

# NATATION

MAGAZINE

Numéro 232 - Novembre-Décembre 2025 - 5 euros

# 22

# VOILÀ LES BLEUS

L'ENTRETIEN  
AMBRE ESNAUT

Page 10

ACTU

LAURE MANAUDOU,  
AMBASSADRICE DES EUROS DE PARIS

Page 38



# TOUJOURS MAGIQUE, TOUJOURS ÉLECTRIQUE.



L'ÉLECTRICITÉ, ÇA NE FAIT QUE COMMENCER

Cet été, la Vasque des Jeux Olympiques™ et Paralympiques™ de Paris 2024™ brillera de nouveau, avec sa flamme anniversaire, toujours électrique, conçue par EDF.

L'énergie est notre avenir, économisons-la!

# L'Europe nous attend

La saison bat son plein pour toutes les activités de notre Fédération. La Natation artistique prépare les rendez-vous nationaux qui arrivent. Le colloque a, comme chaque année, regroupé une grande partie des dirigeants qui ont pu mettre leurs connaissances à jour et c'est ensuite les juges qui se sont penchés sur les nouveaux règlements. Un beau travail collaboratif pour tous ces bénévoles amoureux de la discipline.

Le championnat national de water-polo se poursuit chaque week-end avec de belles rencontres des équipes et des regroupements des jeunes qui assurent la relève.

Les plongeurs préparent leur meeting des Lumières et profitent des belles installations à leur disposition au Centre Aquatique Olympique pour poursuivre leur entraînement dans de bonnes conditions. La Natation course s'est retrouvée à l'Aquaval, centre aquatique Alice Milliat à Taverny. Ces championnats de France en petit bassin ont tenu toutes les promesses d'une compétition de très bon niveau. Merci aux organisateurs qui ont su mettre les nageurs, les officiels et le public dans une

ambiance chaleureuse et propice à la performance. De cette rencontre s'est dégagée une belle sélection de 22 nageurs qui iront en découdre à Lublin en Pologne. De belles surprises et des jeunes pousses prometteuses se sont illustrées pour l'avenir à l'issue de cette compétition. Souhaitons-leur à tous de belles performances !

Pensez aussi au nouvel ouvrage de la Fédération « *Natation, ce rêve d'or* » pour vos cadeaux de fin d'année à déposer sous le sapin.

La campagne de recrutement des Volontaires pour les championnats d'Europe à Paris a débuté et je ne doute pas que vous serez nombreux à l'image de cet élán qui avait fait vibrer les Jeux de Paris.

La Fédération est en ordre de marche pour que ce rendez-vous européen soit une grande fête de la Natation et vous y serez bien sûr !

En attendant que ce projet devienne réalité je vous souhaite de belles fêtes de fin d'année entourés des êtres qui vous sont chers. \*

| GILLES SÉZIONALE |

## NATATION MAGAZINE

NATATION MAGAZINE N°232  
NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2025

Édité par la Fédération Française de Natation, 104, Rue Martre, CS 70052 - 92 583 Clichy Cedex.  
Tél. : + 33 (0)1 70 48 45 70  
Fax : + 33 (0)1 70 48 45 69  
[www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr)

**Numéro de commission paritaire**  
0924 G 78176 – Dépôt légal  
à parution

**Numéro ISSN**  
1268-631X

**Directeur de la publication**  
Gilles Sezionale

**Rédacteur en chef**  
Jonathan Cohen  
[\(jonathan.cohen@ffnatation.fr\)](mailto:jonathan.cohen@ffnatation.fr)

**Journaliste**  
Louis Delvinquière  
[\(louis.delvinquiere@ffnatation.fr\)](mailto:louis.delvinquiere@ffnatation.fr)

**Ont collaboré à ce numéro**  
Jean-Pierre Chafes,  
Patrick Deléaval, Latif Diouane,  
Christiane Guérin, Lucie Reina

**Abonnement**  
+ 33 (0)1 41 83 87 70  
104, Rue Martre, CS 70052  
92583 Clichy Cedex

**Photographies**  
Agence KMSP

**Couverture**  
Illustrasport/Olivier Dupin  
(photos KMSP)

**Maquette et réalisation**  
Teebird Communication /  
Sandra Thivin Vanelslande

**Impression**  
Teebird,  
156 chaussée Pierre Curie  
59200 Tourcoing  
Tél. : + 33 (0)3 20 94 40 62

**Régie publicitaire**  
Eva Laithier  
[\(eva.laithier@ffnatation.fr\)](mailto:eva.laithier@ffnatation.fr)  
Tél. : + 33 (0)1 70 48 45 81  
Horizons Natation,  
104, Rue Martre,  
CS 70052 - 92583 Clichy Cedex

**Vente au numéro** 5 euros



KMSP/STÉPHANE KEI



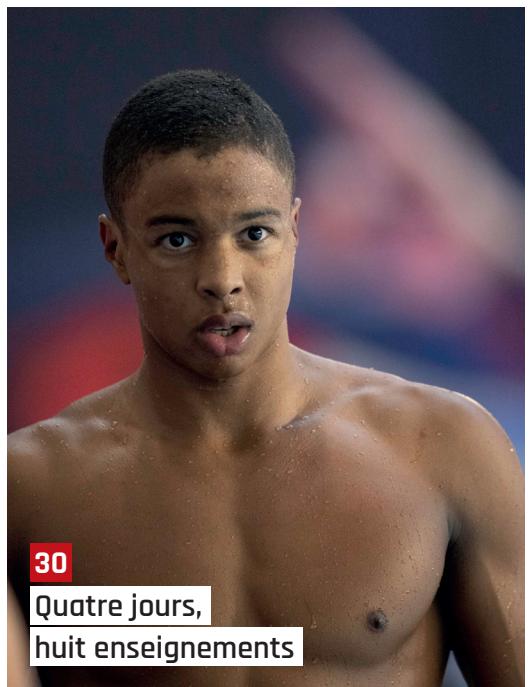
10

**Ambre Esnault :**

« Je crois en la nouvelle équipe qui est en train de se créer »



28

**22, voilà les Bleus**

30

**Quatre jours, huit enseignements**



34

**Denis Auguin : « J'espère qu'on sera performant en Pologne »**

36

**Les 22 nageurs qualifiés pour les championnats d'Europe**



38

**Laure Manaudou : « J'aurais rêvé disputer une compétition comme celle-là en France »**



42

**Annabelle Piednoir : « Terminer meilleure nation du monde, c'est exceptionnel »**

50

**Quand les JO deviennent une affaire de famille**



62

**Noam Yaron : « Je me croyais dans un jardin, je me voyais même hors de l'eau »**

# S O M M A I R E

## 6 ARRÊT SUR IMAGE

Achète « Natation, ce rêve d'or » et tente de gagner tes places pour les championnats d'Europe de Paris

## 8 ARRÊT SUR IMAGE

Logan Fontaine remporte la coupe du monde d'eau libre

## 10 L'ENTRETIEN

Ambre Esnault :  
« Je crois en la nouvelle équipe qui est en train de se créer »

## 20 EN BREF

## 22 AGENDA

Cap sur Saint-Louis pour le Championnat de France de Nage en Eau Froide 2026

## 23 ACTU DES RÉSEAUX

## 24 PARTENARIAT

Acadomia

## 26 PARTENARIAT

Bausch + Lomb

## 28 EN COUVERTURE

22, voilà les Bleus

## 30 EN COUVERTURE

Quatre jours, huit enseignements

## 34 EN COUVERTURE

Denis Auguin :  
« J'espère qu'on sera performant en Pologne »

## 36 EN COUVERTURE

Les nageurs qualifiés pour les championnats d'Europe

## 38 ACTU

Laure Manaudou :  
« J'aurais rêvé disputer une compétition comme celle-là en France »

## 42 ACTU

Annabelle Piednoir :  
« Terminer meilleure nation du monde, c'est exceptionnel »

## 46 ACTU

Paris s'écrit avec vous

## 48 À LIRE/ À VOIR & RADIO RÉDAC

## 50 HORS LIGNES

Quand les JO deviennent une affaire de famille

## 56 MON CLUB

Rethel, cherche entraîneur désespérément

## 58 DÉVELOPPEMENT DES PRATIQUES

Un séminaire national pour renforcer la dynamique de la Natation Santé

## 60 SHOPPING

## 62 RENCONTRE

Noam Yaron :  
« Je me croyais dans un jardin, je me voyais même hors de l'eau »

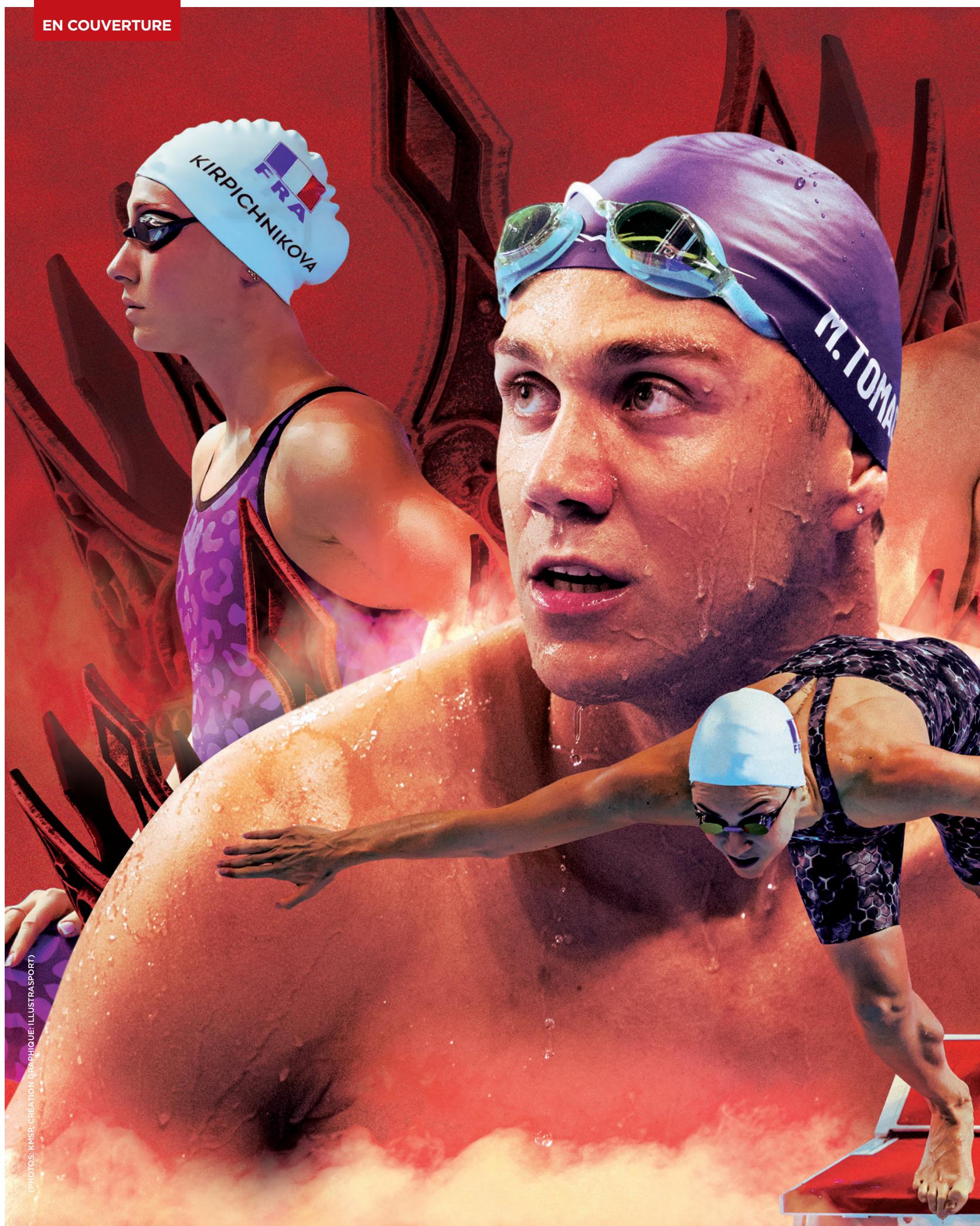
## CE QU'IL FAUT RETENIR

La Fédération Française de Natation et les éditions du Cherche-Midi ont publié « Natation, ce rêve d'or » le 6 novembre ★ En achetant ce livre avant le 8 décembre, vous pouvez tenter de gagner deux places pour les championnats d'Europe de natation à Paris ★ Logan Fontaine a remporté le circuit de la coupe du monde d'eau libre ★ L'ex capitaine de l'équipe de France de natation artistique, Ambre Esnault a décidé de mettre un terme à sa carrière sportive et nous en explique les raisons dans un entretien ★ Les championnats de France de nage en eau froide se tiendront en Alsace du 9 au 11 janvier ★ Les championnats de France de natation course ont eu lieu à Taverny et ont permis à 22 nageurs tricolores de se qualifier pour les Euro de Lublin (2-7 décembre) ★ Parmi eux, de jeunes nouveaux comme Sauveur Cristofini, Émile Vincent ou encore Éloïse Riley ★ Les ambassadeurs des championnats d'Europe de Paris 2026 ont tenu une conférence de presse et Laure Manaudou y a notamment été interrogée ★ L'équipe de France jeune de natation artistique a décroché le titre de meilleure nation du monde lors des championnats du monde de la catégorie en Grèce ★ Le programme pour être volontaires aux Euro de Paris 2026 est ouvert et les organisateurs attendent votre candidature ★ Nous avons préparé un sujet sur ces familles pour qui les Jeux olympiques se transmettent dans les gènes ★ Nous avons rencontré Noam Yaron, le nageur suisse qui a tenté de relier Calvi à Monaco à la nage, soit plus de 180 km.



« JE CROIS EN LA  
NOUVELLE ÉQUIPE  
QUI EST EN TRAIN  
DE SE CRÉER »

EN COUVERTURE



(PHOTOS: KMSP / CREATION GRAPHIQUE: ILLUSTRASPORT)



# 22, VOILÀ LES BLEUS

**L**es championnats de France de Taverny ont rendu leur verdict. Ils seront vingt-deux nageurs tricolores à s'envoler pour la Pologne début décembre pour participer aux championnats d'Europe en petit bassin. Parmi eux, des éléments expérimentés et habitués aux équipes de France à l'instar des capitaines Damien Joly et Béryl Gastaldello. Des athlètes qui tenteront de monter sur de nouveaux podiums continentaux comme Mewen Tomac, qui a deux titres à défendre, et Anastasiia Kirpichnikova ou Maxime Grousset. Mais dans cette équipe de France, nous retrouverons également de nouvelles têtes. Des jeunes qui ont réussi à s'offrir une place dans ce collectif grâce à de jolies performances dans le bassin francilien fin octobre. Au premier rang de ces petits nouveaux, Sauveur Cristofini, 15 ans, qui a épataé son monde en améliorant bon nombre de meilleures performances françaises 16 et 17 ans appartenant entre autres à Yannick Agnel et Léon Marchand. Une belle promesse pour le licencié du Gazélec Ajaccio qui s'entraîne à Martigues avec Philippe Lucas. On notera également la première sélection en équipe de France A d'Émile Vincent qui a régné sur le 800 m nage libre. Du côté des filles, joli tir groupé sur le 100 m nage libre avec les premières sélections d'Éloïse Riley et d'Anastasia Urbaniak. À huit mois des championnats d'Europe de Paris en grand bassin, cette équipe de France pleine d'ambitions tentera d'achever de la meilleure des manières l'année 2025 avant de s'attaquer à d'autres réjouissances en 2026.

| À TAVERNY, JONATHAN COHEN ET LOUIS DELVINQUIÈRE |

# « J'aurais rêvé disputer une compétition comme celle-là en France »

Le 2 octobre dernier, le siège de la Région Ile-de-France a accueilli la conférence de presse des championnats d'Europe de Paris 2026 à 300 jours du lancement de l'événement. L'occasion de présenter les ambassadeurs, Laure Manaudou, Virginie Dedieu, Camille Lacourt, Alexis Jandard et Marc-Antoine Olivier et de dévoiler le clip réalisé par l'agence Willie Beamen avec la voix de la journaliste Olivia Leray. À cette occasion, Natation Magazine, a interrogé Laure Manaudou sur son rôle d'ambassadrice et ses attentes concernant ces championnats d'Europe.

**L**aure, tu es ambassadrice des championnats d'Europe 2026 à Paris. Qu'est-ce que cela provoque chez toi comme sentiment de vivre une telle compétition en France deux ans après les JO ?

Déjà je suis un peu jalouse (rires). J'aurais rêvé disputer une grande compétition comme celle-là en France. J'ai pu participer aux championnats d'Europe en petit bassin en 2012 à Chartres. C'était déjà très bien avec un public français qui a répondu présent, mais là ça va être encore plus gros et je pense que ça va être impressionnant de nager avec tout ce public. Tous les ingrédients sont réunis pour que ce soit une belle compétition.

**Ça change vraiment quelque chose de nager à domicile ?**

Ça change quelque chose et ça peut être à double tranchant dans le sens où ça peut ajouter un peu de pression. Pendant des années, on a toujours nagé à l'extérieur, en Australie, aux États-Unis, en



« Recevoir un tel événement en France, c'est une consécration pour un nageur tricolore. »

Hongrie. Recevoir un tel événement en France, c'est une consécration pour un nageur tricolore. Ils vont pouvoir nager devant leur public, leurs familles parce que certaines n'ont pas toujours les moyens de se déplacer à l'autre bout du monde pour assister à une compétition. C'est également important pour la jeune génération de leur montrer que nous sommes capables d'accueillir ces événements.

**Le clip qui a été réalisé pour promouvoir cette compétition évoque le lien d'amour entre les nageurs et le public. Ce lien a-t-il changé ou évolué avec les années ?**

Je vois déjà que les places partent très vite pour venir soutenir les nageurs. On aimerait que ce soit le cas également pour le plongeon, la natation artistique et



l'eau libre. Mais aujourd'hui on a la chance d'avoir parmi nous Léon Marchand et on sait pourquoi les places partent très vite. On le remercie et s'il pouvait nager tous les jours pour remplir la piscine ce serait super (rires). Pour en revenir à la question, c'est une belle histoire d'amour entre le public et les nageurs puisque c'est un peu la suite des JO de Paris. Et aujourd'hui, je pense que ça peut motiver vraiment beaucoup de monde à découvrir ce sport s'ils ne le connaissent pas encore et continuer à le suivre s'ils ont envie de vivre de belles émotions.

**Tout cela ne te donne même pas envie de revenir pour un petit 50 m ?**

C'est la blague que j'ai faite à Camille (Lacourt) qui est ambassadeur à mes côtés. Mais j'ai 39 ans et ce

n'est pas du tout l'objectif. L'équipe de France s'en sort très bien sans nous et j'espère qu'il y aura de belles médailles sur cette compétition.

**Et ton petit frère Florent, sera-t-il dans l'eau ?**

Je ne suis pas dans sa tête et il ne m'en a pas parlé. Peut-être qu'il le garde secret ou peut-être qu'il n'a pas du tout cet objectif en tête. Sans vouloir parler pour lui, je pense qu'il a besoin de prendre du temps, de faire les choses qu'il aime. Mais lorsqu'il annoncera sa décision, ce sera également une surprise pour moi.

**Tu évoquais l'effet « Léon » sur la vente des places. C'est assez fou ce qu'il provoque chez les gens.**

Oui, je pense qu'il fait rêver déjà beaucoup de monde, que ça soit des enfants de 4 ans ou des gens plus âgés. >>>

« Aujourd'hui  
on a la chance  
d'avoir parmi  
nous Léon  
Marchand  
et on sait  
pourquoi les  
places partent  
très vite. On le  
remercie et s'il  
pouvait nager  
tous les jours  
pour remplir la  
piscine ce  
serait super. »



Il a réalisé de magnifiques performances ces dernières années et ça montre qu'on peut être Français et être un grand sportif de haut niveau. Il n'y a pas qu'aux États-Unis ou en Australie que cela arrive. Avec du travail et du talent, on peut être le meilleur en étant Français. D'autant que le talent ne fait pas tout, derrière il y a beaucoup de travail, de sacrifices et un sacré mental.

**Ce n'est pas toujours facile pour lui de revenir en France d'ailleurs. Comment abordais-tu cela quand tu étais nageuse ?**

Moi, je pense que je me mettais la pression toute seule parce que je me disais que les gens étaient habitués à me voir gagner et que je ne pouvais pas faire autrement. Je savais aussi que si je perdais j'allais me faire critiquer après. Sauf que nous sommes des humains et on a le droit aussi de montrer nos faiblesses. On a le droit de montrer que dans une carrière, on n'est pas toujours obligé d'être au top. Je pense qu'on se sert aussi des moments de moins bien pour progresser. Je le comprends totalement du fait de ne pas avoir envie

de revenir faire une compétition ici puisqu'il est dans sa bulle aux États-Unis. Ça lui permet de se concentrer et de se préparer comme il en a envie. Aujourd'hui, il a la chance de pouvoir faire ça. Je pense que c'est ce qu'il y a de mieux pour un sportif. Il sait ce qu'il fait, il est bien entouré. Je pense qu'on n'a vraiment aucun souci à se faire.

**Tu as évoqué l'aspect mental. C'est quelque chose dont on parle de plus en plus. Tu n'as jamais eu recours à ça à ton époque ?**

On ne parlait pas trop de préparation mentale mais j'avais un bon coach mental qui s'appelle Philippe Lucas qui était aussi préparateur physique, entraîneur de natation, deuxième papa et chauffeur de taxi. On n'en parlait pas trop mais je pense que j'ai toujours accordé une grande importance au mental. J'ai toujours dit que c'était 80 % du travail parce que j'avais des facilités dans l'eau et que je faisais le strict minimum. Je pense que c'est vraiment important de se faire suivre toute l'année et pas par une personne qu'on ne connaît



pas deux semaines avant une compétition. Cela évolue aussi de ce côté-là dans le sport et je trouve ça vraiment important pour les sportifs.

#### **Qu'est-ce qui t'épate le plus chez Léon ?**

Je pense que c'est la maturité qu'il a à son jeune âge. On compare souvent à ce que j'ai pu faire moi à 17 ans. Aujourd'hui, ça prend des proportions énormes. Je me rappelle après les JO, je suis rentrée chez moi et j'ai vu un jeu de mots sur Léon Marchand sur les panneaux d'autoroute. Je me suis dit que ça prenait une proportion beaucoup plus importante et en même temps je trouve ça génial parce que ça met aussi la natation en avant. Je pense qu'il gère très bien ce côté-là et comme je l'ai dit tout à l'heure, il est très bien entouré.

#### **D'autant que désormais il y a également les réseaux sociaux à gérer.**

Il y a ça c'est vrai et pour moi aujourd'hui c'est compliquée mais en même temps ça permet aux

sportifs de partager ce qu'il ont envie de partager et peut-être de ne pas être un peu bousculé par tout le côté médiatique dans lequel j'ai pu être moi à certains moments. Il y a des bons et des moins bons côtés et c'est vrai qu'aujourd'hui on est obligé de vivre avec les réseaux et je pense qu'il y a des personnes qui s'occupent de ça aussi aujourd'hui. Je ne pense pas que ce soit lui qui se mette cette charge mentale en plus de devoir s'en occuper et je souhaite en tout cas qu'il puisse se décharger le plus possible de ça pour avoir uniquement sa tête pour nager et ses jambes pour avancer. ★

| RECUEILLI À SAINT-OUEN PAR JONATHAN COHEN |

# « Terminer meilleure nation du monde, c'est exceptionnel »

Dans le sillage de Macéo Vanhee Dedieu, champion du monde en solo et en duo mixte avec Carla Pusta, l'équipe de France jeunes de natation artistique a brillé l'été dernier aux championnats du monde de la catégorie d'âge. Au point de remporter la première médaille de l'histoire en équipe libre et de repartir avec le trophée de meilleure nation. Pour comprendre la réussite de cette jeune équipe, nous avons interrogé Annabelle Piednoir, conseillère technique nationale et responsable de ce collectif.

**A**vant d'arriver aux championnats du monde jeunes, quels étaient les objectifs du collectif ? Nous savions qu'il existait de réelles chances en solo garçon et en duo mixte. Le niveau de Macéo était déjà très supérieur, ce qui laissait présager une bonne position face à la concurrence. Mais, il reste difficile d'avoir une vision précise des forces et faiblesses des autres nations chez les jeunes, surtout lorsqu'une seule compétition permet la comparaison. La participation à la COMEN en juin, à Madère, avec les solos filles et garçons ainsi que le duo mixte, n'a pas apporté toutes les réponses souhaitées. La concurrence y était limitée, ce qui n'a pas permis d'évaluer clairement les stratégies des autres équipes ni les niveaux de difficultés choisis. À cela s'ajoute un turnover très important dans cette catégorie d'âge, ce qui rend l'analyse encore plus complexe.



## L'équipe présente aux Mondiaux n'avait que peu de vécu commun finalement ?

Sur les 14 athlètes présents, il n'y en avait que quatre qui étaient déjà dans l'équipe l'année précédente. Les autres ont disputé leur première compétition internationale. Ce sont de gros enjeux personnels et nous ne savons jamais vraiment comment cela va être vécu.

## Ont-ils des temps de regroupement dans l'année pour travailler ensemble ?

Chez les jeunes, les championnats du monde se tiennent souvent fin août, ce qui nous permet de les mobiliser sur l'été sur plusieurs regroupements. Mais lors des saisons où les championnats d'Europe ont lieu fin mai-début juin, comme cette année, les jeunes doivent être mobilisés plus tôt. Cela reste compliqué,

STIC S  
ONS



« Macéo a une excellente conscience de son corps et une mobilité du corps qui est déjà très mature pour son âge et des qualités aquatiques qui sont aussi très fortes. »

car ils doivent en parallèle gérer la charge du collège et la préparation du brevet. En revanche, le système mis en place depuis quelques années nous conduit à intégrer dans l'équipe uniquement les athlètes qui sont en CNAHN (centre national d'accès au haut niveau). Cela nous permet de suivre le travail effectué tout au long de l'année.

#### La chorégraphie de l'équipe de France est travaillée tout au long de l'année dans ces CNA, c'est bien cela ?

C'est ça. Ils savaient que la chorégraphie de l'équipe de France était celle du club d'Aix-en-Provence pour l'équipe libre. Ils pouvaient bien évidemment apporter des modifications et aménager la chorégraphie pour les championnats de France mais cela nous donnait la certitude que les jeunes travaillaient au quotidien une chorégraphie qu'ils allaient présenter avec l'équipe

de France. Cela nous garantissait un travail de fond commun avant nos regroupements.

#### Quels sont les CNAHN en natation artistique ?

Jusqu'à cette année, le dispositif comptait Strasbourg, Aix-en-Provence, Colomiers et Nantes. Depuis septembre, un cinquième centre a ouvert à Corbeil. Les athlètes doivent être exclusivement intégrés dans ces structures, sauf lors de leur première année dans la catégorie jeunes, à 13 ans, où l'intégration au CNAHN n'est pas encore exigée.

#### Pour revenir sur les championnats du monde, tu évoquais le solo garçon et le duo mixte de Macéo et Carla. Qu'a-t-il de si spécial Macéo ?

Il a une excellente conscience et mobilité du corps ainsi que des qualités aquatiques très fortes. Il est très haut par rapport à sa concurrence. Cette légèreté, cette >>



## LE COLLECTIF TRICOLORE PRÉSENT AUX MONDIAUX

**Gabrielle Bassou, Julia Domin, Magdalena Domin,  
Romane Donnio, Nina Gateau, Juline Ivens, Ambre  
Olmedo, Margot Proust Dumont, Carla Pusta,  
Agata Ramirez, Jeanne Rougerie, Lilou Sperry,  
Nolan Fontbonne et Macéo Vanhee-Dedieu**

hauteur combinées avec avec sa qualité gestuelle lui permet de pouvoir aller chercher des chorégraphies plus matures que ne peuvent pas encore réaliser les concurrents de son âge. Il a également de belles qualités acrobatiques. Sur nos équipes par exemple il est voltigeur. Il a un grand panel de qualités. C'est véritablement le meilleur élément de notre équipe.

**Il y a également d'autres garçons dans le collectif et deux ont intégré l'INSEP cette année. Y-a-t-il une véritable évolution sur la place des garçons dans la natation artistique ?**

Il y a une place grandissante pour la pratique masculine, et la France a inclu rapidement les garçons dans ses programmes. Lucas Valliccioni avait gagné le premier titre mondial en 2022, la France a des garçons talentueux mais aussi une école de formation qui est solide dans nos structures.

**Il y a également une médaille en duo mixte avec Carla Pusta. C'est un duo qui se connaît assez bien n'est-ce pas ?**

Ils se connaissent assez bien et ils ont de l'expérience ensemble puisqu'ils ont notamment nagé ce duo aux championnats d'Europe l'année dernière. Ils n'avaient pas gagné le titre parce que Macéo revenait d'une blessure qu'il avait contracté juste avant le départ pour la compétition. Cela nous avait obligé à revoir notre coach card et à abaisser notre niveau de difficulté pour qu'il soit en sécurité. Cette année, ils ont vraiment progressé et gagné en maturité dans leur façon de nager.



#### **En quoi sont-ils complémentaires ?**

Carla a de grandes qualités artistiques et de présences qui boostent aussi ce duo et qui offrent une grande complémentarité avec Macéo. Ils vont très bien ensemble et ça interroge forcément pour la suite de leur parcours dans les catégories supérieures.

**Macéo, en plus de ses capacités dans l'eau, est-il un élément moteur du groupe en dehors de l'eau ?**  
C'est un élément qui est vraiment garant d'un bon fonctionnement dans un groupe, il s'investit autant en individuel qu'en collectif. Il partage sa vision, va pouvoir donner son avis, donner des conseils à d'autres athlètes et en même temps en recevoir. Il est très à l'écoute, il n'est pas dans une bulle, c'est vraiment un athlète qui partage énormément. Carla fonctionne également comme ça. Ce sont vraiment deux athlètes qui apportent beaucoup à un collectif.

#### **La médaille par équipe, la première de l'histoire de l'équipe de France toutes catégories confondues, a-t-elle été une véritable surprise ?**

Lorsque nous avons découvert les coach cards des autres nations, la veille de l'épreuve, nous savions que c'était ouvert. Nous avons sélectionné l'équipe mi-juillet à Tours, puis nous nous sommes retrouvés début août pour un stage à Poitiers. Et jusqu'au dernier jour de stage à l'INSEP, nous avons du faire des ajustements de la coach card pour monter le niveau des difficultés et être sûrs de pouvoir jouer quelque chose. Les athlètes, malgré leur manque d'expérience, ont réussi à tenir la pression et à aller au bout de leur

performance. Miser sur cette médaille au départ, ce n'était pas évident, mais nous savions malgré tout que des choses étaient possibles en fonction du niveau de difficultés des autres pays et de notre exécution. Il y a eu aussi ensuite une autre médaille de bronze remportée en duo filles avec Carla et Gabrielle. Pour gagner en plus, au final, le trophée de meilleure nation mondiale, c'était exceptionnel.

**Tu évoques en filigrane le nouveau règlement avec ce système de coach card. Du côté des séniors, on sent que malgré tout la volonté de conserver l'artistique est bien présente. Est-ce aussi le cas chez les jeunes ?**

Il y a deux ans, pour les championnats du monde 2023, nous n'avions pas la même stratégie. Nous avions moins de temps et décidé d'aller se confronter à la difficulté même si l'artistique était moins présent. Mais notre objectif à moyen ou long terme était de réussir à réintégrer des éléments artistiques forts afin que nos athlètes soient complets. Cela s'est donc fait en deux temps. Et cette année, c'était un véritable objectif. Que ce soit sur les difficultés ou sur l'artistique, nous travaillions beaucoup avec nos contrôleurs techniques et juges internationaux. Ils nous font des retours sur les chorégraphies lors des étapes de sélections et de la préparation finale.

« Aujourd'hui, il y a des choses très spécifiques et ça nous interroge sur la spécialisation. À mon sens, il faut avoir une vision un peu large de la discipline. »

**Si les séniors ont véritablement dû modifier leur manière de penser et de nager avec le nouveau règlement, les jeunes sont arrivés avec ce nouveau règlement. Est-ce un avantage ?**

Oui c'est un avantage dans l'immédiat, car ils se sont formés avec ces contraintes. Mais, nous nous posons la question de cette nouvelle formation de nos athlètes, et si le règlement changeait de nouveau? Aujourd'hui, il y a des choses vraiment très spécifiques et ça nous interroge sur la spécialisation. À mon sens, il faut avoir une vision un peu large de la discipline. Cela a modifié aussi notre méthodologie de sélection et nous sommes vraiment sur une recherche de profils d'athlètes en capacité de s'adapter vite.

**On a le sentiment qu'il y a un véritable travail d'équipe également dans le staff pour trouver les bons profils et établir les différentes stratégies.**

Effectivement, nos trois entraîneurs travaillent sur cette équipe de France depuis quelques années maintenant (Céline Koechlin, Marie Nedelec et Alexia Vito). C'est une des clés de la réussite de cette équipe. L'encadrement se connaît bien, partage une expérience commune et une véritable confiance. Je travaille également avec Florence Lefranc au quotidien sur cette équipe et puis Julie (Fabre) qui était présente aux championnats du monde. ★

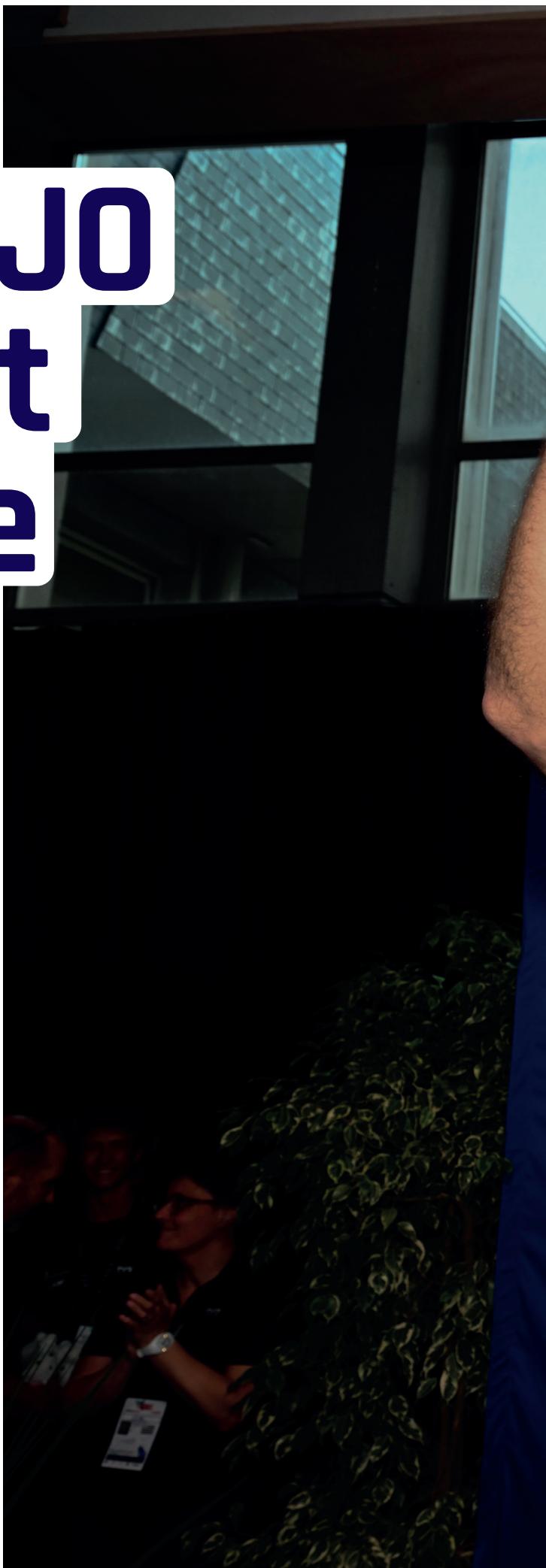
| RECUEILLI PAR JONATHAN COHEN |

# Quand les JO deviennent une affaire de famille

Tous les sélectionnés pourront en témoigner, concourir pour son pays aux Jeux olympiques est une aventure extraordinaire qui vaut son pesant d'or même s'il n'y a pas de médaille au bout. Mais y participer plusieurs années après l'un de ses parents (ou encore plus exceptionnel les deux) demeure à jamais dans l'histoire de toute une famille et, au-delà, dans celle de la Fédération Française de Natation chanceuse de pouvoir en compter plusieurs. C'est ce que nous avons le plaisir de vous relater, à travers les exemples ci-après.

I l existe des destins qui se trament au bord des bassins, des parcours qui se nouent dans les remous du souvenir familial. Certains nageurs français, parfois très jeunes, ont grandi dans une maison où l'on parlait Jeux olympiques à table, où l'on gardait au mur une photo de départ en série ou un relais d'argent. Et puis un jour, ce sont eux qui ont plongé sous les projecteurs, portant dans leurs bras, ou dans leur nage, un héritage devenu personnel. De Léon Marchand à Béryl Gastaldello, de Sophie Kamoun à Ugo Crousillat, ces trajectoires racontent une question fascinante : qu'est-ce qui se transmet dans les familles de sportifs — et comment chacun l'interprète à son tour ?

En 2024, la natation française s'est découverte un phénomène : Léon Marchand, quadruple champion olympique, nageur au talent presque déconcertant, adulé par le public parisien. Mais derrière le champion, il y a une famille. Léon a grandi dans le sillage de deux parents internationaux : son père, Xavier Marchand, >>





# Rethel, cherche entraîneur désespérément

A l'extrême ouest de la région Grand Est, Rethel Sport Natation, qui fêtera ses 60 ans d'existence en 2026, doit composer avec un bassin de 25 mètres sur 4 lignes d'eau ! Ce qui n'empêche pas le club ardennais de compter plus de 300 adhérents dont une vingtaine de compétiteurs en attente d'un entraîneur dédié.

**C**onnue pour son boudin blanc IGP et pour son équipe de roller-hockey, 13 fois championne de France, Rethel est avec ses quelque 7700 habitants la troisième commune des Ardennes en terme de population ! Traversée par l'Aisne, elle est aussi l'une des premières villes du département à se doter d'un bassin de natation naturel. C'est en effet en 1939 que la municipalité de l'époque décide de creuser sur la rive gauche de la rivière, à proximité de l'étang Bogart, un bac d'un volume de 350m<sup>3</sup> pour accueillir les locaux attirés par les joies de la baignade dès qu'arrivent les beaux jours. Délimité dans un deuxième temps par un mur de béton mais toujours alimenté par l'eau de l'Aisne, ce bassin dont la profondeur ne dépasse pas 1 mètre verra de nombreux rethélois y accomplir leurs premières brasses puisque le site de Rethel-bains, équipé de vestiaires, de plongeoirs, d'échelles d'accès et même d'une pataugeoire pour les tout petits, fonctionnera jusqu'au milieu des années 1970 et la construction d'une piscine Tournesol, la seule du département avec celle de Givet.

Signé par l'architecte Pierre Scholler et l'ingénieur Themis Constandinidis, inventeur du système d'arches mobiles qui permet de découvrir le bassin de 25m lorsque la météo le permet, l'établissement rethélois ouvre en 1975 et accueillera le public jusqu'en février 2013 avant d'être démolie un an plus tard. Mais non sans que les trois communautés de communes qui allaient bientôt se fondre au sein de celle du Pays rethélois ne se soient mises d'accord pour réaliser Galéa, un complexe nautique installé au lieu-dit « Les Vallières », à quelques dizaines de mètres à peine de l'ancienne tournesol.

Petit hic cependant pour le club de natation qui avait vu le jour en 1966, les élus locaux ont souhaité donner une



vocation clairement ludique à ce nouvel établissement. Avec un bassin de 25 mètres comportant seulement 4 lignes d'eau et interdisant donc l'organisation de toute compétition et un bassin dit d'apprentissage aux formes biscornues, les espaces aquatiques ne sont effectivement pas vraiment adaptés aux besoins de Rethel Sport Natation. Et la délégation de service public de l'établissement communautaire n'arrange rien à l'affaire, le club local se voyant essentiellement proposer des lignes d'eau après la fermeture au public. C'est à dire de 20 heures à 21h30 ! « *En fait, le lundi, le mardi et le vendredi, on a 1 ligne à partir de 18h (à partir de 17h le mercredi), puis 2 partir de 19h et le bassin en entier à partir de 20h. Le mercredi, on a également 1 ligne entre 10h et 12h et le samedi 1 ligne de 11h à 13h puis progressivement tout le bassin* », énumère Stéphanie Simon, présidente de RSN depuis 2019.

« *La bonne humeur, l'esprit de famille, la qualité des cours proposés et les cotisations les moins chères du département (150€ pour les adhérents de l'école de natation et les loisirs ados qui s'entraînent une fois par semaine, et 170 € pour les compétiteurs et les adultes qui disposent de 3 à 4 créneaux hebdomadaires)* » vont cependant permettre à Rethel Sport Natation de se faire sa place au soleil. Et en tout cas de voir ses effectifs croître régulièrement pour franchir lors de la saison 2023-2024, le cap des 300 licenciés pour la première fois dans l'histoire du club. « *Après le coup d'arrêt de la crise sanitaire (les effectifs avaient baissé jusqu'à 168*



**« la mission de service public qui incombe au club pour l'apprentissage de la natation et la lutte contre les noyades s'étend à l'ensemble de la population, quel que soit l'âge. »**

en 2020-2021), on a très vite retrouvé puis dépassé nos chiffres d'avant COVID. Et ça a encore grossi depuis que nous organisons des sessions d'Aisance Aquatique et de J'apprends à nager, aux vacances de printemps et en début d'été. En 2024, on a même été le seul club des six que compte le département des Ardennes à afficher une progression en nombre de licenciés » se félicite la trésorière Stéphanie Lefèvre, qui annonce que cette saison verra non seulement le renouvellement de cette expérience mais également l'ouverture d'une session J'apprends à nager pour adultes « la mission de service public qui incombe au club pour l'apprentissage de la natation et la lutte contre les noyades s'étendant en effet à l'ensemble de la population, quel que soit l'âge ». Acteur incontournable de la vie sociale et sportive locale, Rethel Sport Natation est cependant confronté depuis plusieurs saisons à un problème que ses dirigeants ne parviennent pas pour l'instant à résoudre, trouver un entraîneur capable de dynamiser le secteur compétition. « L'école de natation, qui représente plus de la moitié de nos adhérents (à ce jour 153 sur 243), et les groupes loisirs ados et adultes, qui réunissent chaque année une trentaine de personnes, fonctionnent très bien avec nos 12 éducateurs bénévoles. Anciens nageurs du club ou nageurs encore en activité, ils sont tous diplômés et titulaires soit du BE, soit du BEPJS, du BF1, de l'UC2 ou de l'Assistant club, mais on n'arrive pas par contre à trouver sur le groupe compétition un successeur à Christophe Sauvage qui a connu les trois piscines

de Rethel et qui veut lever le pied pour profiter de sa retraite. C'est difficile pour les clubs comme nous qui n'ont qu'une vingtaine de compétiteurs chez les jeunes et une quinzaine de masters d'attirer des entraîneurs. Surtout quand on est coincé entre des gros clubs, à mi-chemin de Charleville et de Reims. On avait cherché à s'entendre avec le club de Vouziers, à une trentaine de kilomètres, mais ils ont décliné notre proposition. A la rentrée, on a embauché un BEJEPS Alexis Golec qu'on voulait inscrire au bloc 5 du MSN pour qu'il puisse se former sur l'entraînement de compétition, mais notre dossier a été refusé par l'ERFAN parce qu'on s'y était pris trop tard » peste une Stéphanie Simon qui regrette qu'il n'y ait « plus de nageurs de Rethel Sport Natation qualifiés aux championnats régionaux, comme cela était encore le cas avant la crise sanitaire ». En son temps un projet de classes à horaires aménagés avait même été étudié avec le collège Sainte-Thérèse. Il a dû pour le moment être rangé au fond d'un tiroir, en attendant qu'un entraîneur puisse le mener à bien. Alors si vous avez envie de participer au développement d'un club où convivialité rime avec ambition, vous savez ce qu'il vous reste à faire. Surtout si vous aimez le boudin blanc ! \*

| JEAN-PIERRE CHAFES |

# « Je me croyais dans un jardin, je me voyais même hors de l'eau »

En août dernier, le nageur suisse Noam Yaron a tenté de relier Calvi à Monaco à la nage, soit 180 km pour sensibiliser à l'urgence de protéger la Méditerranée, sa biodiversité menacée et l'inefficacité de la majorité des Aires Marines « Protégées ». Au total, il aura passé 102 heures et 24 minutes et parcouru 191 km. Du jamais vu dans l'histoire des traversées à la nage.

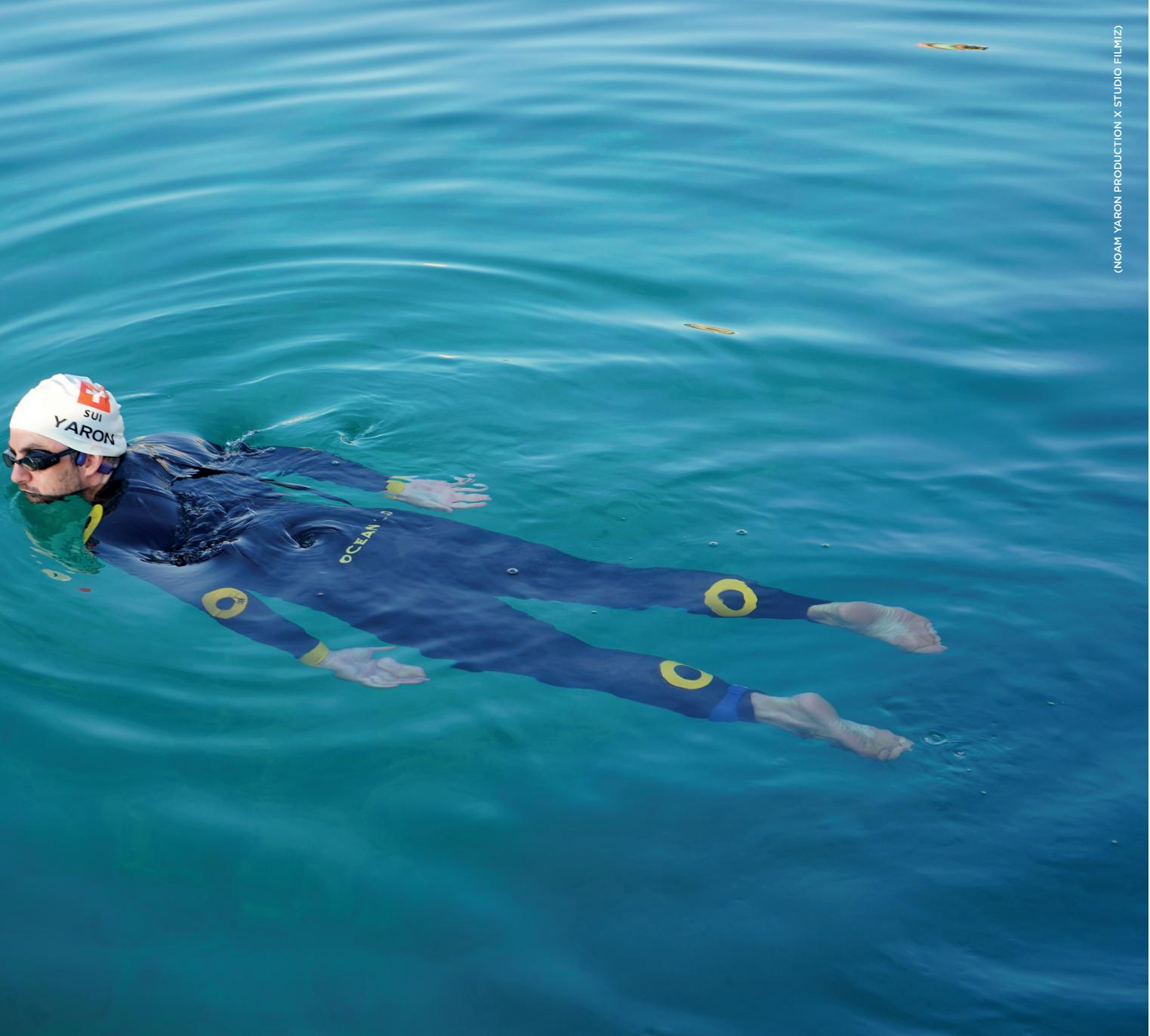
**D**'où vous est venue cette idée de faire des traversées dans des conditions extrêmes comme celle que vous venez de faire (Calvi-Monaco, 191km, 102h24min) ? J'ai commencé à nager à l'âge de 8 ans. Au début, j'étais vraiment mauvais, je terminais dernier de toutes les courses, je faisais des faux départs depuis le plot. Après quelques mois d'entraînement sérieux, avec plusieurs compétitions et des séances plusieurs fois par semaine, les résultats ne venaient pas. Mon entraîneur m'a dit : « Écoute, je pense que ce sport n'est pas fait pour toi. Tu ferais mieux de t'arrêter et de laisser ta place à quelqu'un d'autre. » Mais moi, j'adorais être dans l'eau. C'était une sensation incroyable : je ne sentais pas mon poids, mon esprit était totalement apaisé dans ce silence. Alors, devant tous mes camarades, j'ai dit que je continuerais, parce que j'adorais ce sport et que, un jour, je serais champion national. Ça m'a pris 10 ans, mais j'ai été le premier de mon équipe à devenir champion national junior sur 3000 mètres en eau libre. C'est vraiment l'eau libre



qui m'a donné cette liberté, cette clé complètement différente des bassins, où il faut faire un virage tous les 25 ou 50 mètres selon la taille de la piscine. En eau libre, il suffit d'avoir sa vitesse et de la garder le plus longtemps possible. Plus c'était long, et finalement, plus j'étais à l'aise. Je me suis donc rendu compte que les distances en eau libre, qui s'arrêtent aujourd'hui à 10 km, ce n'était pas assez long pour moi.

#### Comment choisissez-vous vos défis ?

En 2022, j'ai traversé les cinq plus grands lacs de Suisse en 11 jours. Un défi titanique : tous les deux jours, il fallait déplacer toute notre logistique, nos bateaux électrosolaires d'un lac à l'autre, trouver une météo favorable et nager entre 35 et 42 km à chaque fois. Certains lacs n'avaient jamais été traversés pour des raisons techniques ou du vent, mais on a tout réussi. J'ai battu toutes les références existantes et traversé pour la première fois les lacs de Lugano, Zurich, Constance, Neuchâtel et Quatre-Contons. Au total, environ 188 km cumulés sur 11 jours. L'écho



« C'est vraiment l'eau libre qui m'a donné cette liberté. »

médiaque a été incroyable. A travers tout cela, j'ai compris que le sport de haut niveau permettait de sensibiliser des millions de personnes et de contribuer concrètement à la science. Ensuite, je me suis lancé sur ma première tentative Calvi-Monaco l'an dernier : 103 km en 48 heures. Malheureusement, la météo difficile a interrompu l'aventure. Cette année, nous sommes revenus et avons réussi à nager 191 km, soit 102 heures passées dans l'eau sans jamais en sortir. À notre connaissance, aucun autre humain sur la planète ne s'est approché, même de loin, de cette performance dans ces conditions.

#### Au-delà des questions écologiques, y a-t-il un but personnel dans toutes vos traversées ?

Bien sûr il y en a un. Pour moi, c'est vraiment hyper personnel comme vision, mais la mission de vie, c'est vraiment d'avoir un impact, de pouvoir toucher les gens, d'influencer des décisions importantes pour un monde meilleur. Ça, c'est vraiment quelque chose qui m'habite.

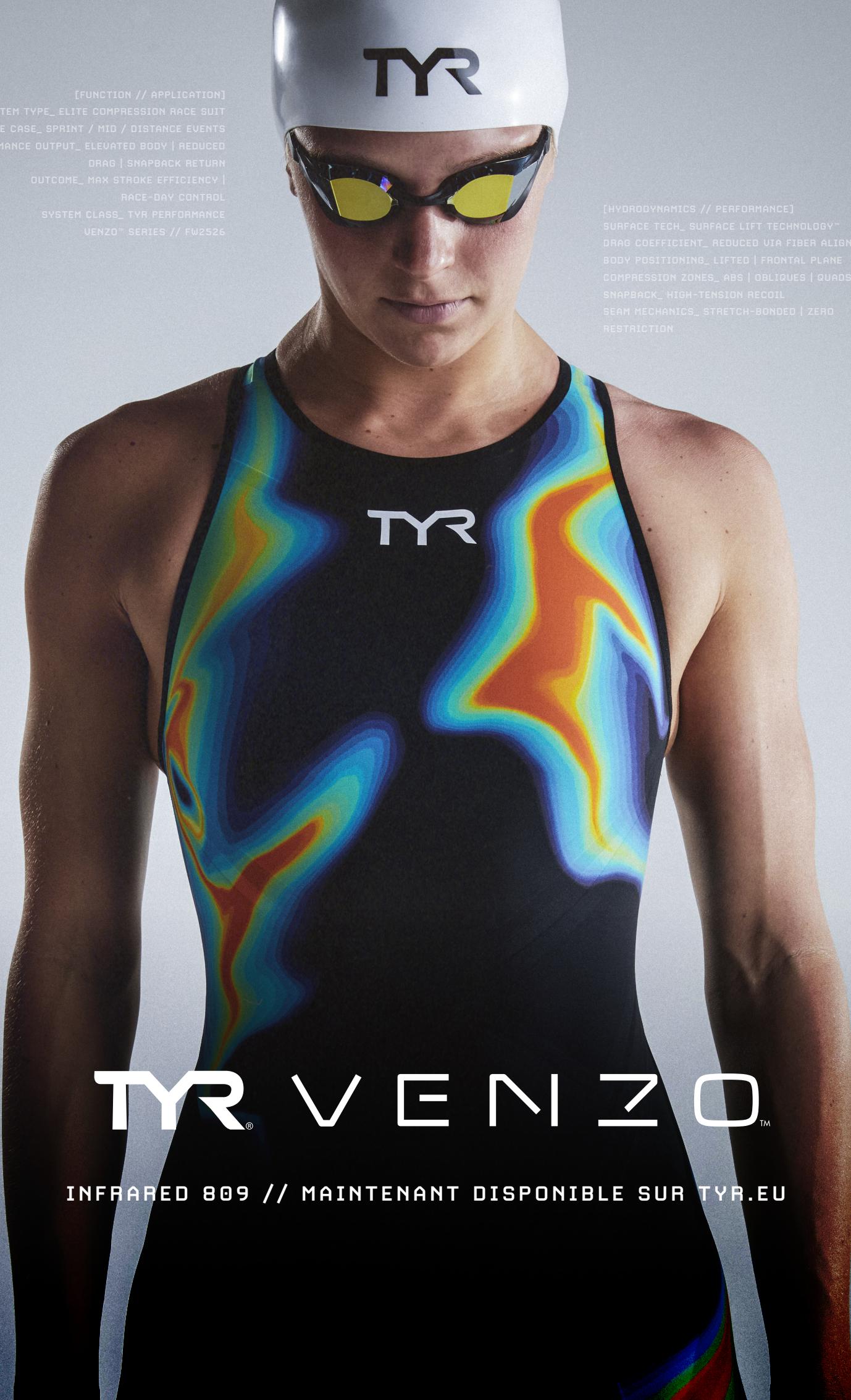
#### Comment avez-vous géré la solitude pendant ces cinq jours dans l'eau durant la traversée de Calvi à Monaco ?

La gestion des émotions et du mental, c'est vraiment quelque chose de très compliqué. Il faut savoir que j'avais une peur bleue de nager la nuit. Alors imaginez : nager la nuit avec 2800 mètres de fond au milieu de la Méditerranée, sans voir les côtes. Je pense qu'il n'y a pas beaucoup de gens qui se sentent à l'aise pour le faire.

Donc, ça demande énormément de travail : visualisation, cohérence cardiaque, méthodes de respiration pour calmer le système nerveux, qui est déjà très stressé par l'environnement, la fatigue, etc. Très rapidement, pendant la traversée, il n'y a vraiment eu aucun moment où j'ai eu peur ou des doutes. J'ai eu des douleurs, j'ai beaucoup pleuré lors des dernières nuits de fatigue. J'hallucinais beaucoup, je ne savais plus où j'étais, pourquoi j'étais là, ce que je faisais. C'est l'équipage qui a fait un travail formidable : comprendre ce que je voyais, me rassurer, et me remettre les pieds ➤

[FUNCTION // APPLICATION]  
SYSTEM TYPE\_ ELITE COMPRESSION RACE SUIT  
USE CASE\_ SPRINT / MID / DISTANCE EVENTS  
PERFORMANCE OUTPUT\_ ELEVATED BODY | REDUCED  
DRAG | SNAPBACK RETURN  
OUTCOME\_ MAX STROKE EFFICIENCY |  
RACE-DAY CONTROL  
SYSTEM CLASS\_ TYR PERFORMANCE  
VENZO™ SERIES // FW2526

[HYDRODYNAMICS // PERFORMANCE]  
SURFACE TECH\_ SURFACE LIFT TECHNOLOGY™  
DRAG COEFFICIENT\_ REDUCED VIA FIBER ALIGNMENT  
BODY POSITIONING\_ LIFTED | FRONTAL PLANE  
COMPRESSION ZONES\_ ABS | OBLIQUES | QUADS  
SNAPBACK\_ HIGH-TENSION RECOIL  
SEAM MECHANICS\_ STRETCH-BONDED | ZERO  
RESTRICTION



TYR VENZO™

INFRARED 809 // MAINTENANT DISPONIBLE SUR [TYR.EU](http://TYR.EU)