



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



« J'AI EU ALAIN BERNARD COMME COACH »

Etre un Méditerranéen ne fait pas pour autant de vous un homme-poisson.

Un précepte qui s'applique très bien à Hamilton Sabot, né à Cagnes-sur-Mer, mais qui ne se sent jamais mieux que lorsqu'il tournoie dans les airs. Médaillé de bronze aux barres parallèles lors des Jeux de Londres en 2012, le gymnaste membre de l'équipe de France depuis 2003, cherchera cette année à se relancer sur la route des JO de Rio après une année 2014 gâchée par les blessures. A 28 ans, cet étudiant en kinésithérapie est persuadé qu'il est encore temps de mettre de l'or en barres au Brésil.

PETITE QUESTION TRÈS « TEMPORELLE » POUR COMMENCER, QU'EST-CE QUE SE SOUHAITE UN SPORTIF À L'ORÉE D'UNE NOUVELLE ANNÉE ?

Beaucoup de motivation ! Et de la réussite évidemment sur mes objectifs de l'année, les championnats de France en mars, les championnats d'Europe en avril à Montpellier et puis les Mondiaux qualificatifs pour les JO en octobre à Glasgow. Bref, c'est une année où il ne faudra pas se rater !

UNE AUTRE QUESTION LIÉE À L'ACTUALITÉ : AVEZ-VOUS ÉTÉ SURPRIS PAR LE SOUTIEN DU MONDE SPORTIF AU MOUVEMENT « JE SUIS CHARLIE » APRÈS LES ATTENTATS DE JANVIER DERNIER, ALORS QU'ON DÉCRIT LES ATHLÈTES OBSÉDÉS PAR EUX-MÊMES, ENFERMÉS DANS LEUR BULLE ?

Non, parce que nous sommes des personnes à part entière. Derrière l'étiquette du médaillé ou du champion, je suis quelqu'un de normal. Alors, évidemment, j'étais choqué comme tout le monde par ce qui s'est passé à Paris. C'est pour ça que je suis resté muet sur les réseaux sociaux, où je suis assez actif d'habitude. Je n'avais pas envie de « buzzer » avec ça. Ce qui m'inquiète maintenant, c'est la suite, l'impact de ce qui s'est passé sur la société française. Parce que c'est vrai, de tels événements, d'une certaine manière, nous sortent, nous sportifs, de notre monde.

REVENONS-EN AU SPORT... VOUS DITES VOUS SOUHAITER DE LA MOTIVATION POUR 2015. EST-CE UNE VALEUR FLUCTUANTE CHEZ UN SPORTIF DE HAUT NIVEAU ?

Oui, mais en même temps si elle était toujours présente, tout deviendrait banal, pas vraiment excitant. En fait, il y a une motivation pour tout. Pour un gymnaste, elle peut être liée à la réussite d'un nouveau mouvement. C'est souvent ce qui nous porte vers la prochaine compétition. Là, en ce début d'année, la motivation principale, sera de retrouver la forme parce que je me suis blessé à une main (une déchirure de l'aponévrose, ndlr) en fin d'année dernière, ce qui m'a empêché de participer aux derniers Mondiaux.

L'ÉPÉE DE DAMOCLÈS DE LA BLESSURE ET DE LA DOULEUR, ON NE L'OUBLIE JAMAIS ?

Disons qu'on arrive à la gérer. Surtout à l'INSEP, où nous sommes très bien suivis. Les gymnastes, par exemple, bénéficient de kinés qui viennent à chaque entraînement, directement dans la salle. Mais, c'est vrai qu'un sportif de haut niveau vit toujours avec la douleur. Plus ou moins importante. Une tendinite n'affecte pas chaque athlète de la même façon. Et je ne dis pas ça parce que je suis en troisième année de l'Enkre, l'École Nationale de Kinésithérapie et de Rééducation à Saint-Maurice près de Paris...



(KMSPEDDY LEMAÎTRE)

LA KINÉ, C'EST SOUVENT UNE VOIE NATURELLE DE RECONVERSION POUR LES SPORTIFS, C'EST AUSSI VOTRE CAS ?

Au début, je m'étais lancé dans un BTS de management pour m'ouvrir les portes des écoles de commerce. Et puis, je me suis aperçu que ça ne me correspondait pas. J'avais besoin d'un métier manuel et social, quelque chose pour aider les gens. L'idée de la kiné s'est imposée comme ça. En plus ça me

permettra si tout va bien de garder un pied dans le sport.

APRÈS VOTRE MÉDAILLE DE BRONZE DES JO DE LONDRES, VOUS AVIEZ POURTANT CRÉÉ VOTRE SOCIÉTÉ POUR « VENDRE » L'IMAGE DE LA GYM ?

Oui, j'avais monté une petite société pour vendre mon droit à l'image et commercialiser des « goodies » liés à la gym. Je pensais vivre

de cette société, mais c'est la crise... Et si tu n'es pas une grosse tête d'affiche, tu t'épuises à te vendre directement aux sponsors. Parce qu'en fait, les Riner, les Muffat, ce sont leurs partenaires qui vont les démarcher.

LES RETOMBÉES DE VOTRE BRONZE OLYMPIQUE N'ONT PAS DURÉ ?

Si, l'espace de dix-huit mois même si les retombées financières ont été limitées. Mais,

« SI TU N'ES PAS UNE GROSSE TÊTE D'AFFICHE, TU T'ÉPUISES À TE VENDRE DIRECTEMENT AUX SPONSORS. »

l'image, ce n'est pas vraiment mon objectif du moment. Ma motivation principale, elle est dans la salle de gym, dans l'envie de « re-claquer » des résultats après une année difficile. Et de toute façon, si je voulais entretenir une image, ce serait un travail quotidien. Et ça, je ne peux pas me le permettre. »