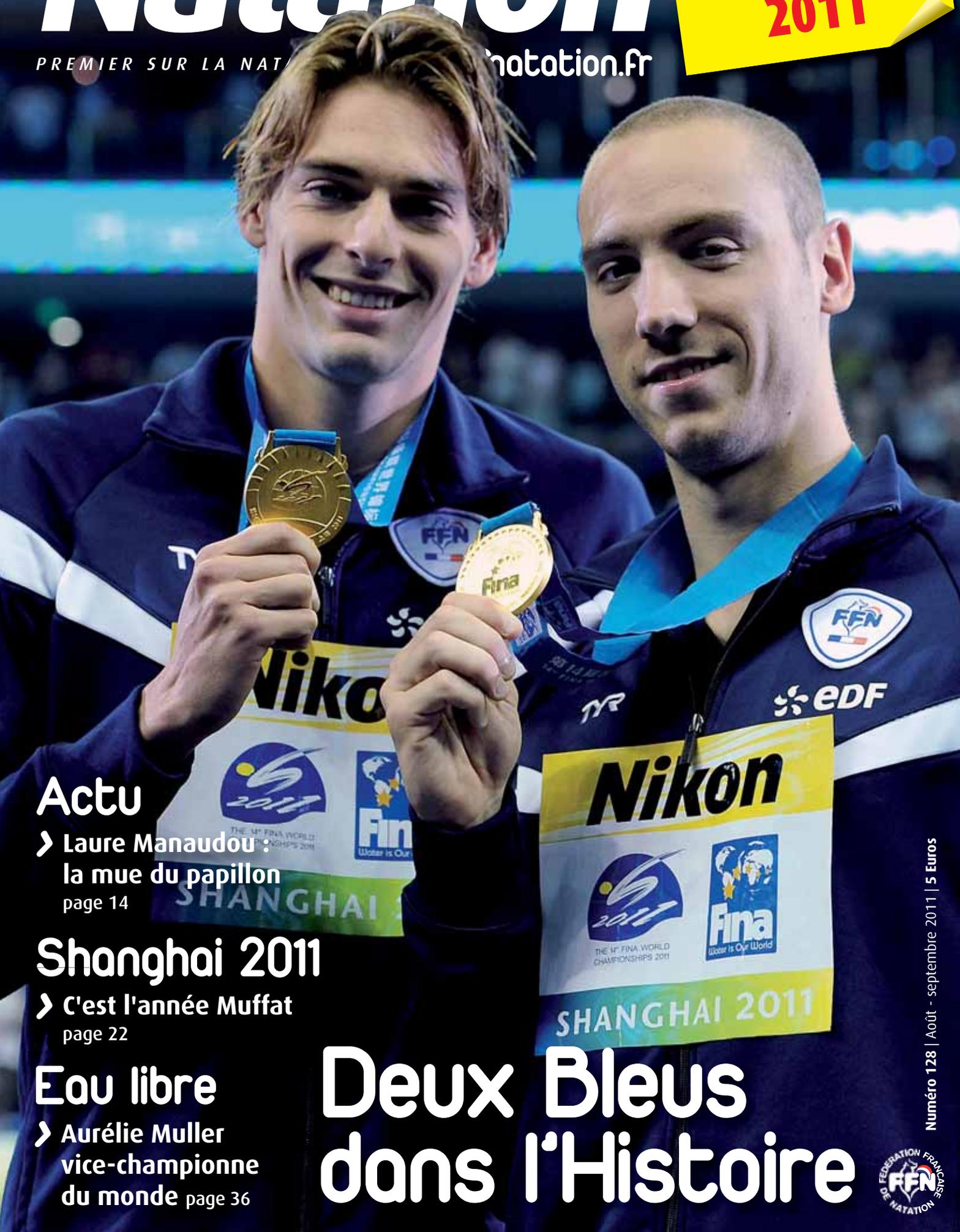


Natation Magazine

PREMIER SUR LA NATATION natation.fr

Numéro spécial
**SHANGHAI
2011**



Actu

➤ **Laure Manaudou :**
la mue du papillon
page 14

Shanghai 2011

➤ **C'est l'année Muffat**
page 22

Eau libre

➤ **Aurélie Muller**
vice-championne
du monde page 36

Deux Bleus dans l'Histoire

Ils sont prêts pour une année décisive.
Et vous ?



Camille Muffat, Yannick Agnel, Alain Bernard, Hugues Duboscq, Coralie Balmy.

TEAM EDF
Soutenez le team EDF™ sur
[facebook.com/teamedf](https://www.facebook.com/teamedf)

L'énergie est notre avenir, économisons-la !



Édito



→ **Ça promet !**

La Chine réussit décidément bien aux nageurs français ! Il y a trois ans, déjà, lors des Jeux Olympiques de Pékin, la natation tricolore avait récolté six médailles, dont l'or d'Alain Bernard sur 100 m nage libre. Que de souvenirs, que d'émotions !

Cette année, à Shanghai, cité millénaire aux 23 millions d'âmes, les Bleus ont confirmé leur nouveau statut de place forte de la natation mondiale. Un rang conquis de haute lutte au cours d'une exceptionnelle saison 2010-2011. Rendez-vous compte, après les 23 médailles, un record, décrochées aux championnats d'Europe de Budapest (août 2010), les huit récompenses empochées à Dubaï lors des championnats du monde en petit bassin, cet hiver, les Français ont enlevé 11 médailles aux championnats du monde de Shanghai. Une fois de plus, nos champions ont réécrit l'histoire !

A titre personnel, je ne peux que m'enthousiasmer devant la démonstration de force de Camille Lacourt et Jérémy Stravius sur 100 m dos. Après 38 ans d'attente, la France tient enfin ses premiers titres mondiaux masculins. Que ce fut long, mais la patience est toujours récompensée, qui plus est sous les yeux de la Ministre des sports, Madame Chantal Jouanno. Et comment ne pas saluer les performances de Camille Muffat, William Meynard, Alain Bernard, Mélanie Henique, Aurélie Muller, vice-championne du monde d'eau libre, et des garçons des relais 4x100 et 4x200 m nage libre ? C'est fort, c'est beau et cela promet à un an des Jeux Olympiques de Londres !

*Francis Luyce,
Le Président*



14 Actu

Laure Manaudou : la mue du papillon
Il ne lui aura fallu que quatre courses, dans le cadre serein du meeting d'Athens (Etats-Unis), pour relancer la machine. A moins d'un an des Jeux Olympiques de Londres, la jeune et fragile championne semble s'être mue en une athlète mûre et décontractée.



20 Shanghai 2011

Stravius - Lacourt : les deux font la paire !
Médillés d'or et d'argent aux Euro 2010 de Budapest, Camille Lacourt et Jérémy Stravius ont offert à la natation tricolore ses premiers titres de champion du monde masculin.



36 Shanghai 2011

Aurélie Muller : « Je suis une acharnée »
A tout juste 21 ans, Aurélie Muller a décroché en Chine une médaille d'argent mondiale sur 5 km. Un premier trophée international retentissant qui ne l'empêche pas de lorgner vers les Jeux de Londres.

Et aussi...

- 04 Brèves
- 08 Le chiffre du mois
- 08 Agenda
- 09 A Lire
- 09 Menu d'entraînement
- 10 Rencontre - Pascal Pich
- 12 Histoires d'eau
- 16 Actu - Championnats de France d'été des maîtres
- 18 Actu - Jean Leemput, une vie aquatique
- 22 Shanghai 2011 - C'est l'année Muffat
- 24 Shanghai 2011 - Sprint : la patience récompensée
- 26 Shanghai 2011 - La ronde des relais
- 28 Shanghai 2011 - Bernard sort du traquenard
- 29 Shanghai 2011 - Christian Donzé : « Au bout de nous-mêmes »
- 30 Shanghai 2011 - Que faut-il retenir des Mondiaux ?
- 32 Shanghai 2011 - Nat' synchro : du charme à revendre
- 34 Shanghai 2011 - Matthieu Rosset : « Ne pas être spectateur »
- 38 Shanghai 2011 - Marc Lazarro : « La vraie question c'est la densité »
- 40 Shanghai 2011 - Thomas Lurz : « Nous manquons de reconnaissance »
- 42 Mon club - Cercle des Nageurs Guéretois
- 43 Conseils - Les secrets d'un bon crawl
- 44 Un peu d'Histoire - Quand Hitler épiait la natation française
- 46 Ecol'eau - Les « Eco Games »
- 49 BD - Phil, hémophile
- 50 Vie fédérale - Au bonheur des Bleus

→ Agnel et Pellerin sur RMC

Yannick Agnel, champion d'Europe du 400 m nage libre, et son entraîneur Fabrice Pellerin ont annoncé qu'ils allaient rejoindre la *Dream Team RMC* à la rentrée. Cette collaboration s'inscrit dans le cadre de la montée en puissance de RMC vers les Jeux Olympiques de Londres. Yannick Agnel participera régulièrement aux rendez-vous que la radio consacre à l'actualité des sports olympiques et la préparation des JO.

→ Partenariat

À l'occasion de l'édition 2011 de l'Open EDF, la Fédération Française de Natation et la société Cap Triathlon International, distributrice exclusive de la marque Compressor en France, ont signé un partenariat de deux ans. Une association qui porte sur les cinq disciplines olympiques de la FFN (natation course, synchro, plongeon, eau libre, water-polo) et qui vise à équiper les athlètes tricolores en produits adaptés aux différentes chaînes musculaires.

→ Bonnet grandit

L'ascension vers le haut niveau de Charlotte Bonnet (ON Nice) a connu une nouvelle accélération aux Euro junior à Belgrade (Serbie). L'ancienne nageuse du CN Brest, également qualifiée pour les championnats du monde senior à Shanghai, a décroché deux titres sur 100 m nage libre (55''25) et avec le relais 4x100 m nage libre. Aux côtés de Camille Gheorghiu, Beryl Gastaldello et Assia Touati, l'Azuréenne a signé un excellent chrono de 3'44''66.

→ Plongeon : grand chelem chinois

À Shanghai, les Chinois ont réalisé une razzia historique dans les épreuves de plongeon. Au total, les voltigeurs de l'Empire du Milieu raflent dix médailles d'or en autant d'épreuves. En 2008, lors des Jeux Olympiques à Pékin, ils avaient remporté sept médailles d'or sur huit, et sept sur dix aux Mondiaux de Rome en 2009.

→ Congrès de la FINA

Le Bureau de la FINA a profité des Mondiaux à Shanghai pour se réunir et valider les lieux des prochains championnats du monde. L'édition de 2013 se tiendra à Barcelone (Espagne), celle de 2015 se disputera à Kazan (Russie) avant de donner rendez-vous à l'élite internationale en 2017, à Guadalajara (Mexique).

Grand équipement : un accord avant la fin de l'année ?

En visite officielle à Shanghai pour soutenir l'équipe de France lors des Mondiaux, Chantal Jouanno, la ministre des Sports, n'a pas manqué d'apprécier le superbe complexe aquatique chinois, construit pour l'occasion mais qui sera reconverti pour accueillir d'autres compétitions dans l'avenir. **Difficile alors de ne pas faire le lien avec la situation française, qui attend toujours un complexe aquatique digne des résultats**

d'une équipe de France performante depuis 2004. « Nous avons un engagement ferme de l'Etat, y compris financier à hauteur de 16 millions d'euros », a souligné la ministre. « Il y a toujours le projet d'Aubervilliers, qui à l'origine était destiné aussi à accueillir d'éventuels Jeux Olym-

piques mais qu'il faut aujourd'hui reconfigurer. Il faut que l'on revoit l'ensemble du site et que les uns et les autres, la Fédération et les porteurs de projet, se mettent d'accord avant la fin de l'année. On est très décidé et on topera (sic) avant la fin de l'année. »



(Ph. DPP/ Franck Faugere)

Le saviez-vous ?

Le nouveau champion du monde du 100 m dos, Jérémy Stravius, est un véritable ventilateur. « Lorsque Jérémy a passé les tests d'entrée au pôle France d'Amiens en 2007, le médecin a été sidéré par ses résultats », se souvient son entraîneur Michel Chrétien. « Il a une capacité pulmonaire de 8 litres d'air alors qu'un bon nageur avoisine en général les 6 litres. » Pas étonnant que l'Amiénois de 23 ans soit désormais comparé aux Américains Phelps et Lochte, experts en la matière.

Stravius et Lacourt toucheront 22 500 euros

Jérémys Stravius et Camille Lacourt, premiers champions du monde masculins de la natation française sur 100 m dos, toucheront une prime de 22 500 euros, selon le barème adopté par la Fédération Française de Natation. **Pour une médaille d'argent la prime s'élevait à 11 250 euros et 7 500 euros pour une médaille de bronze.** De la 4^e à la 8^e place, les primes ont été échelonnées de 3 750 à 1 000 euros. Enfin, les médailles décrochées au sein des relais sont rétribuées à la hauteur de 9 000 euros pour l'or, 5 500 euros pour l'argent et 3 000 euros pour le bronze !



(Ph. DPP/ Franck Faugere)



Natation Magazine

PREMIER SUR LA NATATION www.ffnatation.fr

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...



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"/> Age <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"/>



Pas d'effet olympique dans l'Est londonien ?

En 2005, Londres a emporté l'organisation des Jeux de 2012 grâce notamment à son ambitieux projet de régénération de l'Est de la capitale. **A un an de l'échéance olympique, beaucoup commencent à douter des retombées sur les quartiers déshérités de la capitale britannique.** Ainsi, la zone de Stratford, où est implanté le Parc Olympique, avec son stade flambant neuf, sa piscine, son vélodrome, et même un rutilant centre commercial, abritait il y a quelques décennies usines de peinture et industries chimiques. Les sols et l'air étaient si pollués que la zone avait gagné le surnom de « Stratford puant ». **Depuis l'attribution des JO, une frénésie de construction s'est emparée de la zone, avec près de 11 000 travailleurs recrutés, dont 25% de locaux et 19% d'anciens chômeurs.** Reste que pour Jason Vaughan, un entrepreneur de 25 ans qui habite là depuis dix ans, « l'effet olympique n'a pas été à la hauteur des promesses. Tout le monde devait avoir un emploi sur le site olympique et cela n'a pas été le cas ».



(Ph. DPP/Steven Paterson)

L'ultime défi de Michael Phelps

Il l'affirme haut et fort : à un an des Jeux Olympiques de Londres, il a retrouvé l'envie et l'ambition. « *Je suis en bien meilleure forme que l'an passé* », a assuré l'octuple champion olympique des Jeux de Pékin. « *L'an dernier, ça a été très frustrant, parce que je ne savais pas quoi penser ou quoi attendre. Mais cette année, je me sens en confiance. Au fil du temps, j'ai été capable de comprendre combien il fallait que j'arrête d'être fainéant. Je me sens à nouveau moi-même.* » À 26 ans, Michael Phelps entend désormais relever un ultime défi : celui des Jeux Olympiques de Londres. Voilà pourquoi, il a tenu à aborder les championnats du monde chinois comme une étape vers ce qui s'annonce comme la dernière saison de sa carrière sportive. « *Ma semaine à Shanghai a constitué un véritable test. Tout ce qui s'y est passé décidera de ce qu'on doit travailler pour Londres. Ces dernières années n'ont pas été ce qu'on en attendait, mais quoi qu'il se soit passé, il faut bâtir à partir de là et avancer.* »



(Ph. DPP/Franck Faugère)

Combien de médailles à Londres ?

« *On ne vise pas beaucoup plus de récompenses qu'à Pékin, si on en obtient deux ou trois de plus ce sera bien, mais il faut améliorer le nombre de médailles d'or. Le potentiel nous permet de penser que l'on peut aller jusqu'à douze* », a expliqué Bernard Amsalem, chef de mission des Jeux Olympiques de Londres, le 27 juillet dernier. A Pékin en 2008, la France avait raflé 41 médailles, 7 en or, 16 en argent et 18 en bronze. Mais plus encore que le nombre de médailles, c'est la couleur de ces dernières qui préoccupe la délégation française. **La France veut finir dans le TOP 8 mondial, or le classement est établi en fonction du nombre de médailles d'or.**

Les Jeux sur France Télévisions

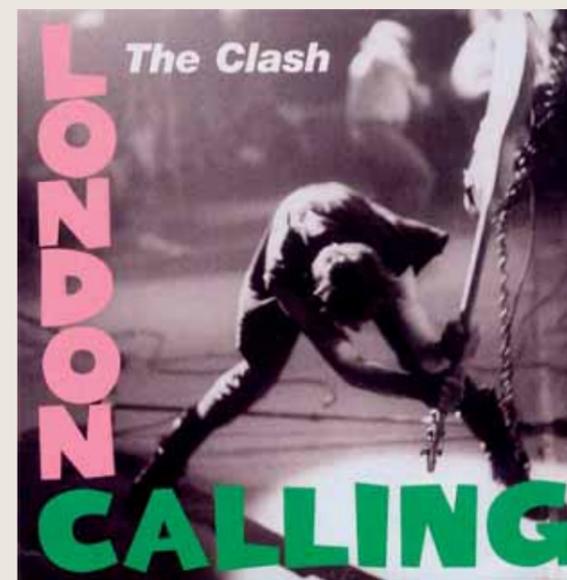
Le Groupe France Télévisions a remporté une grande victoire cet été. **Après l'obtention des droits des JO de 2012 à Londres, le service public vient de récupérer la totalité des droits de retransmissions des Jeux Olympiques de 2014 à 2020.** Un accord qui comprend les retransmissions classiques, internet et mobile. Le montant de ces droits serait compris entre 40 et 50 millions d'euros par événement soit une enveloppe d'environ 140 millions d'euros. « *Nous sommes très heureux de poursuivre notre partenariat de longue date avec le CIO à travers cet accord, qui est pour la première fois conclu pour quatre éditions des Jeux et qui nous permettra d'offrir la plus large couverture possible* », a commenté le président de France Télévisions, Rémy Pflimlin. « *Avec cet accord, qui assure notre présence en tant que diffuseur des Jeux pendant la prochaine décennie, nous réaffirmons notre soutien continu aux sports olympiques.* »



(Ph. DPP/Julien Grosnier)

Les JO moins chers que prévu

Le ministre britannique responsable des Jeux olympiques, Hugh Robertson, a affirmé mi-juillet que les coûts des JO de Londres seront certainement en-deçà du budget initial. **Au total, l'enveloppe budgétaire devrait s'élever à 7,25 milliards de livres, soit 16 millions de livres de moins que ne le prévoyait le gouvernement britannique en mai dernier.** À un peu moins d'un an du début des Jeux, la *Olympic Delivery Authority* a estimé que 88% des travaux de construction étaient déjà achevés.



(Ph. D.R.)

La surprise London Calling

Soit les organisateurs des Jeux ont de l'humour, soit ils se sont pris les pieds dans le tapis. **Car en choisissant le titre *London Calling*, du groupe The Clash, pour la couverture médiatique du compte-à-rebours des JO, ils ont surpris tout le monde.** Le titre est entraînant, c'est certain, mais il renvoie à des liens symboliques et historiques forts avec la Seconde Guerre mondiale, puisqu'il fait référence au slogan utilisé par la BBC pour s'adresser aux pays occupés. Mais surtout, les paroles de Joe Strummer évoquent un chaos, comme l'explique Alan Connor, journaliste à la BBC : « *Dans la chanson, Londres est envahie de zombies, les rivières débordent et les policiers battent tout le monde. Ce n'est pas la meilleure façon de dire : "Hé, venez voir notre match de beach-volley, vous allez vous éclater !"* ». D'autant plus qu'à en croire Marcus Gray, auteur d'un ouvrage sur *The Clash*, le frontman Joe Strummer ne supportait pas les foules de touristes fans de sport se rendant à Londres.

occupés. Mais surtout, les paroles de Joe Strummer évoquent un chaos, comme l'explique Alan Connor, journaliste à la BBC : « *Dans la chanson, Londres est envahie de zombies, les rivières débordent et les policiers battent tout le monde. Ce n'est pas la meilleure façon de dire : "Hé, venez voir notre match de beach-volley, vous allez vous éclater !"* ». D'autant plus qu'à en croire Marcus Gray, auteur d'un ouvrage sur *The Clash*, le frontman Joe Strummer ne supportait pas les foules de touristes fans de sport se rendant à Londres.

Denis Masegla : « Les Jeux seront magiques »

Le 27 juillet dernier, à un an jour pour jour des Jeux Olympiques de Londres, Denis Masegla et le CNOSF avaient réuni tout le sport français à la Maison du sport, à Paris. L'occasion de dresser un bilan du chef de mission Bernard Amsalem, mais aussi de lever le voile sur le Club France et de présenter le Club Ambition Sport. Pour le président du CNOSF (photo), les Jeux 2012 seront magiques. « *Cela va être magique, fabuleux. Ce seront des Jeux sans équivalent, Londres a réalisé un travail extraordinaire, leur enthousiasme va donner une dimension jamais atteinte par les JO. De plus, il y a un réel intérêt pour le sport en France, on l'a récemment vu avec la natation, avec Voeckler sur le Tour de France, le sport fait rêver et ressortir les émotions.* »



La France candidate pour 2024 ?

Le 27 juillet, interrogé sur une énième candidature de la France à l'organisation des Jeux Olympiques de 2024, Denis Masegla, président du CNOSF, a tenu à clairement préciser les contours d'un projet encore très hypothétique. « *Il ne faut pas aller trop vite. J'ai indiqué que je ne voulais pas m'engager sans que certains paramètres soient respectés. Il faut d'abord trouver un vrai projet, mais aussi une synergie avec l'Etat, avec la ville concernée et avec le mouvement sportif. Il faut impérativement que ces conditions soient toutes remplies pour porter une nouvelle candidature. Les Jeux de 2024, pourquoi pas. Mais il faut commencer dès maintenant à plancher sur le sujet.* »

→ Partenariat historique !

Le 7 juillet, la FFN a officiellement annoncé la reconduction du contrat de diffusion avec Eurosport jusqu'en décembre 2015.

→ 100 NL : perf' record

En signant 47''49 au départ du 4x100 m nage libre des championnats du monde de Shanghai, James Magnussen a non seulement propulsé le relais australien sur la plus haute marche du podium, mais il a également réalisé la meilleure performance mondiale de l'année et battu, accessoirement, l'ancien record du monde de VDH (47''84 aux JO de Sydney en 2000). Alors si la référence mondiale appartient toujours à Cesar Cielo (46''91), on retiendra que cette dernière a été réalisée en combinaison polyuréthane aux Mondiaux de Rome en 2009.

→ JO 2020 : Tokyo candidat

La ville de Tokyo est officiellement candidate pour l'organisation des Jeux Olympiques de 2020. Elle sera une concurrente sérieuse pour les villes de Madrid et Rome, déjà en compétition. Une candidature qui a valeur de symbole pour panser les plaies de tout un pays près de cinq mois après le tremblement de terre et le séisme meurtriers du 11 avril 2011.

→ Décès : Jacques Lecocq

Jacques Lecocq, ancien président de la NEC et du comité de Champagne-Ardenne FFN, s'est éteint le 30 juillet dans sa quatre-vingt-cinquième année. Ancien brasseur, il participa en 1952 et 1953 aux championnats de France, division excellence, avant de s'investir dans le comité régional de Champagne-Ardenne puis d'en devenir le président en 1980. Pendant trois saisons, il fut également le manager de Gilbert Bozon, vice-champion olympique en 1952, recordman du monde et plusieurs fois champion de France et d'Europe. *Natation Magazine* adresse ses condoléances à sa famille et à ses proches.

Une info, une annonce, des questions ou des remarques ?
Faites-en nous part sur
natmag@ffnatation.fr

Le Chiffre du mois

26

Comme le nombre de titres mondiaux épinglés par Michael Phelps, record planétaire (agrémenté de douze records du monde !). **A Shanghai, l'Américain de 26 ans a récolté quatre nouvelles médailles d'or sur 100 m papillon, 200 m papillon, distance qui l'a révélé aux Mondiaux de Fukuoka (Japon) en 2001 alors qu'il n'avait que 16 ans, et avec les relais 4x100 m 4 nages et 4x200 m nage libre.** En revanche, le Kid de Baltimore s'est incliné à deux reprises face à son compatriote et ami Ryan Lochte sur 200 m nage libre et 200 m 4 nages.

Malgré tout, Phelps ne voulait retenir que du positif de ces championnats du monde : « *Je suis heureux mais ce n'est qu'un petit pas en vue de l'an prochain. Je suis super content de nager plus vite que l'an dernier mais j'en veux encore plus. Je veux aller plus vite.* »



Ph. DPP/Franck Fuagere

Quant à ceux qui annonçaient son crépuscule, Romain Barnier, coach du CN Marseille, répond par une petite pirouette : « *A Shanghai, les nageurs, le public et les entraîneurs n'avaient d'yeux que pour lui... Il suffit de le regarder s'échauffer pour comprendre qu'il est toujours là. N'oublions pas ce qu'il a accompli aux Jeux de Pékin (en Chine, l'Américain avait glané huit titres olympiques, Ndlr). Il va encore nous surprendre, c'est un immense champion !* »

A. C.

AGENDA

11-23 août

Universiade, à Shenzhen (Chine)

16-21 août

Natation course : championnats du monde juniors, Lima (Pérou)

21-28 août

Water-polo : Championnats d'Europe juniors filles 17 ans, Madrid (Espagne)

27-28 août

Coupe de France minimes et cadets des clubs d'été, Barbezieux-Saint-Hilaire (Charente)

27 août - 4 septembre

Water-polo : Championnats du monde juniors garçons 20 ans, Volos (Grèce)

29 août - 2 septembre

Nat' course : Jeux du Pacifique en Nouvelle-Calédonie

5-10 septembre

Maîtres : championnats d'Europe des maîtres, Yalta (Ukraine)

7-11 septembre

Eau libre : Championnats d'Europe, Eilat (Israël)

12-18 septembre

Water-polo : Championnats d'Europe juniors garçons 17 ans, Rijeka (Croatie)

7-8 octobre

Nat' course : Première étape de la Coupe du monde 2011, Dubaï (Emirats arabes unis)

15-16 octobre

Nat' course : Deuxième étape de la Coupe du monde 2011, Stockholm (Suède)

18-19 octobre

Nat' course : Troisième étape de la Coupe du monde 2011, Moscou (Russie)

22-23 octobre

Nat' course : Quatrième étape de la Coupe du monde 2011, Berlin (Allemagne)

Eau libre : Coupe de la COMEN, Limassol (Chypre)

Et aussi...



ETIREMENT ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Thierry Waymel et Jacques Choque
Editions Amphora (www.ed-amphora.fr)
320 pages, 22,90 €

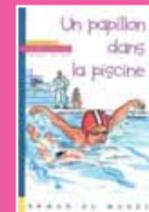
Il est temps de prendre soin de votre corps ! Cela passe notamment par une rigoureuse hygiène de vie, de bonnes nuits de sommeil et la pratique régulière d'une activité physique. Mais gare aux blessures. Avec l'ouvrage de Thierry Waymel et Jacques Choque reprenez tranquillement le chemin de l'entraînement, sans forcer et avec le sourire.



LES PARIS SPORTIFS EN LIGNE

Quentin Toulemonde
Editions Amphora (www.ed-amphora.fr)
384 pages, 23,66 €

C'est un bouquin pour le moins original, qui s'intéresse à une activité tout aussi insolite ! Mais si vous êtes passionnés de paris sportifs en ligne, cet ouvrage est pour vous. Quentin Toulemonde éclaire un univers encore opaque et livre de nombreuses clés utiles pour « comprendre », « jouer » de manière efficace et réfléchie et, enfin, « gagner ». A vos claviers !



UN PAILLON DANS LA PISCINE

Bernard Chambaz, images de Zaï
Roman du Monde
116 pages, 10,50 €

Fausto n'aime pas la piscine, mais une entorse lui interdit toute activité. Heureusement, il y a Alice, une copine de collège. Sa présence adoucit les dures séances. D'autant que Fausto vient d'être désigné pour participer à une compétition de relais... en papillon.



Ph. DPP/Stéphane Kempinaire

Menu d'entraînement

25 m bras droit + 25 m bras gauche + 25 m normal sur 300 mètres

200 m 4N (25 jambes + 25 poignets fermes)

3x100 jambes (récupération 20 secondes entre chaque série)

- Série n°1 = 25 côté droit + 25 côté gauche
- Série n°2 = 50 dorsale + 50 ventrale
- Série n°3 = 35 amplitudes + 15 accélérations

400 m NL petits paddles (25 crawl + 25 moins de mouvements + 12,5 bras droit + 12,5 bras gauche + 25 accélération)

8x50 m tuba (récupération 15 secondes)

3x200 m paddles moyens (récupération 30 secondes)

300 m récup (sp2/sp3 technique)

Total = 2 200 mètres

Entraîneur de Hugues Duboscq, triple médaillé olympique de bronze en brasse, Christos Pappadopoulos vous fait partager son expérience du plus haut niveau international.



Ph. Fotolia

Coup de Cœur

→ DU SANG SUR LE GREEN

Harlan Coben
Editions Fleuve Noir
369 pages, 19 €

Quoi, vous ne connaissez pas Harlan Coben ? Difficile à croire, car lorsqu'un nouveau roman de l'Américain débarque en librairie, c'est le succès garanti. Depuis plusieurs années, Coben s'est fait sa place sur la liste des auteurs de polars à best-sellers. Avec *Du sang sur le green*, une chose est sûre, « ça fout les jetons » ! « *Difficile de dire ce qui, des clichés racistes à répétition, des héros insipides et caricaturaux, ou de l'intrigue aussi convenue que soporifique fait qu'on aurait envie de dire deux mots à celui qui a commis ce bouquin. Le style est primaire, les phrases « tronçonnées » au petit bonheur la chance et les dialogues... renversants* », annonce son éditeur. Quant à l'intrigue, elle est digne des maîtres du suspense. Haletante, elle plonge le lecteur dans les profondeurs nauséabondes de l'humanité, tutoyant l'univers sportif avec une nonchalance et un souci du détail rare. A lire de toute urgence !



(Ph. Carole Pontacciolo)

Après une longue carrière dans le triathlon, Pascal Pich a décidé de lancer l'« X'Trem Tour » qu'il testera en solo cet été avant de l'ouvrir aux baroudeurs en 2012.

“ Pour moi la natation est essentielle ”

Fin juillet, les Forçats de la route ont bouclé le Tour de France sur les Champs-Élysées après trois semaines d'une compétition acharnée. Impressionnant ? Pour le grand public, peut-être, mais pas pour Pascal Pich, fondateur de l'« X'Trem Tour » et boulimique de sport. De Palavas-les-Flots dans l'Hérault à Paris, en passant par les principaux massifs français, le multiple champion du monde d'ultra-triathlon a imaginé un parcours hors-normes de 4 200 kilomètres en 24 étapes. Rencontre avec un athlète à couper le souffle !

Pascal, pouvez-vous nous présenter l'« X'Trem Tour » ?

L'« X'Trem Tour » est un tour de France en triathlon. L'épreuve se dispute sur 24 étapes. Chaque étape est composée de 2,5 kilomètres de natation, entre 160 et 220 kilomètres de vélo et

l'équivalent d'un semi-marathon de course à pied.

D'où vous vient cette idée originale et pour le moins titanesque ?

Le Tour de France représente un rêve de gosse... J'ai toujours voulu y parti-

ciper mais je me suis mis tardivement au cyclisme. Le Tour est une institution et il n'y a rien de semblable dans le monde du triathlon. L'objectif était donc de créer une manifestation similaire.

Cette année, vous avez été le seul et unique participant. Pourquoi ?

L'épreuve débute en compétition officielle en 2012. Il s'agit d'une compétition très difficile, peu de personnes dans le monde auront les capacités d'y participer. En 2011, nous avons souhaité tester l'épreuve et nous assurer que les 24 étapes ne représentaient pas trop d'efforts. Si nous partons avec 50 gars et que l'on se retrouve à 7 à l'arrivée, ce ne sera intéressant pour personne.

Rapidement, j'ai nagé
58 secondes sur 100 m
nage libre. Pour un
triathlète spécialiste
de longue distance,
c'est plutôt pas mal. »

Comment se prépare-t-on pour relever un challenge aussi colossal ?

Mes expériences passées dans l'ultra-triathlon m'aident à appréhender la spécificité de la discipline. Je fais de « l'Ultra » depuis 1990. Je connais toutes les ficelles. Avant je m'entraînais comme un « bourrin » et j'enchaînais les kilomètres dans toutes les disciplines. Aujourd'hui, je privilégie le travail technique pour améliorer mes points faibles.

Concrètement à quoi ressemble une semaine d'entraînement classique ?

Je m'entraîne plus de trente heures par semaine. Je totalise entre 10 et 20 km de natation, 400 et 700 bornes de vélo et 60 et 120 km à pied.

Vous êtes donc un triathlète professionnel ?

Professionnel, c'est est un bien grand mot car il est très difficile de vivre de ce sport. Avec mon entourage nous avons monté une boutique de matériel de cyclisme sur Internet. Avant, j'étais dans la police mais depuis sept ans, je suis en disponibilité et donc sans salaire.

Qui dit triathlon, dit natation. Comment aborde-t-on spécifiquement ce sport ?

Dans un triathlon longue distance, je suis plutôt un bon nageur. A l'entraînement, j'effectue principalement un travail technique que j'oriente sur les fondamentaux : éducatifs, glisse, appuis...

De l'extérieur, on peut avoir l'impression que la natation est moins importante que les deux autres disciplines. Qu'en est-il réellement ?

Pour moi la natation est essentielle. J'ai déjà fait trois « déca » (38 km de natation, 1 800 km de vélo et 422 km de course à pied, Ndlr) et à chaque fois je suis sorti de l'eau en premier. On peut facilement mettre une heure au deuxième et parfois dix-douze heures au dernier. Quand il y a de grosses échéances qui arrivent, j'accorde toujours un soin particulier à la natation.



(Ph. Carole Pontacciolo)

La natation est votre spécialité. Vous avez nagé en club ?

Oui. Quand je me suis mis à « l'Ultra », j'ai décidé de m'inscrire dans un club pour progresser. Rapidement, j'ai nagé 58 secondes sur 100 m nage libre. Pour un triathlète spécialiste de longue distance, c'est plutôt pas mal. J'ai également nagé lors des championnats de France en eau libre.

A vous entendre, la natation est un sport qui vous plaît. Suivez-vous les résultats des nageurs français ?

Je suis un passionné de sport, particulièrement de cyclisme et de natation. Je suis donc ce qui se passe dans ces milieux. A l'époque, j'avais été impressionné par l'émergence de Laure Manaudou. Récemment, je suis avec intérêt ce que réalisent les hommes sur 100 m nage libre. C'est fascinant.

Justement, êtes-vous sensible à leur charge de travail à l'entraînement ?

Bien sûr ! Je suis bien placé pour savoir ce qu'il faut faire dans le sport pour avancer. On voit le travail des

« Je m'entraîne plus
de trente heures par
semaine. Je totalise entre
10 et 20 km de natation,
400 et 700 bornes de vélo
et 60 et 120 à pied. »

L'« X'Trem Tour » sera disputée sur 24 étapes de 2,5 kilomètres de natation, 160 kilomètres de vélo et l'équivalent d'un semi-marathon de course à pied.

nageurs dans l'eau mais pas ce qu'ils font en dehors : la « muscu »... C'est monstrueux !

Avez-vous l'impression d'être un sportif hors-norme ?

Vu ma longévité et mes résultats, on peut penser parfois que je suis particulier. Mais tout ce que j'ai acquis, je le dois à mon travail. A 45 ans, il faut toujours être motivé. Je me vois bien continuer encore pendant deux ans et après je pense me consacrer à l'organisation du « X'Trem Tour » •

Recueilli par Rémi Chevrot

La question du mois

Laure Manaudou peut-elle retrouver l'élite mondiale ?

C'est officiel depuis le dimanche 26 juin. Laure Manaudou, championne olympique et multiple championne du monde, va reprendre la compétition. Convaincante au meeting d'Athens, mi-juillet (cf. pages 14-15), la compagne de Fred Bousquet a désormais onze mois pour renouer avec le niveau performance qui lui a permis de dominer la natation féminine entre 2004 et 2008.

Bastien F. : « Elle peut le faire, à condition de ne pas perdre de temps dans sa préparation. »

Shash B. : « Oui, si elle a envie et que les journalistes laissent tranquille. »

Steven B. : « Je pense vraiment que Laure peut disputer une finale olympique à Londres. Ses dernières courses à Athens (USA) sont de bon augure pour peut-être même espérer un podium. Si ce n'est pas pour les Jeux Olympiques, cela sera aux Mondiaux de 2013. »

Chantal M. : « Oui, il suffit de la regarder nager pour comprendre qu'elle en est capable ! Mais que les journalistes sportifs arrêtent d'enfoncer des sportifs courageux, même s'ils réalisent parfois de moins bonnes performances. »

Roland O. : « La tâche sera rude... D'autant plus qu'elle est mère main-



(Ph. DPP/Franck Faugere)

tenant. Beaucoup de champions ont tenté de revenir à la compétition, elle n'est pas la première. Beaucoup ont échoué. Il faut lui laisser du temps. Malheureusement, elle en manque puisque l'échéance olympique va arriver très vite. »

Valérie O. : « Oui, j'en suis sûre... Elle le mérite... »

Clémentine S. : « Bien sûr qu'elle va le faire. C'est une championne exceptionnelle qui est capable des plus grands exploits. Je ne comprends même pas que l'on se pose la question. Laure a déjà tellement démontré par le passé. Elle va non seulement revenir, mais gagner ! »

ON AIME

Le fair-play de Bernard

Non qualifié pour le 100 m nage libre des championnats du monde à Shanghai, une première depuis 2006, **Alain Bernard, champion olympique et vice-champion du monde de l'aller-retour, n'a pas moins caché son admiration pour les prestations chinoises du Marseillais William Meynard.** « Avec lui, tout est possible. Il est dans une très bonne spirale. Il est nouveau à ce niveau et on a l'impression que tout lui réussit. Surtout, il répond présent à chacune de ses courses. Mentalement, il est très fort. »

LA DÉCLA

« J'ai pensé aux miens, au pays. Voir le drapeau, entendre l'hymne, ça a fait remonter tout ça... J'ai nagé avec mon cœur comme jamais auparavant. J'ai essayé d'utiliser ce qui s'est passé chez moi comme un carburant pour aller de l'avant », a déclaré, ému et avec un brassard noir autour du bras, le Norvégien Dale Oen après sa finale du 100 m brasse. Le 22 juillet dernier, un tireur isolé vêtu d'un uniforme de la police norvégienne abattait froidement 93 personnes sur l'île d'Utoeya, proche d'Oslo.

J'ai testé pour vous...

Shanghai pendant les Mondiaux

Je savais que ce serait difficile... Très difficile même. Je n'ai donc pas été surpris lorsque j'ai appris à mon arrivée à Shanghai que je ne disposais que de tickets pour les trois premiers jours de compétition. Tant pis, ou plutôt tant mieux, j'allais pouvoir visiter un peu cette immense ville de 23 millions d'habitants durant les championnats du monde de natation. Expérience unique, s'il en est une ! Forcément, les premiers jours ont été rudes. Décalage horaire, nouvelles habitudes alimentaires, l'intégration demande un vrai temps d'adaptation. Mais une fois immergé, quel dépaysement ! Et en me baladant dans les ruelles typiques du vieux Shanghai, envahies de parfums d'épices, j'ai rapidement pu observer la passion des Chinois pour le plongeon. C'est bien simple, ils sont dingues de ses cabrioles aériennes. Et quand un champion rate son appel et



(Ph. D.R.)

glisse, c'est tout un peuple qui s'émeut, brandissant avec rage le poing du désarroi. En natation, ils sont un peu moins calés. Cela ne les empêche pas de suivre quotidiennement les exploits des nageurs, laissant exploser leur exubérance nationaliste à chaque apparition d'un bonnet rouge. En soirée, pendant la compétition, tous les restaurants diffusent des bilans du jour. A grand renfort de roulements de tambours martiaux et de refrains patriotiques, la télé officielle vante les talents de ses ouailles. Bienvenue au cœur de l'Empire du Milieu. Mais les Chinois sont curieux. Ils vous interrogent, vous demandent à quoi ressemble Paris, où est Laure Manaudou et surtout, combien de médailles votre pays a remporté. Il n'y a pas à dire, les Chinois sont fiers de leur patrie et sûrs de leur force !

Pierre Lejeune

Le Groupe 3i propulse vos actions de communication

> REGIE PUBLICITAIRE
> IMPRESSION
> ROUTAGE

3i

Notre philosophie

La polyvalence dans la chaîne graphique.

Nos promesses :

Vous faire bénéficier d'une prestation globale de vos imprimés, de la conception au routage en passant par l'impression et la régie publicitaire.

> EVENEMENTIEL



Notre philosophie

Etre un lien entre les compétences et les passions.

Nos promesses :

Vous faire bénéficier d'un réseau et d'une expérience acquis depuis 30 ans. Mettre au service de vos événements les compétences adaptées allant de la réflexion stratégique à la mise en œuvre opérationnelle.

> CONSEIL ET COMMUNICATION

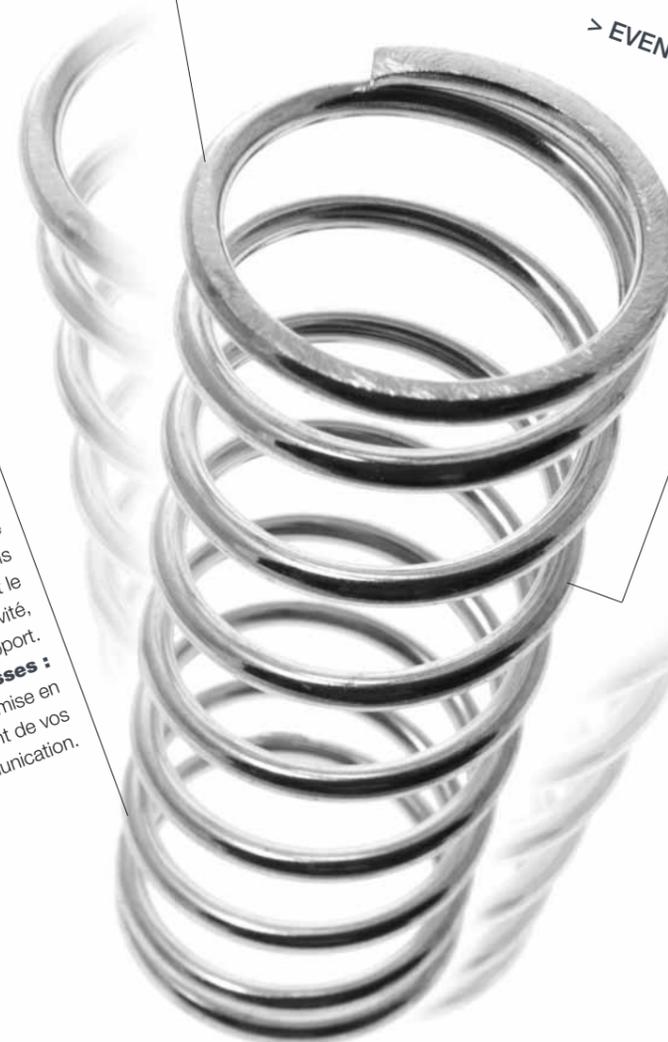
teebird

Notre philosophie

Aborder la communication dans sa globalité, quelque soit le secteur d'activité, le type de structure ou le support.

Nos promesses :

Vous accompagner sur la mise en place et le renouvellement de vos projets de communication.

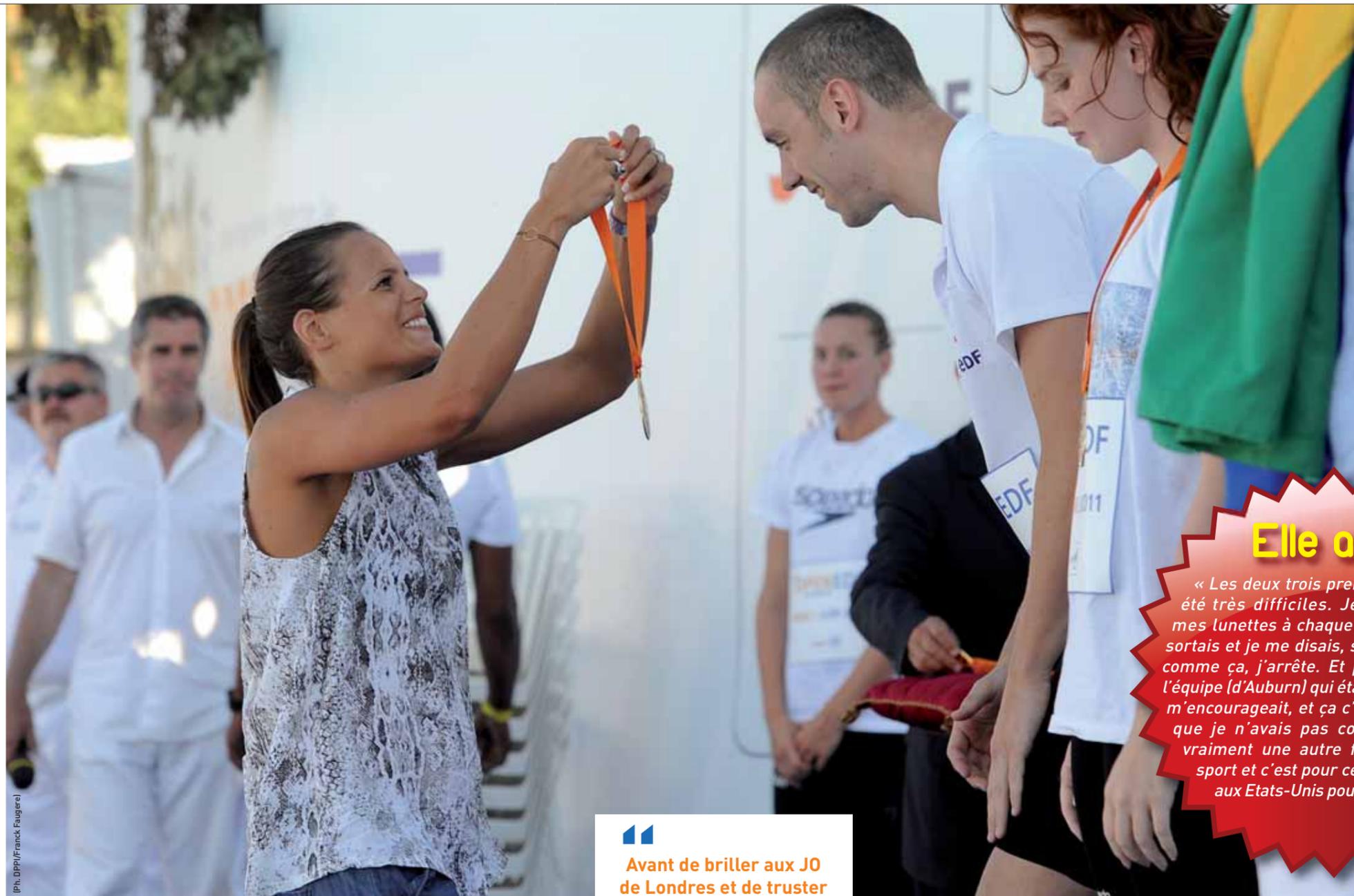


La mue du papillon

Il lui aura fallu quatre courses dans le cadre serein du meeting d'Athens (Etats-Unis) pour relancer la machine! Physiquement d'abord, Laure Manaudou a démontré qu'en dépit des années et d'une grossesse, elle n'avait rien perdu de sa légendaire soif de victoires. Médiatiquement ensuite, la Française a tenu sa promesse, réduisant la distance qu'elle s'employait à maintenir avec le public et les journalistes lors de sa première carrière. A moins d'un an des Jeux Olympiques de Londres, la jeune et fragile championne semble avoir mué en une athlète mûre et décontractée.

Que ceux qui en doutaient encore se rassurent, Laure Manaudou est bel et bien de retour. En octobre 2010, lorsqu'elle replonge du côté d'Auburn (Alabama), où son compagnon Fred Bousquet affine son sprint sous la houlette de Brett Hawke, on pouvait encore décemment s'interroger sur la probabilité d'un retour jusqu'alors improbable. **L'affaire semble déjà plus corsée le 26 juin, lorsque Laure profite de la tribune médiatique que représente désormais l'Open EDF pour annoncer officiellement son retour à la compétition via le Journal du Dimanche et la radio RTL.** Depuis le dimanche 17 juillet, date de clôture du meeting d'Athens (Etats-Unis), le doute n'est plus permis : Laure Manaudou a revêtu son costume de super-héroïne ! Pour les superpouvoirs, en revanche, il faudra patienter.

En Géorgie, face à une concurrence somme toute assez modeste, l'ancienne protégée de Philippe Lucas à Melun puis Canet-en-Roussillon a amélioré son record personnel sur 50 m nage libre à deux reprises (25''93 puis 25''84 sur une distance qu'elle n'avait toutefois pas nagé depuis quatre ans, Ndlr), avant de signer le meilleur temps des séries du 100 m dos (1'01''99), chrono qui lui aurait permis



(Ph. DPPI/Franck Faugere)

Elle est bien dans sa tête, elle vit à Auburn, dans une petite ville, en famille. Elle reste concentrée et confiante. Elle est heureuse. **(Brett Hawke)**

de décrocher le titre de championne de France en mars dernier à Strasbourg. Tout un symbole ! **Sur 200 m, la grande brune s'est rappelée au souvenir d'anciennes concurrentes en réalisant deux chronos appétissants en nage libre et en dos (1'59''30 et 2'10''20), qui restent néanmoins à bonne distance des références internationales.** « *Honnêtement, on ne pensait pas qu'elle serait aussi en forme* », a habi-

lement admis son nouvel entraîneur, Brett Hawke, avant d'ajouter : « *Elle est bien dans sa tête, elle vit à Auburn, dans une petite ville, en famille. Elle reste concentrée et confiante. Elle est heureuse.* » Et le nouveau mentor de Manaudou d'assurer avec conviction : « *Avec dix mois de préparation, elle sera vraiment très difficile à battre* ». Peut-être, mais on en n'est pas là, même si le directeur des équipes de France, Lionel Horter, en est convaincu : « *Laure sera aux Jeux* ».

Avant de briller aux JO de Londres et de truster à nouveau les podiums, sportifs et médiatiques, Laure devra s'illustrer à Dunkerque (mars 2012), où se disputeront les délicates et stressantes sélections olympiques. **Saura-t-elle résister aux attentes colossales qui ne manqueront pas de peser sur ses épaules ? Parviendra-**

Avant de briller aux JO de Londres et de truster à nouveau les podiums, sportifs ou médiatiques, Laure devra s'illustrer à Dunkerque (mars 2012), où se disputeront les délicates et stressantes sélections olympiques.

t-elle alors à occulter les affres d'un passé pas si éloigné ? Car le dernier passage de la championne dans le Nord s'était révélé plutôt douloureux. C'est en effet à Dunkerque, en avril 2008, que Laure avait subi sa première défaite sur 400 m nage libre, sa distance de prédilection, après quatre années d'une domination sans partage débutée par son sacre olympique aux Jeux d'Athènes en 2004. Dur à encaisser ! D'autant plus difficile que

la Rhodanienne était alors lancée dans une opération rachat du côté de Mulhouse après deux expériences mitigées en Italie (mai-août 2007), sous l'égide de Paolo Penso, et à Ambérieu-en-Bugey (septembre-décembre 2007), sous la férule de son frère aîné Nicolas.

Mais plutôt que de fantasmer sur une éventuelle médaille olympique (seule ou en relais ?) ou sur les séquelles d'une première carrière achevée en eau de boudin, savourons le retour de la nageuse préférée des Français. **C'est bien simple : quand Laure gagne, toute la natation y gagne !** Indubitablement, mais comment réagiront ensuite les cadres du collectif national lorsque la déferlante Manaudou aura retrouvé le giron de l'équipe de France ? Jusqu'à présent, tous ou presque s'en tiennent à de courtoises

déclarations, assurant qu'une Laure à son meilleur niveau ne peut que booster la progression sportive du groupe tricolore. Certes. De son côté, Laure Manaudou semble faire amende honorable. Depuis l'Open EDF, Laure donne l'impression de chercher à banaliser son retour, refusant par exemple de polariser l'attention des journalistes avant les championnats du monde de natation à Shanghai tout en saluant régulièrement les performances de ses ex-nouveaux partenaires. **Que ceux qui en doutaient encore se rassurent, Laure Manaudou a bel et bien changé.** La diva craintive s'est volatilisée, laissant place à une jeune mère de 24 ans, souriante, disponible et apparemment bien décidée à remodeler son image, tant sportive que publique !

Adrien Cadot

A l'Open EDF 2011, Laure Manaudou ne s'est pas contentée d'annoncer son retour à la compétition. Elle a également distribué des sourires, remis des récompenses (ici à Jérôme Stravius) et entamé une véritable opération séduction, trois ans après sa décevante campagne olympique à Pékin.

Elle a dit

« Les deux trois premiers mois ont été très difficiles. Je pleurais dans mes lunettes à chaque entraînement. Je sortais et je me disais, si le prochain c'est comme ça, j'arrête. Et puis il y avait tout l'équipe (d'Auburn) qui était derrière moi, qui m'encourageait, et ça c'est quelque chose que je n'avais pas connu avant, c'est vraiment une autre façon de voir le sport et c'est pour cela que je reste aux Etats-Unis pour travailler. »

Championnats de France d'été des maîtres
Gap - 30 juin-2 juillet 2011



(Ph. D.F.)

Longtemps licencié au CN Gap, Loïc Leroy a signé son retour dans « sa » piscine en décrochant quatre titres nationaux.

De main de maître

Ça devient une bonne habitude, une très bonne habitude ! Chaque année, les championnats de France des maîtres rencontrent un succès de plus en plus important. Et ce n'est pas l'édition 2011 de la compétition, à Gap, qui inversera la tendance. **Car même en dépit de l'altitude (environ 700 mètres) et de ses conséquences sur le niveau de performance, le nombre de records de France a encore progressé par rapport aux rendez-vous précédents (63 en 2011, 59 en 2010, 40 en 2009).** Autant dire que rien ne semble pour l'heure entamer la progression d'une discipline en pleine expansion ! En termes de résultats, difficile d'occulter le record du monde de la Caennaise Michèle Guillaud sur 50 m brasse (C 14). Une référence internationale améliorée de cinq centièmes de secondes (1'20''53) par une nageuse acharnée qui s'est offert un prestigieux

grand Chelem en s'imposant dans les cinq courses qu'elle a disputées (records de France à la clé dans chacune de ces épreuves, Ndlr). **A ce petit jeu, la Normande s'est trouvé un concurrent masculin en la personne d'Erwin Nodenschneider (Bergerac, C 11), lui-aussi auteur d'une copie parfaite.** De son côté, Jean-Claude Lestideau a effacé sa déception de ne pouvoir remporter son 150^e titre national chez lui, à Dunkerque, lors des championnats de France d'hiver des maîtres disputés en présence de Francis Luyce, président de la Fédération Française de Natation. À Gap, Jean-Claude Lestideau s'est ainsi adjugé cinq nouvelles couronnes nationales portant son total à 154.

Outre les performances, l'affluence est sans conteste l'autre grande source de satisfaction de l'échéance 2011. Les vingt-quatrième championnats de France d'été des maîtres ont été marqués par l'une des plus fortes fréquentations jamais enregistrées. **Au total, ils étaient pas moins de 1 523 nageurs engagés, dont près de 233 pour la seule épreuve d'eau libre, un record.** Une fois encore, et cela en dépit du durcissement des temps de qualification, l'engouement

pour les maîtres se confirme. Difficile néanmoins d'assurer, dans ce contexte chargé, un déroulement optimal. Les journées s'étalent régulièrement de 6h30 à 20 heures, épuisant nageurs, bénévoles et officiels. Voilà pourquoi la Commission des maîtres a profité des « France » 2011 pour se réunir et **déterminer des axes de réflexion destinés à limiter le nombre de participants, sans toutefois entamer l'attrait des maîtres chez tous les**

passionnés de joutes aquatiques. Différentes simulations ont ainsi été réalisées en s'appuyant sur de nouveaux durcissements des minima qualificatifs.

Pour l'heure, aucune décision officielle n'a été prise, mais les championnats de France d'hiver pointent déjà à l'horizon. En 2007, à Angers, ils étaient plus de 2 300 à avoir fait le déplacement, un record d'affluence jamais égalé jusqu'à présent. Quatre ans après, les maîtres n'ont jamais connu un tel engouement. Pas sûr dans ces conditions que le record ne tombe pas cette année, avec toutes les contraintes logistiques et les risques de congestion qui en découlent naturellement •

Eric Huynh

Plafonner le nombre de participants sans entamer la notoriété des maîtres.

Le saviez-vous ?

Ce n'est pas vraiment une surprise, chez les hommes comme chez les femmes, le 50 m nage libre demeure LA course des championnats de France. **Cette année encore, près de 500 nageurs et 316 nageuses étaient engagés sur la distance la plus courte.** À l'inverse, le 200 m papillon enregistre presque dix fois moins de participants, tant chez les hommes que chez les femmes.

THONON

HAUTE SAVOIE

L'ORIGINALPES

EAU MINÉRALE NATURELLE DES ALPES DE HAUTE SAVOIE



Avec l'eau minérale Thonon, invitez les Alpes à votre table.

C'est dans les Alpes de Haute Savoie que l'eau minérale naturelle Thonon prend naissance. De son long parcours à travers les roches, Thonon acquiert sa parfaite composition en minéraux et oligo-éléments essentiels. Thonon vous donne tous les bienfaits que la montagne lui a transmis.

Pure, préservée et équilibrée, elle accompagne chaque jour, petits et grands sur le chemin de la vie.

Thonon, naturellement équilibrée.

www.eau-thonon.com

Jean Leemput, une vie aquatique

C'est sûr que ça laisse songeur. A Sarcelles, en région parisienne, Jean Leemput, 97 printemps au compteur, n'en démord pas. La natation c'est son dada, sa passion, sa cure de jouvence. Pas question donc de manquer l'une de ses deux séances hebdomadaires de natation. C'est d'ailleurs à cette occasion que nous avons rencontré ce nonagénaire hors-normes.

Contrairement aux albums de Tintin, héros destiné aux jeunes de 7 à 77 ans, la natation n'a pas de limite d'âge. Jean Leemput en est l'incarnation. A 97 ans, le vétéran continue d'aligner les longueurs dans la piscine de Sarcelles (Val d'Oise), commune où il réside. **Deux fois par semaine, le petit homme se jette à l'eau pour couvrir un kilomètre.** « Je ne peux pas nager davantage. C'est la vieillesse qui se fait sentir », glisse-t-il malicieusement, un sourire au coin des lèvres. Reste qu'en l'observant s'ébrouer dans la piscine francilienne, le nonagénaire a, semble-t-il, conservé d'excellentes références techniques. Et si effectivement, Jean achève ses longueurs à bout de souffle, il n'en demeure pas moins tout aussi prompt à repartir. Un champion, un vrai. « **J'ai commencé la natation à dix ans dans le Nord de la France, dans une eau chauffée uniquement par le soleil. Si elle atteignait dix-huit degrés, c'était un miracle** », s'amuse l'expérimenté sarcellois.

A dix-huit ans, il rejoint Paris et sa passion pour les joutes aquatiques continue de s'accroître. Trois participations à la Traversée de Paris à la nage, des championnats de France de natation, du water-polo, Jean Leemput est un amoureux de son sport. « **J'ai toujours apprécié l'esprit de camaraderie qui règne au bord des bassins** », confirme-t-il, l'esprit plongé dans ses souvenirs. Si bien qu'après une première expérience dans le monde de l'imprimerie, il embrasse le métier de maître-nageur au sein de la préfecture de police. Il participera même aux Jeux Olympiques des policiers. « **De ma carrière dans la police, je ne retiens que des supers moments. Je n'ai**



Fin d'entraînement dans le bassin sarcellois, Jean Leemput, sourire aux lèvres, récupère tranquillement de sa séance bihebdomadaire.

« **J'ai toujours apprécié l'esprit de camaraderie qui règne au bord des bassins.** »

jamais souhaité passer des concours car j'avais trop peur d'être muté dans un autre service. Cela aurait été une catastrophe si l'on m'avait retiré de la piscine. »

La retraite arrivant, Jean Leemput continue à fréquenter les bassins. Et lorsqu'il apprend l'existence des compétitions dans la catégorie maître, il n'hésite pas à affronter adversaires et chronomètre. Il met un point d'honneur à ne rater aucune échéance. « **Je**

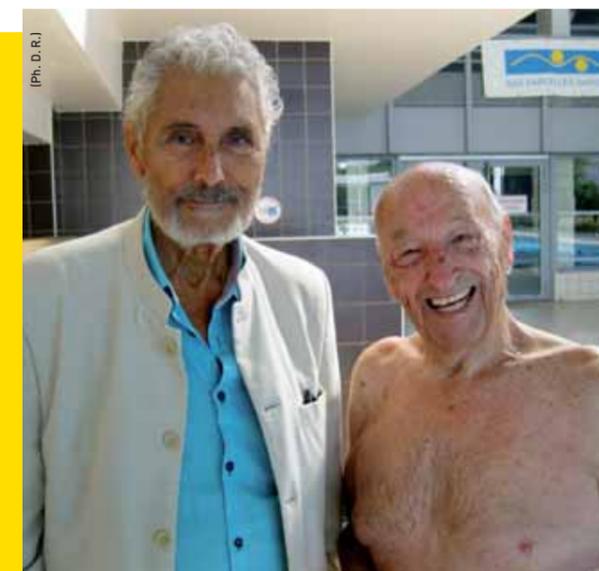
concours en nage libre et en dos, ma nage fétiche. Plus jeune, j'étais le dossiste attitré du club lors des compétitions par équipe », avoue-t-il. Aujourd'hui, le nonagénaire est une référence, une figure charismatique que les nageurs maîtres saluent avec respect et enthousiasme. Multiple champion de France, recordman de France et d'Europe sur de nombreuses distances (selon différentes catégories d'âge, Ndlr), Jean Leemput brille également sur la scène mondiale. « **Il y a quelques années, j'ai remporté une médaille d'argent et deux de bronze à Munich, lors des championnats du monde des maîtres. Vice-champion du monde, c'est formidable** », atteste Jean avant d'ajouter humblement : « **En revanche, avec l'âge, les temps**

dégingolent assez vite, je ne veux même plus les voir ».

A voix basse, l'expérimenté compétiteur reconnaît qu'il aimerait bien se tester sur 400 m nage libre car le record du monde de sa catégorie d'âge (95 ans et plus) est à sa portée. Un défi de taille pour un nageur qui admet dorénavant évoluer dans l'eau pour son bien-être. « **A mon âge, le couple télévision-fauteuil est une catastrophe. Si on ne fait pas de sport, on vieillit plus vite** », confesse-t-il. Toutefois, l'ancien maître-nageur avoue qu'il est plus facile de rester devant le petit écran que de se rendre à la piscine lorsque la météo n'est pas encourageante. **Mais une fois arrivé à la piscine, plus questions de faire demi-tour. Emporté par l'ambiance**

« **A mon âge, le couple télévision-fauteuil est une catastrophe. Si on ne fait pas de sport, on vieillit plus vite.** »

régnante, Jean Leemput est dans son élément. Un vrai poisson dans l'eau. « **J'affectionne ce sport et j'apprécie de regarder les plus jeunes s'entraîner. A mon époque, lorsque nous parcourions trop de kilomètres, on criait au scandale** », affirme-t-il dans un éclat de rires. Et les jeunes admiratifs le lui rendent bien. Ils sont nombreux à l'interroger, à lui glisser des mots d'encouragements.



Le président de l'AASS Natation 95 Guy Canzano et Jean Leemput.

Le regard de Guy Canzano (président de l'AASS Natation 95)

« *Jean est un véritable passionné de natation et une personne étonnante. Aujourd'hui encore, il n'hésite pas à demander des conseils aux entraîneurs pour perpétuellement améliorer sa technique de nage. Il est très volontaire et ne rate jamais un entraînement. Parfois nous devons même le freiner, il veut toujours en faire plus. Au club, comme en compétition, tout le monde connaît Jean. Lors des championnats de France des maîtres à Clermont-Ferrand en 2010, il était la vedette de la compétition. C'est normal, c'est quelqu'un d'ouvert et constamment de bonne humeur.* »

« *A Sarcelles, tout le monde connaît Jean* », prévient Guy Canzano, président de l'AASS Natation 95 (cf. encadré), tout en renchérissant : « *c'est la vedette du club* ». Une structure à qui le nageur de 97 ans a légué plus de 80 de ses médailles, destinées à motiver les plus jeunes licenciés. A 97 ans, est-ce que le Sarcellois envisage de s'arrêter de nager un jour ? « *Tous les ans je dis que c'est ma dernière saison et finalement, je replonge à chaque fois. Ce que je ne veux pas, c'est être ridicule dans l'eau. Hors tout le monde me dit que je ressemble toujours à un nageur, donc je continue* », se réjouit Jean. Pas de limite d'âge, aucune restriction de passion, la piscine ça vous gagne ! •

Rémi Chevrot

Les deux font la paire

Jérémy Stravius

Né le 14 juillet 1988
A Abbeville (80)
Taille : 1 m 90
Poids : 85 kg
Club : Amiens Métropole Natation
Entraîneur : Michel Chrétien

Palmarès : Champion du monde 2011 du 100 m dos ; vice-champion d'Europe 2010 du 100 m dos ; médaillé de bronze 2010 avec le relais 4x200 m NL ; champion d'Europe 2009 du 4x50 m NL (petit bassin) ; médaillé de bronze 2010 avec le relais 4x200 m NL (petit bassin).

La phrase : « Ça fait du bien de sortir de l'ombre de Camille... Et pourquoi ne pas le dépasser maintenant ? »

Son titre : « A l'arrivée, lorsque je regarde le tableau d'affichage je vois nos deux noms avec le petit 1 synonyme de champion du monde. Au début, je n'y crois pas. Je n'étais pas favori, mais je savais que c'était jouable. Quand tu es favori, c'est que tu domines et que tu as de la marge. L'an dernier, aux Euro de Budapest, Camille a démontré qu'il était favori. Mais c'est ça la compétition, il faut être prêt le jour J. »

Sa course : « Je n'ai pas vu Camille sur le retour, mais je ne voulais pas non plus regarder mes adversaires. C'est une erreur que j'ai parfois commise. J'ai veillé à rester concentré sur ma course. En revanche, je suis mécontent de mon arrivée. Ma touche est catastrophique, mais je n'ai rien à regretter. Je suis champion du monde ! »

L'anecdote : Elle est signée du DTN Christian Donzé qui se souvient de sa première rencontre avec Jérémy, alors âgé de 15 ans, lors d'un stage à Font-Romeu. « A l'époque, il ne s'entraînait que trois ou quatre fois par semaine. J'avais rencontré sa maman à la fin du stage et je lui avais dit : « Je pense qu'il a du talent et il est important qu'il envisage d'intégrer un groupe d'entraînement où il va pouvoir l'exprimer ». Et lui m'avait dit avec détermination : « Je le ferai une fois que j'aurai le Bac. »

L'Histoire : « Je suis vraiment très honoré d'offrir ce premier titre mondial masculin à la natation française. Je ne m'attendais pas à gagner face à une telle concurrence internationale. C'est bien, la natation française vient encore de frapper un grand coup ! »

L'émotion : « C'est beaucoup de choses d'un seul coup, ce n'est pas simple à gérer. Il va falloir prendre un peu de recul pour savourer tout ça. »

L'avis de son coach : « C'est un garçon qui travaille beaucoup, qui est appliqué, très sérieux, très aquatique. Il se construit pas à pas. Jérémy est conscient de ses possibilités mais il ne connaît pas ses limites. »

Sa force : « Jérémy est un nageur particulier », souligne son entraîneur, Michel Chrétien, qui le dirige à Amiens depuis 2007. « Il remet très vite en place sa technique. Il lui suffit de se reconcentrer sur l'épreuve qui vient. » Il n'aura également échappé à personne que le Picard excelle dans l'art des coulées. En 2010, à Budapest, il avait ainsi arraché à lui tout seul le bronze du relais 4x200 m nage libre en signant une dernière coulée de 14 mètres en finale. A Shanghai, l'Amiénois a de nouveau rejoint Phelps et la clique américaine au panthéon des coulées monstrueuses.

Ce que cela va changer : Pas grand-chose, à croire le Picard : « Les gens qui me connaissent vont peut-être être surpris par ce titre mondial, mais ils savent tous que je peux réaliser de grandes choses. Pour le reste, on verra... Dans un an il y a les Jeux Olympiques. C'est ça l'objectif ! »

Et maintenant : Pour Christian Donzé, ça ne fait aucun doute, Jérémy Stravius est un joyau aquatique, un « Lochte français » affirment même certains spécialistes. « C'est un profil rare. Il faut faire des choix par rapport à un programme de compétition mais on peut penser qu'il peut nager le 200 m dos. Il est aussi très fort sur 200 m crawl et sur 200 m papillon. », se projette le DTN.

La médiatisation : Son coach Michel Chrétien est réaliste : le titre de champion du monde ne bouleversera pas la vie de son protégé. « En 2010, après Budapest, on s'était dit, "Oh la la, la vie va changer". On a eu Le Courrier Picard deux fois et peut-être le JDA, le Journal des Amiénois. Si ça continue comme ça, on va être tranquilles ! »

Médaillés d'or et d'argent aux Euro 2010 de Budapest, Camille Lacourt et Jérémy Stravius ont offert à la natation tricolore ses premiers titres de champion du monde masculin. A Shanghai, les deux Français sont également devenus les premiers nageurs d'une même nation à se hisser sur la plus haute marche d'un podium mondial. Portrait croisé de deux dossistes qui ne se quittent plus !

Sujet réalisé par Adrien Cadot

Camille Lacourt

Né le 22 avril 1985
A Narbonne (11)
Taille : 1 m 97
Poids : 92 kg
Club : CN Marseille
Entraîneur : Romain Barnier

Palmarès : Champion du monde 2011 du 100 m dos ; vice-champion du monde 2011 du 50 m dos ; champion d'Europe 2010 des 50 et 100 m dos et avec le relais 4x100 m 4N ; vice-champion du monde 2010 du 100 m dos (petit bassin).

La phrase : « Je n'étais vraiment pas à mon meilleur niveau pour les championnats du monde, il a fallu que j'aie cherché cette médaille avec mes tripes. »

Son titre : « La première chose que j'ai vu à l'arrivée, c'est mon nom avec le petit 1 devant. J'explose donc de joie, surtout que ça a été un 100 m dos difficile depuis le début de la compétition. Mais bizarrement, je vois que Jérémy à la même réaction, je regarde alors à nouveau le tableau d'affichage et je vois qu'il y a aussi un 1 devant son nom. Et là, c'est une double joie... Ce n'est pas un titre partagé en deux, c'est deux titres, point barre. On est tous les deux champions du monde. »

Sa course : « Depuis le début de la compétition j'ai eu du mal à m'exprimer sur 100 m dos. Je savais que je n'étais pas au meilleur de ma forme en arrivant à Shanghai. A l'inverse, j'avais vu que Jérémy était très fort. En fin de course, je sens d'ailleurs que je n'avance plus. Mes jambes et mes bras voulaient arrêter, il n'y avait que la tête qui souhaitait encore avancer. Je me suis alors jeté sur le mur pour toucher en premier. »

L'anecdote : « Camille est un chambreur », s'amuse son entraîneur Romain Barnier. « Avant, il y avait un petit décalage, mais depuis qu'il a changé de statut à Budapest, c'est nettement plus simple à gérer... En fait, il n'a pas changé de comportement. C'est le même Camille qu'à son arrivée à Marseille. »

L'Histoire : « La fenêtre était fermée, on a décidé de l'ouvrir en grand et de s'y engouffrer tous les deux. »

L'émotion : « Je suis surtout heureux d'avoir confirmé... Je savais que je serais attendu à Shanghai alors que je n'étais pas à 100 % de mes moyens. C'est un peu frustrant, mais encore une fois c'est une double joie. Avec Jérémy, on s'était dit qu'on allait partager la Marseillaise. Pour être honnête, on n'imaginait pas que ça allait être pour cette raison. On s'entend très bien... Jérémy n'est pas un gros parleur, mais il y a énormément de respect mutuel. »

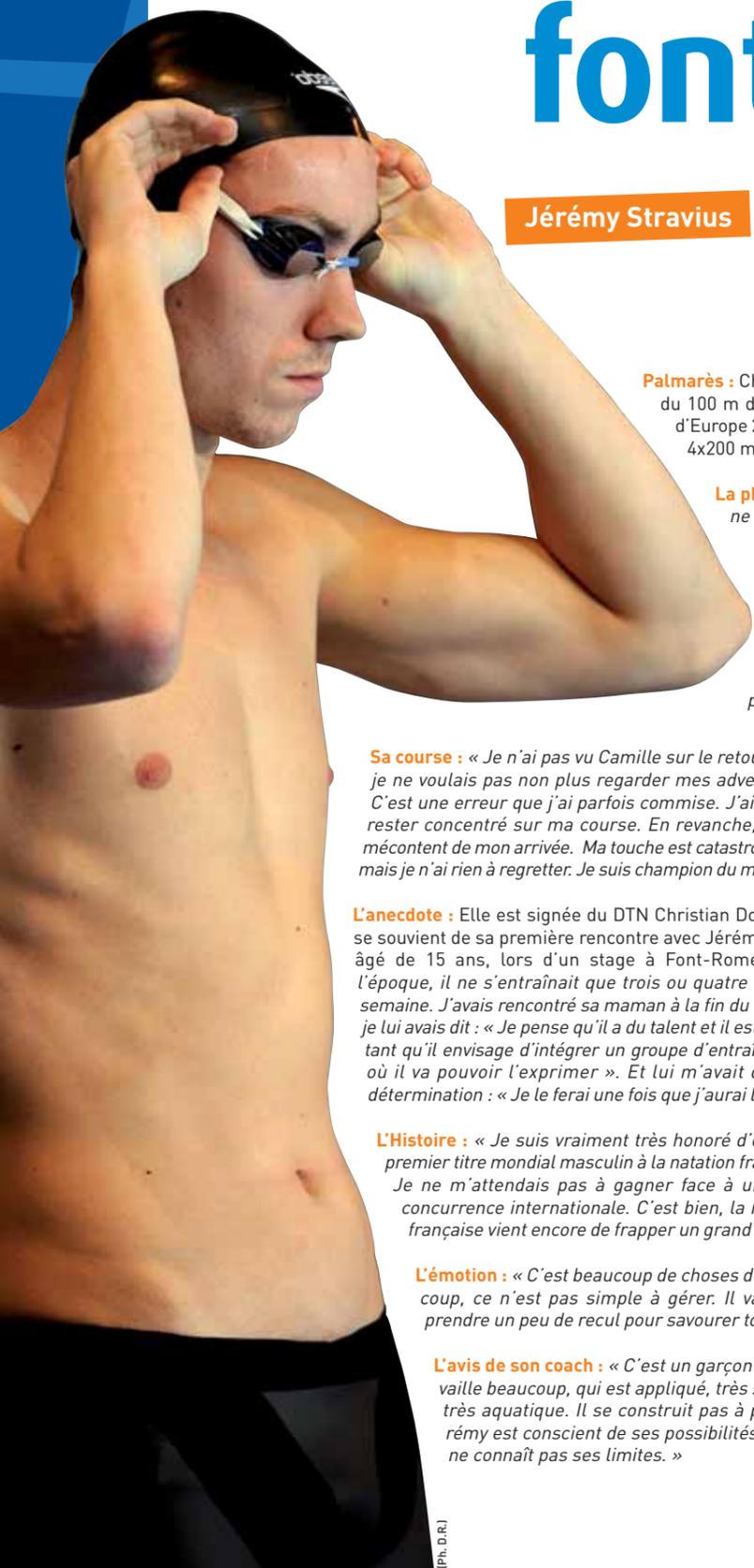
L'avis de son coach : « Camille est un athlète talentueux, en pleine mutation dans sa vie. Si je devais le définir en trois mots, je dirais qu'il est joueur, insolent et passionné. Sa particularité ? Il aime apprendre de ses erreurs, ce qui est indispensable dans le sport de haut niveau. »

Sa force : Pour Romain Barnier, son coach au CN Marseille, ça ne fait pas l'ombre d'un doute, sa principale force réside dans son physique. Du haut de son mètre 97, Camille Lacourt est un nageur longiligne, doté de segments d'une rare amplitude. « Ce physique, je l'ai depuis quelques années et ce sont vraiment les médailles qui m'ont fait émerger. Si cette "gueule" peut me servir aussi à décrocher des contrats et être serein, je dis volontiers oui », assume le natif de Narbonne.

Ce que cela va changer : En quittant Shanghai, le Marseillais ne voulait pas songer aux retombées médiatiques qui allaient inévitablement accompagner son titre mondial. Ce qui est apparemment certain c'est que la coqueluche de la gent féminine ne souhaite pas revivre la tornade de l'an passé. Après les Euro de Budapest, Camille avait consacré une grande partie de son début d'année à répondre aux sollicitations. « J'ai connu une période où on lui prédisait une vie people acharnée, mais moi je savais que c'était faux. Il mène une vie tranquille. On ne donne rien à la presse people, mais il y aura toujours des dérapages », conclut son agent Jean-François Salessy.

Et maintenant : Place aux Jeux Olympiques de Londres ! En deux saisons, un titre européen et une couronne mondiale, Camille Lacourt a démontré qu'il était bien l'un des dossistes les plus doués de sa génération. S'il devra évidemment surveiller la progression de Jérémy Stravius, le Marseillais profite désormais pleinement du retrait de l'Américain Aaron Peirsol, maître du 100 m dos jusqu'au Mondiaux de Rome en 2009. La voie est libre, à lui de s'y engouffrer !

La médiatisation : « On a fait l'essentiel au niveau des partenariats. On ne va pas transformer Camille en arbre de Noël. On a vu qu'un titre de champion du monde était difficile à aller chercher pour les Français et Camille l'a fait », explique Jean-François Salessy, son agent. « Il y a beaucoup de demandes, mais il ne veut pas y répondre favorablement et je le comprends. Nous avons sans cesse des propositions, même tarifées, mais la volonté de Camille est de protéger son espace et son jardin secret. C'est un choix, il a envie que sa vie privée le reste et j'abonde dans ce sens. »



[Ph. D.R.]



[Ph. D.R.]

C'est l'année Muffat

A 21 ans, Camille Muffat vient de vivre une exceptionnelle saison. Championne du monde en petit bassin cet hiver, la Niçoise a récolté le bronze des 200 et 400 m nage libre aux Mondiaux de Shanghai. Oubliée la déception des Euro de Budapest, où elle avait terminé quatrième du 200 m 4 nages, la Niçoise affiche désormais pleinement ses ambitions.

Sujet réalisé par Adrien Cadot

Sous surveillance

On a trop souvent tendance à oublier que Camille Muffat est une jeune nageuse. La Niçoise n'a finalement que 21 ans, soit deux ans de plus que son partenaire Yannick Agnel, grande révélation des Euro 2010 à Budapest. « *Camille a explosé à 15 ans, lors des championnats de France à Nancy, où elle avait battu Laure Manaudou sur 100 m 4 nages* », rappelle son entraîneur Fabrice Pellerin. « *Il lui reste encore beaucoup à apprendre et encore plus à vivre.* » Un détail qui n'a semble-t-il pas échappé à ses rivales étrangères, qui ont profité de ses dernières sorties européennes pour emmagasiner un maximum d'informations. « *Lors de l'étape monégasque du Mare Nostrum, les grosses nations étrangères ont filmé chacune de ses prestations* », se souvient François Huot-Marchand, responsable des évaluations au sein du service recherche de la Fédération Française de Natation. Pas sûr que cet espionnage cesse après sa prestation chinoise !

Août 2010 - Budapest

Mener n'est pas gagner ! En Hongrie, la protégée de Fabrice Pellerin à l'ON Nice en a fait le douloureux apprentissage en terminant quatrième d'un 200 m 4 nages qui lui semblait pourtant promis. La déception est là, criante, mais Camille ne laisse rien transparaître. Timide, réservée, elle assure alors que cette épreuve, aussi frustrante soit-elle, lui servira. « *C'est difficile à comprendre* », témoignait à l'époque le DTN Christian Donzé. « *Toute l'année, elle mène les bilans mondiaux, mais une fois en compétition internationale, elle a du mal à donner sa pleine mesure. Ce qui est sûr, c'est que Camille est une très grande championne, elle doit maintenant dépasser ce cap difficile pour continuer de progresser.* »



(Ph. DPP/Stephane Kempinaire)

Septembre 2010 - Nice

A la reprise de l'entraînement, Fabrice Pellerin provoque une discussion avec sa nageuse. Le technicien niçois veut comprendre et éviter que ce joyau ne s'enlise dans le doute. **Contre toute attente, et après seulement 24 heures de réflexion, Camille annonce à son mentor qu'elle renonce aux quatre nages, sa discipline de prédilection, pour se consacrer au crawl.** C'est là, affirme-t-elle alors, qu'elle se sent le plus à l'aise, en mesure de s'illustrer enfin sur la scène internationale.



(Ph. DPP/Stephane Kempinaire)

Décembre 2010 - Dubaï

Quatre mois seulement après avoir réorienté sa carrière sur les épreuves de crawl, Camille Muffat enlève le titre du 200 m nage libre aux championnats du monde en petit bassin. Totalement décomplexée, l'Azuréenne livre une prestation de haute volée que ne manque pas d'apprécier son coach. « *Dubaï constitue une étape importante* », admet-il. « *Avec ce succès, Camille a pris conscience qu'elle disposait de toutes les armes pour briller. D'autant qu'elle a gagné face à une vraie concurrence. Cela n'a rien d'un titre au rabais, comme on l'entend parfois à propos du petit bassin. C'est surtout la manière qui m'a plu et son comportement offensif.* »



(Ph. DPP/Stephane Kempinaire)

Mars 2011 - Strasbourg

En Alsace, lors des championnats de France qualificatifs pour les Mondiaux chinois, Camille annonce d'emblée la couleur : « *Je veux me qualifier sur toutes les distances sur lesquelles je suis engagées* ». C'est-à-dire, les 100, 200, 400 et 800 m nage libre. Tout un programme ! Et sans trembler, avec la régularité d'un char d'assaut lancé à pleine vitesse, la Française réalise un grand Chelem impressionnant, n'abandonnant que les accessits à ses adversaires tricolores. C'est alors certain, Camille est en passe de réaliser sa mue en crawl !



(Ph. DPP/Stephane Kempinaire)

La révélation 2011

Pour Philippe Lucas, ancien entraîneur de Laure Manaudou qui supervise aujourd'hui la carrière de l'Italienne Federica Pellegrini (double championne du monde sur 200 et 400 m nage libre), ça ne fait pas l'ombre d'un doute : « *Camille Muffat est LA révélation de l'année en crawl.* »

Juin 2011 - Paris (Open EDF)

Convaincante sur 200 m nage libre depuis le début de la saison, Camille démontre à l'Open EDF qu'elle a également une carte à jouer sur 400 m nage libre. A Paris, la Sudiste signe une carte à jouer sur 400 m nage libre. A Paris, la Sudiste signe une carte à jouer sur 400 m nage libre. A Paris, la Sudiste signe une carte à jouer sur 400 m nage libre. « *A terme, je pense qu'elle peut réaliser de grandes choses sur 200 m. Il me semble cependant que le 400 m prend de plus en plus de consistance. Elle doit encore le bosser et apprendre à le nager, mais cela devient nettement plus sérieux. Vous savez, Camille est toute jeune. Elle a explosé en 2005, mais elle découvre encore beaucoup d'aspects de son sport et de sa personnalité.* » (cf. encadré).



(Ph. DPP/Franck Faugere)

Juillet 2011 - Shanghai

Comme l'imaginait son coach, la Niçoise ouvre sa compétition en empochant sa première récompense internationale en grand bassin sur 400 m nage libre. Trois jours plus tard, sur 200 m nage libre, la grande blonde double son capital avec un deuxième bronze mondial. Deux récompenses dont elle n'entend cependant pas se satisfaire : « *C'est bien, je suis contente, ce sont de belles médailles, mais je pense que j'aurais pu faire bien mieux. Voilà pourquoi je suis un peu déçue. C'est dommage ! Je crois que j'aurais dû m'y prendre autrement dans les deux finales. Je n'aurais pas dû laisser filer Pellegrini. J'aurais dû la serrer pour l'inquiéter. Je ne sais pas ce qu'il me manque, peut-être un peu d'expérience ou plus d'entraînement. Ce qui est sûr, en revanche, c'est que tout ça va me servir pour préparer les Jeux.* »



(Ph. DPP/Franck Faugere)



La patience récompensée

En s'adjugeant le bronze mondial de l'épreuve reine, le Marseillais William Meynard a déjoué les pronostics et confirmé une tendance : le sprint est une affaire de patience.

La grande famille des sprinters se divise en deux catégories : **les explosifs, qui démarrent pied au plancher et bille en tête, et les patients, qui construisent leur course mètre après mètre avec le souci d'en garder sous le coude pour finir en beauté.** Les Mondiaux de Shanghai ont consacré les finisseurs : l'Australien James Magnussen, champion du monde en 47''63 après un premier 50 mètres en 22''94 (cinquième chrono), le Canadien Brent Hayden (47''95 et un premier 50 mètres en 22''92) et surtout William Meynard, troisième en 48''00 alors qu'il ne pointait qu'en septième position (23''02) à l'aller (cf. infographie).

« C'est mon schéma de course », confirme le Marseillais de 23 ans, également médaillé d'argent avec le 4x100 m nage libre. « **J'ai fait attention à bien rester concentré sur ma course et à ne pas regarder les autres.** » Bien lui en a pris car dans la ligne d'eau voisine, Cesar Cielo a, comme à son habitude, démarré sur les chapeaux de roue (meilleur 50 mètres en 22''63). Sauf qu'à l'arrivée, le Brésilien est quatrième et le Français, très ému, sur la troisième marche du podium. Tout un symbole ! « **J'ai beaucoup de mal à réaliser... Je n'arrive même pas à en parler. Ça fait plaisir, je suis content pour Marseille, pour ma famille aussi.** » Et lui dans tout ça ? « **Je n'aime pas trop parler de moi, ni me voir en photo d'ailleurs. J'ai un peu peur des autres.** »

Car contrairement aux apparences et à ce sourire de façade qu'il affiche en toutes circonstances, William Meynard est un jeune homme timide, presque timoré. Au point d'ailleurs de vomir le matin des séries du 100 m des championnats du monde. « **Il m'a fallu du temps pour prendre conscience de mes qualités. Cela remonte à 5 ou 6 ans,** estime-t-il les yeux encore rougis par la déferlante émotionnelle qui a accompagné sa médaille. **Avant je pratiquais la natation en loisir. C'est**

lors de mon arrivée au Cercle des Nageurs de Marseille que cela a commencé à changer. Et puis Romain (Barnier, son entraîneur) m'a fait comprendre que la natation c'était avant tout du bonheur. »

William est quelqu'un d'entier. C'est un Marseillais pur souche, un mec attachant. Soit on l'aime, soit on le déteste, mais on ne peut pas rester insensible à son caractère.

(Romain Barnier)

Le plaisir. Un credo dont ne démont pas Romain Barnier. « *La première chose que je demande à mes nageurs, c'est de profiter de la chance qu'ils ont* », reconnaissait-il en mars dernier lors des championnats de France à Strasbourg. Une ligne directrice que le nouveau médaillé de bronze de l'aller-retour s'est totalement approprié. « **Oui, c'est un truc qu'il a bien compris. Mais je crois qu'il m'apprend autant que je lui apprend. William est quelqu'un d'entier. C'est un Marseillais pur souche, un mec attachant. Soit on l'aime, soit on le déteste, mais on ne peut pas rester insensible à son caractère.** » Un athlète qui ne triche pas avec les autres, ni avec lui-même. « **Il a peut-être plus de peurs et d'angoisses que les autres nageurs du groupe, mais quand il les domine, il en fait immédiatement une force. Cette année, par exemple, il a passé un cap en matière d'exigence. Sa qualification individuelle sur 100 m nage libre lui a permis d'avancer, de grandir.** » Grandir oui, mais à son rythme, jamais en se précipitant. Ou l'art d'élever la patience en vertu conquérante !

A Shanghai, Adrien Cadot



A l'issue du podium du 100 m, William Meynard n'a pu s'empêcher de rejoindre ses proches, son frère, sa mère et son père, pour célébrer sa médaille de bronze mondiale.



Fabien Gilot : « **Aucun regret** »

Cinquième du 100 m nage libre des Mondiaux, Fabien Gilot ne voulait retenir que le positif de sa saison 2010-2011. A moins d'un an des Jeux de Londres, il estime que l'expérience chinoise est encourageante.

Fabien, comment analysez-vous votre finale ?

Jusqu'aux 75 mètres, ça se passe bien. Dans les 25 derniers mètres, il me manque de la caisse. Je paie le manque de boulot de ces derniers mois. Mais j'ai été gêné par une blessure qui continue de m'handicaper.

Vous êtes tout de même parti très vite (deuxième au 50 mètres en 22''79, Ndlr). C'était peut-être un pari trop risqué ?

C'est mon système de course. Je n'ai aucun regret. Il y a de la déception, mais cela s'est joué à pas grand-chose.

En préambule des championnats du monde, vous aviez souligné à plusieurs reprises la densité du 100 m nage libre...

(Il coupe) Et cela s'est vérifié. C'était un 100 m compliqué. Avec un dixième de mieux, je suis sur le podium.

Mais vous ne l'êtes pas. Comment se fait-il que cette médaille internationale en grand bassin se refuse à vous ?

C'est vrai qu'il me manque encore une médaille mondiale. J'attends toujours ce grand 100 mètres. C'est tout de même encourageant pour les mois à venir.

Et que vous inspire la médaille de bronze de votre partenaire marseillais William Meynard ?

Je m'entraîne tous les jours avec William. On se bat ensemble et son niveau actuel ne m'étonne pas du tout.

Recueilli par A. C.

Luca Dotto (Italie)	Cesar Cielo (Brésil)	William Meynard (France)	James Magnussen (Australie)	Nathan Adrian (Etats-Unis)	Brent Hayden (Canada)	Sebastian Verschuren (Pays-Bas)	Fabien Gilot (France)
100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m
48''24 (7)	48''01 (4)	48''00 (3)	47''63 (1)	48''23 (6)	47''95 (2)	48''27 (8)	48''13 (5)
50 m	50 m	50 m	50 m	50 m	50 m	50 m	50 m
22''99 (6)	22''63 (1)	23''02 (7)	22''94 (5)	22''81 (3)	22''92 (4)	23''52 (8)	22''79 (2)
1	2	3	4	5	6	7	8



La ronde des relais

Avec l'argent des 4x100 m nage libre et surtout du 4x200 m nage libre masculin, la natation tricolore a fait étalage de sa force collective à Shanghai. Quelques regrets néanmoins sur le 4x100 m 4 nages, neuvième des séries, qui aurait certainement eu une carte à jouer en finale. Chez les filles, le 4x200 m nage libre termine quatrième, à bonne distance du podium.

Sujet réalisé par Adrien Cadot

4x100 m nage libre

Comme chaque année, les garçons du relais visaient le titre ! Comme chaque année, les garçons du relais l'ont vu filer sous leur nez pour une poignée de centièmes (photo). Rageant. Pourtant, le titre mondial en petit bassin de cet hiver, à Dubaï, laissait augurer de belles promesses. Les Bleus semblaient décomplexés, désormais sûrs de leur force et déterminés. **Mais l'Australie a surgi (3'11"00 contre 3'11"14 pour la France), de nulle part pourrait-on presque dire, tant personne n'attendait les sprinters**

« **Aussies** » à ce niveau de performance. On retiendra en particulier les 47"49 de James Magnussen dans un premier relais qui a d'emblée placé ses partenaires sur orbite. « *On n'a pas grand-chose à se reprocher* », constatait Jérémy Stravius à l'issue de la finale. « *Nous avons abattu un gros boulot, en grignotant notamment deux secondes sur le chrono des Euro de Budapest. Si on nous l'avait dit avant la course, on aurait signé tout de suite.* » De son côté, le champion olympique tenait à rappeler la densité extraordinaire d'une épreuve particu-

lièrement précisée : « **Tous les favoris étaient là, prêts au combat. On s'est donné à fond, alors c'est normal qu'il y ait un peu d'amertume à l'arrivée parce qu'on aurait aimé avoir plus.** » L'Histoire retiendra, et c'est déjà ça, que les Français ont battu les Américains pour la première fois. Car si les Bleus s'étaient inclinés face aux sprinters de l'Oncle Sam en 2008, à Pékin, et 2009, à Rome, ils n'ont, cette fois, jamais permis aux Boys de Michael Phelps de mener les débats ! •



4x200 m nage libre

Alors là, chapeau bas ! Troisième nation européenne en 2010, les relayeurs masculins du 4x200 m ont littéralement crevé l'écran et déjoué tous les pronostics en se hissant sur la deuxième marche du podium (photo). Devant, comme d'accoutumée, les Américains ont fait le show. Champion du monde en 7'02"67, la bande à Lochte a encore une marge d'avance, **mais en signant 7'04"81 (record de France, ancien 7'09"70), Yannick Agnel, Grégory Mallet, Jérémy Stravius et Fabien Gilot ont pris date pour les Jeux Olympiques de Londres.** « *Nous avons été à deux doigts de faire vaciller les Etats-Unis* », souligne le Marseillais Fabien Gilot, visiblement ému et éprouvé par l'intensité de la course. « *Cela faisait longtemps que je n'avais pas vibré comme ça pour un relais. D'autant qu'il est jeune ce 4x200 m. Très jeune... Mais nous avançons sans complexe.* » Au point même de voir le natif de Denain, formé sur 200 m mais aujourd'hui pleinement concentré sur l'épreuve reine, tenir tête au champion

du monde la spécialité, Ryan Lochte, dans les deux derniers allers retours. « *A un moment, j'ai cru que j'allais tenir jusqu'à la fin. Michael Phelps m'a même demandé après la course si je comptais monter sur 200 m* », confie, amusé, Fabien Gilot. « **Partir dernier relayeur, c'était une grosse responsabilité. On me dit souvent que je suis le taulier des relais. Je n'ai voulu décevoir personne et tenir mon rang.** » Et de quelle manière !

(neuvième en 3'36"21). « **En papillon, on savait que nous ne disposions pas d'un papillon capable de nager en 51 secondes.** Ça nous rappelle qu'on a encore beaucoup de travail à fournir », décryptait le directeur technique national, Christian Donzé. Alors que faire ? « *D'abord, on va s'attacher à remettre en selle Florent, un gamin qui a des qualités. Il y a un ou deux jeunes derrière, Clément Lefert, plus sur 200 m papillon, Medhy Metella, qui n'a pas franchi le pas cette année pour être aux championnats du monde. Il y a aussi Jordan Coelho, sur 200 m papillon, même si ce n'est pas encore le niveau mondial. Nous savons que nous avons des trous dans les*

4x100 m 4 nages

Sans conteste, la déception des relais tricolores. Champions d'Europe l'an passé à Budapest, les garçons du 4x100 m 4 nages n'ont pas réédité leur exploit. **Face aux Américains, Australiens, Chinois et autres Japonais, cela s'annonçait certes délicat, mais après une semaine haute en couleur, on imaginait déjà les Stravius, Duboscq, Manaudou et Gilot nous refaire le coup du 4x200 m.** Mais en s'écroulant dans les derniers mètres de son 100 m papillon, Florent Manaudou, pourtant impressionnant en finale du 50 m papillon, a définitivement plombé les ambitions françaises



Chez les filles, pas de médailles, mais une certitude : il y a une place à aller chercher ! Médaillée de bronze en 2007, à Melbourne, le 4x200 m nage libre féminin a l'expérience des grands rendez-vous. Ne reste désormais plus à Camille Muffat, Coralie Balmy, Charlotte Bonnet et Ophélie-Cyrielle Etienne, quatrièmes à Shanghai en 7'52"22, qu'à grignoter quelques dixièmes pour espérer réduire l'écart qui les sépare d'un podium olympique •

disciplines de spécialité. Il y avait le 100 m dos il y a quelques années et bientôt il y aura la brasse. Nous devons trouver un successeur à Hugues Duboscq. » Côté féminin, pas de surprise, Alexianne Castel, Sophie De Ronchi, Aurore Mongel et Camille Muffat, se classent treizième en 4'04"05 (photo) •

TABLEAU DES MÉDAILLES

(natation course)

	OR	ARGENT	BRONZE
1. Etats-Unis	16	5	8
2. Chine	5	2	7
3. Brésil	3	0	0
4. Australie	2	8	3
5. France	2	3	5
6. Grande-Bretagne	2	3	0
7. Italie	2	3	0
8. Pays-Bas	2	1	3
9. Danemark	2	1	0
10. Russie	1	3	0

Bernard sort du traquenard

Cela s'est joué à un centième... Un tout petit centième pour s'adjuger le bronze du 50 m nage libre, mais surtout pour renouer avec la sérénité qui le fuyait depuis plusieurs mois. A un an des Jeux, Alain Bernard est plus que jamais prêt à relever son ultime challenge olympique.

Un champion ne meurt jamais ! Certains l'avaient peut-être enterré un peu vite, mais en s'adjugeant le bronze du 50 m, Alain Bernard, 28 ans, a démontré qu'il n'avait rien perdu de sa vista. « Alain Bernard n'est pas fini », commentait

presque immédiatement le géant antibois à sa sortie du bassin. Revanchard le champion olympique ? « Non, mais ce n'est pas parce cela ne marche pas pendant un an ou deux qu'il faut tout arrêter. Certains champions sont revenus de plus loin, pour aller plus haut. » (cf. encadré) Reste que cette médaille de bronze conclut de la meilleure des manières une année bien difficile, qui le vit notamment rater sa qualification individuelle sur 100 m, sa course. « C'est vrai que c'est une médaille importante pour le moral », admet le Sudiste. « C'est une récompense pour cette année de doute. Je montre aussi que je fais pleinement partie de cette

équipe de France très performante. » Car en gentleman, qu'il est, le Français a d'abord tenu à saluer les prestations de ses compatriotes. « Le groupe est vraiment jeune, et très polyvalent. C'est hyper stimulant car tout le monde est de plus en plus tourné vers le très haut niveau. On ne se contente plus des finales. Personne ne se fixe de limite. »

Il est bien placé pour le savoir, lui, l'anti bling-bling, le grand calme qui a choisi, sous la houlette de son agent Robert Leroux, de préserver son intimité et sa vie privée, en ne s'exposant pas à tout-va. « Moi, je suis là pour nager », rappelait-il aux championnats de France à Strasbourg. « C'est déjà suffisamment difficile pour ne pas s'éparpiller en chemin. » Un champion ne meurt jamais, il grandit, mûrit et se bonifie avec le temps. Dans un an, c'est dit, le champion olympique ne lâchera pas ses lauriers sans combattre ! •

A Shanghai, Adrien Cadot



Mélanie Henique :
« Ma course les yeux fermés »

Champion olympique :
un problème culturel ?

L'entraîneur d'Alain Bernard au CN Antibes, Denis Auguin, en est convaincu : « Je pense qu'en France, on ne sait pas gérer un champion olympique. Il faudrait qu'Alain gagne tout, tout le temps, qu'il soit en permanence disponible pour les médias, les supporters et le public. Mais ça n'est pas possible. Pour devenir champion olympique, il faut s'entraîner tous les jours. Aux USA ou en Australie, le public ne condamne pas un champion olympique qui se relâche une année ou deux. Personne ne montre Lochte ou Phelps du doigt quand ils ratent une course... Alain, lui, doit systématiquement être au top. Sinon, les gens ne comprennent pas... ».

A. C.

Ça devient une bonne habitude. Après le bronze européen soulevé à Budapest en 2010, Mélanie Henique a remis ça aux Mondiaux de Shanghai, toujours sur 50 m papillon.

Mélanie, on ne vous attendait pas à pareille fête...

C'est énorme. C'est un truc de fou... Mais j'y croyais à cette médaille. Michel (Chrétien, son entraîneur, Ndlr) m'a dit que j'avais un coup à jouer. Et c'est passé !

Pourtant, vous nagez à l'aveugle ligne 7. Avez-vous pris le temps de surveiller vos rivales ?

Non, ça va trop vite et puis j'ai fait ma course les yeux fermés. A l'arrivée, c'est dingue, je vois un petit 3 à côté de mon nom. Pour un centième en plus...

Il n'y aura pas de 50 m papillon aux JO. Où en êtes-vous sur 100 m papillon ?

Je vais le bosser à fond l'an prochain... J'ai totalement confiance dans mon coach (Michel Chrétien). Il fait tout pour que l'on soit bien l'élève s'entraîne avec Jérémie Stravius à Amiens, Ndlr). Et quand ça ne va pas, il sait trouver les mots. Sans lui, je n'en serais pas là aujourd'hui !

Recueilli par A. C. à Shanghai



(Ph. DPP/IFranck Faugere)



(Ph. DPP/IFranck Faugere)

Le retour de Laure Manaudou peut servir de vecteur de progression.

« Au bout de nous-mêmes »

Avec 11 médailles au compteur, un record, deux titres masculins en natation course, une première, et déjà deux qualifiés olympiques (Matthieu Rosset en plongeon et Julien Sauvage en eau libre), la France a vécu de somptueux championnats du monde à Shanghai. Bilan de la compétition en compagnie du DTN Christian Donzé.

Quel bilan dressez-vous des Mondiaux ?

Sur un plan comptable, il est historique. A titre personnel, je suis surtout fier d'avoir vu une équipe de France performante. Nous avons été au bout de nous-mêmes !

Un an après les 23 médailles de Budapest, considérez-vous que les Français ont confirmé leur statut, notamment en natation course ?

L'essai de Budapest est transformé au niveau mondial. Ce n'était pas simple parce qu'à l'exception d'une confrontation aux Mondiaux en petit bassin de Dubaï (décembre 2010), nous ne savions pas trop où en était la natation mondiale.

Les nageurs tricolores vont désormais être très attendus, notamment à Londres. Ne redoutez-vous pas cette pression supplémentaire ?

La gestion du succès est toujours plus délicate qu'un échec. Mais la remise en question est permanente dans le sport de haut niveau. Il faut perpétuellement interroger ce qui a fon-

ctionné pour continuer à progresser. Et puis, je rappellerai aux nageurs que tout sera remis à plat lors des sélections olympiques, en mars 2012 (cf. encadré).

Et comment analysez-vous les résultats des nageuses ?

Il y a certes un déséquilibre de résultats avec les garçons, mais les Françaises progressent. Camille Muffat est double médaillée de bronze, Mélanie Henique a décroché le bronze du 50 m papillon et le relais 4x200 m nage libre a terminé quatrième. Je pense d'ailleurs que le retour de Laure Manaudou peut servir de vecteur de progression.

Laure participera au stage de reprise à Val d'Isère, peut-on considérer son retour en équipe de France comme étant presque officiel ?

A Athens (cf. pages 14-15), Laure a montré beaucoup de choses. Elle peut s'illustrer sur 200 m dos et 200 m nage libre, ce qui serait très profitable au relais 4x200 m féminin •

Recueilli à Shanghai par Adrien Cadot

Dopage: Feu vert pour le passeport biologique

Après la polémique née autour du contrôle positif du nageur brésilien César Cielo, la FINA a donné son accord le 29 juillet pour la création d'un passeport biologique afin de renforcer la lutte contre le dopage dans les bassins. Ce passeport comportera les données biologiques des nageurs afin de vérifier toute irrégularité, un système notamment utilisé dans le cyclisme. « Avec ce nouvel outil, la FINA continue de faire la course en tête dans la lutte anti-dopage », a estimé son président Julio Maglione.

Le programme olympique

Lionel Horter, directeur des équipes de France, a profité de la conférence de presse de clôture des Mondiaux pour dévoiler le programme olympique qui attend les nageurs de l'équipe de France jusqu'à Londres.

26 août-3 septembre 2011 : Stage de reprise à Val d'Isère. Absents du collectif olympique, Giacomo Perez-Dortona (CN Marseille) et Mylène Lazare (CN Antibes) ont toutefois été invités à y prendre part.

Octobre-novembre 2011 : Le collectif olympique sera divisé en deux groupes qui participeront à des actions en Australie et aux Etats-Unis.

2-4 décembre 2011 : Championnats de France en petit bassin à Angers.

8-11 décembre 2011 : Cham-

pionnats d'Europe en petit bassin à Szczecin (Pologne)

27 décembre 2011 - 17 janvier 2012 : Stage du collectif olympique à Pretoria (Afrique du Sud).

20-21 janvier 2012 : Meeting International à Nancy.

18-25 mars 2012 : Championnats de France à Dunkerque, qualificatifs pour les Jeux Olympiques de Londres.

9-29 avril 2012 : Le collectif olympique sera divisé en deux groupes qui participeront à des stages aux Iles Canaries et en Sierra Nevada (Espagne).

Juin 2012 : Open EDF

18 juillet 2012 : Stage final de préparation olympique.

27 juillet : Ouverture des Jeux Olympiques de Londres.



Que faut-il retenir des Mondiaux ?

A un an des Jeux Olympiques, les championnats du monde à Shanghai ont permis de dresser un premier bilan des forces en présence. Si rien n'est évidemment figé ou définitif, la compétition chinoise fut riche d'enseignements. Revue d'effectifs !

Sujet réalisé par Adrien Cadot

L'équipe de France a changé de visage

Et si l'on avait assisté à un passage de relais en Chine ? Après avoir tenu la maison tricolore pendant de longues années, Hugues Duboscq, Fred Bousquet et Alain Bernard (tout de même médaillé de bronze du 50 m nage libre) se sont effacés derrière les performances de leurs cadets. A commencer par celles de Camille Lacourt et Jérémy Stravius, champion du monde ex-aequo d'un 100 m dos historique. Et que dire de Camille Muffat, bronzée sur 200 et 400 m nage libre (cf. pages 22-23), William Meynard, troisième de l'épreuve reine en 48''00 (cf. pages 24-25), et Mélanie Henique, bronzée elle-aussi sur 50 m papillon (cf. page 28). Et si Yannick Agnel (photo) et Alexianne Castel ne sont pas montés sur un podium, il y a fort à parier qu'ils feront parler d'eux dans les mois à venir !



Lacourt a confirmé

C'était certainement le Français le plus attendu, et il a répondu présent. Il faut dire que son triplé européen de l'an passé (50, 100 m dos et 4x100 m 4 nages) avait fait naître de sérieux espoirs de médailles mondiales. Et ce n'est pas son titre de vice-champion du monde du 100 m dos en petit bassin, glané cet hiver à Dubaï, qui avait atténué les attentes de ses supporters, et admiratrices. Le Marseillais de 26 ans, qui a connu une année chargée et riche en sollicitations, n'a pourtant pas failli. S'il a, certes, moins progressé que son compatriote Jérémy Stravius, le dossiste azuréen a su puiser au plus profond de lui-même pour confirmer sa nouvelle stature internationale (or sur 100 m dos et argent sur 50 m dos).

Agnel grandit

Contrairement à ce qu'il escomptait, Yannick Agnel n'a pas réussi à créer l'événement, comme cela avait été le cas en 2010 aux Euro de Budapest où il avait décroché l'or du 400 m nage libre devant l'Allemand Paul Biedermann. Reste qu'à seulement 19 ans et pour ses premiers championnats du monde, le Niçois a disputé les finales des 200 et 400 m nage libre. « C'est sûr que je suis un peu déçu. J'espérais mieux, mais j'ai appris beaucoup de choses et j'ai emmagasiné énormément d'expérience pour les prochains grands rendez-vous. Ça me motive pour la suite. J'ai hâte de pouvoir recommencer. »



Record du monde : une première en 19 mois

Comme on le redoutait, la disparition des combinaisons en polyuréthane imposée par la FINA le 1^{er} janvier 2010 a plongé la natation mondiale dans une ère de disette. Tant mieux au fond, car après les centaines de références internationales améliorées en 2008 et surtout 2009, il était plus que temps de revenir à une conception humaine de la discipline. Reste qu'il aura fallu patienter 19 mois pour voir enfin tomber deux records du monde en grand bassin. Le premier fut l'œuvre de l'incontournable Lochte, auteur de 1'54''00 en finale du 200 m 4 nages, soit 10 centièmes de mieux que sa précédente marque réalisée à Rome en 2009. Le second est signé par le Chinois Sun Yang, 19 ans, qui s'est offert le marque mythique de Grant Hackett sur 1 500 m nage libre (14'34''14). C'est beau, mais c'est long !

Le réveil de l'Australie

En 2009, lors des Mondiaux de Rome, le sprinter « Aussie » Michael Klim ne s'en cachait pas : « L'équipe australienne masculine traverse une période difficile. Il faut prendre le temps de former de nouveaux talents ». C'est désormais chose faite ! En seulement deux ans, la natation australienne a donc réussi à faire émerger une nouvelle génération de jeunes nageurs prometteurs. A commencer par James Magnussen (en photo avec Brent Hayden et William Meynard), étincelant avec le relais 4x100 m nage libre (47''49 comme premier relayeur et l'or à l'arrivée), et tout aussi brillant dans l'épreuve du 100 m nage libre qu'il s'est adjugé en 47''63. Jusqu'à Londres, c'est certain, Magnussen aura la pancarte de favori dans le dos. Un délicat exercice de gestion qu'il lui faudra maîtriser pour durer.



La Chine monte en puissance

La Chine a renforcé son statut de prochaine superpuissance de la natation mondiale, en exposant à Shanghai une ribambelle de jeunes stars en devenir, programmées pour jouer un rôle majeur aux JO de 2012. Menée chez les messieurs par Sun Yang (photo), 19 ans, victorieux des 800 et 1 500 m nage libre, et chez les dames par Ye Shiwen, 15 ans, titrée sur le 200 m 4 nages, l'équipe chinoise connaît une progression exponentielle. En 2008, à Pékin, la Chine n'avait remporté qu'une médaille d'or en natation. Mais l'année suivante, aux Mondiaux de Rome, elle en empochaît quatre, sur hissant à la troisième place au tableau des médailles. A Shanghai, les nageurs de l'Empire du Milieu ont grappillé 14 médailles (5 d'or, 2 d'argent et 7 de bronze). Ça promet !



Phelps n'est pas sur le déclin

Contrairement à ce que l'on a beaucoup entendu à Shanghai, le Beethoven des bassins, Michael Phelps, n'a pas encore joué sa dernière partition. S'il est certain que la plus grande star de la natation mondiale a quelque peu délaissé l'entraînement ces dernières années, pour mieux assurer son service après-vente, il n'en demeure pas moins un champion hors-normes. En Chine, toujours à court de forme, l'élève de Bob Bowman a tout de même empoché quatre titres (100 et 200 m papillon, 4x200 m nage libre et 4x100 m 4 nages), deux médailles d'argent (200 m nage libre et 200 m 4 nages) ainsi qu'un bronze avec le relais 4x100 m nage libre (derrière les Français !). Nul doute que dans un an, l'homme-poisson aura retrouvé sa glisse légendaire !

Un Lochte impérial

C'est l'homme des championnats, et probablement le nageur de l'année. Parce qu'après avoir éclaboussé les championnats du monde de Dubaï en petit bassin cet hiver (six titres), le play-boy floridien a copieusement garni sa collection de médailles aux Mondiaux de Shanghai. L'Américain est ainsi rentré avec cinq titres en poche sur 200 m nage libre, 200 m 4 nages, 200 m dos et avec les relais 4x200 m nage libre et 4x100 m 4 nages. Une véritable razzia, un banquet « phelpsiens » qui laisse augurer de formidables duels l'an prochain à Londres. Car si Phelps, justement, a toujours salué les performances de son ami avec courtoisie et un plaisir non feint, il ne manquera certainement pas de lui rappeler qui est le maître de l'eau l'an prochain à Londres.



Ça sera dur pour les anciens !

Une chose est sûre, les performances réalisées au cours des championnats du monde nous promettent de grandioses Jeux Olympiques. Dans un an, donc, les places sur les podiums seront chères payées et difficiles à conquérir. Il faudra être costaud, très costaud même, pour se hisser au sommet de la hiérarchie mondiale. Les gloires anciennes (Manaudou, Thorpe, Klim, Hansen et Trickett entre autres) qui tentent un retour en force depuis plusieurs mois sont prévenues : il faudra s'employer pour briller !

Du charme à revendre

Largement remaniée depuis les championnats du monde à Rome en 2009, la jeune équipe de France de natation synchronisée a fait montre d'un tempérament conquérant face à une concurrence relevée. Engagées sur quatre épreuves sur sept, les Bleues terminent finalement neuvièmes au classement de la FINA. Le talent est là, ne manque désormais que l'expérience pour espérer davantage !

Sujet réalisé par Adrien Cadot

Duo

Pour leurs premiers championnats du monde, après les retraits successives de Lila Meesseman-Bakir et Apolline Dreyfuss en 2010, **les Françaises Sara Labrousse et Chloé Wilhelm ont pris la neuvième place de la finale du duo libre**. Vainqueurs sans contestation, les Russes (98,410 points) ont éclaboussé la compétition de leur classe avec un programme originale et captivant. Devant leur public, les Chinoises empochent, quant à elles, la médaille d'argent (96,810 unités) devant le tango des Espagnoles (96,500 points).

En finale du duo technique, les duettistes tricolores ont réussi le tour de force de dépasser les Américaines en présentant aux juges un duo rythmé et dynamique. **Huitièmes en définitive (88,900 unités contre 88,500 aux nageuses de l'Oncle Sam), les Bleues ont clairement marqué des points dans l'optique des Jeux Olympiques de Londres**. En revanche, les Russes n'ont laissé planer aucun suspense en s'adjudgeant le titre mondial avec 98,200 points.



Ballet d'équipe technique

Neuvième aux championnats du monde 2009, le ballet technique français composé de Laura Augé, Maëva Charbonnier, Margaux Chrétien, Chloé Kautzmann, Sara Labrousse, Maïté Méjean, Violaine Robert et Chloé Wilhelm a grignoté une place dans la hiérarchie planétaire. **En Chine, les Bleues se classent finalement huitièmes avec 88,600 points, derrière les Italiennes (90,700 unités), mais devant les Américaines (87,900 points)**. On notera que le ballet français a connu un profond remaniement puisque six nageuses sur huit n'avaient pas nagé aux Mondiaux de Rome en 2009.



Ballet d'équipe libre

Sans surprise, les naïades tricolores du ballet d'équipe libre ont terminé à la huitième place, comme ce fut le cas dans l'épreuve du ballet technique. **En finale, Laura Augé, Maëva Charbonnier, Margaux Chrétien, Charlotte Frackowiak, Chloé Kautzmann, Sara Labrousse, Maïté Méjean et Chloé Wilhelm ont clos leurs championnats du monde sur un total de 87,840 points**, derrière l'Italie (90,870 unités) et l'Ukraine (91,470 points), deux formations qui évoluent sensiblement dans les mêmes eaux ces dernières saisons.



Ishchenko superstar

C'est une véritable razzia qu'a réalisé Natalia Ishchenko aux championnats du monde de natation synchronisée. La Russe, déjà titrée en combiné, solo libre, solo technique et duo technique, a raflé une cinquième médaille d'or en duo libre en compagnie de Svetlana Romashina (photo).

« Je ne veux pas être spectateur »

Depuis les championnats d'Europe 2011, où il a décroché une médaille de bronze que la France attendait depuis 57 ans, Matthieu Rosset incarne l'avenir du plongeon tricolore. A Shanghai, pour ses deuxièmes championnats du monde, le Lyonnais a confirmé son statut en arrachant la septième place du 3 mètres (455,45 points), qualificative pour les Jeux de Londres. Une performance qu'il savoure humblement, déçu que son pote Damien Cely ne l'accompagne pas (pour l'heure !) dans cette aventure olympique. Entretien.

Matthieu, que reprenez-vous de votre compétition chinoise ?

C'est une surprise...

C'est-à-dire ?

Eh bien ce ne sont que mes deuxièmes championnats du monde, et la première fois je n'avais pas réussi à franchir le cap des demi-finales. A Shanghai, je rentre en finale et je prends la septième place, qualificative pour les Jeux Olympiques de Londres. Je suis sur un nuage (sourire).

Justement, qu'avez-vous ressenti à l'issue du concours à 3 mètres ?

Une immense satisfaction... J'ai repensé à toutes ces années de travail. Je me suis dit que cela avait enfin payé. J'ai débuté le plongeon jeune et cela fait maintenant dix ans que je songe aux Jeux Olympiques... Alors toucher au but, c'est super satisfaisant !

Malgré tout, on vous sent sur la retenu ?

Disons que je ne peux m'empêcher de penser à Damien (Cely, son partenaire à l'INSEP, Ndlr). Nous sommes très proches tous les deux. A l'INSEP, nous avons partagé notre chambre pendant trois ans, on se connaît sur le bout des doigts. Forcément, ma qualification olympique me met un peu mal à l'aise vis-à-vis de lui.

En avez-vous parlé ouvertement ?

Oui, et il m'a dit qu'il était un peu déçu mais qu'il était profondément heureux pour moi. Voilà pourquoi je peux dire que j'ai réussi à 50% ces championnats du monde. J'ai décroché ma qualification pour les Jeux en individuel, mais pas avec Damien au 3 mètres synchro.

Outre Shanghai, vous restez sur une formidable année 2010-2011 avec notamment votre médaille de bronze aux Euro et plusieurs places d'honneur en Grand Prix FINA. Que vous inspire cette soudaine ascension ?

C'est vrai que j'ai connu une année riche et intense. Les championnats d'Europe m'ont vraiment mis en confiance. Et puis c'est historique puisque c'est la première médaille française depuis 57 ans. Dans les Grand Prix FINA, avec Damien nous avons également très bien plongé. C'est mon concurrent en individuel, mais en synchro et à l'entraînement, c'est lui qui me permet d'aller plus haut.

« J'ai réussi à 50% ces championnats du monde. J'ai décroché ma qualification pour les Jeux en individuel, mais pas avec Damien au 3 mètres synchro. »

Comment avez-vous géré la pression inhérente à votre nouveau statut ?

En arrivant à Shanghai, je savais que j'allais être attendu à un certain niveau de performance, mais à aucun moment cela ne m'a paralysé. En fait, c'est plutôt motivant.

Pourtant, votre entame de championnat au tremplin 1 mètre est plutôt mitigée.

C'était une mise en jambe. J'étais tendu et je ne voulais pas prendre de risques inutiles dans l'optique du

3 mètres. Je finis vingt-et-unième, c'est une déception, mais encore une fois, personne dans mon entourage, à commencer par mon entraîneur (Gilles Emptoz-Lacôte, Ndlr,) n'a montré de signes de contrariétés.

Au 3 mètres, en revanche, vous avez parfaitement maîtrisé votre concours, signant même un plongeon à 102,60 points, votre record.

Oui, c'est mon record de points au 3 mètres. Ce qui est étrange, c'est que c'est le plongeon que je rentre le mieux pendant ma compétition alors qu'à l'entraînement ce n'était franchement pas très bon. J'ai d'ailleurs hésité à l'inclure dans ma série avant de me persuader que je pouvais le réussir. Ce quatre tour et demi, je vais le bosser maintenant, c'est sûr (rires)...

Septième du concours à 3 mètres, et donc qualifié pour les JO de Londres, Matthieu Rosset a également réalisé le deuxième plongeon le mieux noté de la finale (102,60 points), son record en compétition.

« Quand j'étais petit, on m'a longtemps répété que le plus important c'est de participer. Je ne suis pas d'accord. Maintenant que je suis qualifié pour les Jeux Olympiques, je vais m'y préparer avec la ferme intention de bien y figurer. »

Avez-vous conscience du palier que vous avez franchi cette année ?

Non, pas vraiment. Il est encore trop tôt, je n'ai pas encore pris conscience de ce qui vient de se passer à Shanghai.

Je sais que j'ai progressé cette année, je le sens, la confiance est là, mais il me reste tellement de travail... Ce qui est certain, c'est que cette expérience aux championnats du monde va m'être utile pour la suite.

Au point de viser un podium aux Jeux Olympiques de Londres en 2012 ?

En plongeon, tout peut arriver (sourire)... Alors pourquoi est-ce que je ne pourrais pas espérer me hisser sur un podium olympique ? Quand j'étais petit, on m'a longtemps répété que le plus important c'est de participer. Je ne suis pas d'accord. Maintenant que je suis qualifié pour les Jeux Olympiques, je vais m'y préparer avec la ferme intention de bien y figurer. Je ne veux pas être spectateur ! •

Recueilli à Shanghai par Adrien Cadot



Matthieu Rosset

Née le 25 mai 1990

A Lyon

Club : USOL Vaugneray

Entraîneur : Gilles Emptoz-Lacôte

Palmarès : Médaille de bronze aux championnats d'Europe 2011 au trois mètres ; septième des championnats du monde 2011 du 3 mètres ; sixième du tremplin 3 mètres synchro aux championnats d'Europe 2008 ; champion de France à 3 mètres, en haut-vol et au combiné en 2010.

10017>>>5050>352WWW>>>3514>>>>4580000>>020

Les Bleus prennent date

Pas de médailles pour l'équipe de France de plongeon en Chine, mais de nouvelles certitudes. Celles que la nouvelle génération qui est en train de s'imposer dispose de sérieux arguments pour s'illustrer à l'avenir. **Ainsi, outre la belle septième place de Matthieu Rosset en finale du 3 mètres, on retiendra que le Lyonnais et son compère Damien Cely se sont également classés septième du 3 mètres synchro.** Chez les filles, Audrey Labeau, blessée, n'a pu défendre ses chances en haut-vol. Reste que le duo Marion Farissier et Fanny Bouvet s'est glissé en finale du 3 mètres synchro pour prendre la onzième place. Au final, la France se maintient au douzième rang du classement FINA des championnats du monde.

(Ph. DPP/Franck Faugere)



« Je suis une acharnée »

A tout juste 21 ans, et après moins de quatre années de pratique de l'eau libre au plus haut niveau, Aurélie Muller a décroché à Shanghai une médaille d'argent mondiale sur 5 km. Un premier trophée international retentissant qui ne l'empêche pas de lorgner avidement vers les Jeux de Londres en 2012.

Auréli, que vous inspire votre médaille d'argent mondiale ?

Je suis super contente... J'ai vécu une saison difficile, en ratant notamment ma qualification pour les championnats du monde sur 1 500 m nage libre et sur le 10 km. Alors monter sur le podium du 5 km, ça me fait forcément quelque chose (sourire)...

C'est une surprise ?

Disons que comme tous les athlètes de haut niveau, je m'aligne pour remporter des médailles. Mais honnêtement, je ne m'y attendais vraiment pas (rires)...

D'autant que votre expérience en eau libre est plutôt modeste.

Oui, c'est vrai. Cela fait moins de quatre ans que je me consacre pleinement à l'eau libre. Tout a commencé en 2007, lorsque j'ai décroché le titre de championne d'Europe junior du 5 km. Depuis, je continue en me disant que cela m'offre une opportunité supplémentaire de me qualifier pour les Jeux Olympiques.

Pour en revenir aux Mondiaux de Shanghai, aviez-vous établi une stratégie de course particulière ?

Non (sourire)... Sur 5 km, je fais toujours en sorte de rester aux avant-postes pour ne jamais être décrochée. Je veille également à m'économiser un maximum en restant dans les jambes des concurrentes.

A la manière d'un coureur cycliste ?

Oui, c'est ça. Comme en cyclisme, on se cale dans le sillage d'une concurrente pour prendre sa vague et moins se fatiguer. La seule véritable tactique, c'est d'attendre le sprint et de tout lâcher à ce moment-là. C'est un peu la même chose sur 10 km alors que le 25 km est une course à part.

Pourquoi ?

Le 25 km est une épreuve de l'extrême. Il faut être à la fois tactique et endurant. Ce n'est pas mon truc pour le moment.

Vous préférez les arrivées groupées, comme sur 5 km ?

L'effort me correspond davantage et je peux plus aisément faire jouer mes qualités de vitesse. Mais nerveusement, les sprints du 5 km sont épuisants. Ça se finit presque toujours à la touche. Toutes les filles donnent le maximum, on ne voit rien et il ne faut pas oublier de se placer et de toucher... A Shanghai, par exemple, je termine deuxième à quatre centièmes de la première, mais à un centième seulement de la troisième. Tout se joue finalement dans un mouchoir de poche.

Et qu'avez-vous ressenti à l'arrivée du 5 km, une fois le classement final établi ?

Un grand sentiment de soulagement... Encore une fois, je sors d'une année difficile durant laquelle tout ne s'est pas exactement passé comme je l'espérais. Par conséquent, décrocher l'argent aux championnats du monde me permet de finir cette saison sur une bonne note... Une très bonne note même (sourire).

Même si la qualification olympique n'est pas encore glanée ?

C'est vrai que je suis passé à côté, mais je n'ai aucun regret. C'est compliqué, il y a beaucoup de candidates et peu d'élues. Maintenant, tous les compteurs sont remis à zéro pour l'année prochaine, où tout se jouera en juin 2012 lors d'une coupe du monde au Portugal.

(Ph. DPPI/Franck Faugere)

« Je sors d'une année difficile durant laquelle tout ne s'est pas exactement passé comme je l'espérais. Par conséquent, décrocher l'argent aux championnats du monde me permet de finir cette saison sur une bonne note. »

Qu'est-ce qui vous a séduit dans l'eau libre ?

D'abord, nager en milieu naturel. Les sensations sont uniques et le plaisir intense. Ensuite, la solidarité qui règne dans cet univers particulier. L'eau libre, c'est un peu comme une grande famille. Tout le monde se connaît, peu importe les nations, les nageurs s'encouragent. Enfin, j'affectionne particulièrement la nouveauté permanente des épreuves de longue distance. En bassin, c'est un peu toujours la même chose.

Vous ne craignez pas les coups ou les accrochages qui se produisent parfois dans le peloton ?

Bien sûr, au début cela m'a impressionné, mais je suis une acharnée. Je ne lâche pas le morceau facilement. Et puis, c'est ce qui fait aussi le charme de l'eau libre. Non ?

Certainement... Et comment parvenez-vous à mener de front une carrière de nageuse en bassin et une autre de spécialiste de l'eau libre ?

Les deux disciplines sont complémentaires. L'eau libre me permet de travailler l'endurance et le 1 500 m nage libre me donne de la vitesse et du rythme. Mais en définitive, je n'ai pas réellement modifié ma manière de m'entraîner depuis que je m'aligne en eau libre. Avec mon coach (Olivier Antoine au CN Sarreguemines, Ndlr), nous mettons l'accent sur l'intensité. Cette année, on a augmenté un peu le kilométrage, mais sans bouleverser notre méthode.

Et compte-tenu du recul dont vous bénéficiez désormais, ne souffrez-

« Depuis 2008 l'eau libre est entrée dans le giron olympique. Beaucoup de nageurs de bassin tentent le coup et les médias sont de plus en plus présents. »

« Vous pas du manque de médiatisation de la natation en milieu naturel ? Longtemps, il y a eu une méconnaissance de la discipline, mais depuis 2008, l'eau libre est entrée dans le giron olympique. Beaucoup de nageurs de bassin tentent le coup et les médias sont de plus en plus présents. C'est bien, d'autant que cela ne nuit pas à l'esprit convivial qui règne dans notre sport. »

« Un esprit de solidarité qui s'est notamment exprimé cette année après le décès de l'Américain Crippen pendant une étape de coupe du monde aux Emirats Arabes Unis. Les »

Auréli Muller

Née le 7 juin 1990
 A Sarrable (57)
 Club : CN Sarreguemines
 Coach : Olivier Antoine
 Palmarès : Vice-championne du monde 2011 du 5 km ;
 championne du monde junior 2007 du 1 500 m nage libre ;
 championne d'Europe junior 2006 du 400 m nage libre ;
 championne d'Europe junior 2007 et 2008 du 5 km ;
 quatrième du 10 km des championnats d'Europe 2010.

10017>>>5050>352WWW>>>3514>>>>4580000>>020

A 21 ans, Aurélie Muller a enlevé à Shanghai une promesse médaille d'argent sur 5 km.

conditions de sécurité ont-elles progressé ?

L'accident dont a été victime Crippen est un drame effrayant. C'est dommage qu'il ait fallu en arriver là pour faire évoluer la sécurité. Mais en Chine, les choses se sont bien passées. En fait, depuis janvier 2011, la FINA veille à ce que tout se déroule dans des conditions optimales. Il n'y a d'ailleurs qu'à voir les réunions techniques d'avant course pour s'en rendre compte. C'est extrêmement balisé •

Recueilli à Shanghai par Adrien Cadot

Le chiffre

16, comme le nombre de kilomètres que parcourt Aurélie Muller à l'entraînement lors de ses grosses périodes de travail. En temps normal, la protégée d'Olivier Antoine s'envoie 12 bornes. « Il faut faire ça pour évoluer avec les meilleures », s'amuse-t-elle, « mais je comprends que cela puisse interpeller le grand public. Et puis le corps s'habitue. Par moment, j'en arrive même à oublier le nombre de kilomètres que je fais en une journée. »



« La vraie question, c'est la densité »

Avec une médaille d'argent (Aurélie Muller) et un qualifié olympique (Julien Sauvage), l'équipe de France d'eau libre a confirmé à Shanghai qu'elle comptait parmi les meilleures nations de la planète. Retour sur la compétition en compagnie de Marc Lazarro, adjoint au DTN en charge de la discipline.

Propos recueillis par Adrien Cadot



Shanghai 2011

« Il faut d'abord saluer et féliciter les performances d'Aurélie Muller et de Julien Sauvage (photo). Aurélie a décroché l'argent sur 5 km alors qu'elle manque encore d'expérience. Julien s'est quant à lui qualifié pour les Jeux Olympiques de Londres. C'est énorme, un vrai conte de fée. Julien m'a dit avant de venir en Chine que s'il ne se qualifiait pas, il arrêterait. Je suis heureux pour lui et en plus, c'est un garçon brillant qui n'a jamais négligé ses études. Mais au-delà des résultats individuels réalisés à Shanghai, je retiens que nous sommes dans une bonne dynamique de performance. Le groupe est vraiment extra ! Les filles comme les garçons font preuve d'une simplicité et d'un courage exceptionnel. Depuis deux ans, je sens que tout le monde, athlètes et coaches, poussent dans le même sens avec un désir commun de progresser. »

L'équipe de France

« Nous évoluons comme une petite famille. Toute l'année, on se retrouve avec plaisir et enthousiasme lors des stages, des coupes du monde ou des championnats internationaux. Au total, je pense que l'on doit facilement passer un mois tous ensemble. Alors forcément, cela crée des liens. Cette équipe est animée par le respect et la cohésion... Il faut souligner l'acharnement et l'investissement de nos nageurs ainsi que le travail et la disponibilité des entraîneurs et du staff. En deux ans, il n'y a jamais eu le moindre problème. C'est remarquable ! »



La médiatisation

« Il faut mettre l'eau libre en images. C'est capital pour la discipline. Si tu prends le 25 km, par exemple, c'est une véritable tragédie grecque. Il y a plein d'histoires à raconter. De mon point de vue, c'est super porteur. Quelque part, ça m'embête que les nageurs d'eau libre ne soient pas reconnus à leur juste implication. Je me battrais pour qu'ils aient une juste représentation de leur sport. »



(Photos: DPPI/Franck Faugere)

La sécurité

« Ce qui est arrivé à Frans Crippen l'année dernière (l'Américain est décédé en course lors d'une étape de coupe du monde aux Emirats Arabes Unis disputée en octobre 2010, Ndlr) ne doit plus jamais se reproduire. J'étais sur le ponton quand je l'ai vu passer. Il restait 600 mètres de course et je m'étais fait la réflexion qu'il n'était vraiment pas bien. Après ce drame, la FINA a décidé de limiter le nombre de nageurs à 50 par départ. S'il y a beaucoup de nageurs engagés, ça peut fonctionner, mais s'il n'y en a que 52, tu fais quoi ? Non, nous sommes surtout confrontés à un problème économique. Pour améliorer la sécurité, il faudrait, par exemple, demander aux organisateurs de mettre à disposition un bateau pour cinq nageurs. Mais en décidant ça, je suis sûr que la plupart des organisateurs vont se retirer. »



L'avenir

« Depuis deux ans, l'eau libre française se porte bien. Nous remportons des médailles un peu partout, c'est stimulant, mais il ne faut pas s'en contenter. Un titre mondial ou olympique ne constitue pas ma principale problématique... La vraie question, c'est la densité. Je serai pleinement satisfait lorsqu'il y aura une cinquantaine de nageurs susceptibles de se qualifier à la COMEN ou une centaine d'athlètes engagés aux championnats de France avec de vraies ambitions. Là oui, on aura progressé ! Et pour cela, il est indispensable d'établir des passerelles entre la natation course et l'eau libre. Notre discipline n'est pas seulement destinée aux nageurs de bassin en échec ou en fin de carrière... Et ça, il me semble que tout le monde ne l'a pas encore intégré. »

Le calvaire du 25 km

Ce fut un véritable calvaire, une course dantesque qui restera longtemps gravée dans les mémoires de ses acteurs. A commencer par les trois Français engagés dans ce marathon surhumain dans une eau à 31° C et sous un soleil de plomb. « Ce fut horrible », déclare Celia Barrot à l'arrivée d'un 25 km dont elle prend la septième place (Photo). « L'eau chaude ne me gêne pas en général, mais là avec mes allergies et la chaleur de l'air extérieur je ne pouvais pas accélérer... C'est vraiment la pire course de ma carrière. » « J'ai été au bout de moi-même », abonde Joanes Hedel, huitième du 25 km masculin. « J'ai perdu six kilos entre le début et la fin de la course. J'étais totalement déshydraté en arrivant. Je suis malgré tout fier d'avoir fini. » Car à l'instar de Bertrand Venturi, onzième et évacué sur une civière suite à une crampes persistante à l'aîne, les Français ont livré une magnifique bataille contre les éléments et surtout contre eux-mêmes.





(Ph. DPPI/Bernd Thiesen)

« Nous manquons de reconnaissance »

Reconnu comme le meilleur nageur d'eau libre de la dernière décennie, Thomas Lurz possède un palmarès sans équivalent. Neuf fois champion du monde, quadruple champion d'Europe, médaillé de bronze aux Jeux de Pékin, l'Allemand de 31 ans n'est toujours pas rassasié. Avant de mettre un terme à sa carrière, il veut encore atteindre son objectif ultime : le titre de champion olympique à Londres, où il espère que sa discipline gagnera enfin en popularité.

de commercialisation réussie de l'eau libre. Cette compétition est retransmise à la télévision, son organisation est très professionnelle.

Et que pensez-vous des compétitions organisées dans des bassins d'aviron ? L'eau libre se nage en mer, en fleuve ou en lac. Dans les bassins d'aviron, c'est plus facile parce qu'il n'y a pas de vagues. Mais il est vrai que cela facilite les retransmissions télévisées. Il faut trouver un bon compromis.

Un nageur d'eau libre a-t-il plus de mal qu'un nageur de bassin à vivre de son sport en Allemagne ?

C'est sans comparaison. C'est beaucoup plus difficile. Je dois être le seul nageur à vivre de l'eau libre dans mon pays. Mon plus gros partenaire est Arena et je suis très content d'avoir aussi des sponsors régionaux. En règle générale, c'est dur de trouver des soutiens financiers. Il faut faire les démarches soi-même, les sponsors ne viennent pas d'eux-mêmes. J'ai quelqu'un qui m'aide mais je me débrouille souvent tout seul.

Vous possédez un diplôme d'éducateur social. Vous avez déjà pensé à l'après-carrière ?

J'ai terminé mes études il y a quatre ans. Je voulais absolument avoir un diplôme. Après ma carrière, j'envisage d'ouvrir un McDonald's, même si je sais qu'il est difficile d'obtenir une licence.

C'est original...

C'est l'une des meilleures entreprises

au monde, qui a du succès partout. C'est ce qui me plaît.

Et avez-vous déjà fixé une date pour votre retraite sportive ?

Ça n'est pas encore vraiment arrêté. Je vais certainement continuer jusqu'en 2013. Je veux absolument faire les Jeux de Londres.

Il paraît que vous seriez prêt à échanger tous vos titres mondiaux contre une médaille d'or aux Jeux.

Peut-être pas tous mais je veux bien renoncer aux deux, trois prochains titres mondiaux pour devenir champion olympique. Les Jeux, c'est le rêve de tout sportif •

Recueilli par Julien Bets

Thomas Lurz, porte-parole

Après la mort de l'Américain Frans Crippen en octobre 2010 lors d'une étape de Coupe du monde aux Émirats Arabes Unis, **Thomas Lurz a adressé, au nom de nombreux nageurs internationaux, une lettre à la FINA réclamant des changements.** Cette lettre n'est pas restée sans réponse. « J'ai déjà eu une conversation avec les responsables de la Fédération internationale », atteste l'Allemand. « Ils m'ont invité pour la présentation en mars des résultats du groupe d'investigation qu'ils ont formé pour analyser l'accident. **Nous leur avons demandé plus de sécurité pendant les courses, des lieux d'organisation plus sûrs ou encore un meilleur enchaînement des étapes.** »

« L'eau libre se nage en mer, en fleuve ou en lac. Dans les bassins d'aviron, c'est plus facile parce qu'il n'y a pas de vagues. Mais il est vrai que cela facilite les retransmissions télévisées. »

Selon vous, l'eau libre a-t-elle la reconnaissance qu'elle mérite ?

A la fédération allemande, oui, nous sommes bien soutenus. Nous n'avons pas de problème par exemple pour participer à la Coupe du monde, nos billets d'avion sont pris en charge. En revanche, nous manquons de reconnaissance en Allemagne. Que le 10 km soit devenu olympique, c'est ce qui pouvait nous arriver de mieux. Je doute que ça puisse faire progresser notre notoriété en Allemagne d'ici les Jeux de Londres, mais je pense que ça va s'améliorer dans le futur.

Des sports comme le marathon ou le cyclisme sont retransmis à la télévision allemande. Il y a peut-être aussi de la place pour l'eau libre dans les programmes.

Pour cela, il faut que nous ayons des lieux d'organisation favorisant des retransmissions télévisées. Le Great Swim en Angleterre est un bon exemple



Contactez-nous avec le code FFN - Tél + 33 (0) 3 20 46 57 95 - contact@vision3.fr
45 avenue de l'Europe - Parc Eurocit - Bat. 11 - BP 40068 - 59435 RONCQ Cedex

Sur tous les fronts !



Les jeunes nageurs du Cercle des Nageurs Guéretois en 2009.



(Ph. D.R.)

« C'est très intéressant et valorisant pour une structure comme la nôtre de proposer autant d'activités représentant la FFN. »

Et de deux ! Cette année, le club installé dans la Creuse célèbre son deuxième anniversaire. Mais pas question de célébrer l'évènement. « **Le CNG est né de la fusion de deux clubs : les Dauphins guéretois et Guéret Natation. Il s'agit donc, en réalité, d'une continuation logique.** Nous préférons nous concentrer sur les disciplines proposées par le club », indique Charles Fréby, directeur technique du club. Cela peut se comprendre aisément tant le Cercle des Nageurs Guéretois aime varier les plaisirs. Ecole de natation, natation course, natation synchronisée, water-polo et Nager Forme Santé, tout est bon pour s'initier aux plaisirs aquatiques. « *Nous essayons également d'inscrire nos nageurs sur certaines compétitions d'eau libre. C'est très intéressant et valorisant pour une structure comme la nôtre de proposer autant d'activités représentant la FFN* », se réjouit le cadre limousin.

« *Nous disposons d'un bassin de vingt-cinq mètres avec cinq lignes d'eau qui est fréquenté tous les jours par le club, les établissements scolaires, le public et les différentes associations. La piscine est très utilisée, nous faisons avec nos moyens* », explique Charles Fréby. Des moyens limités qui n'empêchent pas le club de la Creuse d'obtenir des résultats intéressants. « *Chaque année le nombre de licenciés augmente. Aujourd'hui, le CNG est devenu l'un des plus gros clubs de la région et la plus grosse structure, tout sport confondu de la ville de Guéret. En 2010, nous avons été élus meilleur club*

sportif de la Creuse », se félicite l'entraîneur. « *Grâce aux soutiens du Conseil général et de la municipalité, le développement du club se poursuit et nous observons de meilleurs résultats tant au niveau des structures du club que des performances dans l'eau* », poursuit Charles Fréby.

Une évolution qui passe également par l'organisation d'une compétition interrégionale en novembre. Le Meeting du Sprint de Guéret est placé quinze jours avant les championnats de France en petit bassin et peut donc servir de préparation pour l'échéance nationale. « **Lors de chaque édition, nous invitons une figure de la natation française. Par le passé, nous avons eu l'honneur de recevoir Céline Couderc, Aurore Mongel et Célia Barrot. En 2011, nous aimerions bien accueillir un garçon** », déclare le coach guéretois. La réunion représente également l'opportunité pour le club de mettre en lumière sa section natation course.

Depuis septembre 2009, le CNG et un collège de la ville ont lancé une section sportive permettant aux nageurs de compétition de s'entraîner tous les jours à partir de la quatrième. Un procédé qui ravit l'éducateur : « **L'intérêt est de bénéficier d'une harmonie entre la scolarité et le sport. Tout comme les études, la natation fait partie du développement de l'enfant** ». Et si l'important se trouvait là, dans l'épanouissement de la vie d'un enfant. Et si l'on se donnait rendez-vous dans dix ans pour voir s'ils sont devenus de grands hommes... »

Rémi Chevrot

Cercle des nageurs Guéretois

Président : Didier Hébert

Adresse : Piscine Municipale, 23000 Guéret

Tél. : 05 55 41 75 14

Mail : nageursgueretois@free.fr



(Ph. DPP/Olivier Gauthier)

Le Tsar Alexander Popov a longtemps été considéré comme l'un des plus fins techniciens de la natation moderne, ambassadeur de luxe de l'école russe de crawl.

Les secrets d'un bon crawl

C'est la discipline reine de l'univers aquatique, celle qui capte l'attention du public et des médias, celle que l'on est toujours fier d'exhiber à la piscine. « *Regarde, il sait nager le crawl... La classe !* ». La classe, oui, mais seulement si vous glissez comme Alain Bernard, parce que sinon, gare aux crampes, aux gorgées d'eau et autres gesticulations inutiles et traumatisantes. Un petit rappel s'impose. A vos tablettes !

Sujet réalisé par Celia Delgado Luengo

Le crawl est la nage la plus rapide.

VRAI

Effectivement, le crawl est la nage la plus rapide des trois autres disciplines, que sont le papillon, le dos et la brasse. Lors des épreuves de « nage libre », tous les nageurs utilisent systématiquement le crawl, pour sa rentabilité et son efficacité. De plus, le crawl est utilisé comme nage de base à l'entraînement permettant le développement physiologique du nageur.

Le crawl n'étant pas codifié par un règlement international, je peux le nager à ma convenance.

VRAI/FAUX

Il est vrai que la nage libre n'étant pas codifiée sur le plan technique, il existe une grande liberté d'interprétation. A part mettre un bras devant l'autre, accompagnés d'un mouvement alternatif des jambes, les techniques diffèrent d'un extrême à l'autre, en restant basées sur un modèle adaptatif en fonction de la distance, de la morphologie et aussi des sensations du nageur. Mais si la technique du crawl n'est pas codifiée, elle est néanmoins

régie par différentes phases et actions permettant un geste technique idéal : la position générale du corps, le mouvement des bras, la respiration... Autant d'éléments qui vous permettront d'avancer efficacement sans vous épuiser au bout de 50 mètres.

L'une des clés du crawl, c'est la respiration.

VRAI

On ne le dira jamais assez, bien nager, c'est avant tout bien respirer. Les principales contraintes rencontrées en milieu aquatique sont la pression exercée par l'eau sur la bouche, le thorax, ainsi que la position de la tête. Pour que l'inspiration puisse être plus courte et placée afin de gêner le moins possible l'équilibre du corps, il faut que l'expiration soit réalisée dans l'eau. La résistance de l'eau nous oblige à effectuer une expiration active. Si celle-ci a été complète, l'inspiration sera alors, brève et réflexe. Le fait de savoir respirer ne passe pas seulement par l'apprentissage de l'expiration et de l'inspiration mais aussi par leurs placements aux moments propices.

Pour respirer, je dois inspirer de face.

FAUX

Jamais, au grand jamais, le nageur de crawl ne doit inspirer le visage de face. Laissez cela aux joueurs de water-polo qui relèvent la tête pour se repérer sur le terrain. Par ailleurs, ce défaut technique nécessite une dépense énergétique excessive et risque de provoquer des incidents respiratoires désagréables, notamment la fameuse « tasse » que les nageurs n'apprécient que modérément.

L'idéal, en crawl, consiste à sortir les bras tendus hors de l'eau.

FAUX

C'est justement l'un des gestes à éviter, même si certains champions comme Frédéric Bousquet, l'utilisent pour grignoter des centièmes de secondes. En sortant le bras tendu de l'eau, vous risquez de trop solliciter vos épaules et d'être pris dans un roulis important de l'ensemble du corps. En outre, en fléchissant le bras, vous allez détendre vos épaules, augmentant ainsi votre endurance à l'effort, et gagner en stabilité •

Quand Hitler épiait la natation française

Cela ne dira certainement rien à beaucoup d'entre-vous. Difficile cependant d'ignorer cette page d'histoire qui bouleversa l'humanité toute entière. En août 1936, la ville de Berlin accueille les Jeux Olympiques. Une échéance sportive, mais aussi festive, qui se disputera dans un climat très particulier. Le chancelier allemand, Adolf Hitler, profite de cette tribune internationale pour assurer la propagande du régime nazi. Malgré elle, la natation française en sera témoin.

La scène se passe avant l'ouverture des Jeux Olympiques de Berlin. Délégation rivale de l'Allemagne, la France voit débarquer un spectateur singulier : le Führer Adolf Hitler est là, en personne, dans les gradins, et il observe la sélection tricolore de natation pendant ses longues séances d'entraînement. **« Il venait presque tous les jours, sanglé dans son uniforme et entouré de ses gardes du corps », se souvient Thérèse Blondeau, ancienne nageuse qualifiée pour les Jeux de 1936. « Il s'installait dans la tribune et passait un long moment à nous jauger, à voir notre état de forme pour savoir si nous allions battre les Allemandes. C'était un véritable espionnage. »**

Cinq ans plus tôt, le Comité Olympique International (CIO), a confié l'organisation des Jeux à l'Allemagne. Un geste symbolique, tout autant que politique. Depuis la fin de la Première Guerre mondiale, en 1918, et avec le Traité de Versailles de 1919, l'Allemagne est au bord du gouffre. La crise de 1929 est passée par-là, et toute l'économie du pays est en souffrance. Avec les Jeux, le pays se voit offrir une chance de drainer des capitaux et de réamorcer sa croissance. **On oublie**



Soixante-quinze ans plus tard, Thérèse Blondeau se rappelle avec plaisir l'époque où elle faisait partie de l'élite mondiale de la natation.

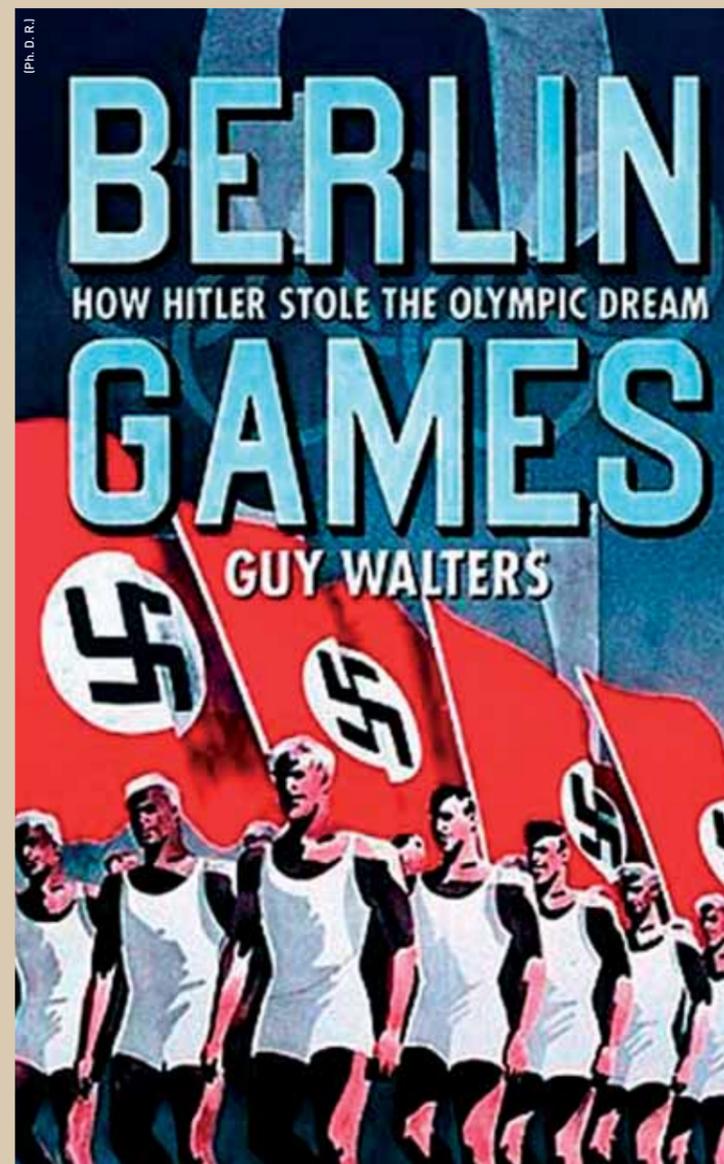
[Ph. D. R.]

Hitler s'installait dans la tribune et passait un long moment à nous jauger, à voir notre état de forme pour savoir si nous allions battre les Allemandes. C'était un véritable espionnage.

aussi souvent qu'au moment du scrutin, en 1931, l'Allemagne n'était pas encore sous le joug de la domination nazie. Personne ne pouvait alors prévoir l'avènement d'Hitler au pouvoir, en 1933. Pour l'Allemagne nazie et tous les dignitaires du III^e Reich, les Jeux Olympiques, constituent une opportunité exceptionnelle d'exposer

au monde entier, la supériorité de « la race aryenne ». Pour cela, les autorités allemandes attendent de leurs athlètes une moisson record de médailles.

Dans les rangs français, on espère aussi beaucoup de la compétition. Les nageurs tricolores ont des arguments à faire valoir. A commencer par Thérèse Blondeau, spécialiste des épreuves de dos. **Mais perturbée par des soucis d'ordre familial avec le décès de son père peu de temps avant l'évènement, Thérèse est éliminée en série du 100 m dos, réalisant tout de même le quatrième temps des qualifications.** Elle en profite, alors, pour découvrir la capitale allemande : **« Nous avons visité les principaux monuments, nous étions assez libres, mais toujours accompagnés ».**



[Ph. D. R.]

Aux Jeux, nous ressentions une pression ambiante. Avant la cérémonie d'ouverture, on nous avait fait répéter plusieurs fois le salut olympique pour qu'il n'y ait pas de confusion avec le salut hitlérien.

Les JO de 1936 restent comme les plus politisés de l'histoire, dans une époque où les tensions en Europe sont à leur paroxysme : **« Aux Jeux, nous ressentions une pression ambiante. Avant la cérémonie d'ouverture, on nous avait fait répéter plusieurs fois le salut olympique pour qu'il n'y**

ait pas de confusion avec le salut hitlérien ». Pourtant, le public allemand, venu en masse dans les gradins, est piégé. **La foule pense que les athlètes venus du monde entier rendent hommage au leader nazi. Trop proche de celui d'Hitler, le salut olympique sera donc abandonné au cours des éditions suivantes.**

De la manifestation sportive, Thérèse Blondeau préfère se rappeler les rapports tissés entre les sportifs venus de tous les pays : **« Nous étions très amis, il y avait de l'affection entre nous ».** A tel point qu'à la fin de la quinzaine olympique, elle refuse de se rendre à un banquet organisé par Hitler : **« Nous devions nous retrouver entre athlètes pour une soirée d'adieu et il n'était pas question que je rate cela » •**

Rémi Chevrot

Les épreuves aquatiques

En 1936, le nombre d'épreuves dans les bassins est réduit. Toutes les disciplines connues aujourd'hui n'existent pas encore. Les nageurs s'affrontent sur un total de onze épreuves (six courses masculines, cinq féminines) et question de papillon. Les Japonais dominent les débats et repartent de la piscine allemande avec onze médailles dans leur escarcelle. **La vedette du grand bain berlinois est cependant la Néerlandaise Rie Mastenbroek. La nageuse de Rotterdam devient la première femme à glaner quatre récompenses au cours des mêmes Jeux Olympiques (trois titres et une médaille d'argent).** Lors des épreuves de plongeon, l'Américaine Marjorie Gestring, âgée de 13 ans et 267 jours, devient la plus jeune championne olympique de l'histoire. Enfin, la compétition de water-polo est remportée par la Hongrie devant l'équipe hôte, l'Allemagne.



[Ph. D. R.]

Avec quatre titres olympiques lors des Jeux organisés par l'Allemagne nazie en 1936, le sprinteur américain, Jessie Owens, est entré dans la légende du sport.

Jessie Owens

La star des Jeux Olympiques de 1936 n'est pas un nageur, mais l'athlète américain Jessie Owens. **Sur la piste cendrée du Stade Olympique de Berlin, le sprinter noir, originaire de l'Alabama, récolte quatre médailles d'or.** Entre le 3 et le 9 août 1936, il remporte le 100 mètres, le saut en longueur, le 200 mètres et le relais 4x100 mètres. Cette performance est un véritable camouflet pour Adolf Hitler. Furieux, le dictateur allemand serait parti avant la fin des épreuves refusant de féliciter officiellement l'athlète afro-américain (dans son autobiographie, le sprinter explique néanmoins qu'Hitler l'aurait salué de la main depuis les gradins, Ndlr). Si au final, l'Allemagne, avec ses 89 médailles, se classe première au classement des nations (deuxième, les Etats-Unis remportent 56 récompenses), **l'histoire retiendra la domination de Jessie Owens, au grand dam des dirigeants nazis.**

Lors des Eco-Games, les épreuves de natation ou de triathlon débutent souvent par une course à sec.



(Ph. Christophe Lehénaff)

Les Eco-Games d'Amérique

À un an des Jeux Olympiques de Londres, l'association SVPlanète - un Sport Vert pour ma Planète bleue - organise la huitième édition des Eco-Games d'Amérique (12-21 août), à Itacaré et sur la péninsule de Marau dans l'état de Bahia (Brésil). Mais hors de question de comparer les deux manifestations. « **Les Eco-Games sont les anti-Jeux** », prévient Daniel Lehénaff, président de l'association. L'événement a été imaginé avec l'objectif de « **repenser le sport, ses pratiques, son organisation, son financement et les manières d'en parler** », tout en respectant les principes du développement durable. Chaque épreuve doit s'imprégner de l'environnement physique, naturel, culturel ou urbain. Les organisateurs refusent de modifier ou de transfigurer un endroit pour implanter une discipline sportive. « **C'est l'environnement qui définit une pratique et non l'inverse** », annonce Daniel Lehénaff.

La natation n'échappe pas à la règle. Pas de piscine, pas de chlore. Un plan d'eau suffit et pour délimiter le parcours aquatique, les repères existants sont mis à profit : rochers, bateaux, cordages... En cas d'absence de limites, des volontaires se jettent à l'eau

« **C'est l'environnement qui définit une pratique et non l'inverse.** »

et servent de repères aux participants. « **Nous poussons le bouchon loin pour souligner que l'on peut toujours restreindre les équipements et l'organisation** », témoigne le président de SVPlanète. Des paroles suivies par des actes : entre 600 et 700 participants sont attendus pour participer à une vingtaine d'épreuves, le tout encadré par une petite douzaine de bénévoles. Autre point essentiel des Eco-Games : l'accessibilité à tous. Un sportif de haut niveau est logé à la même enseigne que les autres participants. L'effort physique est privilégié au détriment de la performance pure. Aucun critère de sélection. Parfois, les épreuves n'engagent ni classement, ni chronométrage. « **Nous remettons en cause la logique qui veut que le premier gagne et tous les autres perdent. Aux Eco-Games, tout le monde ressort vainqueur** », se félicite Daniel Lehénaff avant d'ajouter : « **C'est une manière de rappeler à chaque individu que**

nous sommes égaux devant l'environnement, que nous respirons le même air ». Dans l'eau, les épreuves, individuelles ou par équipes, sont adaptées et parfois inventées. « **Nous avons créé l'aquarun une discipline où le participant choisit de marcher, courir ou nager pour évoluer dans un parcours aquatique. En ayant toujours pied, il reste constamment en sécurité** », explique-t-on du côté de SVPlanète.

Les Eco-Games ont rapidement été victimes de leur succès. Chaque année, ils sont de plus en plus nombreux à se rendre au Brésil pour participer à l'événement alors que l'objectif initial visait à impliquer une population locale. « **Les gens qui nous rejoignent, reproduisent les hérésies que l'on souhaitait éviter en terme de multiplication des transports, d'émissions de CO2 et protection de l'environnement** », remarque Daniel Lehénaff. Voilà pourquoi différentes éditions d'Eco-Games ont vu le jour en France dès 2007. En Normandie, Bourgogne, Aquitaine, Ile de France ou Guyane, le principe reste le même : l'éco-responsabilité sportive •

Rémi Chevrot

RMC

N°1

SUR LE

SPOURT*

60 H*
DE SPORT
PAR SEMAINE

RMC

INFO TALK SPORT

Visitez

aqualie

Salon des centres aquatiques et des espaces de bien-être

Découvrez les solutions pour les piscines collectives, les centres aquatiques et espaces de bien-être

les 5 & 6 octobre 2011
Lille Grand Palais, France

www.aqualie.com



Formez-vous pendant les 2 jours de congrès

13^e Congrès Aqualie

des Piscines Recevant du Public et des loisirs Aquatiques

40 experts abordent des sujets d'actualité

Thème du 5 octobre :

Vers une meilleure gestion et économie d'énergie des piscines

Thème du 6 octobre :

Comment identifier et réduire les sources de pollution des piscines ?

Inscriptions et informations

Michaël STOCK - Tél. 33 (0)4 78 176 174
michael.stock@gl-events.com

Demandez votre badge sur www.aqualie.com avec le code PRE

Phil, hémophile aime l'eau

Réalisation par la FFN avec Novo Nordisk, Partenaire Santé de la FFN. (Pour plus d'infos : www.novonordisk.fr). Nous remercions Me Malika Makhloufi et Me Patricia Lazeau, respectivement infirmières coordinatrices des CTH de l'hôpital Necker et de l'hôpital du Kremlin-Bicêtre.





Le président Francis Luyce en compagnie des représentants de la Francophonie.



(Ph. DPP/FFN)

Denis Auguin et Alain Bernard.

Au bonheur des Bleus

« C'est dans un majestueux décor colonial, au cœur de la concession française, que la Fédération Française de Natation a installé le Club France des championnats du monde de Shanghai.

Il est 21 heures. Shanghai plonge dans une nuit lourde et épaisse. L'humidité est toujours aussi pesante, mais les Chinois arpentent le bitume. C'est l'heure de sortir, de respirer. C'est l'heure de se retrouver. **Ils sont des centaines, des milliers. Dehors. Ils se promènent, en couple ou en groupe, s'attardant avec amusement sur les drapeaux bleu-blanc-rouge qui décorent la façade du Sasha's, au n°11 de la Dongping Lu Road.** C'est là, dans un majestueux décor colonial, au cœur de la concession française, que la Fédération a installé son désormais traditionnel Club France. Devant le bâtiment, la ronde des taxis peut commencer. Jusqu'à 23 heures, les chauffeurs chinois déversent un flot continu de supporters, de parents enthousiastes, d'entraîneurs et de nageurs tricolores. De temps à autres, on aperçoit des célébrités, notamment Valérie Bègue, compagne de Camille Lacourt, ou des personnalités du monde sportif et politique. **En l'occurrence, la Ministre des sports Chantal Jouanno, présente lors de la finale du 100 m dos qui vit Jérémy Stravius et Camille**

Lacourt arracher l'or mondial ex-aequo (cf. pages 20-21), les représentants des fédérations amies francophones et le patron du CNOSF, Denis Masseglia, totalement conquis par la prestation du relais 4x200 m nage libre (médaillé d'argent dans le sillage des Américains, Ndlr). Inauguré en août 2006, dans une péniche amarrée aux berges du Danube lors des championnats d'Europe à Budapest, le concept de Club France a depuis fait recette. **A Melbourne, en 2007, à Rome, en 2009, à Budapest, en 2010, puis à Shanghai, cette année, les passionnés de natation ont toujours trouvé une adresse pour célébrer les performances de leurs champions.** Mais le Club France c'est aussi l'occasion d'échanger et de se mélanger. Il est 22 heures. A l'étage, dans la grande salle du Sasha's, les invités circulent entre les tables, entourant les nageurs, les coaches et les dirigeants fédéraux. L'ambiance est conviviale, détendue. Au milieu de la foule, des photographes circulent en quête d'un angle différent, d'un cliché insolite. **Les nageurs d'eau libre viennent de se rassembler sur un**

canapé pour une photo souvenir. Ça chahute. Les flashes crépitent. Les supporters applaudissent, sous les regards perplexes des Chinois qui veillent au bon déroulement des festivités. Sur la terrasse, dans la moiteur de la nuit, les entraîneurs de l'équipe de France de natation reviennent sur les épreuves de la journée. On se taquine amicalement et on se congratule franchement. **En expert, ils rendent hommage aux coulées monstrueuses de Ryan Lochte, mais assurent que l'ogre Phelps sera bien présent aux Jeux Olympiques de Londres.** Le programme du lendemain est alléchant. Chacun y va de ses pronostics. En contrebass, devant le n°11 de la Dongping Lu Road, les chauffeurs de taxi patientent. Certains dorment dans leur voiture. La journée a été longue et la nuit s'annonce tout aussi chargée. **Les badauds s'arrêtent devant le Sasha's. Deux jeunes chinoises se prennent en photo à tour de rôle devant le drapeau tricolore.** Elles rient, se chuchotent à l'oreille des secrets qui n'appartiennent qu'à elles. Une fois de plus le Club France a remporté un franc succès ! •

A Shanghai, Adrien Cadot



WELCOMSPORT

CONCENTREZ-VOUS SUR VOS PERFORMANCES, NOUS NOUS OCCUPONS DU RESTE

LOUVRE HOTELS
partenaire de la



PRÈS DE 600 HÔTELS VOUS RÉSERVENT UN ACCUEIL PRIVILÉGIÉ

DES TARIFS PRÉFÉRENTIELS ⁽¹⁾

17€ ou 21€ ou 24.50€

Dans les hôtels Campanile et Kyriad

24.50€ ou 30€

Dans les hôtels Kyriad Prestige

Tarifs selon l'emplacement de l'hôtel et la période, par personne en chambre double, soit 34€ ou 42€ ou 49€ ou 60€ en chambre individuelle.

DES SERVICES SUR-MESURE ⁽¹⁾

- Petits-déjeuners à volonté, menus sportifs
- Chambre pour les massages
- Salle de séminaire
- Départ possible jusqu'à 17h
- Wifi et parking gratuit dans la majorité des hôtels...

UN AVANTAGE EXCEPTIONNEL POUR LES CLUBS

En fin de saison sportive, nous reversons à votre club, 7% de vos dépenses d'hébergement.

RÉSERVEZ VOTRE SÉJOUR

campanile.com
kyriad.com



0 825 34 34 37

(N° d'appel dédié à la FF Natation)

POUR EN SAVOIR +

welcomsport.com
Retrouvez les conditions et les modalités d'inscription de votre club.



⁽¹⁾ Tarifs et services soumis à conditions, valables du 01/09/10 au 31/08/11 sous réserve de disponibilité les vendredis, samedis, dimanches, jours fériés et veilles de jours fériés. Voir toutes les conditions de l'offre sur welcomsport.com.