



# 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](http://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	<input type="text"/>
Prénom	<input type="text"/>
Adresse	<input type="text"/>
Adresse	<input type="text"/>
Ville	<input type="text"/>
CP	<input type="text"/>
Email	<input type="text"/>
Date	<input type="text"/>
Signature	<input type="text"/>

# « NOUS SOMMES EN PROGRÈS »

Entraîneur national de l'équipe de France de natation synchronisée, Charlotte Massardier, dresse le bilan des tricolores aux championnats d'Europe de Berlin.

## CHARLOTTE, ÊTES-VOUS SATISFAITE DES FRANÇAISES ?

Il est toujours difficile et délicat de dresser un bilan dans la foulée d'une échéance nationale ou internationale. Néanmoins, je considère que nous sommes en progrès. Au-delà des résultats sportifs, les filles ont démontré qu'elles étaient capables de s'investir pour repousser leurs limites. C'est également ce que je souhaite retenir de l'été et, plus généralement, de notre saison 2013-2014. Les nageuses n'ont jamais cessé de se remettre en question pour avancer, et je songe notamment au stage qu'elles ont réalisé en juin dernier sous la houlette de l'entraîneur espagnole, Anna Tarres. Anna les a aidées à franchir des caps déterminants, en particulier sur le plan mental, ce que j'ai d'ailleurs pu observer aux championnats d'Europe de Berlin.

## PROGRESSER MENTALEMENT, C'ÉTAIT UNE NÉCESSITÉ ?

Lorsqu'on ambitionne d'évoluer au plus haut niveau, il est fondamental de progresser dans tous les domaines, aussi bien physiquement, techniquement que mentalement. Mais il est vrai qu'inconsciemment, les filles avaient peut-être édifié des barrières qui les empêchaient de franchir un palier. Nous avons sollicité Anna Tarres pour amorcer une nouvelle dynamique et permettre aux nageuses de poursuivre leur apprentissage du haut niveau.

## CES APPRENTISSAGES SE SONT-ILS RÉPÉRUTÉS SUR LA PRESTATION DES FRANÇAISES À BERLIN ?

J'ai observé des changements, mais l'ensemble du staff sait également qu'il faudra du temps pour que ces apprentissages se concrétisent. D'autant que nos concurrentes travaillent aussi de leur côté. Nous ne sommes pas les seules à tenter d'évoluer, toutes les nations se remettent en question à chaque échéance.

## EN ÉVOQUANT LA CONCURRENCE, QUEL REGARD PORTEZ-VOUS SUR LES PERFORMANCES GLOBALES DES CHAMPIONNATS D'EUROPE ?

Les Espagnoles ont connu beaucoup de changements ces dernières années et on a pu



Sylvie Neuville (à gauche), responsable de la discipline, Caroline Lefranc (au micro), chef de délégation à Berlin, Magali Rathier (deuxième en partant de la droite) et Charlotte Massardier (à droite) en compagnie de l'équipe de France de natation synchronisée.

« LES NAGEUSES N'ONT JAMAIS CESSÉ DE SE REMETTRE EN QUESTION POUR AVANCER. »

constater qu'elles n'ont pas réussi à conserver leur rang européen. C'est l'occasion aussi de montrer que la natation synchronisée n'est pas figée dans une hiérarchie. Les classements évoluent ! Ainsi, les Ukrainiennes ont livré une très belle compétition. Elles disposent de juniors impressionnantes qui alimentent l'équipe de seniors et elles ont complètement revu leur manière de chorégrapheur depuis 2010.

## ON A LE SENTIMENT QUE LES FRANÇAISES ONT MARQUÉ DES POINTS EN ALLEMAGNE, NOTAMMENT AUPRÈS DES JUGES, QUI SEMBENT APPRÉCIER LEURS CHORÉGRAPHIES.

C'est tout à fait exact et c'est en partie dû au succès de l'Open Make Up For Ever que la Fédération Française de Natation organise à Montreuil depuis quatre ans. Sur le plan international, ce rendez-vous a démontré que la France était en mesure d'organiser des compétitions de prestige, ce qui contribue largement au rayonnement de notre discipline.

Dans le domaine sportif, l'Open Make Up For Ever nous permet de nous confronter aux meilleures nations de la planète tout en validant une première phase de travail puisque la compétition est programmée en mars.

## AUJOURD'HUI, QUE MANQUE-T-IL AUX FRANÇAISES POUR TITILLER LES MEILLEURES NATIONS ?

Il faut s'installer dans la durée...

## C'EST-À-DIRE ?

(Elle réfléchit) La natation synchronisée est une discipline exigeante qui demande un investissement quotidien. Or, quasiment toutes les filles du collectif national mènent des études en parallèle de leur carrière. La fédération a réalisé beaucoup d'efforts pour les accompagner dans leur double projet, mais il reste encore beaucoup à faire pour qu'elles gagnent en sérénité et puissent se projeter à plus long terme sur l'équipe de France. J'ajouterais qu'il devient désormais fondamental d'instaurer de la concurrence au sein du collectif national. A la rentrée prochaine, de nouvelles nageuses vont intégrer le groupe national pour créer de l'émulation.

## A MOTS COUVERTS, N'ÊTES-VOUS PAS EN TRAIN D'ÉVOQUER UNE PROFESSIONNALISATION DE LA DISCIPLINE ?

Il s'agit, en effet, de cela... A l'image des Italiennes, notamment, qui disposent d'une équipe plus expérimentée, rôtée aux confrontations internationales du fait de l'âge de ses nageuses qui peuvent s'inscrire dans la durée. La performance ne repose de toute façon pas seulement sur la dimension sportive. Quelque part, ce serait trop simple. Non, la performance implique une multitude de domaines qui permettent aux nageuses de donner la pleine mesure de leur potentiel. Sans cela, il est difficile de se projeter véritablement dans une démarche de haut niveau.

## REVENONS-EN AUX CHAMPIONNATS D'EUROPE. QUEL MESSAGE AVEZ-VOUS DÉLIVRÉ AUX FRANÇAISES AU MOMENT D'ABORDER CETTE ÉCHÉANCE DE MI-OLYMPIADE À L'ISSUE DE LAQUELLE VOUS AVEZ BASCULÉ DANS LA DERNIÈRE LIGNE DROITE MENANT AUX JEUX OLYMPIQUES DE RIO ?

Je suis revenue sur la saison qu'elles ont vécue, sur les différents stages que nous leur

« LA PERFORMANCE, C'EST TOUS LES JOURS, TOUT LE TEMPS, À CHAQUE ENTRAÎNEMENT. »

avons proposés notamment avec Massayo Imura (entraîneur national du Japon) ainsi que sur les nombreuses barrières qu'elles ont réussi à franchir accompagnées par Anne Capron et Magali Rathier. J'ai vraiment tenté de les décomplexer et de les libérer afin qu'elles se surprennent encore !

## SELON VOUS, QUELLE SERA LA PROCHAINE BARRIÈRE QUE DEVRONT FRANCHIR LES FRANÇAISES ?

Sans aucun doute, celle du quotidien... Pour réussir dans notre discipline, il faut maintenir son niveau d'exigence, sa rigueur et sa détermination au quotidien. La performance, c'est tous les jours, tout le temps, à chaque entraînement.

## ET OÙ SE SITUE LE PLAISIR ?

Le plaisir vient justement en franchissant des barrières, en repoussant ses limites et en découvrant de nouveaux horizons. La répétition, la monotonie sont finalement les

pires ennemies de la performance. J'ai bien conscience qu'il s'agit d'une démarche vaste et ambitieuse, mais à l'heure actuelle, je ne vois pas d'autres manières de se hisser au plus haut niveau.

## LE HAUT NIVEAU, CE SONT NOTAMMENT LES JEUX OLYMPIQUES DE RIO QUI SE PROFILENT À L'HORIZON. COMMENT ENVISAGEZ-VOUS DE LES PRÉPARER ?

Les Jeux, on y pense tout le temps ! Maintenant, il faut être réaliste. Vue la concurrence actuelle et les modes de qualification, nous savons que l'équipe n'a quasiment aucune chance de décrocher son ticket pour Rio. Concernant le duo, nous avons choisi de jouer la carte de la concurrence...

## MARGAUX CHRÉTIEN ET LAURA AUGÉ NE SONT DONC PAS ASSURÉES D'UN STATUT DE TITULAIRES ?

Je ne le souhaite pas, en effet. En termes de concurrence, je considère que ce ne serait pas leur rendre service que de les placer en position de confort. Tous les athlètes de haut niveau ont besoin de concurrence ! ■

RECUEILLI À BERLIN PAR ADRIEN CADOT