



NATATION

MAGAZINE

**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...

Abonnement,
CLÉMENCE BÈGUE : 01 41 83 87 70

www.ffnatation.fr

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

Prénom Age

Adresse

Ville

CP Email

Date

Signature



« UNE SOURCE D'INSPIRATION »

A l'issue d'une brillante carrière aquatique marquée notamment par quatre couronnes continentales et une médaille de bronze aux championnats du monde de Madrid en 1986, Muriel Hermine s'est imposée comme une créatrice de spectacles à l'imaginaire époustouflant. De *Sirella* à *Freedom* en passant par son *Crescend'O*, Muriel Hermine demeure l'une des ambassadrices les plus populaires de la natation synchronisée.
Rencontre avec une passionnée.

« IL EST TOUJOURS MOTIVANT DE SE CONFRONTER À SES RIVALES DANS UN CONTEXTE ET UN CADRE EMBLÉMATIQUES, D'AUTANT PLUS EN NATATION SYNCHRONISÉE OÙ L'ESTHÉTISME EST PORTÉ À SON PAROXYSMES. »

MURIEL, QUEL REGARD PORTEZ-VOUS SUR L'OPEN MAKE UP FOR EVER ?

Jusqu'à présent, il manquait en France une très grande compétition de niveau mondial pour booster la synchro tricolore et permettre à l'équipe de France de se situer en milieu de saison par rapport à la concurrence étrangère.

AU FIL DES ÉDITIONS, L'OPEN MAKE UP FOR EVER A GAGNÉ EN POPULARITÉ ET EN CRÉDIBILITÉ AU POINT DE S'IMPOSER, CETTE ANNÉE, COMME L'UN DES PLUS BEAUX RENDEZ-VOUS DE LA SYNCHRO MONDIALE.

Quand on regarde le plateau de l'Open 2014, il faut en effet se rendre compte que l'on est en présence de l'élite mondiale de la discipline. Il me semble que la proximité et l'attrait de Paris n'y est sans doute pas étranger. Il est toujours motivant de se confronter à ses rivales dans un contexte et un cadre emblématiques, d'autant plus en natation synchronisée où l'esthétisme est porté à son paroxysme. Sans être excessivement optimiste, je crois que l'Open Make Up For Ever va encore gagner en popularité dans les années à venir. A mon avis, nous n'en sommes qu'aux débuts (sourire) !

L'ÉQUIPE DE FRANCE A-T-ELLE TOUT À GAGNER EN SE RETROUVANT FACE À UNE CONCURRENCE RELEVÉE ?

Tout athlète de haut niveau a besoin de confrontations régulières avec l'élite de son sport. C'est une manière de se jauger, de se remettre en question pour continuer à progresser. Dans toute préparation, il y a un point A et un

point B, un début et une échéance mondiale. Dans ce parcours, il y a des stratégies à mettre en place, des chorégraphies à monter, des ballets à répéter avec, régulièrement, des points de passage pour s'assurer de la bonne marche du travail accompli. Dans cette perspective, l'Open Make Up For Ever est déterminant pour les nageuses de l'équipe de France, même si j'ajouterais qu'au-delà des échéances, il ne faut pas minimiser les enseignements personnels et sportifs que l'on tire tout au long du parcours.

VOTRE VISION DE LA COMPÉTITION EST FINALEMENT TRÈS PHILOSOPHIQUE.

Je ne dirais pas philosophique, ce serait prétentieux de ma part, mais humaine, ça oui.

QU'ENTENDEZ-VOUS PAR LÀ ?

Dans ma carrière, il m'est arrivé de remporter des médailles, mais aussi d'échouer... Quand on n'atteint pas un objectif, ça peut être très déstructurant, très douloureux, parfois même dévastateur. Par la force des choses, vous vous rendez compte que vous avez commis des erreurs, pas forcément au début ou à la fin, mais tout au long de votre parcours, du fameux point A au point B. L'Open Make Up For Ever, c'est aussi ça, une occasion de mesurer le chemin parcouru et de se remettre en question avant de poursuivre la préparation de l'événement mondial.

PEUT-ON ÉGALEMENT CONSIDÉRER L'OPEN MAKE UP FOR EVER COMME UNE SOURCE D'INSPIRATION POUR L'ENSEMBLE DE LA NATATION SYNCHRONISÉE FRANÇAISE ?

L'Open est devenu une vitrine, mais aussi une source d'inspiration pour tous les clubs, les entraîneurs et les jeunes filles qui viennent soutenir l'équipe de France. A Montreuil, beaucoup de nageuses peuvent mesurer ce qui les sépare de leur rêve, qui est bien souvent d'entrer en équipe de France.

PLUS GÉNÉRALEMENT, QUEL REGARD PORTEZ-VOUS SUR LES RÉSULTATS ENREGISTRÉS PAR LES BLEUES CES DERNIÈRES ANNÉES ?

Il y a eu de bonnes choses, des performances prometteuses et puis aussi quelques passages à vide. Mais tout cela est finalement tout à fait normal. Comme dans la vie, nous assistons à des successions de cycles au cours desquels des collectifs se forment, progressent puis s'épuisent.

RESTE QUE DEPUIS LE TROISIÈME ET DERNIER TITRE DE CHAMPIONNE DU MONDE DE VIRGINIE DEDIEU À MELBOURNE, EN 2007, LA NATATION SYNCHRONISÉE TRICOLEURE SEMBLE PEINER À RENOUER AVEC SON LUSTRE D'ANTAN ?

Virginie a été une championne extraordinaire, athlétique, artistique et charismatique, mais ses résultats ont dissimulé les faiblesses de notre sport. Maintenant qu'elle n'est plus là, l'ampleur du chantier paraît plus importante. Toutefois, j'ai le sentiment que depuis les Jeux Olympiques de Londres en 2012 beaucoup de sang neuf a été injecté dans notre discipline. Ce n'est peut-être que mon ressenti, mais j'ai vraiment la sensation d'assister à une renaissance.

IL ÉTAIT TEMPS ?

Oui, parce que la synchro française n'est pas au niveau qui devrait être le sien. Désormais, les ambitions ont été ajustées, les méthodes revues à tous les niveaux, tant sur la scène nationale que dans les clubs. Voilà ce qui me fait parler de renaissance ! Nous sommes en train d'assister à l'émergence d'une nouvelle ère. ➤



LE DÉFI D'ÊTRE SOI

Muriel Hermine
Editions Eyrolles
170 pages - 16 €

Dans cet ouvrage, l'ancienne championne de natation synchronisée s'inspire du mental des sportifs pour aider les lecteurs à mieux affronter les aléas du quotidien. Découvrez les clés de cette sportive de haut niveau pour un mental d'acier dans un monde de course à la performance et de rivalités exacerbées.