

Natation Magazine

Dans les coulisses de
l'Open Make Up
For Ever, page 22

PREMIER SUR LA NATATION www.ffnatation.fr

Autour du Monde

➤ Episode n°9 : les Pays-Bas
page 26

Insolite

➤ Les nageurs ont-ils
des corps parfaits ? page 30

Dossier

➤ L'addiction
au sport page 32



Sara Labrousse & Chloé Willhelm
Objectif Londres

Ils sont prêts pour une année en or.
Et vous ?



EDF est fière de soutenir, grâce à son Team EDF™, 36 athlètes européens en route vers les Jeux Olympiques et Paralympiques de 2012, à Londres.

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



Le Team EDF™ est un partenariat d'EDF, qui soutient des athlètes, notamment dans leurs efforts pour se qualifier et participer aux Jeux Olympiques et Paralympiques de 2012, à Londres.

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

EDF 552 081 317 RCS PARIS, 75008 Paris - Crédit photo : DIPP Media - J. Baerens G&P

132

Magazine
Natation
www.ffnatation.fr

Natation Magazine
N°132 • Février 2012

Édité par la Fédération Française de Natation, TOUR ESSOR 93, 14 rue Scandicci, 93 508 PANTIN.
Tél. : 01.41.83.87.70
Fax : 01.41.83.87.69
www.ffnatation.fr

Numéro de commission paritaire
0914 G 78176 - Dépôt légal à parution

Directeur de la publication
Francis Luyce

Rédacteur en chef
Adrien Cadot
(adrien.cadot@ffnatation.fr)

Ont collaboré à ce numéro
Rémi Chevrot, Laure Dansart, Frédéric Decock, Celia Delgado Luengo, Raymonde Demarle, Céline Diais, Raphaël Godet, Pierre Lejeune, Graham Mellor, Christos Paparrodopoulos

Service abonnement
Clémence Bègue,
clemence.begue@ffnatation.fr
Tél. : 01.41.83.87.70

Comité de rédaction
Louis-Frédéric Doyez,
David Rouger, Christian Donzé et la Direction technique Nationale

Photographies
Agence KMSP

Maquette et réalisation
Teebird Communication

Impression
3i Services, 156 chaussée Pierre Curie 59200 Tourcoing
Tél. : 03.20.94.40.62

Régie publicitaire
Horizons Natation, TOUR ESSOR 93, 14 rue Scandicci, 93508 PANTIN
Tél. : 01.41.83.87.52

Vente au numéro 5 euros
Publicités et petites annonces au journal et tarifs sur demande à natmag@ffnatation.fr



Le progrès ne tient qu'à nous

Bien sûr, tout n'est pas parfait ! Il reste beaucoup à faire, à imaginer et à concevoir pour atteindre la parité idéale et accorder aux femmes la place qui leur revient naturellement. **A ce titre, il va s'en dire que la Journée de la femme que nous célébrerons le jeudi 8 mars ne peut constituer un aboutissement.** Ce n'est qu'un début, qu'un préambule aux progrès que notre société doit encore consentir.

Sur ce plan, fidèle à sa mission de service public et à son rôle sociétal, la Fédération Française de Natation peut se targuer d'être exemplaire. **A l'image notamment de l'équipe de France de natation course qui s'envola l'été dernier aux championnats du monde de Shanghai avec vingt-et-un nageurs : douze hommes et neuf femmes.** Un an plus tôt, aux championnats d'Europe à Budapest (août 2010), ils étaient trente-deux à s'aligner dans le bassin hongrois : dix-sept hommes et quinze femmes.

Dans une optique similaire, j'ai toujours veillé à ce que des représentantes de la gente féminine figurent au sein du Comité directeur de la Fédération française. **Ainsi sur les trente-deux membres du Bureau, seize sont des femmes, preuve supplémentaire de mon engagement en faveur de la parité.**

C'est également dans cette perspective que la FFN a imaginé avec son partenaire Make Up For Ever un Open entièrement dédié à la natation synchronisée. **Inauguré en mars 2011, la deuxième édition organisée à la piscine Maurice Thorez de Montreuil a tenu toutes ses promesses (26-28 janvier 2012).** Au-delà des résultats enthousiasmants et prometteurs des nageuses de l'équipe de France, et en particulier des duettistes Sara Labrousse et Chloé Wilhelm, **je retiens surtout l'effervescence extraordinaire qu'a généré l'Open Make Up For Ever.**

Comme en 2011, ils étaient encore des milliers à s'extasier devant les prouesses techniques et l'esthétisme des synchros tricolores et étrangères. **On ne le dira jamais assez : la natation synchronisée est une discipline exceptionnelle ! Rarement la performance de haut niveau et la grâce artistique ne sont mêlées avec autant de brio et de maestria.** On ne le dira jamais assez alors c'est à nous, acteurs de la Fédération Française de Natation, et à vous également, passionnés de joutes aquatiques, de défendre les valeurs de cette discipline, vitrine d'un sport féminin en plein essor.

*Francis Luyce,
Le Président*



(Ph. Fotolia)

6 ARRÊT SUR IMAGE

L'actualité en photo

Révélation de l'équipe de France depuis les Euro de Budapest, Yannick Agnel a démontré au Meeting International de Nancy (20-21 janvier) qu'il faudrait compter avec lui en 2012.

8 ARRÊT SUR IMAGE

L'actualité en photo

Les synchros Sara Labrousse et Chloé Willhelm ont ému le public de l'Open Make Up For Ever avec leur nouvelle chorégraphie « Cygne noir et cygne blanc ».



10 RENCONTRE

Charlotte Consorti :

« Les nageurs on dirait des petits poissons » Kitesurfeuse professionnelle, Charlotte Consorti a établi en octobre 2010 le record du monde féminin de vitesse (93 km/h). L'ancienne nageuse vise désormais la barre mythique des 100 km/h.

12 BREVES

Toute l'info des bassins

Amaury Leveaux se sent « encore capable de nager vite », Duel in The Pool, le président Francis Luyce parrain du Valence Top Club.

14 BREVES OLYMPIQUES

En attendant les Jeux

Foster renonce, 13 500 militaires mobilisés pour les JO, l'Inde vers un boycott ?, Grant Hackett doute du retour de Thorpe, les paris truqués menacent les Jeux, Paul Smith habille les timbres anglais.



16 LE CHIFFRE DU MOIS

Camille Lacourt « Français le plus sexy »

Non content d'être devenu l'un des nageurs les plus en vus de l'Hexagone, et probablement l'un des meilleurs dossistes de la planète, Camille Lacourt a été élu « Français le plus sexy » par les lectrices du magazine Closer.

17 A LIRE

Entre les lignes d'eau il y a des mots

Coup de cœur pour Tout savoir sur les Jeux Olympiques d'été de Petra et Patrice Failliot (Editions Ouest-France) qui revient, sport après sport, sur les exploits mais aussi sur les plus grandes stars des JO.

18 HISTOIRES D'EAU

L'Open Make Up For Ever peut-il permettre à la synchro d'élargir son audience ?

Organisé pour la seconde année consécutive à la piscine de Montreuil du 26 au 28 janvier, l'Open de synchro constitue-t-il un tremplin d'avenir pour la discipline ?

19 LE MATCH

Stravius-Lacourt : dos à dos

Premiers champions du monde masculins de l'histoire de la natation française, Jérémy Stravius et Camille Lacourt se disputent un peu plus que le titre du 100 m dos aux « France » de Dunkerque (18-25 mars).



20 ACTU

Duo synchro : objectif Londres

A six mois des JO, les duettistes Sara Labrousse et Chloé Willhelm ont profité de la deuxième édition de l'Open Make Up For Ever pour répéter leurs gammes et peaufiner leur chorégraphie.

22 ACTU

Make Up For Ever : partenaire beauté

Depuis 2010, la société Make Up For Ever est le partenaire synchro de la Fédération Française de Natation. Une collaboration entamée au début des années 1990 qui contribue à l'essor de la discipline.

23 ACTU

Le poids des mentalités

A l'image de la natation synchronisée, le sport féminin peine à s'imposer en France où les médias demeurent concentrés sur le foot roi, le rugby et le tennis.

24 ACTU

Le sport contre le cancer

Toutes les études récentes le montrent : une activité physique régulière diminue non seulement les risques de cancer mais elle aide aussi les malades à mieux supporter leur traitement.

26 AUTOUR DU MONDE

Episode n°9 :

la natation néerlandaise

Pour beaucoup la natation batave se résume à la fusée Inge De Bruijn et au longiligne VDH qui fut le premier sprinter à franchir la barre mythique des 48 secondes sur l'aller-retour (47"84).



30 INSOLITE

Les nageurs ont-ils des corps parfaits ?

On entend souvent dire que la natation sculpte les corps. A observer les torsos musclés des Bleus, l'affirmation n'a rien de disproportionnée. Mais qu'en pensent les principaux intéressés et leurs supportrices averties ?

32 DOSSIER

L'addiction au sport

C'est un phénomène méconnu qui connaît pourtant une progression inquiétante : l'addiction au sport ou bigorexie. Un phénomène qui n'épargne pas la natation. Enquête.

38 DECOUVERTE

Jeux Olympiques et nageurs de haut niveau

Ils ont plus de 80 ans et ils continuent de s'entraîner deux à trois fois par semaine pour garder la forme mais aussi pour améliorer leurs performances et battre des records. Rencontre avec des nageurs octogénaires motivés et passionnés.

40 UN PEU D'HISTOIRE

Jeux Olympiques ou politiques ?

De tous temps, les JO ont dépassé le strict cadre sportif. Vitrine économique, caisse de résonance sociale et culturelle, les Jeux sont également une source de rivalités politiques.

41 MON CLUB

Sport Athlétique Mérignacais Natation

A Mérignac on prépare des nageurs à la compétition, mais on forme aussi de futurs citoyens engagés et soucieux des enjeux collectifs.



42 CONSEILS

Respirer c'est la clé

Jusqu'à preuve du contraire, l'homme n'a pas encore appris à respirer sous l'eau. D'où l'importance de contrôler son souffle en nageant. Tour d'horizon des principes respiratoires de base.

45 ECOL'EAU

Le défi écolo de rio 2016

A quatre ans des JO de 2016, Rio et le Brésil ont d'immenses défis environnementaux à relever, à commencer par la réduction des émissions de dioxyde de carbone et la lutte contre la déforestation.

46 HORS LIGNES

Diane Bui-Duyet :

« Le haut niveau : une vie trépidante »

Multi-médaille sur 50 et 100 m papillon, la Néo-calédonienne détient toujours le record du monde du 100 m papillon en bassin de 25 mètres (55"05). Entretien avec l'un des plus beaux sourires de la natation tricolore.



48 VIE FEDERALE

Nager pour les enfants du Togo

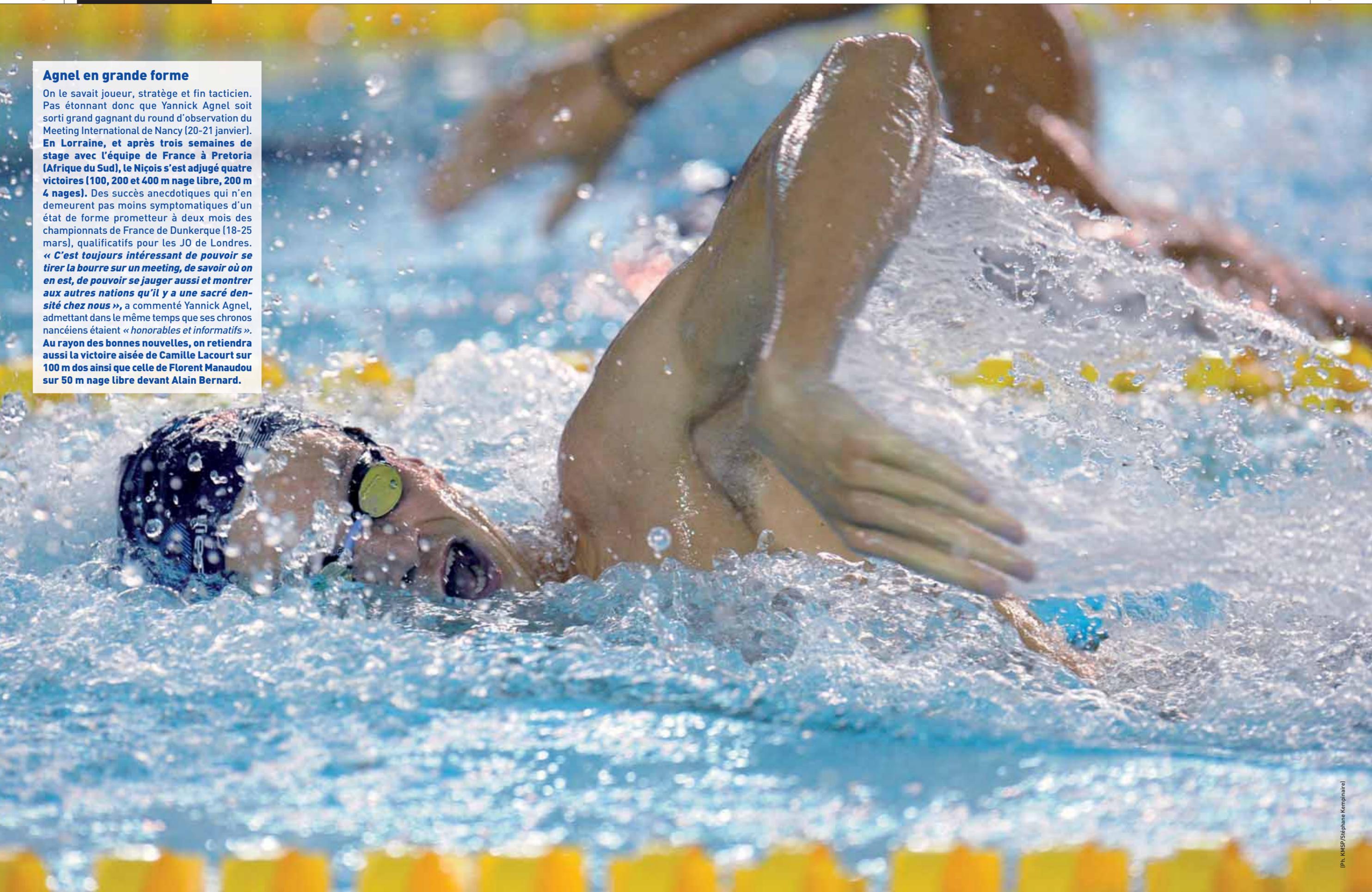
Depuis sa création en 2008, la Nuit de l'Eau s'est imposée comme un rendez-vous aquatique majeur. Un événement populaire qui associe solidarité, plaisir et prise de conscience.

50 BANDE DESSINEE

Retrouvez en image les aventures aquatiques de Phil l'hémophile.

Agnel en grande forme

On le savait joueur, stratège et fin tacticien. Pas étonnant donc que Yannick Agnel soit sorti grand gagnant du round d'observation du Meeting International de Nancy (20-21 janvier). **En Lorraine, et après trois semaines de stage avec l'équipe de France à Pretoria (Afrique du Sud), le Niçois s'est adjugé quatre victoires (100, 200 et 400 m nage libre, 200 m 4 nages).** Des succès anecdotiques qui n'en demeurent pas moins symptomatiques d'un état de forme prometteur à deux mois des championnats de France de Dunkerque (18-25 mars), qualificatifs pour les JO de Londres. **« C'est toujours intéressant de pouvoir se tirer la bourre sur un meeting, de savoir où on en est, de pouvoir se jauger aussi et montrer aux autres nations qu'il y a une sacré densité chez nous »,** a commenté Yannick Agnel, admettant dans le même temps que ses chronos nancéiens étaient *« honorables et informatifs »*. **Au rayon des bonnes nouvelles, on retiendra aussi la victoire aisée de Camille Lacourt sur 100 m dos ainsi que celle de Florent Manaudou sur 50 m nage libre devant Alain Bernard.**



Du jeudi 26 au samedi 28 janvier, la **Fédération Française de Natation** et son partenaire **Make Up For Ever** ont organisé la deuxième édition de l'**Open de natation synchronisée à Montreuil**. Le rendez-vous de tous les passionnés de ballets aquatiques et l'occasion pour les duettistes de l'équipe de France, **Sara Labrousse** et **Chloé Willhelm**, de présenter en exclusivité leur nouvelle chorégraphie « **Cygne noir et cygne blanc** ».





“ Les nageurs, on dirait des petits poissons ”



(Ph. Charlotte Consorti)

Après des débuts dans la natation et quelques années de basket, Charlotte Consorti s'épanouit aujourd'hui pleinement dans une discipline aquatique et aérienne : le kitesurf.

Qui sait, Charlotte Consorti, 33 ans, aurait pu être une nageuse de haut niveau. Mais un papa qui l'a poussé sous les paniers de basket puis une soudaine envie de jouer les filles de l'air devant le spectacle de kitesurfs sur le littoral méditerranéen à l'époque de ses études de STAPS à Montpellier ont fait bifurquer son existence. Aujourd'hui, kitesurfeuse professionnelle, elle a établi, en octobre 2010 en Namibie, le record du monde féminin de vitesse (50,43 nœuds soit environ 93 km/h) dans une discipline émergente où il faut savoir piloter une planche de surf tractée par une aile (*kite* en anglais). Entretien.

Avant de survoler les flots sur votre kitesurf, vous avez d'abord été nageuse, racontez-nous ça...

C'est le premier sport que j'ai pratiqué à l'âge de sept ans. Mon père voulait que je fasse du basket, mais j'étais encore un peu jeune, alors je me suis retrouvée à faire de la natation pendant deux ans, en faisant quelques compétitions. C'était à l'USMA, à Saint-Ouen (région parisienne). J'en ai gardé de bons souvenirs, parce que j'ai toujours adoré l'eau. Après,

j'ai fait du basket et je n'ai refait de la natation que lorsque j'étais en STAPS à Montpellier.

Avec ce « petit » passé, êtes-vous une bonne nageuse ?

Disons que j'ai des restes et quelques bases aussi...

Pour un kitesurfeur, c'est indispensable de savoir nager, non ?

C'est conseillé ! On n'est jamais très loin du rivage, mais il arrive qu'on

s'éloigne un peu au large pour trouver de l'espace lorsqu'il y a trop de monde.

Ça vous est déjà arrivé de rentrer à la nage ?

Oui, en tirant ma planche et mon kite ! Dans ces cas-là, on ressemble un peu aux étudiants des cours de STAPS avec leur mannequin sous le bras. Mais, je croise les doigts, je n'ai jamais eu à nager longtemps. Après, dans la pratique de tous les jours, quand je fais des figures, du free-style, je suis souvent à l'eau, donc il faut parfois nager quelques mètres si on a perdu sa planche ou le temps que l'aile puisse re-décoller.

Entre le kite, sport fun, et la natation plus austère, il y a un gouffre ?

Oui, mais même si le côté enfermé de la natation me gêne, je trouve que c'est un sport qui est beau à regarder. Les nageurs, on dirait des petits poissons lorsqu'ils nagent sans aucun remous... Et puis, je trouve que

La natation est un des rares sports que je regarde à la télé. J'essaie d'observer la technique : les mouvements de bras, le moment où les nageurs sortent la tête de l'eau.

la natation a quand même un côté fun, parce que ça se passe dans l'eau. Bien sûr, une piscine c'est toujours moins sympa que la mer des Caraïbes, un des plus beaux spots de kite.

Vous connaissez des nageurs ?

Pas personnellement. Mais, j'en suis quelques-uns pour des raisons bien précises. Alain Bernard, parce qu'on a le même sponsor (EAFIT) ou Amaury Leveaux, parce que je le suis sur Twitter.

Comment se retrouve-t-on lorsqu'on fait du kitesurf à faire partie des « followers » d'Amaury Leveaux ?

Sur Twitter, tout se fait en s'enchaînant. Vous suivez un sportif qui en suit d'autres et vous vous retrouvez parmi ses followers. C'est toujours intéressant d'avoir l'actu de sportifs, comme ça, en direct. Je dois bien suivre une cinquantaine de sportifs. Beaucoup sont de Montpellier d'ailleurs comme le handballeur William Accambray ou le rugbyman Fulgence Ouedraogo.

Et, suivez-vous la natation de manière plus traditionnelle, bref devant la télé lors des grands événements ?

Si je tombe dessus, oui. La natation est un des rares sports que je regarde à la télé, parce que je l'ai pratiqué et je le pratique encore pour ma préparation physique. J'essaie d'observer la technique : les mouvements de bras, le moment où les nageurs sortent la tête de l'eau. Des petits détails.

Avez-vous le souvenir d'un nageur qui vous aurait marqué lorsque vous faisiez de la compétition en natation ?

Non... De toute façon, à l'époque où je nageais, au milieu des années 80, la natation n'avait pas fait son « coming-out », on n'en parlait presque pas dans les médias. Ce n'est que depuis quelques années que la natation est devenue ce sport

qui méritait d'être enfin connu. Avec Laure Manaudou qui est une formidable ambassadrice de sa discipline. Et puis, maintenant, il y a Camille Lacourt qu'on ne peut que connaître parce qu'on en parle beaucoup !

Aujourd'hui, vous êtes kitesurfeuse professionnelle, c'est une vie qui ressemble à quoi ?

C'est un mode de vie un peu spécial, je suis comme beaucoup de sportifs en perpétuel CDD. Régulièrement, on se demande si on va continuer. En ce moment, j'ai trois partenaires qui me soutiennent mais ce sont des contrats courts de un à trois ans... Donc, même si j'aimerais n'être qu'une athlète, il me faut gérer ma petite entreprise. Bon, l'avantage, c'est que je vis de ma passion. Même si ce n'est pas cher payé !

Reparlons un peu de compétition, que peut-on vous souhaiter pour 2012, un nouveau record de vitesse ?

Oui, c'est l'objectif qui me fait avancer, c'est comme une drogue.

Expliquez-nous une tentative de record, ça se passe comment ?

En général, ça se passe sur une période d'un mois où on enchaîne les « runs », c'est-à-dire 500 mètres

d'un point A à un point B. Des juges et des instruments de mesure sont là pour établir la vitesse atteinte. Il faut de 40 à 50 nœuds de vent pour s'élancer.

Je ne me fixe pas de limites, mais j'aimerais bien atteindre les 100 kilomètres à l'heure. On peut y arriver car le matériel peut encore beaucoup évoluer.

Jusqu'où comptez-vous aller ?

Je ne me fixe pas de limites, mais j'aimerais bien atteindre les 100 kilomètres à l'heure. On peut y arriver car le matériel peut encore beaucoup évoluer. Moi, j'ai établi mon record (93 km/h) avec une aile de série. Après, la limite, c'est le corps humain, il faut des abdos, des bras pour tenir l'aile, mais ce qui brûle assez vite, c'est la jambe arrière en appui sur la planche... Mais, bon les hommes l'ont bien fait, alors pourquoi pas moi ? •

Entretien réalisé par Frédéric Decock

Après son record du monde de 2010 à 93 km/h, Charlotte Consorti vise désormais la barre mythique des 100 km/h.

(Ph. Kolesky/Fonel)



→ Naissance

Le 29 décembre dernier, Christophe Lebon et sa compagne Valérie ont eu l'immense bonheur d'accueillir la petite Louise, leur premier enfant. Toute l'équipe de *Natation Magazine* adresse ses vœux de bonheur et de prospérité à la famille ainsi qu'à son champion de père. Après les championnats de France en bassin de 25 m début décembre à Angers (deuxième du 200 m et troisième du 100 m papillon), Christophe s'alignera à Dunkerque du 18 au 25 mars avec l'ambition de décrocher son billet pour les JO de Londres.

→ Jean-Paul Vidor décoré

Le président de la Fédération Française de Natation, Francis Luyce, a profité des championnats de France jeunes à Boulogne (16-18 décembre) pour remettre à Jean-Paul Vidor la médaille d'or jeunesse et sports. Président du Swimming Club Boulonnais depuis 1986, et du Comité départemental du Pas-de-Calais depuis 2002, Jean-Paul Vidor est également Trésorier du Comité Régional de natation du Nord-Pas-de-Calais depuis 1996. Elu au Conseil du Sport Boulonnais, le Nordiste, ancien pongiste de haut niveau, a toujours joué un rôle moteur dans la mise en place de nouveaux critères d'attribution des subventions de fonctionnement aux associations sportives de la ville de Boulogne.

→ Dubocq sans crainte pour l'après-carrière

« Pour moi, la suite n'est pas un gros point d'interrogation », a déclaré en décembre le brasseur de l'équipe de France. « Une page va se tourner et la suite, c'est l'école de sous-officiers de gendarmerie et la vie de caserne. La seule question qui se pose, c'est quand est-ce que je vais faire mon intégration. Dès le retour des Jeux ou quelques semaines plus tard ? C'est le seul truc improvisé. »

→ Stravius récompensé

L'Amiénois Jérémy Stravius, champion du monde du 100 m dos ex-aequo avec Camille Lacourt, a reçu en fin d'année dernière le Prix de la Ville de Paris, décerné par l'Académie des Sports, en récompense d'un acte sportif révélant des qualités humaines exceptionnelles.

→ Rice songe à la retraite

L'Australienne Stephanie Rice, triple médaillée olympique en 2008, envisagerait de prendre sa retraite sportive après les JO de Londres. Couronnée à Pékin sur 200 m et 400 m quatre nages, la nageuse ne s'imaginerait pas conserver la même motivation jusqu'aux Jeux de Rio en 2016. « J'aurai 24 ans à Londres, il sera temps d'aller de l'avant. La natation exige énormément d'implication et de dévouement, et je sais que si je ne m'y consacre pas à 100 %, je n'obtiendrai pas les résultats que je vise », s'est-elle justifiée.

Amaury Leveaux est « encore capable de nager vite »

On a à peu près tout dit et tout écrit sur Amaury Leveaux : nageur talentueux, brillant papillonner, sprinteur imprévisible aux coulées monumentales, mais ingérable et incontrôlable au quotidien... Au-delà des rumeurs, le Francilien affiche un palmarès édifiant : vice-champion olympique 2008 du 50 m nage libre, médaillé de bronze mondial 2009 sur 50 m également, multiple champion d'Europe en petit bassin et détenteur du record du monde du 100 m en bassin de 25 mètres. Reste que depuis sa non-sélection aux championnats du monde à Shanghai, beaucoup l'estimaient perdu pour la natation, et notamment pour les Jeux Olympiques de Londres. Méfions-nous tout de même des renaissances intempestives. Ainsi, Amaury s'est adjugé l'argent du 100 m papillon aux Euro 2011 en petit bassin de Szczecin (Pologne), démontrant ainsi qu'il était toujours en course pour 2012. « Je n'avais pas besoin de faire une médaille pour avoir un déclin. Le déclin, je l'ai eu au mois de septembre. Quand je m'y suis remis à la rentrée, je me suis dit que c'était la saison des Jeux Olympiques et que je devais performer. Parce que je sais que si je ne fais pas les Jeux, ça va être compliqué de donner une suite à ma carrière. Ces championnats d'Europe ont été une bonne occasion de me prouver à moi-même que j'étais encore capable de nager vite. »



(Ph. KMS/Stephane Kempinaire)

Duel In The Pool

Les nageurs américains ont nettement dominé la sélection européenne (181,5 points à 80,5) qui avait fait le déplacement mi-décembre à Atlanta pour le Duel in the Pool (petit bassin). Si la lutte fut relativement équilibrée chez les femmes (81 unités à 50), les hommes n'ont laissé que des miettes (100,5 points à 30,5). Outre le record du monde du relais féminin 4x100 m 4 nages américain, trois nageuses ont réalisé le meilleur chrono de l'histoire en textile. L'Américaine Caitlin Leverenz a ainsi enlevé le 200 m 4 nages en 2'04''91, plus très loin du record du monde de Julia Smit en combinaison (2'04''60). Même performance pour Jessica Hardy, vainqueur du 100 m brasse en 1'03''33, soit 30 centièmes de moins que Leisel Jones en 2010. Enfin, la Danoise Lotte Friis s'est adjugé le 800 m en 8'04''77. Chez les hommes, Ryan Lochte, meilleur nageur de l'année, s'est offert trois victoires, notamment sur 200 m 4 nages, son épreuve fétiche, en 1'52''98.

Francis Luyce parrain du Valence Top Club



(Ph. KMS/Stephane Kempinaire)

Le 27 novembre dernier, le président de la Fédération Française de natation a été officiellement intronisé parrain de la vingt-deuxième promotion du Valence Top Club. Une distinction qui tient tout autant à son rôle de dirigeant qu'à son parcours d'athlète de haut niveau. Recordman du monde du 800 m nage libre, détenteur de onze titres nationaux et de cinq références nationales entre 1965 et 1969, Francis Luyce a également participé à deux Jeux Olympiques durant sa carrière. « J'ai été sensibilisé à cette idée de parrainage par les noms de mes prestigieux prédécesseurs. Quand j'ai su que des grands champions comme Alain Mimoun et Colette Besson avaient accepté d'être parrains, je ne pouvais pas refuser. C'est pour moi un immense honneur d'assumer ce parrainage et une occasion de découvrir d'autres sportifs tout en servant la cause du sport en général », a déclaré le président de la FFN.



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"/>



Mark Foster renonce

Mark Foster, 41 ans, a annoncé en décembre dernier qu'il ne participerait pas à ses sixièmes Jeux Olympiques, chez lui à Londres. « *J'ai été tenté plusieurs fois mais, après Pékin, je n'ai jamais annoncé que je me retirais parce que j'ai toujours voulu laisser la porte ouverte* », a-t-il expliqué sur la BBC. La certitude de ne pas y remporter sa première médaille olympique l'en a dissuadé. « *Je sais que je peux faire partie de l'équipe, me retrouver parmi les deux meilleurs nageurs de mon pays mais y ferais-je un bon résultat ? Non, je pourrais peut-être me retrouver en demi-finales* », a ajouté le spécialiste du 50 m nage libre. « *Il arrive un moment où il vaut mieux marcher que boitiller.* »

Billetterie : la boulette...

Les organisateurs des Jeux Olympiques de Londres ont annoncé, début janvier, qu'ils avaient vendu 10 000 billets de trop pour les compétitions de natation synchronisée. Selon le comité organisateur, l'incident aurait été causé par une erreur dans la base de données, alors que le double du nombre de billets disponibles pour les quatre sessions de synchro a été écoulé. **Les clients pourront troquer leurs billets de trop pour d'autres événements auxquels ils s'étaient inscrits sans avoir de succès au départ, incluant les compétitions d'athlétisme.** Environ 200 billets ont été libérés pour la finale du 100 m masculin, l'événement le plus populaire des Jeux. **Tous les billets seront mis en vente au mois de mai, une fois que sera finalisée la configuration des sièges de tous les stades.**

13 500 militaires mobilisés pour les JO

Le ministère de la défense britannique a communiqué, mi-décembre, le nombre de militaires déployés pour assurer la sécurité des JO : 13 500. **Au total, cela porte à 23 700 le nombre de personnes dédiées à la bonne tenue de l'événement olympique.** En fin d'année dernière, le budget consacré à la sécurité a également été réévalué de 282 millions de livres (3,35 milliards d'euros) à 553 millions de livres (6,5 milliards d'euros). **A Pékin, en 2008 et à Athènes, en 2004, le budget sécurité s'établissait à 1,2 milliards d'euros.** Les médias accrédités et l'ensemble des délégations peuvent d'ores et déjà s'attendre à des mesures contraignantes et usantes, comme celles endurées lors des JO d'hiver de Salt Lake City en 2002 ou à Pékin en 2008, **avec d'innombrables pontiques détecteurs de métaux et des fouilles quasi permanentes.**



Billetterie : les recettes sont bonnes

Les ventes de billets pour les Jeux de Londres auraient rapporté au 1^{er} janvier 2012 près de 530 millions de livres sterling (soit environ 600 millions d'euros). Les organisateurs des JO doivent encore collecter 200 millions de livres des billets qui restent à mettre sur le marché. **Par ailleurs, un total de 2 milliards de livres doit être levé du secteur privé à travers le sponsoring, pour assurer l'organisation des Jeux.** 6,6 millions de billets ont été mis en vente pour les 649 événements qui auront lieu durant les JO et une demande record de 20 millions de billets a été enregistrée de mars à avril derniers. **Pour la seule cérémonie d'ouverture des Jeux, prévue le 27 juillet 2012, la demande a été dix fois plus importante que l'offre,** tandis qu'un million de demandes de billets ont été enregistrés pour la finale du 100 mètres masculin en athlétisme.

Francis Luyce : « De huit à dix médailles aux JO »

Venu inaugurer le club nautique du Val de Fensch le samedi 19 novembre, le président de la Fédération Française de Natation, Francis Luyce, a tenu à rappeler l'excellente santé de la discipline ainsi que les enjeux majeurs et les défis qu'il faudrait relever à l'avenir. Au premier rang desquels : les Jeux Olympiques de Londres. « *Depuis les JO d'Atlanta en 1996, la Fédération française a excessivement progressé. Laure Manaudou a été le déclencheur qui a montré que l'on pouvait y croire. On récolte ce que l'on a semé. Au risque de me tromper, le bilan à la fin des prochains JO de Londres pourrait être de huit à dix médailles. La natation française bénéficie d'une belle image. Nous avons des athlètes intelligents, et beaux ce qui ne gâchent rien.* »



L'Inde vers un boycott ?

Après quelques remous en 2011, l'Inde se pose de nouveau la question de ne pas envoyer de sportifs aux prochains Jeux Olympiques de Londres depuis que Dow Chemical, groupe lié à la tragédie de Bhopal, a rejoint les sponsors officiels des JO. **Le 3 décembre 1984, l'explosion d'une usine Union Carbide (Dow Chemical désormais) avait officiellement causé la mort de 3 500 personnes, mais en fit entre 20 000 et 25 000 selon les associations de victimes.** « *Nous n'avons pas encore véritablement évoqué l'idée d'un boycott, mais nous comptons interpellier le gouvernement indien et voir également comment vont réagir le comité organisateur de Londres et le CIO après notre protestation. Nous espérons que le bon sens va prévaloir et que Dow Chemical va être retiré des sponsors* », a souligné M. Malhotra, président du comité olympique indien. De son côté, le groupe Dow Chemical estime que les responsabilités ont été effacées depuis l'accord de 1989 avec le gouvernement indien pour le versement de 470 millions de dollars (362 millions d'euros environ) d'indemnités, avec abandon des poursuites pénales.

Claude Fauquet croit en Laure Manaudou

Le directeur adjoint de l'INSEP, Claude Fauquet, ancien directeur technique national de la natation française de 2001 à 2008, s'est déclaré heureux du retour de Laure Manaudou et convaincu que la championne olympique a encore de sérieux arguments à faire valoir. « *C'est une vraie joie de voir Laure revenir dans le sport qu'elle connaît si bien. Avec un talent aussi exceptionnel et un autre regard. Il y a eu des périodes pas toujours simples mais la Fédération de natation l'a beaucoup soutenue, même si elle ne s'en est pas toujours rendu compte. Il faudra compter sur Laure aux Jeux Olympiques. J'en suis persuadé.* »



Hackett doute du retour de Thorpe

Selon Grant Hackett, double champion olympique du 1 500 m nage libre et grand ami de Ian Thorpe, **la coqueluche de la natation australienne s'y serait pris un peu tard dans sa préparation et pourrait donc rater sa qualification pour les Jeux de Londres.** « *Il a sans doute légèrement sous-estimé le temps qu'il lui fallait pour retrouver toute sa vitesse* », a également observé l'entraîneur Dennis Cotterel. Ian Thorpe, qui avait arrêté la compétition en 2006, s'était donné moins d'un an pour retrouver sa place dans l'élite. **Son retour, à 29 ans, lors de différentes étapes de la coupe du monde en petit bassin l'automne dernier n'aura pas porté les fruits attendus.** Pour l'heure, Thorpe n'a semble-t-il pas modifié son programme. Ainsi, il est retourné s'entraîner en Australie fin janvier afin de peaufiner sa préparation pour les sélections olympiques qui se dérouleront en mars.



Les paris truqués menacent les Jeux

Selon le ministre britannique des Sports, Hugh Robertson, les paris truqués sont désormais la plus grande menace pour l'intégrité des Jeux Olympiques. « *Vous ne pouvez pas sous-estimer la menace que cela crée. Les spectateurs peuvent penser que ce qu'ils voient n'est pas une vraie compétition et si les spectateurs commencent à tourner le dos, tout risque de s'écrouler* », a-t-il commenté en décembre dernier. Le Ministre a précisé que dans les pays occidentaux, les autorités « *maîtrisaient bien* » la situation, mais il a critiqué le manque de réglementation en Asie, tant en Inde qu'en Extrême-Orient. **Dans cette perspective et pour la première fois dans l'histoire des Jeux, une unité de renseignements sera créée pour tenter de déjouer les tentatives de corruption sur les athlètes et les paris clandestins.** L'unité sera dirigée par Scotland Yard, la police britannique, qui travaillera en étroite relation avec l'Agence britannique de lutte contre le crime organisé et Interpol.

Paul Smith habille les timbres anglais

A l'occasion des Jeux, le couturier Paul Smith a accepté de collaborer avec les services postaux britanniques pour créer une planche de timbres en hommage à la compétition internationale. **Planche à voile, aviron, cyclisme, natation, tennis, athlétisme, tir sont les sept disciplines sportives représentées sur les timbres créés par Paul Smith.** Chaque timbre dispose de son propre prix, de 37 pences à 1,15 £.



→ Virginie Dedieu de retour ?

C'est en tout cas la question que l'on peut se poser après la prestation de la triple championne du monde (2003, 2005 et 2007) aux championnats de France d'hiver de natation synchronisée. A Saint-Cyprien, le 11 décembre, Virginie a remporté le solo technique en cumulant un total de 91,3563 points. Elle devance nettement Sophie Potel (AS Monaco, 76,7063 unités) et Coralie Mayaux (Aqualines de Pontault, 75,1792 points).

→ D'Arcy de nouveau privé des JO ?

En 2008, Nick D'Arcy avait été exclu de l'équipe australienne des Jeux Olympiques de Pékin après avoir agressé Simon Cowley. Quatre ans plus tard, il pourrait de nouveau être privé de JO. Condamné à payer l'équivalent de 137 000 euros d'amende dans cette affaire, le nageur australien s'est déclaré en banqueroute personnelle, ce qui pourrait l'obliger à rendre son passeport et à obtenir une permission écrite du service des faillites pour pouvoir voyager à l'étranger. D'Arcy est revenu à son meilleur niveau cette année, devenant même le 18 juin 2011 le deuxième nageur depuis 2002 à battre Michael Phelps sur 200 m papillon.

→ Carnet noir

La championne de natation danoise Ragnhild Hveger, qui a battu 44 records du monde et remporté une médaille d'argent aux Jeux Olympiques de Berlin en 1936, est décédée à l'âge de 90 ans le 1er décembre 2011. Hveger avait été au sommet de sa carrière entre 1937 et 1943, mais l'adhésion de sa famille au parti nazi danois pendant la Seconde Guerre mondiale avait jeté une ombre sur sa carrière. Elle s'était ensuite tournée vers l'entraînement.

→ Phelps en solo ?

A en croire le site du *New York Post*, Michael Phelps serait séparé depuis quelques semaines de Nicole Johnson, 26 ans, Miss California 2010 et diplômée en communication de l'Université de Californie du Sud. Selon le *Post*, Michael Phelps annoncerait à tous ses proches qu'il goûterait au célibat en ce moment. Il semblerait aussi que le nageur ait passé le jour de l'An à New York tandis que Nicole Johnson passait elle son réveillon du côté de Los Angeles.

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

Le Chiffre du mois

N°1

Non content d'être devenu l'un des nageurs les plus en vus de l'Hexagone, et probablement l'un des meilleurs dossistes de la planète depuis le retrait

de l'Américain Aaron Peirsol début 2011, **Camille Lacourt a été élu « Français le plus sexy » par les lectrices du magazine Closer**. Du haut de son mètre 97, pour 92 kg, le Marseillais de 26 ans devance le présentateur Laurent Delahousse, l'acteur-réalisateur Guillaume Canet, le journaliste Harry Roselmack et l'ancien footballeur champion du monde Bixente Lizarazu. Excusez du peu ! **Moins de deux ans après son explosion sportive aux championnats d'Europe de Budapest (août 2010), où il avait décroché trois titres continentaux sur 50, 100 m dos et avec le relais 4x100 m 4 nages, Camille Lacourt continue d'affoler les rubriques de la presse people**. Le beau gosse de l'équipe de France, premier nageur masculin champion du monde l'été dernier à Shanghai (ex-aequo avec Jérémy Stravius) est à ce titre le véritable héritier du phénomène Manaudou (2004-2008). **Ne lui manque finalement qu'un titre olympique pour asseoir définitivement son statut d'icône nationale.**



(Ph. KMSP/Stéphane Kempinaire)

Top 10 des Français les plus sexy

1. Camille Lacourt
2. Laurent Delahousse
3. Guillaume Canet
4. Harry Roselmack
5. Bixente Lizarazu
6. Guy Lagache
7. Frédéric Lopez
8. Jean Dujardin
9. Yoann Gourcuff
10. M Pokora

AGENDA

10-12 février

Plongeon : Grand Prix FINA d'Allemagne, Rostock

20-26 février

Plongeon : Coupe du monde, Londres (Grande-Bretagne)

3-4 mars

Plongeon : Vergina Cup (groupes jeunes B et C), Athènes (Grèce)

8-11 mars

Maîtres : Championnats de France en bassin de 25 m, Angers (Maine-et-Loire)

9-11 mars

Nat' course : Championnats de nationale 2, Béthune (Pas-de-Calais)

15-16 mars

Plongeon : Diving World Series, Dubaï (Emirats Arabes Unis)

18-25 mars

Nat' course : Championnats de France élite (50 m), Dunkerque (Nord)

23-24 mars

Plongeon : Diving World Series, Pékin (Chine)

29 mars-1^{er} avril

Nat' course : Championnats de France des jeunes (14-20 ans), Saint-Raphaël (Var)

3-6 avril

Nat' synchro : Championnats de France juniors et seniors niveau national, Chenôve (Côte-d'Or)

12-13 avril

Nat' course : Interclubs benjamins et minimes.

13-14 avril

Plongeon : Diving World Series, Moscou (Russie)

20-21 avril

Plongeon : Diving World Series, Tijuana (Mexique)

26-29 avril

Plongeon : Meeting International des jeunes A et B (ouvert aux C), Dresde (Allemagne)

3-6 mai

Plongeon : Grand Prix FINA du Canada, Montréal



Coup de Cœur

→ TOUT SAVOIR SUR LES JEUX OLYMPIQUES D'ÉTÉ

Petra et Patrice Failliot
Editions Ouest-France
255 pages

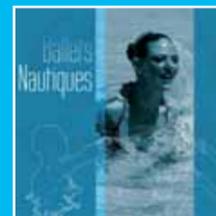
Le Baron Pierre de Coubertin aurait-il pu imaginer pareil succès lorsqu'il a ressuscité les Jeux Olympiques en 1896 ? Plus d'un siècle a passé depuis et les JO sont devenus le plus grand événement sportif de la planète et, sans conteste, un rendez-vous mondial incontournable. L'ouvrage de Petra et Patrice Failliot revient, sport après sport, sur les exploits mais aussi sur les plus grandes stars des Jeux d'été. Un livre complet, qui ravira les spécialistes avertis, amateurs de statistiques, et passionnés de chiffres en tous genres. L'occasion aussi de réviser vos connaissances sportives puisque les auteurs ont systématiquement pris soin de rappeler les règles des sports olympiques abordés. Incontournable à six mois des Jeux de Londres !

Et aussi...



« GÉRER LA PRESSION EN COMPÉTITION »
Marylène Pia
Éditions Amphora Sports (www.ed-amphora.fr)
160 pages, 24,90 €

La pression, le stress, la tension, l'anxiété, peu importe finalement le nom que l'on donne à ce phénomène qui nous crispe à l'approche d'une échéance. Mais si certains ont le droit à l'erreur, les sportifs de haut niveau, eux, doivent apprendre à contrôler ces montées d'adrénaline sous peine de compromettre leur carrière. Avec « Gérer la pression en compétition » Marylène Pia livre une flopée de conseils utiles pour apprendre à se contrôler.



BALLETS NAUTIQUES
Eric Lahmy
Fédération Française de Natation
255 pages

En France, il faut l'admettre, la natation synchronisée n'est pas la discipline la plus médiatique. C'est regrettable, car physiquement, les naïades des bassins n'ont rien à envier aux adeptes de l'effort de l'extrême. Quant à l'aspect esthétique, il n'y a qu'à contempler pour savourer. Il convient donc de saluer à sa juste valeur l'ouvrage du journaliste et écrivain Eric Lahmy qui dresse en 255 pages un panorama complet de la discipline de Virginie Dedieu, triple championne du monde du solo (2003, 2005 et 2007).



Le sport dans les quartiers : pratiques sociales et politiques publiques
William Gasparini
Presses Universitaires de France
21 €

Quels sont les sports pratiqués dans les banlieues ? Pourquoi privilégier le sport dans les politiques urbaines à destination des quartiers ? En réponse à la « crise du lien social » et à quelques mois des élections présidentielles, le sport est de nouveau présenté comme un modèle d'intégration pour les « jeunes des cités ». Dans ce contexte, le sport devient « social » et la jeunesse des quartiers populaires apparaît comme le groupe cible des nouveaux dispositifs « socio-sportifs » mis en œuvre par les pouvoirs publics.



(Ph. KMSP/Stéphane Kempinaire)

Menu d'entraînement

300 m deux nages au choix	300 m
Palmes & tuba 2x400 m crawl + stop 45 secondes	800 m
Jambes 2x25 m dos	300 m
2x50 m brasse	300 m
Planche 2x75 m crawl	300 m
Pull 8x50 m à vitesse moyenne + stop 30 secondes	400 m
Séance totale : 2 400 m	

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



(Ph. Fotolia)

La question du mois

L'Open Make Up For Ever peut-il permettre à la natation synchronisée d'élargir son audience auprès du grand public ?

Organisé pour la seconde année consécutive à la piscine de Montreuil du 26 au 28 janvier, l'Open Make Up For Ever a une nouvelle fois permis aux supporters de l'équipe de France et aux passionnés de ballets aquatiques de venir encourager l'élite de la discipline à six mois des Jeux Olympiques de Londres. Un tremplin pour l'avenir ?

Florence D.-G. : « Je suis intimement persuadée que l'Open Make Up For Ever peut contribuer à développer l'audience de la synchro en France. Il a tout pour lui ce meeting : des équipes de niveau mondial, un cadre magnifique, une durée intéressante et surtout il permet aux filles de l'équipe de France d'évoluer devant leur public. Voilà le genre de détail qui peut galvaniser les nageuses et leur permettre de franchir un palier sur la scène internationale. »

Martine D. : « Mes deux filles ont fait de la synchro quand elles étaient jeunes, aujourd'hui elles ne nagent plus, mais je n'ai pas l'impression que la synchro ait connu un essor médiatique considérable ces dernières années. Selon moi, l'Open Make Up For Ever peut, en effet, contribuer à faire parler de natation synchronisée dans la presse. »

Constance M. : « De manière plus générale, je trouve que le sport féminin manque d'audience en France. S'il n'y avait que la nat'



Sara Labrousse, soliste de l'équipe de France, en action.

synchro ce ne serait pas si grave, mais c'est vraiment un constat global : le sport féminin ne trouve qu'un très faible écho dans les médias de notre pays. Après le foot, le tennis et le rugby masculin, il ne reste que des miettes pour les filles... »

Carole-Anne N. : « Avant l'Open Make Up For Ever, j'ai longtemps cru que les trois titres de championne du monde de Virginie Dedieu

allaient inverser la tendance et propulser la discipline dans une autre sphère. Cela ne s'est jamais produit. Depuis deux ans, la fédération a lancé l'Open Make Up For Ever. C'est vraiment une bonne chose, mais est-ce que cela sera suffisant ? »

Jasmine H. : « Plus qu'un meeting ce sont des résultats internationaux qui manquent à la synchro française. Il faudrait que les filles décrochent une petite médaille pour que cela trouve une résonance dans la presse. L'Open Make Up For Ever reste une vitrine ponctuelle, un feu d'artifice qui ne dure pas toute l'année. »

corsée pendant la troisième semaine. C'est dur de respecter un programme d'entraînement, encore que dans mon cas cela s'apparente davantage à des « plouf » ludiques. Les Jeux Olympiques se profilent à l'horizon, mais j'ai bien peur de ne pas être prêt à temps ! Dommage. Cette troisième semaine m'a surtout révélé les limites de ma puissance physique, à considérer que j'en sois pourvu d'ailleurs. Reste qu'après douze séances en vingt-un jours, soit presque quatorze kilomètres de natation (record perso amélioré), j'ai rendu les armes, préférant me rabattre sur une bavette à l'échalote avec mes collègues épatés. Parce qu'en définitive, je n'ai peut-être pas atteint mon objectif initial, certes, mais j'ai grandement impressionné mes collaborateurs. L'espace de quelques jours je suis devenu un tantinet exceptionnel. Idéal pour débiter 2012 !

Pierre Lejeune

ON AIME

Le courage et l'esprit de solidarité des Canadiens qui ont plongé dans le lac Ontario le 1^{er} janvier 2012 pour célébrer le Nouvel An et récolter des fonds pour des œuvres de bienfaisance de la région. C'est à Toronto que s'est tenue la septième édition du Plongeon de l'Ours Polaire - puisqu'il s'agit d'une tradition locale. Au total, ils étaient plus de 400 givrés à s'immerger dans les eaux glaciales du lac Ontario.



LA DÉCLARATION D'AMAURY LEVEAUX

« J'ai pris une énorme claque pendant les championnats du monde 2011 devant ma télé. Pendant les trois premiers jours, je n'ai pas dormi du tout. C'était horrible. Quand on n'est plus dans le système, ça fait bizarre. Là, je n'étais pas bien. Je me suis dit que je n'avais pas le droit de ne pas être dans cette équipe, que tout le monde me disait que j'avais du talent mais que je devais le prouver », a déclaré Amaury Leveaux au site sports.fr au lendemain des Euro en petit bassin de Szczecin (décembre 2011) où le Parisien renouait avec l'équipe de France.

DOS À DOS

Premiers champions du monde masculins de l'histoire de la natation française, Jérémy Stravius et Camille Lacourt connaissent une progression similaire depuis les Euro 2010. A Dunkerque, du 18 au 25 mars, ils s'affronteront de nouveau sur 100 m dos pour décrocher leur sésame olympique avant de se retrouver, éventuellement, dans le bassin londonien cet été.

Sujet réalisé par A. C.

EN PLEINE BOURRE

Jérémy. Depuis les championnats du monde à Shanghai, l'Amiénois incarne le nouveau visage de la natation tricolore. Polyvalent dans les bassins, mais pondéré dans le civil, l'élève de Michel Chrétien est la grande révélation de l'année 2011. Comparé à l'Américain Ryan Lochte pour sa technique de nage et à l'impressionnante longueur de ses coulées, Jérémy est potentiellement l'un des futurs cadors de la planète natation. Il a d'ores et déjà coché la case Londres dans son programme, où il espère faire aussi bien qu'à Shanghai et même mieux en se hissant seul, cette fois, sur la plus haute marche d'un podium. « On en n'est pas là », tempère-t-il dans un sourire. « En Chine, j'ai montré de quoi j'étais capable, il me reste maintenant à confirmer. C'est loin d'être évident. »

Camille. Meilleur nageur européen en 2010, le Marseillais connaît une progression constante depuis son triplé aux championnats d'Europe de Budapest (50, 100 m dos et 4x100 m 4 nages). Arrivé blessé et passablement émoussé aux Mondiaux de Shanghai, le beau gosse de la natation française a fait montre d'une monstrueuse force de caractère pour soulever l'or du 100 m dos et l'argent du 50 m dos. Autant dire que Camille n'a rien d'une comète dans le ciel aquatique. « Je suis surtout heureux d'avoir confirmé », observait-il à l'issue des championnats du monde. « Je savais que je serais attendu alors que je n'étais pas à 100 % de mes moyens. Ça n'a pas été simple, mais je me suis sorti les tripes et j'ai beaucoup appris de cette expérience. »

TOUT POUR PLAIRE

Jérémy. Décontracté et souriant, le Picard est un champion simple et accessible. En décembre dernier, lors des championnats de France en petit bassin, Jérémy a pu mesurer sa cote de popularité en s'offrant quelques bains de foule. « C'est à la fois étrange et agréable », reconnaît-il, « mais je n'oublie pas que je suis un nageur. Je suis là pour réaliser des performances. » Une manière de rappeler que le bling bling n'est pas sa religion. Proche d'Alain Bernard et de Hugues Duboscq, cadres indéboulonnables de l'équipe de France, l'Amiénois a trouvé sa place dans le collectif national sans faire de vagues.

Camille. Depuis les championnats d'Europe de Budapest (août 2010), le Sudiste déchaine les passions, tant chez ses supporters que chez les sponsors, qui se sont empressés de frapper à sa porte. Sa relation avec l'ancienne Miss France Valérie Bègue n'a finalement fait que renforcer une stature people qu'il s'efforce de tenir à distance. « Ce n'est pas désagréable », admettait-il en juillet 2011, « mais ça ne dure qu'un temps. Je ne suis pas dupe. » Véritable gravure de mode, le longiligne dossiste aux yeux bleus est aussi un excellent client en interview. A l'aise face aux micros, Camille fait preuve d'une gouaille sans pareille, en évitant adroitement l'écueil de la provocation gratuite. L'âme d'un gentleman !

LONDRES

Jérémy. « Ça fait du bien de sortir de l'ombre de Camille... Et pourquoi ne pas le dépasser maintenant ? », déclarait-il à l'issue des Mondiaux de Shanghai. Il en a les moyens, à condition toutefois de canaliser sa polyvalence. En décembre dernier, lors des championnats de France en petit bassin, l'Amiénois a pris seize départs. C'est beaucoup. Trop certainement. Et il le sait. Mais sur quelle course doit-il se concentrer ? « On va y songer en fonction du programme olympique », répond Michel Chrétien qui refuse de se précipiter. « Pour le moment, on se prépare. On en discutera quand ce sera le moment. Pas avant ! »

Camille. 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 Mondial de Rome en 2009. La voie est libre, à lui de s'y engouffrer ! D'autant que depuis les Euro 2010, son agent Jean-Michel Salessy veille à ce que le champion ne soit pas dérangé : « 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. »

J'ai testé pour vous...

La natation tous les jours !

Finalement, je suis comme tout le monde... Et moi qui croyais être un tantinet exceptionnel, quel gâchis ! **Toujours est-il que je n'ai pas échappé à la grande question qui accompagne invariablement les 1er janvier de chaque année : quelles résolutions pour 2012 ?** Ça n'a pas été si difficile que ça à trouver. Après une semaine non-stop d'orgies culinaires, j'ai décidé de consacrer ce premier mois de l'année 2012 à une remise en forme. Verdict : natation tous les jours entre midi et 13 heures, et tant pis pour les collègues du bureau. Ils comprendront. Je dois dire, et non sans fierté, que les premières séances n'ont pas été trop difficiles. J'ai commencé en douceur bien sûr, 800 mètres de brasse, avant de pimenter mes séances en deuxième semaine avec 1 200 mètres d'un mélange personnel de dos-brasse-crawl. L'affaire s'est sérieusement

Open Make Up For Ever
26-28 janvier, Montreuil

Objectif Londres

A six mois des Jeux Olympiques de Londres, les duettistes de l'équipe de France, Sara Labrousse et Chloé Willhelm, ont profité de la deuxième édition de l'Open Make Up For Ever pour répéter leurs gammes et peaufiner leur chorégraphie. Retour sur une sortie parisienne remarquée.

Adrien Cadot

1. UNE PREMIERE

A Montreuil, dans le bassin de la piscine Maurice Thorez et sous les yeux d'un public conquis, **Sara Labrousse et Chloé Willhelm ont présenté pour la première fois leur nouvelle chorégraphie « Cygne noir et cygne blanc »**. L'opportunité était en effet séduisante de la révéler en avant-première aux passionnés et supporters français tout en permettant aux synchros de roder leur ballet en compétition. **Et à ce petit jeu-là, Sara et Chloé se sont montrées particulièrement convaincantes en trustant la deuxième place (88,240 points), derrière les Japonaises, mais devant un duo chinois composé spécialement pour l'Open Make Up For Ever.**



(Ph. KMSP/Franck Faugere)

2. L'EXPERIENCE

On ne le dira jamais assez, la natation synchronisée est un sport d'expérience. **Or dans ce domaine, les duettistes tricolores affichent un cruel déficit de vécu par rapport à la concurrence mondiale.** Lancées dans le grand bain international après les retraites successives de Lila Meessem-Bakir et Apolline Dreyfuss en 2010, **les Françaises Sara Labrousse et Chloé Willhelm ont participé moins d'un an après leur intronisation à leurs premiers championnats du monde à Shanghai (août 2011).** Une expérience formatrice puisque l'été dernier la paire tricolore avait pris la huitième place du duo libre avant de se classer neuvième en finale du duo technique.



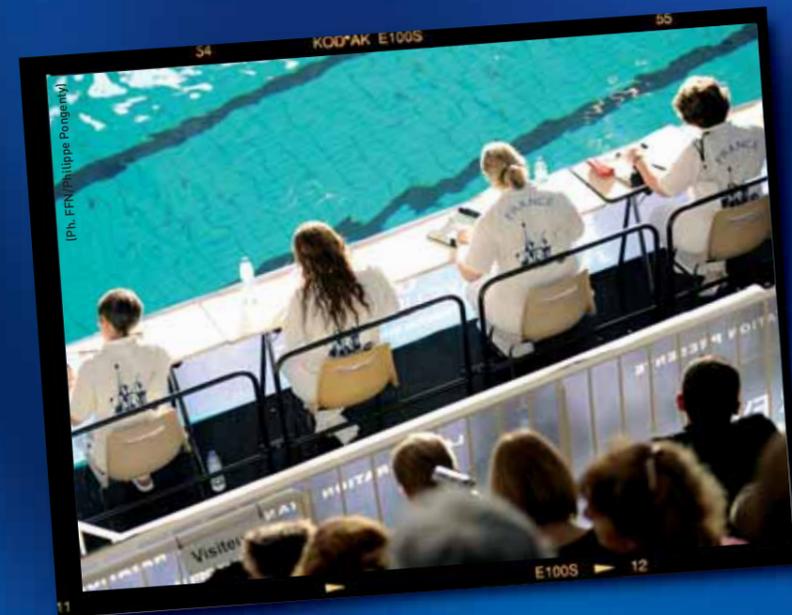
(Ph. FFN/Philippe Pongent)

Le saviez-vous ?

Vous l'ignoriez peut-être, mais la synchro se pratiquait déjà pendant l'Antiquité, plutôt comme loisir que comme discipline sportive. **Ce n'est qu'au début du XX^e siècle que la pratique se démocratise, notamment avec l'Australienne Annette Kellerman, qui exécutera des ballets aquatiques dans de nombreux films et des spectacles en Amérique du Nord.** En 1924 a lieu la première compétition de natation synchronisée et c'est en 1984 qu'elle intègre le giron olympique. **Mais seules les épreuves en duo et par équipes sont représentées.**

3. CONVAINCRE LES JUGES

L'Open Make Up For Ever est l'occasion de découvrir l'univers esthétique de la synchro. **Une vitrine médiatique pour une discipline féminine qui peine à s'imposer dans le panorama du sport français.** Outre cette démonstration de grande envergure, la compétition a surtout permis aux nageuses françaises et étrangères de séduire les juges. **« Les jugements évoluent très lentement dans notre sport »,** soulignait Virginie Dedieu en mars 2011 lors de la première édition de l'Open synchro. **« Voilà pourquoi les filles doivent saisir ce genre d'échéance pour se montrer. »** Et même si le rendez-vous parisien demeure une épreuve intermédiaire, il permet de marquer les esprits du jury et des concurrentes.



(Ph. FFN/Philippe Pongent)

4. LE TOURNOI DE QUALIFICATION

Rien n'est encore joué, mais les probabilités sont fortes pour que les duettistes de l'équipe de France intègrent la délégation tricolore qui défilera à Londres en juillet prochain. **« On a encore un tournoi de qualification à disputer »,** nuance Sara Labrousse avec prudence. En effet, c'est à Londres, du 18 au 22 avril prochain, que la paire tricolore jouera véritablement sa qualification pour le rendez-vous britannique. **« Pour l'instant nous sommes huitièmes mondiales, ce qui devrait nous permettre de décrocher un ticket »,** se projette Sara Labrousse. **« A condition aussi que nous ne nous blessions pas d'ici-là. »**



(Ph. FFN/Philippe Pongent)

5. LE RÊVE OLYMPIQUE

L'Antiboise Sara Labrousse ne s'en cache pas : **« Les Jeux Olympiques c'est mon rêve depuis que je suis toute petite. C'est un événement magique qui permet d'aller au bout de son sport. »** Et qui sait, de se hisser peut-être sur un podium comme l'avaient fait Virginie Dedieu et Myriam Lignot en 2000 aux JO de Sydney (bronze) ? **« C'est vrai qu'une médaille serait une belle récompense »,** admet Sara dans un grand sourire. **« Pour moi bien sûr, mais aussi pour nos familles qui nous soutiennent et nous épaulent en permanence. »** Une belle récompense certes, mais surtout un gigantesque challenge. **Car avant de signer une performance historique, Sara Labrousse et sa partenaire Chloé Willhelm devront dompter les cadors russes, espagnols et chinois.** Rien que ça !



(Ph. KMSP)

Duo : fiche technique

Thème : Cygne noir et cygne blanc
Musiques : « Broken sorrow » et « Thunder » et Nuttin' but strings et « Le lac des cygnes » de Tchaïkovsky (composition de musiques par Jean-Michel Collet)
Entraîneurs : Julie Fabre et Pascale Meyet
Objectif : Qualification olympique

Partenaire beauté

Depuis 2010, la société Make Up For Ever est le partenaire synchro de la Fédération Française de Natation. Une collaboration entamée au début des années 1990 qui contribue à l'essor de la discipline.

Beauté, charme, élégance, raffinement, voilà ce qui définit le mieux la natation synchronisée. **Pas étonnant dès lors que la marque de cosmétique Make Up For Ever se soit rapprochée de l'univers esthétique de la spécialité au début des années 1990.** En 1993, très exactement, lorsque Muriel Hermine, première star tricolore de la synchro, propose à Danny Sanz (fondatrice et directrice

La duettiste de l'équipe de France Chloé Willhelm maquillée par Make Up for Ever.



AVANT

APRÉS

artistique de Make Up For Ever, Ndlr) de maquiller les nageuses de son ballet aquatique *Sirella*. **Une expérience fondatrice qui permettra à la créatrice de concevoir une nouvelle gamme de produits de beauté qui résistent à l'eau.**

En 2010, la Fédération française et Make Up For Ever entérinent leur association. La marque de cosmétique devient alors un partenaire privilégié de l'équipe de France de nat' synchro.

La collaboration se traduit par un apport financier, une relation étroite avec les nageuses et une expertise en matière de maquillage. « Ce partenariat permet à Make Up For Ever de dépasser son rôle de marque de maquillage et de confirmer sa volonté d'éducation en formant l'équipe de France de natation synchronisée aux techniques du maquillage waterproof », annonce sans ambiguïté le site internet de la marque.

Reste que le point d'orgue de ce partenariat demeure, sans conteste, l'organisation conjointe d'un Open international entièrement dédié à la synchro et à son univers féérique. Pour la marque c'est l'occasion de séduire un large public féminin. Pour la fédération, il s'agit de médiatiser la discipline. **Car en dépit des trois titres de championne du monde en solo de Virginie Dedieu (2003, 2005 et 2007), la synchro n'a jamais décollé**

en France. En Espagne, au Japon ou en Russie, elle tient le haut de l'affiche. Pas chez nous. C'est d'ailleurs dans cette perspective qu'a été conçu L'Open Make Up For Ever, organisé en mars 2011 puis en janvier dernier à la piscine Maurice Thorez de Montreuil. **Durant les trois jours de compétition (26-28 janvier), la société a installé deux stands : un en coulisses pour les nageuses engagées et l'autre en tribune pour les spectateurs.**

« L'objectif est de montrer l'enseigne au public. Rien de telle que l'excellence d'une discipline pour mettre en exergue notre marque. Nous avons une gamme de produits aquatiques de haute technicité et de haute résistance », souligne Jean-

François Bernardi, responsable marketing. **« Nous nous occupons de tout le monde : des nageuses comme du public », reprend Julie Dupy, maquilleuse et responsable des relations professionnelles de la marque.** « Dans l'eau, les nageuses sont loin des juges et des spectateurs et il est difficile d'apercevoir leur maquillage. **Ce dernier doit donc être très étiré et très coloré. Nous avons pour consignes de reproduire les mêmes thèmes pour le public », poursuit Julie Dupy.** Entre Make Up For Ever et la synchro, l'histoire semble partie pour durer.

Rémi Chevrot (avec A. C.)



Le stand Make Up For Ever réservé au public.

(Ph. FFN/Philippe Pongent)

Le poids des mentalités

En mars 2011, la Fédération Française de Natation et son partenaire Make Up For Ever inauguraient la première édition d'un Open entièrement dédié à la natation synchronisée. Une compétition de préparation, mais surtout une vitrine médiatique pour soutenir le développement de la discipline. Un an après, où en est la synchro ?

D'un point de vue purement visuel, l'impression est excellente. En l'espace de trois jours (26-28 janvier), la piscine Maurice Thorez de Montreuil n'a pas désempli. **Comme en 2011, ils étaient plus de 3 000 passionnés de ballets aquatiques à admirer la grâce et l'esthétisme des naïades tricolores et étrangères.** Il y a un public pour la synchro. C'est certain. Un public enthousiaste, connaisseur et totalement impliqué. Au point de se ruer sur les maquillages du stand Make Up For Ever installé pour l'occasion.

Visuellement, l'Open est un succès. Mais qu'en est-il des retombées médiatiques ? La compétition estampillée Make Up For Ever a été répercutée sur Internet. Il n'y a qu'à lancer une recherche sur Google pour s'en convaincre. **Mais comparativement aux échéances surmédiatisées de la natation course, la synchro n'a pas affolé les gazettes.** Comparaison n'est pas raison. Certes, mais la discipline dispose sans conteste des atouts pour se défaire de son statut d'outsider. Des sourires, des jambes galbées, de la musique à plein volume, des paillettes, du décorum et des performances internationales. Tout est là.

Alors pourquoi la synchro ne s'épanouit-elle pas davantage ? **D'abord parce que les Bleues n'ont plus décroché de médailles mondiales depuis l'or de Virginie Dedieu aux Mondiaux de Melbourne en 2007.** Peut-être, mais il n'y a pas que cela. La réponse est à chercher ailleurs, notamment dans le poids des mentalités et les rapports tourmentés qu'entretient la France avec le sport féminin. « On voit moins de sport féminin dans les grands médias parce que la prime est donnée au football, au tennis, au rugby ou au cyclisme », analysait Chantal Jouanno, alors ministre des Sports, en 2011. **« Il est donc important de montrer le sport au féminin et notamment une discipline comme la synchro qui dispose de caractéristiques très féminines. La natation synchronisée a besoin d'être mise en valeur, car c'est tout sauf un sous sport. »** Personne ne la contredira. Au 31 décembre 2009, 37 % des sportifs de haut niveau inscrits sur les listes ministérielles étaient des femmes (source : Ministère chargé des sports). C'est mieux qu'en 2006, où l'on en recensait 34 %, mais la parité n'est pas encore atteinte. **« C'est terrible de voir à quel point le sport féminin n'intéresse pas la France », observe, non sans une pointe d'amertume, Patrice Lair, coach des footballeuses de l'Olympique lyonnais.** « Chez nous, on a vraiment du mal à comprendre que les filles proposent du sport de haut niveau. »

« La natation synchronisée a besoin d'être mise en valeur, car c'est tout sauf un sous sport. »
(Chantal Jouanno, mars 2011)

Femmes en sport

Les femmes sportives ont rendez-vous le 11 mars 2012 au stade Emile Anthoine (XV^e arrondissement de Paris) pour la journée « Femmes en sport » ! **Dans le cadre de la Journée internationale de la femme, la Ville de Paris met en place depuis plusieurs années une grande journée autour du sport et de la femme.** Un rendez-vous gratuit et libre au cours duquel de nombreuses activités seront présentées et proposées aux participantes [course à pied, danse, fitness, yoga, massages].

A. C.

(Ph. Dmytro Konstantynov/Fotolia.com)

(Ph. FFN/Philippe Pongent)



[Ph. ©otly - Fotolia.com]

«
Aucun
médicament
n'est à ce jour
aussi efficace
que le sport.
»

Le sport contre le cancer

Le lundi 19 mars, la piscine Paul Asseman de Dunkerque accueillera le **Colloque Nagez Forme Santé** organisé par la fédération Française de Natation. Une journée qui permettra de sensibiliser le grand public ainsi que le monde médical aux bienfaits de la natation dans le cadre d'une politique de santé publique.

**NAGEZ
FORME
SANTÉ**

Toutes les études récentes le montrent : une activité physique régulière diminue non seulement les risques de cancer, mais elle aide aussi les malades à mieux supporter leur traitement. **Il ne s'agit ni de battre des références mondiales, ni de préparer les Jeux Olympiques, simplement d'entretenir sa santé.** « *Tout est bon à prendre, l'essentiel est de pratiquer une activité physique* », souligne le docteur Bruno Audhuy, oncologue et président du comité du Haut-Rhin de la Ligue contre le cancer. « **Le risque de cancer est fortement lié au poids de l'individu. Une activité physique régulière réduit par exemple de 30 à 40 % les risques de cancer du sein, surtout après la ménopause, et de 40 à 50 % les cancers du côlon** », enchaîne Bruno Audhuy. Le risque de rechute après un traitement diminue de 30 à 50 % quand le patient poursuit une activité physique. « *Aucun médi-*

cament n'est à ce jour aussi efficace que le sport », conclut-il. Mais que faut-il entendre exactement par activité physique ? Pas besoin de courir le marathon ou de participer à un meeting de natation tous les week-ends, il convient surtout de pratiquer une activité adaptée à son âge et à sa condition physique. « **La marche à pied est une activité idéale pour le souffle et accessible à tous. L'essentiel est de faire un effort pendant une demi-heure en continu** », confirme le **Docteur Audhuy**. En théorie, aucun sport n'est prohibé pour un patient atteint du cancer, mais il est essentiel de le pratiquer sous contrôle médical. Selon le type de cancer traité et ses répercussions sur l'état général, certaines activités s'avèrent plus ou moins conseillées : le mouvement des bras après une opération des aisselles chez les femmes atteintes d'un cancer du sein est par exemple à éviter. « **La**

course, la natation et le vélo restent souvent possibles », note le **médecin**. Pendant le traitement, le sport aide à conserver une musculature correcte et à mieux supporter des traitements, souvent lourds pour l'organisme. Et contrairement à ce qu'on pourrait penser, il permet aussi de réduire la fatigue. Si l'impact sur le physique est déterminant, il en va de même pour l'aspect psychologique : « **C'est une façon de dire que la vie continue. Souvent, les patients sont agréablement surpris d'apprendre qu'ils peuvent continuer à pratiquer une activité** ». « *Cela permet aussi de se réconcilier avec son corps, de reprendre confiance en soi* », renchérit Bruno Audhuy. « *De plus, les personnes qui bougent sont moins sujettes à la dépression. Pratiquer une activité en club, ou tout simplement sortir de chez soi est une manière de rester intégré à la société, de ne pas rester en tête à tête avec sa maladie.* » • A. C.

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

A2DB
CONSEIL & ORGANISATION

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

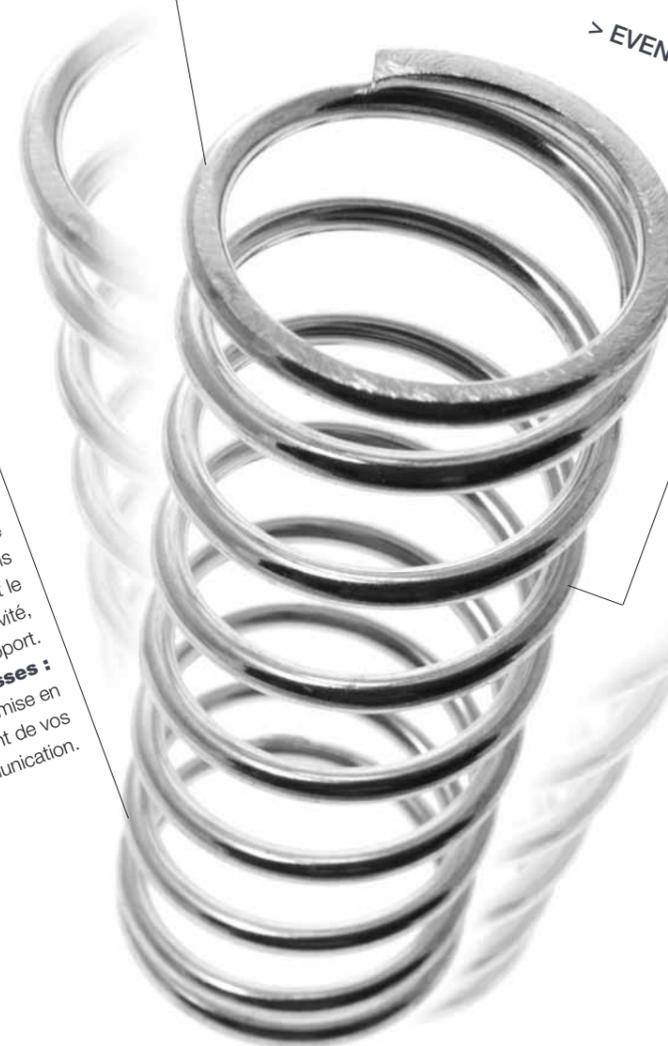
teebird

Notre philosophie

Aborder la communication dans sa globalité, quel que 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.





Episode n°9 : Les Pays-Bas

A l'instar de la France, la natation néerlandaise a vécu ses plus belles heures aquatiques ses dix dernières années. En 2000, aux Jeux Olympiques de Sydney, deux nageurs bataves crèvent l'écran : Inge De Bruijn, puissante et vélocité, intraitable face à ses concurrentes américaines et australiennes, et le jeune et longiligne Pieter van den Hoogenband qui, non content de s'imposer sur 100 et 200 m nage libre, entre dans l'histoire de sa discipline en devenant le premier nageur à franchir la barre mythique des 48 secondes sur l'aller-retour (47''84). Les Hollandais tiennent leurs héros. Ils ne les décevront pas.

Sujet réalisé par Adrien Cadot

UN PEU D'HISTOIRE

Le déséquilibre est frappant ! La natation néerlandaise est d'abord et avant tout une histoire de femme. Ainsi, si l'on exclut les trois titres olympiques de Pieter van den Hoogenband, sa médaille de bronze du 50 m nage libre en 2000, celle d'argent du 200 m en 2004 et les performances des relais 4x100 et 4x200 m en 2000 et 2004, les nageurs bataves n'ont pas décroché la moindre breloque olympique. De leur côté, les filles n'ont pas chômé avec onze médailles d'or, quatorze d'argent et quatorze de bronze récoltées depuis l'édition de 1928, à Amsterdam. Le déséquilibre est impressionnant, vous en conviendrez. Dans les années 30, Den Ouden, Braun et Mastenbroek ont fait la gloire des Pays-Bas. Dans les années 40 et 50, Waessen, Lagerberg et Temeulen

ont brillamment repris le flambeau, puis Brigitha, DeRover, Kok et Verstappen se sont illustrées dans les années 70-80, avant qu'Inge De Bruijn et la fondeuse Vliegheuis (double médaillée de bronze des 800 et 1 500 m nage libre aux JO d'Atlanta) assurent l'héritage olympique de leurs illustres aînées. Aujourd'hui, c'est au tour d'Inge Dekker, Ranomi Kromowidjojo, Marleen Veldhuis et Femke Heemskerk d'entretenir la flamme.

Au cours des années 1990, la natation néerlandaise a connu une profonde réforme en bouleversant notamment son encadrement, restructurant sa politique d'entraînement et en injectant énormément d'argent afin de soutenir la progression de ses nageurs. Une réforme fructueuse qui aura permis de révéler Pieter van den Hoogenband et Inge De Bruijn aux JO de Sydney, où ils décrochèrent cinq titres olympiques.

STADE NAUTIQUE PIETER VAN DEN HOOGENBAND

C'est un peu le joyau de la natation batave, sa caverne d'Ali Baba, son Panthéon. Le stade nautique Pieter van den Hoogenband, en hommage au multiple champion olympique néerlandais, est un complexe sportif de grande envergure entièrement dédié à la natation. Situé dans la ville néerlandaise d'Eindhoven, le berceau des van den Hoogenband, il a été édifié

AMSTERDAM 1928

Les Jeux Olympiques de 1928 se sont tenus à Amsterdam du 17 mai au 12 août. Après deux échecs successifs, la métropole néerlandaise est désignée par le Comité International Olympique le 2 juin 1921 à Lausanne, au détriment de la ville de Los Angeles qui reçut néanmoins l'assurance d'accueillir les Jeux de 1932. La reine Wilhelmine des Pays-Bas mit un veto à l'organisation de cet événement par son pays, considérant les JO comme une « manifestation païenne ». Preuve que les JO n'avaient pas encore atteint l'ultra médiatisation que l'on connaît. Des Jeux de 1928 il faut surtout retenir l'allumage symbolique de la flamme olympique avant les épreuves, l'arrivée des femmes en athlétisme, malgré l'hostilité farouche du baron Pierre de Coubertin, et le retour de la délégation allemande, exclue du mouvement olympique depuis la fin de la Première Guerre mondiale en 1918. Au total, quarante-six nations et 2 883 athlètes (dont 277 femmes) prirent part à la compétition. Les sportifs les plus en vue de cette olympiade furent, comme quatre ans plus tôt, l'athlète Paavo Nurmi et le nageur Johnny Weissmuller.

Il est intéressant de noter que cette édition, dix ans après la fin du premier conflit mondial, reflète toujours l'antagonisme fort qui oppose alors la France à l'Allemagne. Ainsi, le jour de la cérémonie d'ouverture, des athlètes français eurent une altercation avec un portier du stade qui leur refusa l'accès. Le secrétaire général de la Fédération Française d'Athlétisme, Paul Méricamp, fut même frappé au visage après avoir réagi vivement à cette interdiction alors que d'autres délégations, dont celle d'Allemagne, purent rentrer dans le stade. La France décida aussitôt de boycotter la cérémonie d'ouverture. Cette affaire, interprétée par les Français comme germanophile et francophobe, prit de telles proportions que même les ministères des

au cœur du Centre national de Tongelreep (Nationaal Zwemcentrum de Tongelreep). Le stade nautique Pieter van den Hoogenband est équipé d'une piscine de cinquante mètres, d'un bassin de vingt-cinq mètres, d'un bassin d'entraînement de quatre lignes de cinquante mètres, ainsi que des installations nécessaires aux compétitions de plongeon. Il dispose également de plusieurs salles de musculation, d'un espace dédié aux analyses vidéo et de toutes

les structures inhérentes au haut niveau. Depuis son inauguration, il a accueilli les championnats d'Europe 2008, où Alain Bernard remporta les titres continentaux des 50 et 100 m nage libre (records du monde à la clé), les championnats d'Europe en petit bassin de 2010, les championnats d'Europe de water-polo féminin et masculin en 2012 ainsi que les prochaines épreuves de plongeon des championnats d'Europe de natation 2012.



Affaires étrangères des deux pays durent intervenir afin d'éviter tout incident diplomatique. Des excuses furent formulées par le comité d'organisation d'Amsterdam. La France

ne défila pas avec les autres nations mais un de ses représentants, l'athlète Pierre Lewden, prêta le serment olympique devant le CIO.





PIETER VAN DEN HOOGENBAN : LE HOLLANDAIS VOLANT

La natation mondiale aura connu un avant et un après VDH. Autant dire que le longiligne néerlandais au sourire sincère et envoûtant a marqué de son empreinte l'histoire de sa



(Ph. KMSP/Franck Faugere)

discipline. La légende du « Hollandais volant » débute lors de sa victoire sur le 100 m des Euro d'Istanbul en 1999. **A seulement 21 ans, Pieter van den Hoogenband s'en va battre le Russe Popov, tsar du sprint invaincu en championnat jusqu'à ce rendez-vous turc.** Si l'émergence de ce nageur dégingandé surprend, elle ne doit rien au hasard. VDH fait partie de cette école hollandaise, au même titre qu'Inge De Bruijn, qui s'entraîne excessivement. Son entraîneur, Jaco Verhaeven affirme à l'époque qu'il « *travaille très dur en intensité, comme en qualité, sans doute plus que la moyenne* ». Reste que le travail ne sert pas à grand-chose sans le talent, et Van Den Hoogenband en a à revendre. « *Quand il était petit, il a par exemple suffi qu'on lui explique une fois le papillon et il a tout compris* », a expliqué un jour son père. Mais plus que tout, VDH ne craint pas la pression. Le Batave sait qu'il n'aura jamais le palmarès de Popov, qu'il considère comme le nageur du siècle, qu'il peut rater des courses ou un record du monde, et surtout qu'il y a plus important que la natation dans la vie. Et c'est dans cet état d'esprit détendu qu'il débarque aux Jeux Olympiques de Sydney (septembre 2000). **En Australie, il commence par s'adjuger l'or du 200 m nage libre, sa distance de prédilection, avant d'emporter le titre suprême du 100 m, signant au passage un chrono historique de 47''84 en demi-finale.** VDH est le premier sprinter à descendre sous les 48 secondes. « *On espérait bien un record, mais plutôt en finale. Mais il est tellement facile. C'est difficile pour lui de nager plus doucement. Il ne peut tout simplement pas aller moins vite* », commente son coach Jaco Verhaeven dans la foulée de ce temps historique. « *Je suis en train d'entrer dans l'histoire, non ?* » s'amuse de son côté VDH. « *Faire le 100 mètres en 47 secondes, c'est extraordinaire. Je savais que je pouvais le faire. Je suis si heureux* ». Van Den Hoogenband conservera son record pendant presque huit ans. Le 21 mars 2008, le Français Alain Bernard, équipé d'une combinaison en polyuréthane, s'en empare aux Euro d'Eindhoven, le bassin d'entraînement du Hollandais, en couvrant l'aller-retour en 47''60. **Le symbole est d'autant plus fort que VDH avait prédit l'année précédente aux Mondiaux de Melbourne que ce « Frenchie » disposait de tout le talent nécessaire pour le détrôner au sommet de la hiérarchie mondiale.**

INGE DE BRUIJN : L'EXPLOSION TARDIVE

Difficile de s'arrêter sur la natation néerlandaise sans évoquer l'incontournable Inge De Bruijn. Mais avant d'exploser au sommet de la natation mondiale, la grande et musculeuse blonde a connu des années de doute et d'incertitude. **Jusqu'en 1998, l'année de sa renaissance, Inge est une bonne nageuse, mais pas encore une star interplanétaire.** Dauphine de Catherine Plewinski sur le 100 m papillon des Euro de 1991 et médaillée de bronze continental deux ans plus tard sur la même distance après des JO barcelonais anecdotiques, la Hollandaise stagne ensuite dans les 50 premières mondiales. **Au milieu des années 90, de Bruijn se déclare fatiguée d'enchaîner les longueurs.** « *Je nage depuis que j'ai 7 ans* », dit-elle alors à l'époque. « *C'est devenu lassant* ». Elle ira jusqu'à se faire exclure de l'équipe olympique néerlandaise en 1996 pour dilettantisme. Cette année-là, elle décide de rejoindre Paul Bergen aux Etats-Unis pour changer de méthode d'entraînement. Aux USA, Inge soulève de la fonte, court beaucoup, grimpe à la corde et fait des heures de musculation. Sa nage s'en ressent immédiatement : toute en force. **La Néerlandaise n'a rien d'une puriste, en crawl surtout où, si elle a considérablement changé son style avec des bras très tendus,**



(Ph. KMSP)

ceux-ci continuent à cogner furieusement l'eau. Sa force, c'est son punch et ce retour incroyable qui lui permet de tout exploser en mai 2000 aux Euro anglais. A Sheffield et dans les semaines qui suivent, la sprinteuse étrille sept records du monde. Inévitablement, ses performances interpellent. **Mais si elle a changé physiquement, Inge De Bruijn n'a rien d'un monstre comme certaines nageuses du passé (1m78 pour 60 kilos).** De Bruijn épate de nouveau la natation mondiale aux JO de Sydney, en septembre 2000, où

elle s'adjuge l'or olympique sur 50, 100 m libre et 100 m papillon. Elle est seule au monde ! **En 2004, aux JO d'Athènes où elle s'aligne à presque 32 ans, elle conserve l'or du 50 m nage libre mais se contente de l'argent de l'épreuve reine et du bronze du 100 m papillon, son épreuve de prédilection.** La reine se retire peu de temps après pour embrasser une brillante carrière de consultante à la télévision. Aujourd'hui, elle continue d'inspirer la jeune génération de sprinteuses bataves.

LONDRES 2012

Comme en 2008, aux Jeux de Pékin, les espoirs olympiques de la natation néerlandaise reposent principalement sur les sprinteuses de la délégation féminine. **Aux championnats du monde de Shanghai, l'été dernier, les nageurs bataves sont restés muets tandis que leurs homologues féminins empochaient six médailles, dont l'or d'Inge Dekker sur 50 m papillon, celui du relais 4x100 m nage libre et le bronze de la jeune et prometteuse Sharon Van Roozendaal, qui avant de s'aligner sous les couleurs hollandaises nagea longuement en France.** Depuis la retraite de Pieter van den Hoogenband, au lendemain des JO chinois, la relève masculine tarde à émerger. Les espoirs ne manquent pas, mais les résultats ne sont pas encore au rendez-vous. Dans six mois donc, à Londres, **la pression reposera de nouveau sur les épaules d'un quatuor féminin composé d'Inge Dekker, de Ranomi Kromowidjojo (médaillée d'argent sur le 100 m des Mondiaux 2011), Marleen Veldhuis et Femke Heemskerk (photo) •**



(Ph. KMSP)

Les nageurs ont-ils des corps parfaits ?

On entend souvent dire que la natation sculpte les corps. A observer les torsos musclés des nageurs de l'équipe de France, leurs cuisses dessinées au scalpel et leurs fessiers fermes, l'affirmation n'a rien de disproportionné. Mais qu'en pensent les principaux intéressés et leurs supportrices averties ?

Sujet réalisé par
Laure Dansart et
Celia Delgado Luengo

© Ph. KMSP/Séphane Kempinaire

Hugues Duboscq (triple médaillé olympique de bronze en brasse) : « Au niveau athlétique, oui, je pense que les nageurs ont de très beaux corps ! **C'est homogène et en règle générale, ils sont grands.** En plus, vu que c'est un critère esthétique du moment, ils n'ont pas de poils. »

Valentine (24 ans) : « Pour moi, c'est juste trop... Trop parfait j'entends ! **Moi, j'aime bien les hommes qui vous donnent certes l'impression de vous protéger, mais pas de vous écraser !** C'est vrai qu'ils ressemblent aux dieux de l'Olympe, le corps grec par excellence, l'idéal masculin. Mais ceci étant, ce n'est pas pour cela qu'on peut traduire leur esthétique par la notion de perfection. **Allez, un ou deux petits bourrelets, nous les femmes on est pas forcément contre !** »

Clarence (29 ans) : « Les nageurs sont assez longilignes, sans trop de muscles. **Je fais du basket et en comparaison avec ce sport qui développe chez les hommes beaucoup plus le haut du corps que le bas,** la natation donne aux nageurs une musculature homogène. Certains ont parfois les épaules trop « carrées », mais avec l'arrêt des combis, c'est moins fréquent. **Le seul petit défaut, s'il faut en trouver un, c'est qu'ils n'ont pas beaucoup de fesses, mais c'est un détail !** »

Alain Bernard (champion olympique du 100 m) : « Comme tout sportif, j'ai un rapport particulier avec mon corps. **C'est mon outil de travail. Le moindre petit « bobo » peut prendre de grandes proportions et avoir des répercussions sur mon entraînement.** C'est la raison pour laquelle j'en prends soin. Et puis je respecte l'adage : « Bien dans son corps, bien dans sa tête. » La première fois où on m'a dit que j'avais pris du muscle, j'en ai été assez fier. **Ça flatte forcément un peu l'ego quand les autres vous regardent, notamment les filles.** »

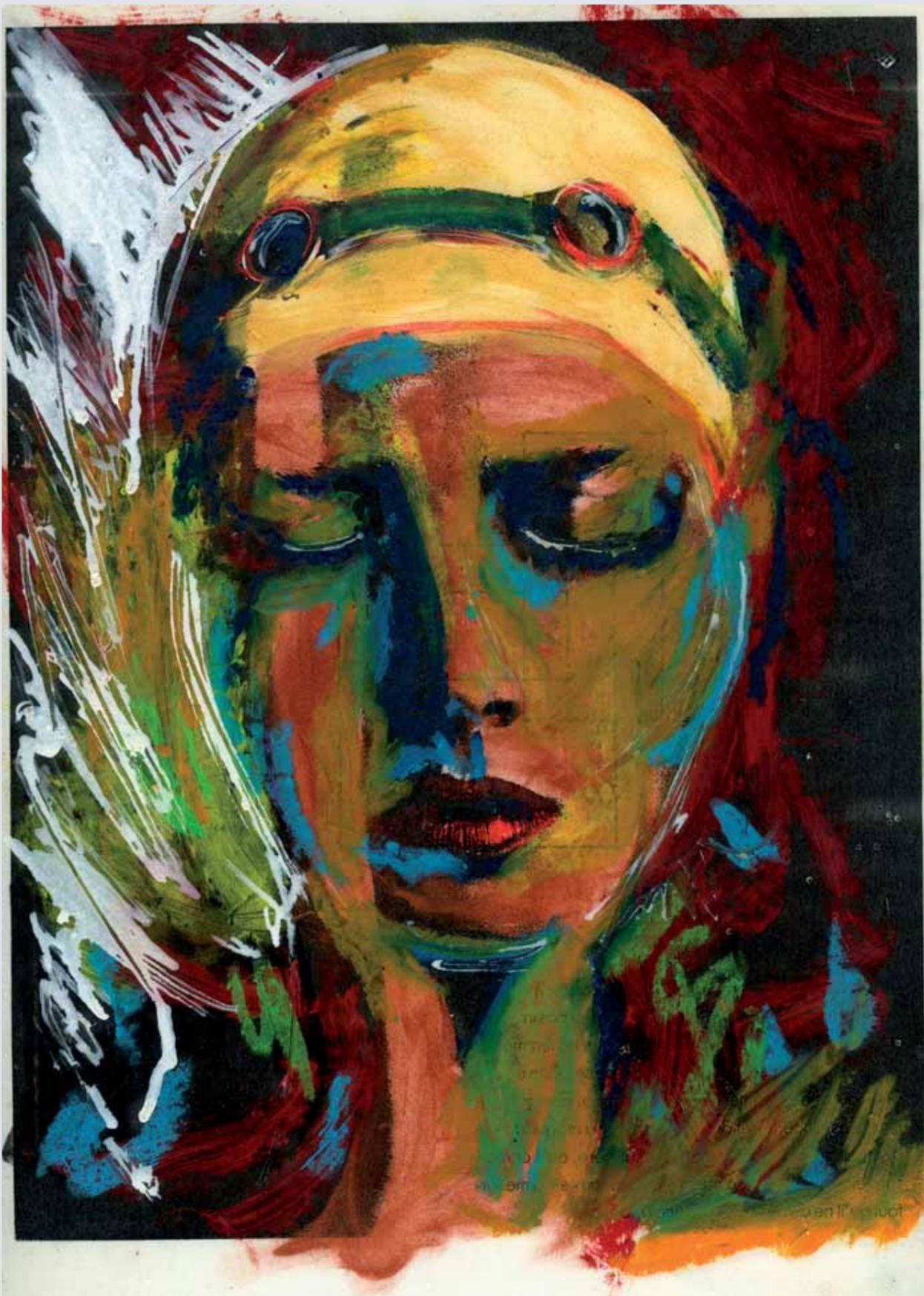
Claudie (44 ans) : « C'est quoi la perfection ? **Pour moi, un corps d'homme parfait, c'est le corps de celui qu'on aime.** Ok, c'est un peu mièvre, mais c'est ma réponse ! »

Jacques (46 ans) : « D'un point de vue purement masculin, je dois reconnaître que les nageurs sont impressionnants. **Forcément, tous les mecs rêvent de pectoraux et de tablettes de chocolat, mais il ne faut pas oublier non plus qu'ils passent un temps considérable à s'entraîner.** Ce n'est pas une excuse, mais dur de rivaliser avec ses machines de compétition. Et puis pour ceux qui comme moi aiment les plaisirs de la vie, **c'est un peu mission impossible (rires) !** »

Mathilde (36 ans) : « Je ne m'étais jamais posé la question, mais j'ai tendance à admirer le corps de tous les sportifs ! Ce n'est que très récemment que j'ai pu me pencher sur le corps des nageurs, lorsque j'ai suivi les Euro de Budapest en 2010. **J'ai alors constaté que les nageurs étaient effectivement taillés de façon spectaculaire.** Je me suis aperçue qu'ils avaient des muscles partout... **Oui, d'une certaine façon, on peut dire qu'ils ont des corps parfaits !** »

Carole (32 ans) : « Honnêtement, il faudrait être difficile pour ne pas apprécier le corps des nageurs. **Ils sont hyper craquants ces gars-là. Ils ont tout pour eux...** Moi, personnellement, je suis toujours séduite et impressionnée par un mec musclé. **Ça doit être le fantasme du pompier ou du bûcheron, un truc dans le genre (rire).** »

Caroline (26 ans) : « Je ne suis pas tout à fait d'accord... Il me semble que les nageurs manquent de fesses. **En général, je préfère le corps des athlètes qui ont de bonnes jambes et un postérieur plus rebondi. Les nageurs sont un peu disproportionnés : ils ont le haut du corps très développé tandis que leurs jambes sont un peu maigrelettes. Reste que sans être parfait, ils ont tout de même des corps alléchants !** »



[Fotolia]

Quand t'es accro, c'est plus du sport

C'est un phénomène méconnu qui connaît pourtant depuis quelques années une progression inquiétante : l'addiction au sport (bigorexie). Les dérives sont les mêmes que pour la drogue ou l'alcool. Mal-être, dépression, isolement, tentative de suicide... La natation ne fait pas exception. Nous avons mené l'enquête.

Sujet réalisé par Raphaël Godet

De ses années de natation, Valérie a gardé de « jolies coupes », de « belles médailles » et des « photos marrantes ». Tous ses souvenirs de gamine, elle les a laissés dans un coin chez ses parents. Non pas qu'elle souhaite oublier. Juste qu'elle ne voit pas l'intérêt de les ressortir « à chaque repas de famille ». A 40 ans, Valérie est passée à autre chose, elle est mariée, elle a quatre enfants. Mais elle accepte quand même de revenir sur son histoire. De ses débuts glorieux dans les bassins jusqu'aux premiers rendez-vous chez la psychologue.

Elle se souvient : « J'avais 6 ans, j'étais en maternelle. On me disait que je me débrouillais bien dans l'eau. Je me suis prise au jeu ». Elle s'inscrit dans un club, et quelques années plus tard, la voilà devenue reine des bassins, reine du crawl surtout. Valérie a un bon niveau et beaucoup de motivation : « J'avais deux entraînements par jour, une compétition le week-end et des stages pendant les vacances scolaires ». Dans le bassin, elle enchaîne les kilomètres : « Il m'arrivait de nager dix bornes par jour, et une cinquantaine par semaine ». Emploi du temps classique d'un nageur doué.

Sauf qu'à ce moment-là, Valérie souffre, mais personne ne remarque rien. « Tout le monde était content de me

voir nager ». Au bord du bassin, Valérie a de plus en plus de mal à supporter le regard des autres : « Quand on est en maillot de bain, il faut être clean. On n'a pas le droit d'avoir des rondeurs ». Elle veut perdre « six kilos ». Sa solution tient justement en six lettres : régime. A midi, elle se contente d'une pomme et d'un verre de lait. « Je négligeais mes repas. Je ne m'alimentais pas assez. Dans l'eau, je manquais de force, je n'allais pas au bout des entraînements. » Il y a urgence. Elle entend alors parler d'une structure spécialisée : le Centre d'accompagnement et de prévention pour les sportifs à Bordeaux.

Une dizaine de personnes travaille au Centre d'accompagnement et de prévention pour les sportifs à Bordeaux. 600 sportifs passent dans ses couloirs chaque année.

Niché dans le sous-sol d'une antenne du CHU de Bordeaux, le CAPS est né il y a une dizaine d'années. C'est le docteur Serge Simon, ancien pilier de l'équipe de France de rugby, qui en a eu l'idée. Une dizaine de personnes travaille dans cette structure unique en

France : un sociologue, une secrétaire, un médecin, trois psychologues et deux psychiatres. 600 sportifs passent dans ses couloirs chaque année. Valérie se souvient de son premier rendez-vous. Pendant une heure, on va lui poser « des dizaines de questions ». Où elle nage, combien de temps elle nage, pourquoi elle nage... Valérie raconte tout :

[suite page 34]

« Failles narcissiques »

L'addiction au sport touche toutes les disciplines, sans exception. Entre 10 et 15 % des sportifs ayant une pratique intensive souffriraient d'un problème de dépendance. Officiellement, il y en a beaucoup plus, mais très peu de sportifs acceptent de consulter. La psychiatre Sabine Afflelou avance d'autres exemples. Celui des ultrarunners qui ressentent de la dysmorphophobie, sorte de crainte obsédante d'être laid ou malformé. Dans cette discipline, il y a une recherche constante de l'extrême, de sensations toujours plus grandes. Sabine Afflelou parle de « faille narcissique ». Elle évoque aussi les triathlètes qui souffrent d'ascétisme : « Ils cherchent en permanence à tendre vers la perfection. Il y a une forme de renoncement ou d'abnégation. Je dirai même une tendance obsessionnelle. Dans le triathlon, le geste est répété, il y a comme des rituels ». Le docteur Afflelou prend également l'exemple des culturistes qui aiment avoir mal le lendemain d'une compétition car « cette douleur est synonyme de travail accompli ». Toujours à propos des culturistes, elle raconte l'histoire de ce patient qui buvait de l'eau de mer pour avoir les urines claires ! « Ça paraît inimaginable, mais ça existe. Là, on est face à un grave problème de dépendance à l'effort physique ».

La psychiatre parle enfin des danseuses classiques qui vont « tout faire pour avoir les pieds cassés et des os saillants. C'est à cela qu'on reconnaît une danseuse classique ». Ou encore ces rugbymen flattés d'avoir un coquard et les oreilles éclatées car « c'est une marque identitaire ». La spécialiste appelle cela une blessure de mode.



>>> **ses angoisses, ses pleurs, son mal-être.** Elle explique qu'elle a du mal à se passer de la natation : « *C'est une priorité pour moi. Les proches me disent de me méfier, de ralentir, mais je ne peux pas. Dans l'eau, je me sens bien. Parfois, je suis fatigué, mais je vais quand même nager. Je fais tout en fonction de mes entraînements.* ». Elle monte sur la balance : 35 kg. Et des grosses carences. Le médecin lui lance alors : « *Valérie, soit tu stoppes le sport, soit tu finis en fauteuil roulant.* ». La nageuse prend alors conscience de ses problèmes et entre dans un parcours de soin classique à l'hôpital, remboursé par l'Assurance Maladie.

« **C'est une priorité pour moi. Les proches me disent de me méfier, de ralentir, mais je ne peux pas. Dans l'eau, je me sens bien. Parfois, je suis fatigué, mais je vais quand même nager. Je fais tout en fonction de mes entraînements.** »
(Valérie)

• **Des champions olympiques**

A Bordeaux, la psychiatre qui prend Valérie en charge s'appelle Sabine Afflelou. Dans son bureau, elle en a vu passer des vies brisées, des bleus à l'âme, des athlètes au fond du trou. Elle reçoit des sportifs amateurs, des joggers du dimanche, mais aussi des

sportifs professionnels. « *Certains sont connus, on les voit à la télé.* ». Evidemment, elle ne citera pas de noms. Peu importe d'ailleurs. Au fil de la discussion, on apprend simplement qu'elle a déjà soigné des champions olympiques ou des joueurs étrangers qui évoluent dans des clubs français. Ils sont Anglais, Tchèques, Russes, Espagnols ou Brésiliens. **Addict au sport ? Bêtement, au départ, on a envie d'en rire. Et de se dire que tout ça n'est pas sérieux. Le sport, c'est bon pour la santé, nous répète-t-on à longueur de temps. Et là, le sport nuit donc à notre corps ? Eh bien oui.**

• **Anorexie athlétique**

Parfois on débarque par hasard au centre pour sportifs addicts de Bordeaux. Comme ce patient qui avait rendez-vous avec son chirurgien pour une blessure à la cheville et qui s'est retrouvé dans le bureau d'un psychologue. « *On peut venir pour un simple bobo à la jambe et ressortir avec un bobo à la tête.* », résume habilement Sabine Afflelou. Elle prend l'exemple de la natation : « *Chez les nageurs, la blessure classique c'est la tendinite à l'épaule. Certains vont cacher cette blessure et continuer à nager comme si de rien n'était. C'est dangereux, ils prennent le risque de se blesser plus gravement !* »

S'ils cachent cette blessure, c'est pour plusieurs raisons. Il y a la peur de perdre sa place, de ne pas retrouver son niveau. Mais pas seulement. « *En natation, l'esthétique compte beaucoup. Certaines nageuses surveillent leur poids au gramme près. Grossir est synonyme de perte de performance.* » En médecine, on appelle cela l'anorexie athlétique. Comme Valérie, ils sont des dizaines de sportifs à en souffrir. Tous ces témoignages nous renvoient à une seule et même question : comment en arrive-t-on là ? Il y a plusieurs explications. Premièrement, l'explication chimique : le sport entraîne la libération d'endorphines, qui provoquent un

Il se soigne seul...

C'est l'histoire d'un gars mordu de course à pied. Fabrice galope dix heures par semaine, soit une soixantaine de bornes hebdomadaires. **Matin, midi et soir. Et encore, il trouve qu'il n'en fait pas assez. Lui dit que c'est du plaisir. Mais ce Parisien reconnaît que « c'est parfois éprouvant pour le corps ».** Parfois, donc, ça casse. C'est justement lors d'une blessure que Fabrice se rend compte qu'il a un problème. « *Quand je ne peux plus courir, je me sens triste. Je suis de mauvaise humeur. Il m'arrive de boire de l'alcool, tout seul.* » Le problème, c'est qu'il ne supporte pas d'être en arrêt « *pour un rien* ». Il raconte : « **Quand un coureur se blesse, on lui demande systématiquement d'arrêter le sport quelques temps.** Du coup, ça lui arrive de jouer au docteur : « *Je lis des bouquins de médecine pour comprendre comment le corps fonctionne. J'essaie de contrôler la douleur pour pouvoir continuer de m'entraîner. Lorsqu'il s'agit de douleurs musculosquelettiques, je me fais un bandage. Je fais aussi des soins standards comme la glace, le massage...* ». Ce qu'il fait est risqué. Il le sait. Il dit que « *c'est personnel* ».

bien-être physique. **On pourrait comparer ces endorphines à des produits type morphine qui déclenchent le désir de rechercher sans cesse une sensation agréable, jusqu'à une tendance compulsive.** Une personne qui en souffre ne peut plus se passer de sport et se sent mal quand elle est obligée de s'abstenir.

Ensuite, il y a l'explication psychologique : **certaines spécialistes disent qu'un sportif addict a une grande estime de soi, qu'il a conscience de ses capacités physiques, de son endurance.** D'autres spécialistes expliquent qu'ils veulent combler un vide affectif. L'explication esthétique enfin : « *Certains sportifs compulsifs ne supportent pas leur corps* », analyse Sabine Afflelou. « *Ceux-là cherchent à modifier leur apparence corporelle.* »

« **Certains sportifs compulsifs ne supportent pas leur corps. Ceux-là cherchent à modifier leur apparence corporelle.** »
(Sabine Afflelou)

• **Tentatives de suicide**

C'est bien sur le plan social que l'addiction au sport fait le plus de dégâts. Irritabilité, nervosité, vulnérabilité, impatience, problèmes de sommeil, violence, vitesse au volant, instabilité sentimentale... **Les cas les plus dramatiques mènent à la désocialisation et tout ce qui s'en suit : dépression, alcoolisme et, parfois, tentatives de suicides.** Encore faut-il se rendre compte qu'on est malade. Dans son bureau du CHU de Nantes, le docteur Stéphane Prétagnet assure 250 consultations par an. Il reçoit des patients « *au bout du rouleau, prêts à en finir. Mais c'est rare* »,

(suite page 36)



C'est sur le plan social que l'addiction au sport fait le plus de dégâts. Irritabilité, nervosité, vulnérabilité, impatience, problèmes de sommeil, violence, vitesse au volant, instabilité sentimentale.

(Fotolia)

« C'est le vélo ou moi »

Au départ, c'est une histoire banale. L'histoire d'un type fada de cyclisme capable de vous citer tous les gagnants du Tour de France. L'histoire d'un type fou de Merckx, Anquetil et Hinault. **Eric, la cinquantaine, habite la région bordelaise. Il est aide-soignant dans la vie. A priori, tout va bien pour lui. A priori seulement. Car l'homme est un sportif addict.** Pour comprendre ce qui arrive à Eric, il faut revenir quelques années en arrière. Nous sommes au début des années 1970. Lorsqu'il termine sa journée de travail, Eric a pris l'habitude d'enfourcher son vélo et d'enfiler les kilomètres. Simplement parce que ça lui fait du bien. « **Le vélo me sert d'antistress après une journée difficile. C'est un bon anxiolytique** ». Problème, plus le temps passe, plus le vélo prend de la place dans sa vie. Il en fait six jours sur sept, 15 000 kilomètres par an, l'équivalent de cinq Tours de France... **A l'époque déjà, « ma femme me disait que j'en faisais trop ».** Mais il n'a jamais voulu écouter. Jusqu'à cet ultimatum : « **Eric, c'est le vélo ou moi !** » Le couple finit par divorcer. Coup dur. Il rebondit, fait une nouvelle rencontre. « **Cette fois, je savais que je devais faire des efforts pour que ça marche. Ça ne tenait qu'à moi** ». Mais c'est plus fort que lui. Nouvel échec. Eric prend alors conscience qu'il a un problème. « **De vous dire ça aujourd'hui, ça me fait encore du mal, vous savez.** »

>>> tient-il à préciser. **Quand il reçoit un nouveau patient, il doit d'abord lui faire prendre conscience de son problème. C'est la première étape. « Sans prise de conscience, les soins sont impossibles. »**

• Silence et isolement

Pour éviter d'en arriver là, les spécialistes en addictologie sont d'accord sur un point : il faudrait pouvoir dépister plus tôt les éventuels problèmes. Stéphane Prétagut : « **En consultation, je rencontre parfois des gamins de treize ans. Ils sont doués dans leur discipline. Mais le problème, c'est qu'ils sont éloignés de tout. Leurs parents habitent à des centaines de kilomètres. Ils ont des entraînements tous les jours, des matches le week-end et des stages pendant les vacances scolaires !**

Comment peut-on imaginer qu'ils se construisent normalement ? » **Et c'est la même chose chez les sportifs de haut-niveau. « Ils sont trop isolés », regrette Sabine Afflelou, du CAPS de Bordeaux. « Beaucoup sont aux ordres de l'entraîneur. Ils sont prêts à tout pour conserver sa confiance.**

» **Beaucoup sont aux ordres de l'entraîneur. Ils sont prêts à tout pour conserver sa confiance.**

C'est la compétition à tout prix ! Alors, quand ils souffrent, ils se taisent. Point final. Aller voir un psy est quelque chose d'impensable pour eux. »

Bertrand Guérineau va encore plus loin. Ce médecin du service addictologie du CHU de Nantes tacle ce qu'il appelle « *la concurrence à tout va* ». **En consultation, certains lâchent des mots terribles : « Je ne suis plus rien maintenant, vous savez ».**

Heureusement, Valérie ne connaîtra pas tout ça. Parce qu'elle a accepté de se faire soigner à temps. « *J'ai reconnu que j'avais un problème* ». La nageuse ne prend pas de médicaments, mais elle se rend une fois par mois au CAPS de Bordeaux pour « *faire un point sur ma santé* ». **Elle se sent mieux aujourd'hui. Elle a repris des kilos. Elle**

continue de nager, « mais beaucoup moins qu'avant ». Elle dit aussi que sa vie aurait été « *différente* » sans ce problème de dépendance. Et conclut : « *Heureusement que mon mari et mes enfants ont accepté de rester à mes côtés pour m'aider* » •

THONON

L'ORIGINALPES

EAU MINÉRALE NATURELLE DES ALPES DE HAUTE SAVOIE



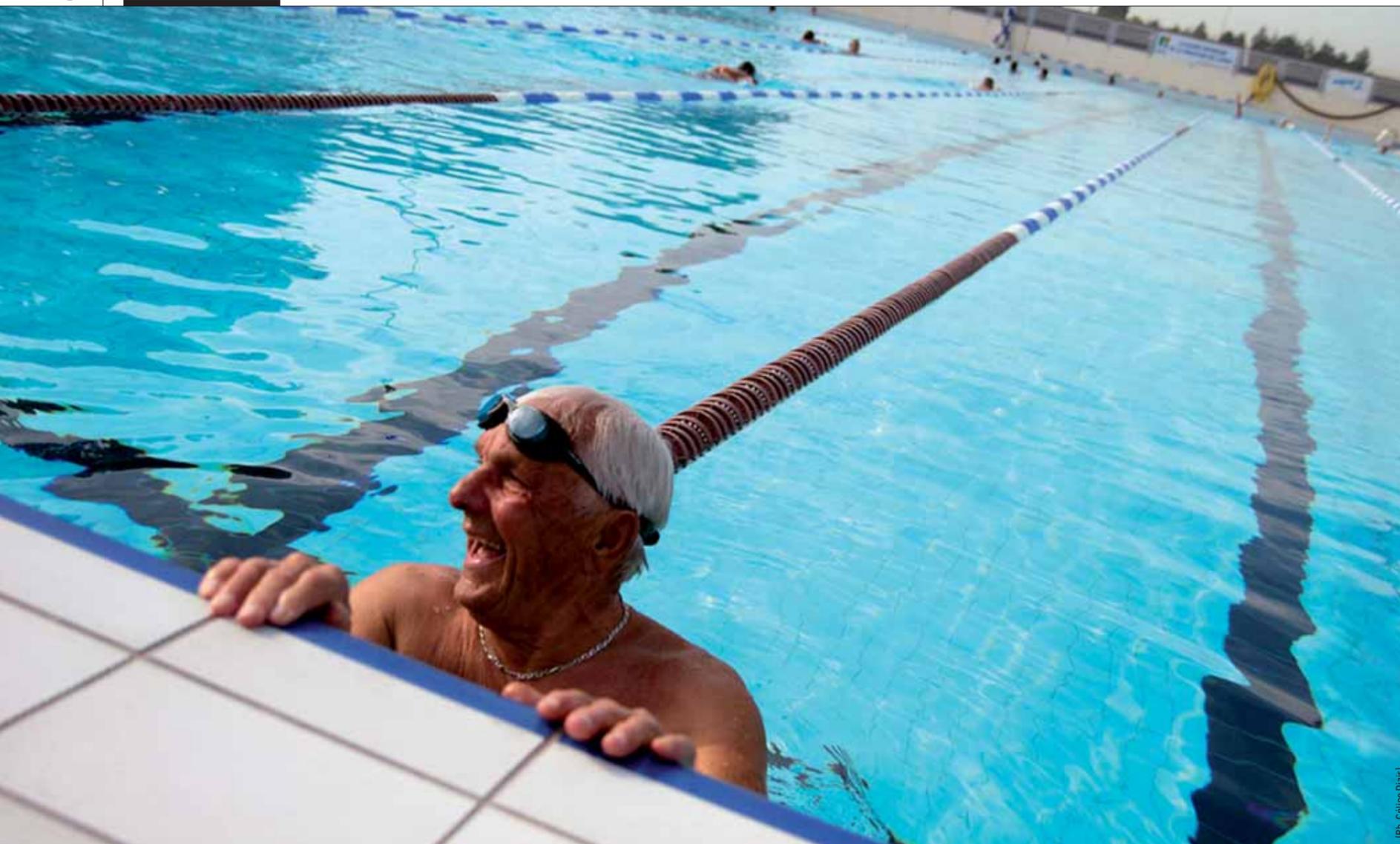
Avec l'eau minérale Thonon, invitez les Alpes à votre table.

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



(Ph. Céline Diais)

Octogénaires et nageurs de haut niveau

Vendredi 1^{er} juillet 2011, championnat de France de natation à Gap. En 1'20, Michèle Guillais devient recordwoman du monde du 50 m brasse. Bien loin des 29 secondes réalisées par l'Américaine Jessica Hardy sur cette même distance. La Caennaise vient pourtant d'accomplir un sacré exploit en pulvérisant de près de 5 secondes le record détenu jusqu'alors par la Brésilienne Maria Lenk dans la catégorie C14 (90-94 ans). Huit mois après sa performance, la nageuse porte toujours bien ses 91 printemps et fréquente autant la piscine. « Je m'entraîne trois fois par semaine de septembre à juin ». Un vrai phénomène pour ceux qui la côtoient. « J'ai commencé la compétition à

75 ans. J'avais appris à nager plus jeune mais j'avais mis ça de côté avec la vie professionnelle », raconte l'ancienne commerçante. Depuis son intégration dans le groupe maître de l'EN Caen, elle forme un solide binôme avec son entraîneur, Christophe Denis, 37 ans. L'actuelle doyenne des nageuses françaises détient ainsi 25 records nationaux chez les plus de 80 ans en bassin de 25 et de 50 mètres. Elle n'est pas la seule à fréquenter le circuit maître, à un âge avancé. Gabriel Guiho, 82 ans, fait figure d'épouvantail chez les 80-85 ans. Triple champion du monde, dans cette catégorie, en 2009, en Suède, ce spécialiste du crawl longue distance nage 2 à 3 km chaque jour de la semaine. « Et

hiver comme été, à la piscine extérieure de Rouen », rigole-t-il. Un vrai sportif dans l'âme qui compte notamment trois participations à la cyclo sportive Paris-Brest-Paris et deux tentatives de la traversée de la Manche à la nage. « Aujourd'hui, je ne pratique plus que la natation, un sport doux et non traumatisant pour les articulations, et un peu de vélo le samedi et le dimanche. »

Un sport qui conserve ?

Le nombre de licenciés de plus de 80 ans, engagés en compétition sur le circuit maître ne cesse de croître. Et les participants affichent un âge de plus en plus avancé. En 2006, des premiers records nationaux ont ainsi

Gabriel Guiho, 82 ans, est triple champion du monde 2009 dans les épreuves de longue distance.

été établis par des plus de 95 ans chez les femmes et en 2009 chez les hommes. La natation serait donc un sport qui conserve ? A voir Michèle ou Gabriel, à qui l'on donnerait bien quinze ans de moins, on répond oui sans hésiter. Yvette Kaplan Bader, 84 ans, autre casque blanc à aligner les longueurs en est aussi convaincue. « On me répète toujours, j'espère être comme vous à votre âge. » La Mulhousienne ne s'est jamais beaucoup éloignée des bassins. En 2011, elle est devenue la première française de 83 ans à couvrir un 1 500 m, en 37'46"68. Un temps qui lui permet de figurer parmi les dix meilleures performances mondiales de tous les temps dans la catégorie 80-85 ans.

Et comme ses collègues, elle ne compte plus ses médailles. « Mon premier titre en natation date d'avant la Deuxième Guerre mondiale. » En ce mois de décembre, Yvette reprend l'entraînement en douceur à la piscine découverte. A l'extérieur, la température flirte avec le zéro. On la distingue à peine sous l'épaisse couche de brouillard. « Je me remets d'une blessure à l'épaule. La natation m'a aidée. »

« C'est sûr que l'hiver c'est difficile, on préférerait rester dans son fauteuil. Mais quand on a nagé, on est tellement bien », réplique Gabriel, « et surtout le sport m'apporte la joie de vivre et des contacts avec les jeunes et les moins jeunes. Finalement, on ne peut plus s'en passer. C'est presque devenu une drogue. » Après des décennies à fréquenter les piscines, Michèle, Yvette ou Gabriel sont devenus des mascottes et parfois même des modèles malgré eux. La médiatisation de Michèle après son record du monde a ainsi attiré d'autres seniors à la piscine. « C'est une bonne chose, c'est le rôle des associations de mélanger les gens », note son entraîneur.

Esprit de compétition

Tous les trois ont gardé l'esprit de compétition intact. « J'ai toujours envie de faire mieux et d'améliorer les temps », insiste Michèle. « Mais à 80 ans, on pense différemment », note Gabriel. Et comme il aime à le rappeler, « au royaume des disparus, les rescapés sont rois ». L'octogénaire ne court d'ailleurs pas après les titres ou la reconnaissance mais plutôt contre le temps. « A notre âge, le problème c'est la régression, il faut alors essayer de régresser le moins vite possible. Je suis persuadé que le sport y participe. Et c'est pour cela que je m'entraîne autant. Peu importe les autres, mon objectif c'est d'abord d'améliorer mes chronos, et si cela correspond à une médaille, tant mieux. Il faut dire et montrer qu'à 70 ou 80 ans on n'est pas foutu », martèle-t-il.

A voir leur enthousiasme et leur état de forme, on se demande jusqu'où iront-ils ? Une étude récente publiée en 2010, dans la revue *Circulation* et basée sur les travaux d'Ulrich Laufs (Université de Saarland, Hambourg) donnait d'ailleurs raison à Gabriel Guiho. Elle démontre que la pratique régulière d'un sport d'endurance, comme la natation retardait le vieillissement à l'échelle cellulaire. Le cap des centenaires engagés en compétition a déjà été franchi à l'échelle mondiale, il pourrait bientôt l'être en France.

Céline Diais



(Ph. Céline Diais)

La nageuse caennaise Michèle Guillais, 91 ans, et son entraîneur Christophe Denis.

Trois questions à...

Christophe Denis, entraîneur de Michèle Guillais

Comment entraînez-vous Michèle ?

C'est assez exceptionnel, Michèle continue à nager 800 à 1 000 mètres trois fois par semaine. On reste sur du sport santé. Je prépare Michèle comme une benjamine de 12-13 ans. Je cherche avant tout à améliorer sa technique de nage et son endurance. Le travail de résistance est très contrôlé.

Pour quelles raisons ?

Après 40 ans, les changements d'allure sont très durs pour le cœur. Si Michèle améliore ses temps, ça sera d'abord par sa technique et grâce à une nage économique et endurante. En compétition, je lui demande donc de ne jamais forcer. Quand elle accélère, elle se décoordonne. Je préfère qu'elle mette plus de précisions dans ces mouvements.

Quel regard portez-vous sur ses performances ?

Je suis très admiratif. Il faut pouvoir venir à son âge s'entraîner trois fois par semaine. Nos jeunes ont beaucoup à apprendre d'elle. C'est une passionnée. Elle est altruiste et veut représenter le club dignement. Côté sportif on essaie toujours d'améliorer ses temps. Mais, je suis là pour calmer ses ardeurs, elle veut toujours mieux faire.

L'incroyable histoire de Mieko Nagaoka

Mieux vaut tard que jamais. Telle pourrait être la devise de certains maîtres. A cet égard, l'histoire de Mieko Nagaoka est assez édifiante. Née en 1914, cette Japonaise a commencé la natation à 80 ans pour soigner une blessure au genou et a disputé ses premières compétitions à 84 ans. Après de nombreux podiums, elle a décroché son premier record du monde dans la catégorie des 95-99 ans. Elle en détient actuellement quinze. Comme tout champion, elle s'entraîne désormais quatre fois par semaine pendant deux heures. Dans sa catégorie, les progrès réalisés sont étonnants. A titre d'exemple, Miekeo Nagaoka a parcouru en 1'20 le 50 m dos en bassin de 50 mètres. Près d'une minute de mieux que le premier record établi chez les 95-99, en 1998. Désormais, même chez les plus de 80 ans, il n'est plus question de faire seulement acte de présence pour espérer voir son nom en haut des tablettes.

Jeux olympiques ou politiques ?

Tous les quatre ans, les Jeux accueillent l'élite du sport mondial pour une quinzaine surmédiatisée. C'est l'occasion d'encourager des champions de tous les continents et d'assister à des exploits qui demeurent gravés dans l'Histoire pour l'éternité. Mais de tous temps, les JO ont dépassé le strict cadre sportif. Vitrine économique, caisse de résonance sociale et culturelle, les Jeux incarnent toute la démesure et la complexité du monde contemporain. Pas étonnant également qu'en dépit de la trêve olympique qui les accompagne, les JO aient régulièrement été transformés en une tribune politique, notamment lors des éditions de 1980 et 1984 à Moscou et Los Angeles. La Guerre Froide n'avait pas encore fait de victimes. Elle en fait une finalement : le sport.

MOSCOU 1980

Tout commence en 1974, quand le CIO désigne la ville de Moscou pour organiser les JO de 1980. Les tensions sont extrêmes, mais les USA et l'URSS maintiennent *un statu quo*. Tout dégénère en décembre 1979 lorsque les Soviétiques envahissent l'Afghanistan. Dans le monde, c'est la consternation. Puis la protestation, à l'appel des Etats-Unis. Ces derniers, dirigés par Jimmy Carter, plutôt pacifiste, cherchent des moyens de punir l'URSS sans provoquer un nouveau conflit mondial. Le président démocrate prend alors la décision, entre autres, de boycotter les Jeux Olympiques de Moscou. Si la majorité des pays occidentaux participe, la compétition est en revanche amputée d'une bonne partie des nations d'Amérique et d'Asie, et de plusieurs nations Africaines et Arabes. Au final, l'URSS décroche 195 médailles, dont 80 en or. L'Allemagne de l'Est est deuxième, avec 126 médailles donc 47 en or. Ces deux nations trustent à elles deux plus de la moitié des titres.



LOS ANGELES 1984

Candidate malheureuse pour les Jeux de 1980, la ville de Los Angeles est maladroitement désignée pour accueillir la plus grande compétition de la planète en 1984. Contre toute attente, l'URSS annonce au début de l'année qu'elle n'enverra pas sa délégation sur le sol américain. Bien entendu, les alliés soviétiques font de même. Ainsi, la Pologne, la Hongrie, la Tchécoslovaquie et l'Allemagne de l'Est rejoignent l'URSS et contribuent à renforcer le boycott soviétique. Les pays communistes, tels Cuba ou la Corée du Nord, ou encore quelques nations asiatiques et africaines ne seront pas au rendez-vous non plus. Pour justifier ce boycott, l'URSS déploie l'argument de la non-sécurité de ses délégations en terre américaine et dénonce l'utilisation politique des Jeux par les Etats-Unis. Sur le plan sportif, rien ne pourra arrêter les Américains, qui remportent 174 médailles dont 83 en or, soit le tiers des titres olympiques.

ET DEPUIS ?

Depuis le milieu des années 80, les Jeux n'ont plus fait l'objet de déchirements internationaux. Si certaines tensions persistent, comme ce fut le cas en 2008 lors des Jeux de Pékin qui révoltèrent les défenseurs de droits de l'Homme, le poids des enjeux politiques semblent en recul. Aujourd'hui, les rivalités sont surtout économiques et financières. Il faut dire aussi que le rêve du Baron de Coubertin s'est transformé en une incroyable pompe à fric. On se souviendra ainsi du lobbying des chaînes de télévisions américaines en 2008, toujours à Pékin, pour que les finales de natation se disputent le matin afin d'être diffusées en direct aux Etats-Unis auprès de millions de patriotes impatients d'assister aux succès de Michael Phelps et de ses acolytes.

Adrien Cadot

Le saviez-vous ?

La trêve olympique est une période de paix respectée par les différentes nations du monde durant la quinzaine de compétition. Elle est promue par la Fondation Internationale pour la Trêve Olympique créée en juillet 2000 et fait l'objet d'une résolution des Nations Unies à chaque olympiade.



MON CLUB



Promouvoir le Sauv'nage

Le mardi 24 janvier dernier, la ville de Mérignac a signé un protocole avec le Conseil interfédéral des activités aquatiques (CIAA) pour le développement de l'école de natation française. Un accord destiné à mettre en avant le Sauv'nage. Francis Luyce, président de la Fédération française, avait tenu à faire le déplacement pour sceller le partenariat et féliciter la commune pour son engagement et son dynamisme.

« Nos licenciés sont engagés dans différentes actions à caractère social, caritatif et humanitaire comme le « Téléthon » et la « Nuit de l'Eau ». Ces différentes manifestations renforcent leurs consciences citoyennes. »

Sport Athlétique Mérignacais Natation

Présidente : Mauricette Boisseau
Adresse : 55 avenue De Lattre de Tassigny
33700 MERIGNAC
Tél. : 09.71.55.62.66
Mail : sam.natation@free.fr
Web : www.samnatation.com

Mérignac, une natation citoyenne



L'esprit de solidarité cher au club girondin incarné par les jeunes nageurs de Mérignac.

Difficile pour le Sport Athlétique Mérignacais Natation de rivaliser avec la cité bordelaise toute proche. Mais pas question pour autant de baisser les bras ou de jouer la carte de la concurrence exacerbée. « Dès que c'est possible, nous essayons de travailler ensemble », abonde Mauricette Boisseau, la présidente de l'entité mérignacaise depuis onze ans. « Il nous arrive de nous déplacer en compétition avec d'autres clubs et nous accueillons volontiers ceux qui connaissent des problèmes d'infrastructures. » La solidarité comme base de développement, voilà comment l'on pourrait définir la philosophie du club mérignacais.

Et dans le détail, l'offre proposée par la structure girondine – initiation au milieu aquatique, école de natation et d'entraînement, groupes compétitions, entretien sportif adultes, perfectionnement et aquatonic – est en totale adéquation avec les valeurs humaines du sport. Ainsi, des notions telles que la citoyenneté, la solidarité et la santé sont au cœur même du projet du SAMN. « Nos licenciés sont engagés dans différentes actions à caractère social, caritatif et humanitaire », précise la présidente. « Chaque année, ils participent au « Téléthon » ou à la « Nuit de l'Eau ». Ces différentes manifestations renforcent leurs consciences citoyennes et ils sont très fiers de contribuer au financement d'actions sociales nationales. »

Cependant, la compétition n'est pas occultée à Mérignac. Avec un bassin olympique de 50 mètres et un autre de 25 mètres, le SAMN dispose d'un outil de travail

adapté, parfaitement maîtrisé par les sept salariés du club. « L'équipe dirigeante est très attachée à la compétition. Nous considérons qu'elle est porteuse de valeurs formatrices pour les plus jeunes. Sans renier l'offre de pratique au plus grand nombre, le club s'inscrit dans sa vocation prioritaire de formation citoyenne par le biais de la pratique de compétition », assure Mauricette Boisseau. Pour y parvenir, les 443 sociétaires – chiffre de la saison 2010/2011 (celui pour 2011/2012 est prévu d'ores et déjà à la hausse) – sont répartis au sein de plusieurs groupes selon le respect des niveaux et des disponibilités de chacun.

Depuis treize ans, le club girondin collabore également avec le collège Jules Ferry de Mérignac. Les jeunes compétiteurs bénéficient ainsi d'horaires aménagés et de séances d'aides aux devoirs afin de faciliter leur accès à la pratique sportive. La démarche est une nouvelle fois civique car du côté de Mérignac on forme aussi bien des nageurs que des citoyens. L'un ne va pas sans l'autre ! Voilà pourquoi le SAMN mobilise aussi ses athlètes autour de quatre compétitions internes auxquelles sont conviés tous les membres du club. « Ces journées correspondent à des temps forts de vie commune. Les parents s'investissent par des services divers comme le chronométrage, la tenue de la buvette, l'organisation de tombola », explique Mauricette Boisseau. « C'est notre philosophie et un excellent moyen de fidéliser nos licenciés. »

Rémi Chevrot

Respirer c'est la clé

Jusqu'à preuve du contraire, l'homme n'a pas encore appris à respirer sous l'eau. D'où l'importance de contrôler sa respiration en nageant. Outre la performance, c'est surtout une question de confort – et de survie qui plus est. Tour d'horizon de quelques principes respiratoires.

Sujet réalisé par Celia Delgado Luengo

En crawl, je respire sur les côtés.

VRAI

La respiration en crawl pose certaines difficultés car la prise d'air sur le côté déséquilibre la nage et réduit l'efficacité du mouvement de bras. Il est donc primordial de garder la tête immobile pendant l'ensemble de la poussée et de n'engager sa rotation qu'à la fin du mouvement propulsif. Le nageur profitera ainsi du roulis naturel des épaules et n'effectuera qu'une rotation minimale de la tête pour amener la bouche juste à la surface. De la sorte, le cou est également préservé d'une torsion trop intense.

En natation, il faut veiller à ce que l'inspiration et l'expiration se prolongent sur une période identique.

FAUX

En natation, l'inspiration est courte et intense tandis que l'expiration est longue et continue. Cela s'explique par la « fenêtre – temps » étroite durant laquelle la bouche peut inspirer. L'expiration s'effectue, pour sa part, durant tout le cycle aquatique de la tête. Sous l'eau, le nageur doit impérativement s'appliquer à adapter le débit de l'air expiré pour expulser le volume nécessaire avant la prochaine inspiration. Il est en effet important d'éviter les micros apnées, néfastes sur le plan cardiaque.

Je dois caler ma respiration sur la fréquence des passages de bras.

ÇA DÉPEND

Si le rythme respiratoire prévaut, c'est lui qui imposera sa cadence aux bras.

Dans ce cas, le nageur dispose alors de toute la latitude nécessaire pour placer l'inspiration sans difficulté, quitte à provoquer un léger rattrapé avant des bras (les bras attendent la fin de l'inspiration pour poursuivre leur cycle, Ndlr). Dans le cas contraire, les bras rythment la cadence obligeant la respiration à s'intercaler « comme elle peut ».

En papillon, il est recommandé de ne pas respirer à chaque mouvement.

VRAI

L'inspiration en papillon se fait en regardant devant soi et en sortant le moins possible la tête (le menton doit rester dans l'eau). Cependant, même si cette inspiration est correctement effectuée, elle occasionne des résis-

tances car elle provoque un enfoncement des hanches et des jambes. Il n'est donc pas recommandé de respirer à chaque mouvement mais de garder le visage dans l'eau sur certains mouvements, ce qui permettra de rester plus « à plat ». L'expiration se fait de façon progressive sur le mouvement de bras qui précède l'inspiration. Si cette expiration a été complète, l'inspiration pourra se faire dès le début du retour aérien de façon ample et rapide ce qui permettra de replacer suffisamment tôt le visage dans l'eau.

Un nageur disposant de grandes capacités pulmonaires est plus performant.

VRAI/FAUX

Si certains nageurs disposent de

capacités pulmonaires hors normes, ce n'est pas l'unique critère de performance. Ainsi, l'Américain Ryan Lochte ou le Français Jérémy Stravius sont capables de réaliser des coulées de 13 à 14 mètres, mais ce sont également des techniciens hors-pair et des nageurs très polyvalents. Quant à Alain Bernard, champion olympique de l'épreuve reine, s'il ne s'est jamais illustré sur les phases sous-marines, il n'en demeure pas moins l'un des sprinters les plus rapides de la planète à la surface.

En nageant avec un tuba, je travaille ma respiration.

FAUX

A vrai dire, c'est tout l'inverse ! En nageant avec un tuba, vous inspirez

Le saviez-vous ?

Le Russe Denis Pankratov, champion olympique des 100 et 200 m papillon aux Jeux d'Atlanta (1996), s'est longtemps distingué par le temps qu'il passait sous l'eau, avant que la FINA ne limite la phase sous-marine des départs et des virages à quinze mètres. Ainsi, en compétition en bassin de 25 mètres, Pankratov pouvait nager jusqu'à 24 mètres sous l'eau lors du départ, ressortir le temps d'effectuer un unique mouvement de bras, et repartir pour la longueur suivante.

Témoignage : Alain Bernard

« Jusqu'en 2006, je nageais en deux temps. Une respiration, un coup de bras, etc. Sauf au plongeon où les premières respirations se faisaient en quatre temps. Plus tu respire, plus tu perds du temps et tu risques de te désaxer. C'est ainsi que j'étais le plus à l'aise à l'entraînement. Mais en janvier 2006, j'ai décidé d'innover et j'ai essayé le 4 temps. Ce jour-là, j'ai battu mon meilleur chrono d'un centième en pleine période de travail. Je me suis tout de suite senti plus à l'aise, plus en ligne car je respirais moins et toujours du même côté. La respiration est propre à chaque nageur, en fonction de ses qualités, de ses sensations. Pour l'instant, la fréquence 4 temps est celle qui me convient le mieux. »

Le sprinter marseillais Fabien Gilot en phase de respiration.

RMC

N°1

SUR LE

SPORT*

60 H*
DE SPORT
PAR SEMAINE

RMC

INFO TALK SPORT

* 0,34 €/mn DeBonneville-Orlandini



Le défi écolo de Rio 2016

C'est une réalité que personne ne remettra en cause : le Brésil a d'immenses défis écologiques à relever dans les années à venir. **Le pays a de grandes ambitions en matière de réduction de ses émissions de dioxyde de carbone et de lutte contre la déforestation.** Pour ce faire, le géant sud-américain ne souhaite pas se fixer d'objectifs chiffrés. Pas encore tout du moins, puisqu'il lui faut dans le même temps mener de vastes projets sociaux pour réduire notamment la pauvreté qui accable une large part de la population brésilienne. **Une position bien difficile à défendre au sein des instances de l'Organisation des Nations Unies sur le climat où les pays industrialisés attendent des engagements clairs et fermes en échange de leur soutien financier.** Le Brésil a besoin de fonds pour poursuivre son développement tandis que les pays industrialisés entendent, eux, désamorcer les conséquences dramatiques du réchauffement climatique. Vaste dilemme.

Avec l'attribution des Jeux Olympiques en 2016, le gouvernement brésilien est au pied du mur. **Il n'a désormais d'autre choix que de s'attaquer avec détermination à ses problèmes écologiques. Mais autant l'admettre sans détour, il est encore loin du compte.** Ainsi, le Brésil est l'un des plus grands destructeurs de forêts de la planète. Avec 3,1 millions ha/an détruits, il devance largement l'Indonésie, 1,8 million ha/an détruit (source Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture 2005). **Et selon les autorités brésiennes et des associations environnementales implantées sur place, la destruction de la forêt tropicale amazonienne se serait fortement accélérée fin 2007, attisée par une demande soutenue pour le soja, le maïs et le bétail.** Voilà pourquoi, le directeur du développement durable des JO de Londres 2012, **Dan Epstein, a appelé fin novembre la ville de Rio de Janeiro à**

mettre l'accent sur l'environnement et le social dans la préparation des Jeux Olympiques de 2016. « Je crois qu'on attend beaucoup en termes de développement durable de la part du Brésil dans l'organisation des JO », a déclaré Dan Epstein dans le cadre d'un forum international d'entreprises sur l'environnement tenue symboliquement à Manaus, au cœur de l'Amazonie. **« Rio doit mettre l'accent sur le développement durable mais pas dans les mêmes secteurs qu'à Londres. A Rio, il peut être lié à la gestion de la forêt, des favelas (quartiers déshérités), à la circulation et à la création d'emplois et d'opportunités pour ses habitants. »** Dan Epstein n'a également pas manqué de rappeler

que le Brésil avait promis des « JO verts ». Or, toujours selon Epstein **« avec un investissement de 1 ou 2 % du PIB (produit intérieur brut) du Brésil nous pourrions résoudre les problèmes écologiques, tandis que si on attend des décennies, cette proportion se monterait à 20 %.** Si Rio bénéficie d'un investissement de 10 milliards de dollars, il suffirait d'en consacrer environ 100 ou 200 millions au développement durable » •

Graham Mellor

« Je crois qu'on attend beaucoup en termes de développement durable de la part du Brésil dans l'organisation des JO. »
(Dan Epstein, directeur du développement durable des JO de Londres 2012)



Vision du futur Parc Olympique des Jeux Olympiques de Rio en 2016.

“ Le haut niveau : une vie trépidante ”

Spécialiste des épreuves en petit bassin, Diane Bui-Duyet détient toujours la référence mondiale du 100 m papillon en 25 mètres (55''05).

Du haut de ses 32 ans, elle les a eus le 22 décembre dernier, et après presque vingt ans de carrière au plus haut niveau, Diane Bui-Duyet fait sans conteste partie de ses nageuses emblématiques qui auront marqué l'histoire de leur discipline. Reste que la Néo-calédonienne s'est principalement illustrée en petit bassin, un exercice longtemps confidentiel en France. Multi-médaillée sur 50 et 100 m papillon, ses épreuves de prédilection, sur la scène nationale comme européenne, Diane détient toujours le record du monde du 100 m papillon en bassin de 25 mètres (55''05). Entretien avec l'un des plus beaux sourires de la natation tricolore qui devrait tirer sa révérence à l'issue de la saison 2011-2012.



Ph. KMSP/Franck Faugere

Diane, voilà presque vingt ans que tu évolues au plus haut niveau. Toujours envie ?

La natation est une passion. J'ai eu des moments où je me suis arrêtée de nager pour faire d'autres choses, mais j'y suis toujours revenue. Aujourd'hui la natation de haut niveau me permet de vivre une belle histoire et d'apprécier à sa juste valeur ces instants uniques.

Ton corps et ton mental sont-ils toujours aussi disposés à vivre toutes les contraintes qu'impose une pratique de haut niveau ?

Le corps et le mental ne sont pas ménagés, c'est vrai, mais pour l'instant je me sens bien.

Qu'est ce qui te plaît dans cette vie de sportif ?

C'est une vie trépidante, riche d'émotions, de rencontres et tellement enrichissante. C'est dur parfois, mais avec l'expérience on apprend à apprécier les valeurs de la vie.

Quelle a été la plus grande joie et la plus grande déception de ta carrière ?

Ma déception, c'est en 2000 aux championnats de France à Rennes où j'ai manqué de peu la qualification pour les Jeux Olympiques de Sydney. Quant à ma plus grande joie, c'est mon premier record d'Europe sur le 100 m papillon à la Réunion. Michel Salles est venu me l'annoncer à l'arrivée.

Que réponds-tu à ceux qui te décrivent comme une nageuse de petit bassin ?

Je leur dis qu'ils n'ont pas tort... Pas complétement en tout cas (sourire). C'est en petit bassin que j'ai signé mes meilleurs résultats. C'est sur format de 25 mètres que mes qualités naturelles se sont le mieux exprimées.

Aucun regret ?

Non, aucun (elle s'interrompt)... Peut-être le fait malgré tout que les épreuves en petit bassin soient restées confidentielles en France alors que dans d'autres pays elles sont nettement plus médiatisées.

Comment l'expliques-tu ?

C'est culturel selon moi. En France, le petit bassin n'est pas

considéré à sa juste valeur. Chez nous, les compétitions en bassin de 25 mètres permettent de s'occuper l'hiver, mais après vingt ans de carrière je peux dire qu'il en a toujours été ainsi (cf. encadré).

Tu n'as encore jamais participé aux Jeux Olympiques. Les JO de Londres sont-ils ton grand objectif de fin de carrière ?

J'ai appris à avancer année par année sans me poser trop de questions. Il y a tellement de variantes que l'on ne maîtrise pas que finalement c'est bien d'avoir des objectifs, mais c'est aussi important de pouvoir vivre et d'être heureux à côté, et de ne pas forcément en faire toute une montagne si jamais ça n'arrive pas !

Tu es toujours détentrice du record du monde du 100 m papillon en petit bassin et l'interdiction des combinaisons en polyuréthane depuis le 1^{er} janvier 2010 le rend encore plus difficile à battre. Accordes-tu une importance particulière à cette référence ?

Les records sont faits pour être battus. Ça me fait plaisir qu'il puisse être maintenu encore un petit moment. Mais maintenant, on est revenu aux combinaisons en tissu et il ne va pas non plus falloir longtemps pour pouvoir le battre. D'ici un an, un an et demi ou deux ans, plusieurs records seront battus.

Néo-calédonienne de naissance, tu participes tous les quatre ans aux Jeux du Pacifique, dont tu es l'athlète la plus titrée tous sports et pays confondus. Quelle importance accordes-tu à cette compétition ?

C'est une épreuve qui me tient particulièrement à cœur ! C'est l'une des rares compétitions où l'on peut représenter ses origines. On retrouve sur une quinzaine de jours, toutes disciplines et toutes îles confondues, une vraie notion du Pacifique, du partage, de la joie de vivre... J'adore ! C'est aussi le moyen pour moi de remercier mes parents et les personnes qui m'ont soutenue depuis le début de ma carrière.

Est-ce que tu penses à ta reconversion ?

J'y pense encore plus aujourd'hui !

Diane intime

Le souvenir que tu gardes en mémoire pour évacuer les jours sans ?

Ma famille, mon chéri, mon île.

Le petit plaisir que tu t'offres les jours de grande fatigue ?

Rester au lit.

Combien de temps passes-tu sur Facebook par jour ?

Je m'améliore, j'en suis à 5 minutes par jour.

Ton dessert préféré ?

La salade de fruits.

Comment aimes-tu faire la fête ?

Entre amis, autour d'un repas.

L'athlète hors natation qui te séduit le plus ?

Sébastien Loeb (rallye).

Ce qui te délasse le plus rapidement ?

Une douche chaude.

L'endroit où tu aimerais vivre plus tard ?

Sur un bateau, sur une île.

Ton rêve dans la vie ?

Faire le tour du monde.

Recueilli par M.-C. P.

Et quel métier aimerais-tu exercer plus tard ?

Je ne sais pas encore, mais ce qui est sûr c'est que j'aimerais travailler dans le monde du sport •

Recueilli par M.-C. P. (avec A. C.)

Le petit bassin vu par les Bleus

Alain Bernard : « Le petit bassin ça commence à faire partie du jeu. On sait maintenant que le niveau est au rendez-vous, il faut être à 100 %, on ne peut plus arriver en méforme. »

Camille Muffat : « Le petit bassin c'est une étape dans la saison mais pas une finalité. Le « grand bac » c'est quand même l'objectif majeur de la saison avec des compétitions d'une autre envergure. »

Lionel Horter (directeur des équipes de France) : « Notre culture « petit bassin » est toute récente alors que c'est naturel pour les Américains et les Australiens. Nous, il a fallu que l'on apprenne. »

Fabrice Pellerin (coach ON Nice) : « En 2010, la France a participé en masse aux championnats du monde à Dubaï. C'est nouveau pour nous alors que d'autres nations sont habituées à l'exercice. Mais nous sommes en train de compléter notre culture du petit bassin et ça vient petit à petit. »

Nuit de l'Eau, 30-31 mars 2012



Alain Bernard est le parrain de la Nuit de l'Eau depuis son lancement en 2008. Pour la cinquième édition, il continuera de se mobiliser pour les enfants du Togo.



205 000 euros en 2011

L'an passé, près de 220 clubs affiliés à la Fédération Française de Natation s'étaient mobilisés pour la Nuit de l'Eau. Au total, environ 205 000 euros, un record, avaient été récoltés.

(Ph. KMS/Stephane Kempinaire)

Nagez pour les enfants du Togo

Depuis sa création en 2008, la Nuit de l'Eau s'est imposée comme un rendez-vous aquatique majeur. Un événement populaire qui associe solidarité, plaisir et prise de conscience.

Sujet réalisé par Adrien Cadot

• Une nuit solidaire

La Nuit de l'Eau, c'est d'abord un élan de solidarité. Depuis plusieurs années, la question de l'accessibilité à l'eau est devenue prioritaire. La cinquième édition de la Nuit de l'Eau permet donc une nouvelle fois à l'UNICEF de récolter des fonds destinés aux enfants togolais. En payant votre entrée à la piscine, et en la complétant par un don, vous contribuerez à l'approvisionnement en eau potable du Togo ainsi qu'au financement d'installations sanitaires dans les écoles et les collectivités.

• S'initier à la problématique de l'eau

Plus de 2,5 milliards d'êtres humains, soit 47 % des habitants de

la planète, n'ont pas accès à des installations sanitaires de base. Chaque jour, on estime que 4 000 enfants de moins de 5 ans meurent de maladies diarrhéiques transmises par l'eau. « La Nuit de l'Eau délivre un message médiatique », admet Louis-Frédéric Doyez, directeur général de la FFN, « mais elle reste avant tout un acte fort, une mobilisation en faveur des autres, pour susciter des dons et sauver des vies. »

• Une baignade conviviale

La Nuit de l'Eau, c'est aussi l'occasion de se retrouver en famille ou entre amis, de partager quelques heures d'intimité au gré des remous apaisants d'un bassin. C'est bien connu, l'élément liquide détresse et adoucit les mœurs. « En semaine, je n'ai pas souvent l'occasion de voir mes enfants », confiait en 2011 Isabelle, 38 ans, mère de Callista (4 ans) et Merlin (8 ans). « Avec la Nuit de l'Eau, je m'amuse avec eux et je les découvre dans un environnement différent. »

• Elargir ses horizons

Depuis la première édition en 2008, la Nuit de l'Eau offre l'opportunité

de découvrir de multiples activités aquatiques (water-polo, monopalmes, canoë-kayak, sauvetage, plongée sous-marine). « Au sein de notre structure, nous avons profité de l'événement pour diversifier notre offre et présenter de nouvelles activités aux nageurs qui fréquentent notre établissement », abonde Frédéric, maître-nageur dans une piscine parisienne.

• Jouer les VIP

Depuis la première édition, le champion olympique Alain Bernard est le parrain de la Nuit de l'Eau. Un engagement « fort », pour lequel il est « toujours prêt à s'investir ». A ses côtés, de grands noms du sport et de la vie publique tels que Christine Caron, Nelson Montfort, Denis Brogniart, Maud Fontenoy, Alessandra Sublet et d'autres nageurs emblématiques du Team EDF (Coralie Balmy, Hugues Duboscq) sont régulièrement présents sur les sites de l'événement. Alors n'attendez plus et plongez pour les enfants du Togo ! •

Salon des Maires : « Plus qu'une nécessité, une présence naturelle »

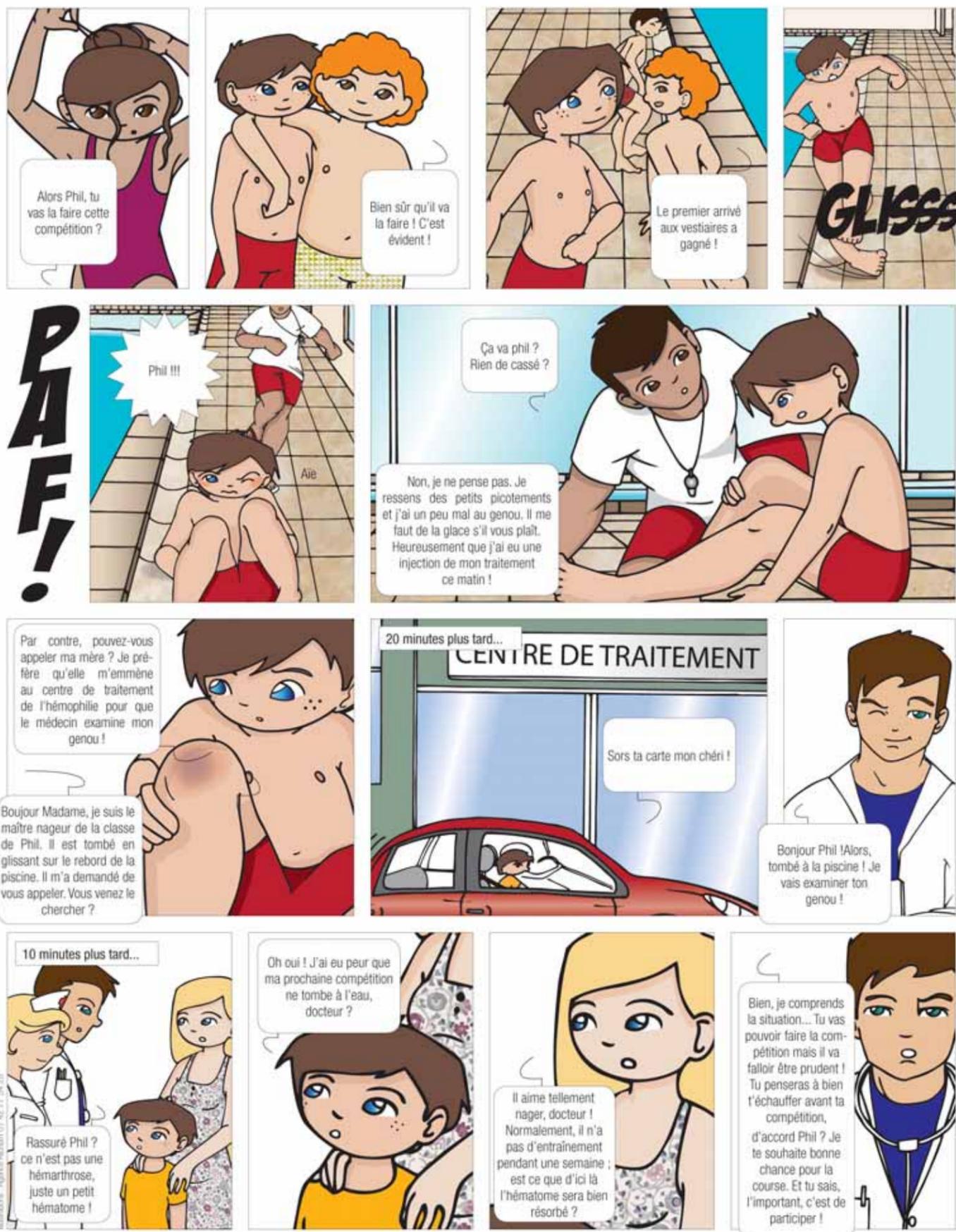
Profitant des vœux de la nouvelle année, le président de la Fédération Française de Natation, Francis Luyce, a tenu à rappeler l'importance du salon des Maires pour la discipline et les instances fédérales. « La fédération assure une permanence au salon des Maires depuis 2007. Au départ, nous n'étions représentés que par notre département équipement. Il s'agissait de démontrer notre volonté à devenir le partenaire naturel des collectivités locales engagées dans un projet de construction d'une nouvelle piscine ou de restructuration de leur parc existant. Pour l'édition 2011, nous avons décidé de mettre en avant la fédération dans son ensemble. Le salon des Maires nous permet d'être en contact avec les collectivités et de rencontrer les décideurs locaux. Plus qu'une nécessité, notre présence au salon des Maires est naturelle. »



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

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 Lezeau, respectivement infirmières coordinatrices des CTH de l'hôpital Necker et de l'hôpital du Kremlin-Bicêtre.



WELCOMSPORT

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

LOUVRE HOTELS GROUP
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 jusqu'au 31 août 2012 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.