



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



SPRINTEUR EN ASCENSION

Invité surprise des derniers championnats du monde en petit bassin à Doha (Qatar), Clément Mignon, 22 ans, a été poussé par Romain Barnier et ses coéquipiers pour lancer le relais 4x100 m nage libre vers l'or mondial et décrocher le premier titre de sa jeune carrière.

Sur le plan individuel, le Marseillais aura également surpris son monde en s'adjudgeant la huitième place du 50 m nage libre (21"35) ! Portrait d'un sprinteur discret, appliqué et exigeant qui n'hésite pas à se croquer comme un « gringalet ».

Aux championnats du monde à Doha (Qatar), ses premiers en petit bassin et ses premiers tout court, Clément Mignon était venu « emmagasiner de l'expérience ». « En début de saison, je m'étais dit que les disputer aurait été bien, mais ne pas les faire, n'aurait pas été dramatique », explique-t-il. « Du coup, je ne m'étais pas spécifiquement entraîné. Lorsque j'ai appris ma qualification, j'étais à la fois content et angoissé. D'un autre côté, cela validait mon année 2013 où j'avais commencé à mûrir, puis l'année 2014 couronnée par mes premiers championnats d'Europe (où il nagea les séries matinales du relais 4x100 m nage libre ainsi que le 200 m nage libre en individuel, ndlr). »

Il est vrai que Clément Mignon sort de deux années pleines ! Un hasard ? Pas vraiment. Davantage le fruit d'un travail titanesque qui débute en septembre 2013 quand, sur les conseils de son illustre aîné Frédéric Bousquet, Clément Mignon décide de quitter Antibes pour s'installer à Marseille : « Là, j'ai trouvé une bonne écoute ! Du coup, j'ai pu me mettre à travailler en confiance. Si je peine dans l'eau, mon

entraîneur est ouvert au dialogue, prêt à adapter la séance. A Marseille j'ai surtout trouvé un authentique esprit d'équipe qui représente une source de motivation incroyable au quotidien. Nous nous entendons tellement bien que nous sommes même contents de nous voir en dehors du bassin. »

Originaire de Salon-de-Provence, Clément Mignon a retrouvé son pays avec l'ambition de réussir enfin « à canaliser (ses) émotions, à ne plus (se) laisser déborder, à mener un projet jusqu'au bout sans perdre des dixièmes à gauche ou à droite. Petit à petit, j'apprends à tout mettre en œuvre pour utiliser au mieux mon potentiel. » Force est de constater qu'il est dans la bonne direction ! A Doha, « La Migne » a su convertir en or sa première grande heure mondiale en lançant le relais 4x100 m nage libre, démontrant par la même qu'il

n'entendait plus perdre de temps ! Discrètement mais sûrement, dans l'ombre colossale de Florent Manaudou et du sage Fabien Gilot, Clément Mignon a réussi « à entrer dans l'histoire de sa discipline avec un relais de club représentant une nation ». Fort donc ! ▶

« PETIT À PETIT, J'APPRENDS À TOUT METTRE EN ŒUVRE POUR UTILISER AU MIEUX MON POTENTIEL. »



(MISPSTÉPHANE KEMPINAIRE)

Le Marseillais Clément Mignon peut tendre le pouce : aux Mondiaux de Doha (Qatar, décembre 2014), il a contribué à la victoire du 4x100 m nage libre aux côtés de Florent Manaudou, Fabien Gilot et Mehdy Metella !