectivement à rester dans ma bulle. A Barcelone, j'écoutais l'iPod de Mélanie (Henique, Ndlr) qui avait créé une Play List spéciale « Barcelone 2013 » avec des sons rythmés qui m'ont donné la niaque, même si je ne connaissais quasiment aucun titre (*rires*).

Comment s'est déroulé ton bizutage ?

(*Sourire*) Ah, le bizutage... Oui, c'était un grand moment. On avait

commencé à Dijon durant le stage de préparation (17-24 juillet 2013). Mon groupe, composé d'Isabelle (Mabboux) et d'Enzo (Vial-Collet), a perdu et nous avons eu un gage à la fin des championnats du monde qui consistait à se déguiser. Heureusement, je n'ai pas eu à porter un costume trop ridicule (*rires*).

“
Lorsque je suis arrivée derrière le plot de départ (à Barcelone, ndlr) avec les gradins remplis, j'ai ressenti beaucoup de pression et je n'ai pas su garder mes moyens.”

A l'issue des Mondiaux, où es-tu partie en vacances ?

J'ai passé une semaine à Risoul, dans les Alpes, puis une semaine à la plage près de Valras pour faire le plein de soleil et de vitamine D.

Quelles seraient tes vacances idéales ?

Ce qui est sûr, c'est que j'aime bien bouger. Cette année, j'ai réussi à combiner parfaitement la nature, la marche et l'accrobranche que j'ai pratiqués à Risoul avec la plage et le soleil du sud de la France. Mais aucune de mes

journées ne se ressemblent. Parfois, quand j'ai la motivation, je vais courir, je joue au beach-volley. A d'autres moments, je pars à l'aventure avec mon père en moto, un sac sur le dos et une tente pour dormir.

Sarah Vaisse serait donc une authentique aventurière.

Aventurière ? Je ne sais pas, mais la moto est une véritable passion. Plus tard j'aimerais vraiment passer le permis.

“
Plus jeune, j'ai pris des cours de danse classique et moderne jazz avant de devoir arrêter à cause d'une blessure au tendon d'Achille. J'admire vraiment les danseuses étoiles ou les danseurs de rue.”

Plus tard, dans quelle ville rêverais-tu de vivre ?

J'aimerais retourner à la Réunion. J'ai déjà eu la chance d'y aller en stage et cela m'a beaucoup plu. Malheureusement, je n'ai pas réellement eu le temps de visiter, mais je sais qu'il y a un bon nombre de sites incroyables à découvrir. J'adore l'ambiance qui y règne. Le soleil, le climat, les gens, les marchés pleins de couleurs, cela permet vraiment de s'évader.

Et durant la saison, comment t'évades-tu ?

Je me rends régulièrement au cinéma, cela m'aide à sortir de la routine de l'entraînement. Le dernier film que j'ai vu, c'était *The World War Z* avec Brad Pitt, une histoire de zombies captivante.

Quel est ton genre de film préféré ?

Il m'arrive de voir des drames comme *La Ligne Verte* avec Tom

Hanks qui est sans conteste l'un de mes films préférés. Mais en règle générale, les films musicaux me plaisent vraiment. Cette année j'ai, par exemple, adoré *The Hit Girls*, une comédie musicale absolument géniale.

Tu es plutôt boîte de nuit ou soirée tranquille ?

Boîte de nuit (*sourire*)... En boîte, je ne quitte jamais la piste de danse. Je me déchaîne comme une folle, une vraie pile électrique. J'adore danser et il m'arrive de reproduire les chorégraphies de certains films.

Avec succès ?

Non, ça ne rend jamais aussi bien (*rires*). Pourtant, plus jeune, j'ai pris des cours de danse classique et Modern Jazz avant de devoir arrêter à cause d'une blessure au tendon d'Achille. J'admire vraiment les danseuses étoiles ou les danseurs de Hip Hop, ils sont fascinants.

Sur quelle musique aimes-tu te défouler particulièrement ?

Le girl band anglais *The Saturdays* me plaît beaucoup. Pas nécessairement pour danser, mais leurs mélodies sont très prenantes. Les musiques qui me donnent la bougeotte sont celles qui passent toute la journée sur NRJ et Fun Radio, c'est aussi simple que ça.

On imagine le résultat à domicile...

(*Elle coupe*) Ah là, c'est le pied (*rires*). Dès que je suis chez moi, je mets le son de la radio au maximum et je danse toute seule dans ma chambre ! Un pur moment de bonheur !

Recueilli par Jonathan Cohen