



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



ROMAIN BARNIER : « ELARGIR NOTRE VIVIER DE TALENTS »

Depuis les championnats du monde de Barcelone, Romain Barnier, 38 ans, assume la responsabilité d'entraîneur-chef. Une mission accaparante qui l'a obligé à s'interroger sur son rôle tout en se dédoublant sans jamais rompre le dialogue avec les nageurs et les techniciens du collectif national.

ROMAIN, SI JE DIS QUE SOUS TA HOULETTE LE CN MARSEILLE EST DEVENU LE PLUS AMÉRICAIN DES CLUBS FRANÇAIS, QU'EST-CE QUE CELA SIGNIFIE POUR TOI ?

C'est un raccourci facile parce que je suis allé m'entraîner dans une université américaine. Toutefois, si l'on prend les meilleurs côtés des Américains : le pragmatisme, le professionnalisme, l'innovation...

SANS OUBLIER LE MANAGEMENT...

Tout à fait, la manière de gérer un club, de l'organiser, de l'animer, dans ce cas pourquoi pas. Mais après, on ne peut pas comparer un club américain et le CN Marseille, c'est tout de même très différent !

SELON TOI, QUELLE EST LA PRINCIPALE DIFFÉRENCE ENTRE LES ETATS-UNIS ET LA FRANCE ?

Sans hésiter, le cursus de formation des entraîneurs. Je trouve qu'en France les entraîneurs sont trop souvent esseulés. Ils sont dans leur parcours de club et ils font quelques rencontres en compétition, mais ça s'arrête là. Le parcours américain, c'est un entraîneur en chef entouré de coachs assistants qui bénéficient d'un véritable statut et d'une trajectoire pour la suite de leur carrière.

ROMAIN, TU ES SOUVENT PERÇU COMME UN ENTRAÎNEUR NOVATEUR,

À L'AFFÛT DE NOUVELLES MÉTHODES. EST-CE LA PEUR DE LA ROUTINE OU CELA FAIT-IL RÉFÉRENCE À TON PASSÉ DE NAGEUR ?

Ce n'est pas vraiment la peur de la routine, c'est plutôt de savoir que la routine à un moment va tuer la performance. Le fait que l'on n'invente pas, que l'on ne crée pas m'interroge ! Pour moi, un nageur progresse tant qu'il continue de chercher, d'explorer ! Je n'ai pas peur de l'échec et de l'expérimentation. C'est indispensable, pour aller chercher le petit plus.

EN ÉTANT UN TANTINET PROVOCATEUR, ON POURRAIT DIRE QUE TU TIENS CE DISCOURS CAR TU N'ES PAS PRÊT À SUIVRE LE MÊME CHEMIN PENDANT DEUX OU TROIS SAISONS.

C'est vrai ! D'ailleurs, je ne garde jamais mes séances d'entraînement. Je les jette scrupuleusement et même au moment où je les jette elles sont déjà différentes de ce que j'avais écrit au départ car j'ai modifié telle ou telle chose au cours de la séance.

TU NE PRÉPARES PAS TES SÉANCES POUR LA SEMAINE ?

Non, il n'y a jamais deux séances écrites en même temps. C'est toujours une séance après l'autre. J'ai essayé de garder des séances, ce qui n'est pas facile dans mon fonctionnement. Disons que ce n'est pas une de mes qualités,

mais à chaque fois, je n'ai pas eu l'impression que cela me rendait meilleur.

ET COMMENT FONCTIONNAIT LE ROMAIN BARNIER DES DÉBUTS ?

Il était très créatif, très expérimental, trop sûrement. Heureusement qu'il compensait ses multiples erreurs par une énorme dose d'enthousiasme. Néanmoins, il faut préciser que j'ai rencontré dans mon parcours des entraîneurs performants, organisés. Je disposais donc d'une certaine structuration. Planifier, c'est assurément tracer le chemin, mais cela peut signifier aussi s'enfermer.

QUELLE EST VOTRE APPROCHE DE L'ENTRAÎNEMENT À MARSEILLE : LE TOUT PHYSIOLOGIQUE, LA TECHNIQUE, LE TRAVAIL HORS DE L'EAU ?

Nous sommes plutôt orientés sur la technique ! Le travail à sec et les exercices physiologiques sont au service d'une technique qui vise l'efficacité maximale durant la durée d'une

course. Le travail physiologique doit permettre au nageur de disposer de plusieurs stratégies pour une même épreuve. Nous croyons à Marseille à l'apport de l'athlétique dès lors que vous vous adressez à un individu aquatique.

ON ENTEND SOUVENT DIRE QU'À MARSEILLE, ÇA NE NAGE PAS OU ALORS PAS BEAUCOUP. QUE T'INSPIRENT CES REMARQUES ?

Ma première réponse serait de dire que la natation française pourrait nager plus vite si elle en faisait un petit peu moins et surtout mieux. Je pourrais même dire que le propos n'est pas de savoir s'il faut faire plus ou moins. A Marseille, nous faisons ce que nous sommes capable de maîtriser. Un athlète qui est investi dans son projet et dans son entraînement progresse. Un nageur qui vient en entraînant les pieds sans trop comprendre ce qu'il fait ne progressera pas ou pas longtemps. Nous sommes exigeants, mais notre exigence ne repose pas sur le kilométrage.

JE T'AI DÉJÀ ENTENDU DIRE QU'EN FRANCE « NOUS N'AIMIONS PAS ASSEZ NOS NAGEURS ». QUAND NOUS COMMENTONS LEUR PRATIQUE ET QUE NOUS NOUS ADRESSONS À EUX NOUS N'INSISTONS PAS ASSEZ SUR LE POSITIF ET EUX ONT TENDANCE À RETENIR LE NÉGATIF.

Quand je travaille avec l'athlète, je dois apprendre de lui ! Ensuite, « l'amitié s'arrête quand l'enseignement commence » est une posture que je respecte, mais qui ne me correspond pas. Après « aimer l'athlète », ou au moins une partie de lui, OUI car je vais passer beaucoup de temps avec lui, même plus qu'avec ma famille. Je pars du principe que s'il y a un peu d'amour, il y aura plus de plaisir dans la relation et dans le travail et qu'ainsi ce sera meilleur pour la performance.

« UN NAGEUR PROGRESSE TANT QU'IL CONTINUE DE CHERCHER, D'EXPLORER ! »

Enfin, pour la deuxième partie de ta remarque, j'invite tous les entraîneurs, pendant une saison, à essayer de ne pas être négatif et à n'exprimer que le positif, ou presque. Je pense qu'ils seraient surpris des résultats.

QUE REGARDES-TU EN PREMIER LIEU CHEZ UN NAGEUR ?

Je recherche en premier la singularité ! En quoi est-il différent des autres ? Quelle aptitude particulière présente-t-il ? Ça peut être le regard, son intensité, la détermination, la capacité à apprendre, à comprendre et à mettre en œuvre rapidement, son intelligence de l'eau, sa glisse. Est-il vif ou pas ? Un nageur vif ne va pas aimer que vous lui expliquiez plusieurs fois la même chose, car il a compris dès la première fois. Si vous le faites, vous pouvez perdre sa confiance. ►



(KIMSPÉTHANE KEMPAIRE)