

# NATATION

MAGAZINE

Numéro 229 - Mai-Juin 2025 - 5 euros

## LA FORCE DE L'IDOLE



**L'ENTRETIEN**  
**BÉRYL GASTALDELLO**

Page 10

**HORS LIGNES**  
**COMMENT LES CHAMPIONS**  
**ONT-ILS APPRIS À NAGER**

Page 50



# CHERCHE JEUNES QUI AIMENT MOUILLER LE MAILLOT

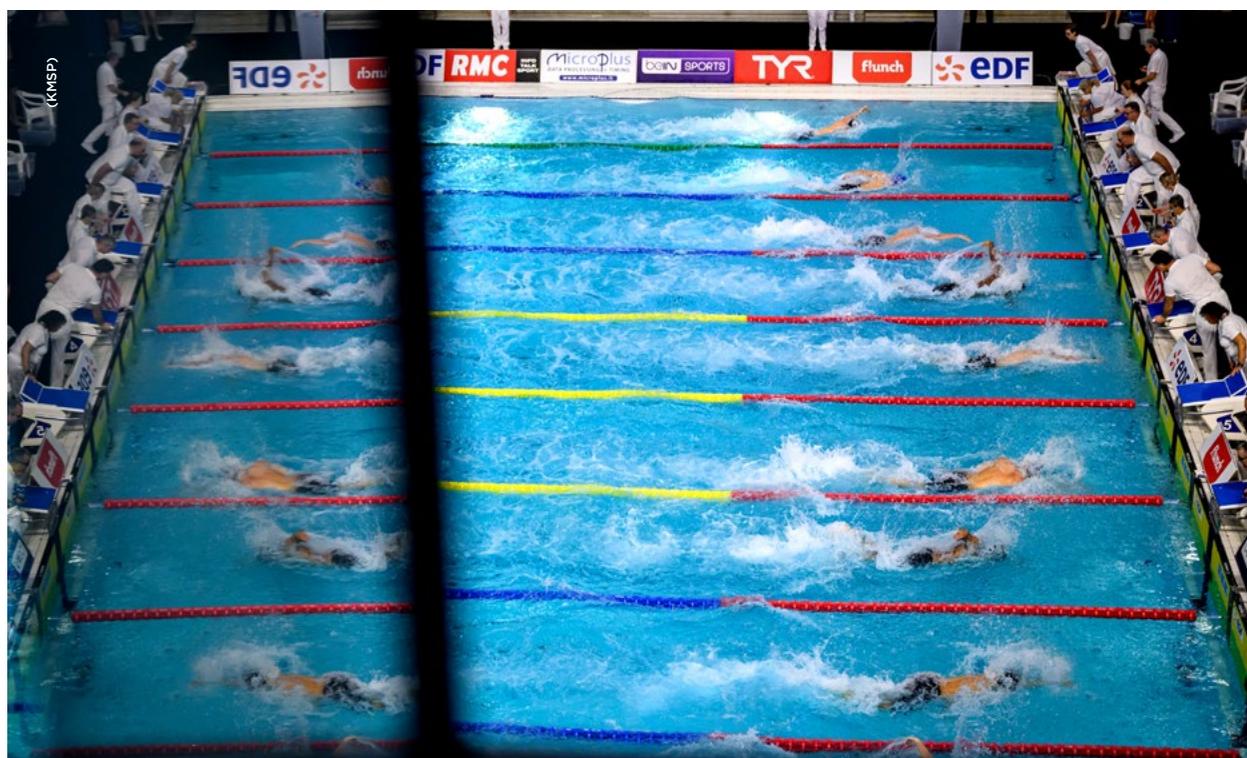
EDF recrute des femmes et des hommes dans votre région.  
Et si c'était vous ?

[edf.fr/edf-recrute](http://edf.fr/edf-recrute)

RCS-PARIS 552 081 317. © Mediacycenter EDF. Tim FOX.



L'énergie est notre avenir, économisons-la



**NATATION**  
MAGAZINE

NATATION MAGAZINE N° 229  
MAI-JUIN 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

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)

Journaliste  
Louis Delvinquière  
(louis.delvinquiere@ffnatation.fr)

Ont collaboré à ce numéro  
Jean-Pierre Chafes,  
Christiane Guérin,  
Antoine Grynbaum

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

Photographies  
Agence KMSP

Couverture  
Illustrasport/Olivier Dupin

Maquette et réalisation  
Teebird Communication /  
Sandra Vanelstande

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

Régie publicitaire  
Eva Laithier  
(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

# L'été des confrontations

**N**otre Fédération vient de valider toute son activité de 2024 lors de l'Assemblée Générale qui s'est tenue à Paris. Je remercie tous les délégués de Ligues qui ont approuvé notre gestion et l'ensemble de nos actions passées. Nous avons aussi pris connaissance du projet sportif de chaque discipline pour 2026 et j'espère qu'il répondra aux attentes de chacun d'entre vous.

La campagne du PSF (Projets Sportifs Fédéraux) 2025 vient de s'achever et je sais l'importance qu'elle revêt pour les clubs et les départements qui pourront réaliser des actions grâce à cette aide financière arbitrée par l'ANS (Agence Nationale du Sport) et la Fédération. Je remercie le cercle de compétences en charge des dossiers pour son travail d'assistance et d'aide à la rédaction des documents. En 2024, 369 dossiers ont été financés pour 1 528 000 € alloués.

Les activités ont repris à un rythme soutenu avec de nombreuses rencontres internationales. Sur le terrain les jeunes de Natation artistique se retrouvent à Funchal au Portugal. De très bons résultats prometteurs pour ces nouvelles générations qui regardent déjà vers les prochaines échéances et pourquoi pas Los Angeles !

La saison de water-polo s'achève sur notre territoire et les clubs se distribuent les places du classement national.

La Natation course se retrouvera très vite à Montpellier et les nageuses et nageurs chercheront une qualification pour les différents rendez-vous internationaux que ce soit les Monde à Otopéni pour les juniors et Singapour pour les autres... Je vous invite à les suivre tous, jeunes et moins jeunes, pendant cette période estivale riche en rendez-vous.

L'Eau libre vivra au même rythme des rencontres et qualifications qu'ils soient jeunes ou plus. L'été sera incontestablement le moment de vivre encore de grandes émotions dans toutes les disciplines à Singapour, site mondial de toutes les épreuves.

Nous serons bien sûr aux côtés de tous nos athlètes que nous suivons avec intérêt. Après des Jeux marqués dans nos mémoires retrouvons nous en Asie pour de nouveaux challenges.

Ne boudons pas notre plaisir de voir tous les athlètes performer à leur niveau.

Je remercie tous les clubs, les départements et les ligues de permettre à chacun des licenciés de s'exprimer dans notre sport et de le faire vivre.

Bon été sportif à tous ! ★

| GILLES SÉZIONALE |



**10**  
Béryl Gastaldello :  
« Je me sens bien,  
je suis heureuse »



**28**  
La force de l'idole



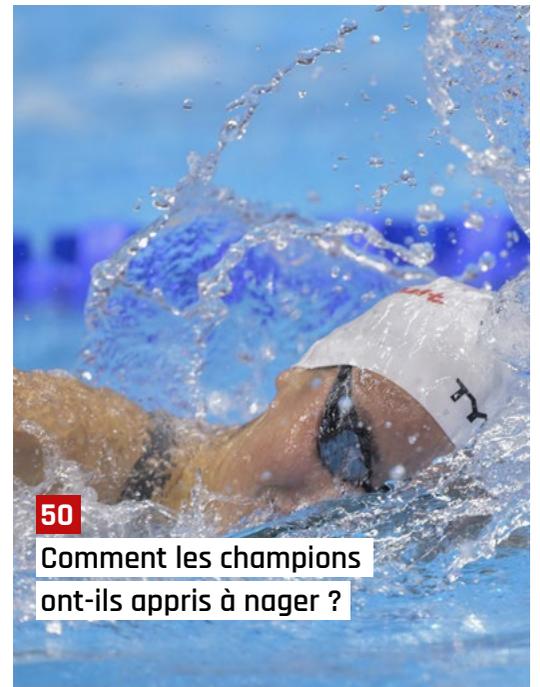
**38**  
Des records marquants  
et des promesses



**40**  
Le Giant Open en  
opération séduction



**44**  
Les enjeux des championnats  
de France de Montpellier



**50**  
Comment les champions  
ont-ils appris à nager ?



**56**  
Saint-Lô, fief de la  
natation normande



**58**  
Dispositifs apprentissage FFN



**62**  
Romain Langasque :  
« Alain Bernard et Laure Manaudou  
sont les deux à m'avoir fait vibrer »

# S O M M A I R E

**6 ARRÊT SUR IMAGE**  
Lille conserve son titre

**8 ARRÊT SUR IMAGE**  
Marseille champion  
de France

**10 L'ENTRETIEN**  
Béryl Gastaldello :  
« *Je me sens bien,  
je suis heureuse* »

**20 EN BREF**

**22 AGENDA**  
L'Académie de la Natation  
revient pour une troisième  
édition

**23 ACTU DES RÉSEAUX**

**24 PARTENARIAT**  
Swim Community

**26 PARTENARIAT**  
STC Nutrition

**28 EN COUVERTURE**  
La force de l'idole

**38 ACTU**  
Championnats de France  
juniors : des records  
marquants et  
des promesses

**40 ACTU**  
Le Giant Open en  
opération séduction

**44 ACTU**  
Les enjeux des  
championnats de France  
de Montpellier

**46 DOPAGE**  
Le programme des  
championnats de France  
de Montpellier

**48 À LIRE/ À VOIR  
& RADIO RÉDAC**

**50 HORS LIGNES**  
Comment les champions  
ont-ils appris à nager ?

**56 MON CLUB**  
Saint-Lô, fief de la  
natation normande

**58 DÉVELOPPEMENT  
DES PRATIQUES**  
Dispositifs apprentissage  
FFN

**59 DÉVELOPPEMENT  
DES PRATIQUES**  
Inauguration du Centre  
Aquatique de la Métropole  
du Grand Paris : une  
nouvelle ère pour la  
natation française

**60 SHOPPING**

**62 RENCONTRE**  
Romain Langasque :  
« *Alain Bernard et Laure  
Manaudou sont les deux  
à m'avoir fait vibrer* »

## CE QU'IL FAUT RETENIR

Les championnats de France féminin et masculin de water-polo ont rendu leur verdict ★ Chez les femmes, les Lilloises se sont de nouveau imposées en battant Nancy en finale ★ Chez les hommes, ce sont les joueurs du Cercle des Nageurs de Marseille qui ont remporté le trophée en disposant d'Aix-en-Provence ★ Béryl Gastaldello nous a accordé un entretien pour évoquer sa saison, son nouvel environnement et ses ambitions pour les Mondiaux de Singapour ★ La journée de l'Académie de la Natation s'est tenue pour la troisième fois ★ Cette année, 200 enfants se sont retrouvés au Centre Aquatique Olympique de la Métropole du Grand Paris ★ Dans ce numéro nous avons décidé de nous intéresser au phénomène de « *La force de l'idole* » ★ En quoi avoir une idole permet de se projeter dans une carrière sportive ★ Existe-t-il un phénomène d'imitation. Nous avons tenté de répondre à ces questions grâce aux témoignages de plusieurs athlètes ★ Les championnats de France juniors se sont tenus à Rennes et ont permis de voir de belles performances, des records et des promesses pour l'avenir ★ Le Giant Open qui s'est tenu au Centre Aquatique Olympique Métropole du Grand Paris mi-mai a permis aux nageurs de prendre des repères en vue des championnats de France mais aussi de s'acclimater avec ce bassin qui accueillera les championnats d'Europe 2026 ★ Nous présentons les principaux enjeux des championnats de France de Montpellier qui se tiennent du 14 au 19 juin ★ Retrouvez également un sujet dans lequel les athlètes de l'équipe de France témoignent de leurs débuts dans les bassins ★ Enfin, nous avons rencontré le golfeur Romain Langasque.





**« JE ME SENS  
BIEN, JE SUIS  
HEUREUSE »**

À 30 ans, Béryl Gastaldello est épanouie et confiante à l'abord des championnats de France de Montpellier qualificatifs pour les Mondiaux de Singapour. Avec ses trois médailles décrochées aux championnats du monde en petit bassin de Budapest en décembre 2024, celle qui s'entraîne désormais à l'INSEP avec Michel Chrétien, ambitionne de monter sur un podium international en grand bassin cet été. Nous l'avons rencontrée dans le courant du mois de mai pour évoquer la suite de sa carrière.

### **C**omment te sens-tu dans ton nouvel environnement de travail à l'INSEP ?

Je suis heureuse parce que je m'entraîne dur et je réalise des choses que je n'avais jamais fait auparavant à l'entraînement. La confiance monte et tous les feux sont au vert. J'ai enfin trouvé un cadre de travail serein et je me rends compte que rien n'arrive totalement par hasard. Ce n'est pas facile d'avoir quitté un staff avec qui tout se passait bien mais aujourd'hui je suis libérée parce que je n'ai plus d'épée de Damoclès au-dessus de la tête. Le groupe de l'INSEP est excellent. Il y a une bonne cohésion et je m'y sens bien.

### **Qu'en est-il de ta relation avec ton nouvel entraîneur Michel Chrétien ?**

C'est assez appréciable parce que je découvre les méthodes de nos entraîneurs et notamment Michel (Chrétien). On s'entend vraiment très bien et on s'adapte l'un à l'autre. C'est une relation entraîneur-entraînée qui est très saine parce qu'on se fait confiance. C'est la clé. À un moment donné, j'ai ressenti le besoin de couper quelques jours après une période difficile et il l'a parfaitement compris. Ça m'a fait plaisir de voir qu'il me faisait confiance. Je veux être la meilleure et faire tout ce qu'il faut pour que cela arrive.

### **Ils t'ont proposé de les rejoindre à l'entraînement dès que tu t'es retrouvée sans structure en fin d'année dernière. On imagine que cela t'a touché.**

Ils m'ont proposé de venir dès que je me suis retrouvée sans club. C'est très appréciable et je les remercie pour cela. Je ne suis pas le genre de personne à espérer qu'on m'apporte de l'aide donc c'était plutôt étonnant et surprenant pour moi. J'ai vraiment apprécié qu'ils m'ouvrent immédiatement les portes du centre national. En nageant là-bas, je me suis rendu compte que ça se passait bien. On a tous les mêmes entraînements dans le groupe et je me suis bien adaptée à tout ça.

### **Quel type d'entraînement propose Michel ?**

Le jeudi je nage 12 km en général. Il y a du volume mais surtout de l'intensité. Il y a un côté qui me rappelle les États-Unis mais il y a davantage d'aérobie dans tout ça. Je sens que ça m'aide à me faire passer des étapes. Je passe des paliers à l'entraînement. ►►

« J'ai enfin trouvé un cadre de travail serein et je me rends compte que rien n'arrive totalement par hasard. »







**O**n a tous eu une ou des idoles quand on était petit qui nous ont donné envie de faire le métier de nos rêves, ou un sport. Eux sont devenus athlètes de haut niveau en ayant été inspirés par une légende de leur discipline... ou pas. Pour comprendre si ce phénomène s'applique forcément, Natation Magazine a mené l'enquête auprès d'athlètes et les a corrélés avec des théories sociologiques. Les influences, les mécanismes et les cheminements, propres à chacun, dévoilent beaucoup de leur personnalité et avoir un modèle peut donner ce sentiment de phare dans la nuit, mais ce même but commun de viser haut. C'est cette petite lumière bien ancrée dans un coin de la tête, qui se rappelle à vous quand les temps sont durs et vous persuade encore et toujours que cette quête de la meilleure version de soi n'est pas finie. Alain Bernard, champion olympique en 2008, Bertille Cousson, Sacha Velly et Antoine Herlem se sont confiés sur l'influence de leur idole dans leur parcours, allant des inspirations techniques à la mentalité.

| SUJET RÉALISÉ PAR LOUIS DELVINQUIÈRE |

# LA FORCE DE L'IDOLE



# Des records marquants et des promesses

Aux championnats de France juniors de Rennes, du 15 au 20 avril 2025, certains athlètes ont marqué les esprits des suiveurs et du staff de l'équipe de France. En s'offrant des meilleures performances datant d'avant leur naissance, ils ont pris rendez-vous avec l'avenir et les compétitions juniors estivales à venir.

**L**es championnats en terres rennaises ont toujours ce petit quelque chose en plus. Par leur ferveur déjà et les tribunes souvent pleines à craquer de la piscine Bréquigny, mais aussi souvent par les performances qui y ont été établies. Ainsi du 15 au 20 avril dernier, nombreux ont été ceux voulant imiter Léon Marchand, vainqueur de son premier titre en juniors et en séniors dans ce même bassin. Pour certains, ce n'était pas le tout premier, mais la confirmation de grands espoirs pour la natation française. Au total de la semaine bretonne, 24 nageurs se sont qualifiés pour la COMEN de Belgrade (Serbie) en juin (12 filles et 12 garçons), 30 pour les championnats d'Europe juniors à Samorin (Slovaquie) en juillet (17 filles et 13 garçons) et 11 pour le Festival Olympique de la Jeunesse de Skopje (Macédoine du Nord) fin juillet (2 filles et 9 garçons). Et au-delà des simples qualifiés, les temps dans le bassin sur certaines épreuves ont été particulièrement marquant, certains athlètes délogeant de grandes meilleures performances de leur catégorie d'âge. A commencer peut-être par Sauveur Cristofini. Le jeune protégé de Philippe Lucas et Bertrand Bompieyre à Martigues, licencié à Thionville, s'est offert une MPF 16 ans de prestige sur 200 m nage libre en 1'49''96, délogeant ainsi le champion olympique, Yannick Agnel, qui était alors de 1'50''48. Performance établie en 2008 à Lille avant même que son jeune successeur ne soit né (2009).

Dans l'album Panini des performances remarquables, ouvrons la page féminine avec la dossiste qui écrase tout sur son ascension, Jeanne Lechevalier. La

pensionnaire d'Amiens Métropole Natation a fait certes coup triple sur 50, 100 et 200 m dos, mais s'est en plus adjugée les deux meilleures performances françaises sur les deux dernières citées. Elle détient ainsi désormais les MPF 14, 15 et 16 ans du 100 m dos après avoir battu celle de Mary-Ambre Moluh d'une demi-seconde (1'00''43). Mais c'est sur 200 m dos que le fait est encore plus marquant. Elle déloge Esther Baron qui avait réalisé 2'12''60 à Glasgow en 2003. Cerise sur un gâteau déjà copieux, c'est également une MPF 17 ans pour celle qui n'en a que 15 (année 2009). Dans cette famille des beaux noms effacés des tablettes, Nathan Muratory a également voulu gratter de son talent cette belle pierre. Le nageur de Philippe Schweitzer à Font-





« L'avenir s'annonce radieux pour cette équipe de France juniors où les observateurs, au moins autant que les parents, auront les yeux rivés sur eux. »

Romeu, pensionnaire de Canet 66 Natation, s'est offert une MPF détenue par un multiple champion d'Europe, médaillé mondial et 4<sup>e</sup> aux Jeux... Mewen Tomac. Sur 200 m dos, le jeune nageur de 2008 a signé un temps canon de 2'00''79. Soit trois centièmes de mieux que son aîné normand, qui avait établi cette marque dans le même bassin de Bréquigny. Pour clôturer ce bal et la dernière étiquette des meilleures performances, c'est le tout jeune Timo Roudillon du CN Houilles-Carières qui en a profité pour établir une nouvelle marque de la meilleure performance française 15 ans (MPF15) du 100 m papillon bouclé en 55''59, infligeant 58 centièmes à la marque de Nans Mazellier de 2019. Au-delà de ces nouvelles marques, la domination

remarquée d'Albane Cachot s'est confirmée sur cette semaine rennaise, avec un triplé 50-100-200 m nage libre et une médaille d'or en plus sur 50 m papillon. Idem pour Roméo-César Fadda-Sauvageot et son doublé 50-100 m dos, pour Chrissander Cerda et son doublé 50-100 m papillon et Marius Bayle sur 50-100 m brasse. L'avenir s'annonce radieux pour cette équipe de France juniors où les observateurs, au moins autant que les parents, auront les yeux rivés sur eux. ★

| À RENNES, LOUIS DELVINQUIÈRE |

# Le Giant Open en opération séduction

Du 9 au 11 mai, le Centre Aquatique Olympique Métropole du Grand Paris a accueilli la troisième édition du Giant Open. Pour cette première compétition de natation dans ce bassin, nageurs et spectateurs ont pu prendre leurs marques à un an des Championnats d'Europe de natation. À en croire les principaux intéressés, les retours sont positifs.

| SUJET RÉALISÉ PAR JONATHAN COHEN À SAINT-DENIS |



(KMS/PHILIPPE MILLEREAU)

## LE PUBLIC AU RENDEZ-VOUS

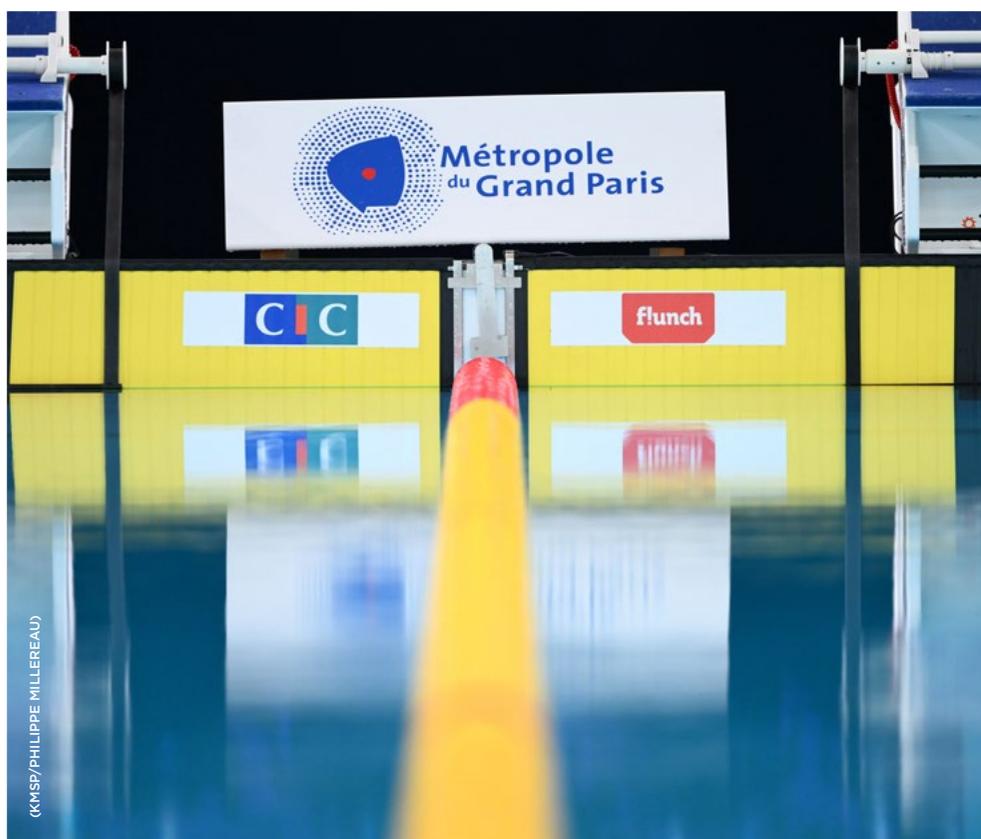
AVEC 4600 PERSONNES AU CUMULÉ SUR LE WEEK-END, LE GIANT OPEN A TENU TOUTE SES PROMESSES. CELA A RAVIVÉ QUELQUES SOUVENIRS DES JEUX OLYMPIQUES DE PARIS LORSQUE LE WATER-POLO, LE PLONGEON ET LA NATATION ARTISTIQUE DISPUTAIENT LEURS ÉPREUVES DANS CE BASSIN. ET CELA A ÉGALEMENT PERMIS DE SE PROJETER SUR LES CHAMPIONNATS D'EUROPE 2026 QUI OFFRIRONT UNE AUTRE CONFIGURATION À CETTE PISCINE AVEC DES TRIBUNES AMOVIBLES ET ENCORE DAVANTAGE DE PUBLIC. DURANT LES TROIS JOURS DU GIANT OPEN, LES SPECTATEURS ONT DONNÉ DE LA VOIX ET ENTONNÉ QUELQUES CHANTS POUR SOUTENIR LES ATHLÈTES. « C'EST UNE TRÈS BELLE PISCINE » A CONFIRMÉ MAXIME GROUSSET À L'ISSUE DE SA VICTOIRE SUR 100 M NAGE LIBRE. « ON DEVRAIT DISPUTER TOUTES NOS COMPÉTITIONS ICI. J'AI PRIS UN SHOOT DE PLAISIR EN RENTRANT AU BORD DU BASSIN AVEC LE BRUIT DU PUBLIC. C'EST TRÈS AGRÉABLE. » À VOIR LES SOURIRES SUR LES VISAGES DES SPECTATEURS À LA FIN DE LA COMPÉTITION, ON IMAGINE QUE POUR EUX AUSSI LE PLAISIR ÉTAIT AU RENDEZ-VOUS.

## LE MARATHON DE GASTALDELLO

EN NAGEANT À TREIZE REPRIS EN TROIS JOURS, ON PEUT DIRE QUE BÉRYL GASTALDELLO A EU L'OCCASION DE PRENDRE DE NOMBREUX REPÈRES DANS LA PISCINE DU CENTRE AQUATIQUE OLYMPIQUE MÉTROPOLE DU GRAND PARIS. ENGAGÉE SUR 50 ET 100 M NAGE LIBRE, 50 ET 100 M DOS ET 50 M PAPILLON, CELLE QUI S'ENTRAÎNE DÉSORMAIS À L'INSEP A RÉALISÉ UNE BELLE COMPÉTITION EN SE HISSANT EN FINALE SUR CHACUNE DE SES ÉPREUVES ET EN RÉUSSISSANT UN QUASI GRAND CHELEM EN MONTANT SUR LE PODIUM DE TOUTES SES COURSES À L'EXCEPTION DU 50 M PAPILLON (4<sup>ÈME</sup>). « JE SUIS VRAIMENT CONTENTE ET FIÈRE DE MOI. J'AI PRIS BEAUCOUP DE PLAISIR ! C'EST LA PREMIÈRE FOIS DE MA CARRIÈRE QUE JE DISPUTE HUIT COURSES EN UNE JOURNÉE. C'EST DE BON AUGURE POUR LA SUITE. LE TRAVAIL PAIE. J'AI VRAIMENT PASSÉ UN PALLIER À L'ENTRAÎNEMENT ET J'ATTENDS DÉSORMAIS LA CONFIRMATION EN COMPÉTITION. JE SUIS CONFIANTE, ÇA VA PAYER. JE SUIS DANS UN BON ENVIRONNEMENT AVEC DE BONNES PERSONNES AUTOUR DE MOI. » APRÈS SES BELLES PERFORMANCES AUX MONDIAUX EN PETIT BASSIN À BUDAPEST EN 2024 (TROIS MÉDAILLES), BÉRYL GASTALDELLO ESPÈRE DÉSORMAIS MONTER SUR UN PODIUM MONDIAL EN GRAND BASSIN À SINGAPOUR CET ÉTÉ.



(KMSP/PHILIPPE MILLEREAU)



(KMSP/PHILIPPE MILLEREAU)

## LES EURO 2026 EN LIGNE DE MIRE

CETTE TROISIÈME ÉDITION DU GIANT OPEN, LA PREMIÈRE AU CENTRE AQUATIQUE OLYMPIQUE MÉTROPOLE DU GRAND PARIS, A ÉGALEMENT SERVI DE « TEST EVENT » POUR LES CHAMPIONNATS D'EUROPE DE NATATION 2026 QUI SE TIENDRONT DANS CETTE MÊME ENCEINTE. « C'EST GÉNIAL D'AVOIR DES COMPÉTITIONS AVANT POUR POUVOIR SE PROJETER ET PRENDRE SES MARQUES », CONFIRME LILOU RESSEN-COURT QUI A REMPORTÉ LE 100 ET LE 200 M PAPILLON AU GIANT OPEN. « J'AI VRAIMENT HÂTE DE NAGER ICI L'ANNÉE PROCHAINE EN ESPÉRANT ME QUALIFIER », POURSUIT DAVID AUBRY. « J'AI TELLEMENT DE BEAUX SOUVENIRS DES JO DE PARIS QUE J'AI ENVIE D'Y RETOURNER. » MÊME LES NAGEURS ÉTRANGERS SONT DITHYRAMBIQUES SUR LE BASSIN QUI ACCUEILLERA L'ÉLITE DE LA NATATION CONTINENTALE À L'ÉTÉ 2026. À COMMENCER PAR LE BRITANNIQUE BENJAMIN PROUD, VICE-CHAMPION OLYMPIQUE DU 50 M NAGE LIBRE À PARIS : « C'EST UNE PISCINE MAGNIFIQUE. J'ADORE SON ARCHITECTURE. ON NAGE VITE ICI ET J'AI HÂTE DE REVENIR POUR LES CHAMPIONNATS D'EUROPE. » POUR LUCILE TESSARIOL, QUI A POUR OBJECTIF DE DISPUTER CETTE COMPÉTITION L'ANNÉE PROCHAINE, CELA « DONNE UN AVANT-GOÛT ». « C'EST ASSEZ RARE DE DISPUTER DES COMPÉTITIONS À PARIS ET C'EST UNE CHANCE. »

# Comment les champions ont-ils appris à nager ?

Avant de devenir de grands champions et des nageurs de haut niveau, les athlètes de l'équipe de France ont tous appris à nager de manière différente mais avec une seule idée en tête pour leurs parents: assurer leur sécurité. Alors qu'aujourd'hui encore les noyades en France sont bien trop importantes, nous avons interrogé quelques uns des meilleurs nageurs tricolores à l'occasion du Giant Open sur l'importance de l'apprentissage de la natation et leurs premiers souvenirs dans les bassins.

| PROPOS RECUEILLIS PAR JONATHAN COHEN ET LOUIS DELVINQUIÈRE |



**CYRIELLE DUHAMEL**

**25 ANS**

« Ma mère était maître-nageur. J'étais au bord des bassins dès le plus jeune âge. Lorsqu'elle ne pouvait pas me garder à la maison, elle m'emmenait avec elle à la piscine. J'ai beaucoup de souvenirs assez sympa qui resteront gravés dans ma mémoire. Quand j'avais trois mois, j'étais déjà dans l'eau. À 7 ans, j'ai intégré un club et de fil en aiguille on a vu que j'avais certaines capacités aquatiques. »

(KMSP)



**BENJAMIN PROUD - 30 ANS**

**NAGEUR BRITANNIQUE  
VICE-CHAMPION OLYMPIQUE DE NATATION**

« J'ai appris à nager quand j'étais enfant et j'ai rapidement développé une passion pour l'eau. Aujourd'hui, c'est toute ma vie. C'est un sport merveilleux et il y a de très belles choses à faire lorsqu'on s'y investit. Il est très important que les enfants apprennent à nager le plus tôt possible et surtout qu'ils évoluent dans l'eau en toute sécurité. Une fois que l'on est capable de ça, on peut tout faire. En France, il y a la mer, de nombreuses piscines et la première des choses est la sécurité. L'amusement vient ensuite. »

**BERTILLE COUSSON**

**22 ANS**

« Au début, je n'aimais pas trop nager et j'étais une petite fille assez complexée en maillot de bain. J'ai persévéré et quand j'ai commencé à gagner j'ai pris du plaisir. On est une famille de sportifs et mon père voulait qu'on apprenne à nager pour que l'on soit en sécurité lorsqu'on était au bord de l'eau. »



**DAVID AUBRY**

**28 ANS**

« J'ai appris à nager à l'âge de 7 ans avec un maître-nageur dans le sud de la France à La Ciotat. J'ai pris des séances et en dix leçons je savais nager la brasse et le crawl. J'ai tout de suite été très à l'aise dans l'eau. C'est important de véhiculer ce message aujourd'hui en tant que nageur. Et leur dire aussi que, s'ils le souhaitent, le haut niveau est atteignable. Si on s'y met tôt on peut très vite réussir de belles performances. Tout le monde peut y arriver. »

# Saint-Lô, fief de la natation normande

Parmi les premières communes de la Manche à avoir possédé un club de natation au tout début du 20<sup>ème</sup> siècle, Saint-Lô peut aussi s'enorgueillir d'un meeting toujours aussi prisé après plus de 25 éditions. Un passé très riche qui n'empêche pas le CNPSL de regarder vers l'avenir.

**S**i les produits laitiers ont participé à la notoriété de la Vire (associée pour l'occasion à son affluent l'Elle), le petit fleuve côtier normand est connu et apprécié de longue date par les habitants de Saint-Lô. C'est en effet dans ses eaux, plutôt tranquilles, à deux pas du château de la Vaucelle que le capitaine Baudre crée, en 1911, le Club nautique. Conquis autant par la beauté du lieu que par l'intérêt d'apprendre à nager, les Saint-Lois se pressent pour suivre les cours de natation et de water-polo dispensés pendant l'été par le militaire, puis par ses successeurs, dans le bassin matérialisé par deux pontons de bois. Les années passant, le succès du Club nautique ne se dément pas. Au contraire. Les Fêtes nautiques où les adeptes de la chasse aux canards et du mât de beaupré côtoient les spécialistes du papillon, attirent en effet la foule des grands jours. Tandis que la traversée de Saint-Lô à la nage permet d'apprécier la qualité des compétiteurs venus des quatre coins du pays. Mais en 1955, l'avis des services départementaux de la santé est catégorique, « *l'eau de la Vire, polluée, est dangereuse pour la baignade* » ! Le Club Nautique ferme ses portes et va rester en sommeil pendant 12 longues années. C'est en effet le 11 juillet 1966 que la piscine de Vaucelle, promise de longue date, est enfin inaugurée. Mais si le CN de Saint-Lô en profite pour reprendre ses activités, il faut attendre l'ouverture en 1972 de la piscine du lycée technique Pierre-et-Marie-Curie (baptisée piscine Saint-Ghislain) et de son bassin de 25 mètres... couvert pour que la natation saint-loise prenne son véritable envol. Les nageurs locaux ne tardent pas d'ailleurs à se faire remarquer à l'occasion des compétitions régionales. En particulier lors du Challenge de la ville de Saint-Lô dont la première édition se déroule en 1970, inaugurant une tradition qui perdure encore aujourd'hui à travers le Meeting du Bout de l'An. En plein essor, la natation saint-loise va cependant être confrontée à deux problèmes majeurs. D'une part, l'obsolescence du bassin de la Vaucelle

qui, construit sur des alluvions, voit une partie de sa structure s'enfoncer et se déformer. D'autre part, l'exiguïté de Saint-Ghislain dont les 4 lignes d'eau limitent le nombre de personnes accueillies. C'est dans ce contexte que l'idée d'un nouveau complexe aquatique fait son chemin et se concrétise finalement le 29 janvier 2005 avec l'inauguration du Centre aquatique du Pays de Saint-Lois qui possède un bassin de 25 mètres 6 lignes couvert et 2 lignes de 25 mètres en extérieur. Un équipement construit et géré par la communauté de communes et qui va définitivement permettre l'épanouissement du Club Nautique... du Pays de Saint-Lô.

Co-présidé depuis 2023 par Magali Lambert-Solier et Sandrine Françoise, le CNPSL compte cette saison quelque 300 adhérents nageurs et une trentaine d'encadrants et/ou officiels. « *Comme dans quasiment tous les clubs, la crise sanitaire a entraîné une baisse des effectifs qu'on ressent encore aujourd'hui, en particulier au niveau des groupes compétition avenir et jeunes qui ne comptent qu'une quinzaine de nageurs chacun, 25 chez les juniors. Mais on est reparti sur des bases solides à l'école de natation* » se félicite Magali Lambert-Solier. « *On a cette année 6 groupes et 90 jeunes nageurs, de 5 à 10 ans, des débutants à 1 séance par semaine jusqu'aux pré-compétition qui ont 2 ou 3 créneaux* ». Autre sujet de satisfaction pour les dirigeants saint-lois, « *les étudiants qui sont la semaine sur Caen, où ils s'entraînent avec le club local, reviennent nager le samedi matin à Saint-Lô sur un créneau qui leur est dédié* ». Une solution qui permet aux nageurs les plus aguerris de continuer à « *porter le bonnet du club en compétition. En particulier à l'occasion des interclubs* » aime d'ailleurs à souligner Magali Lambert-Solier, elle-même nageuse dans un groupe d'une trentaine de maîtres alors que son binôme, Sandrine Françoise, mouille elle-aussi le maillot, mais dans un des 3 groupes loisirs adultes. Un groupe de primaires souvent issus des cours de l'agglomération, un autre de collégiens et un de lycéens, complètent la grande famille du Club Nautique qui doit malheureusement refuser chaque année de nouveaux venus. Si le CNPSL dispose en effet 3000 heures annuelles, les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 17 à 21h, le mercredi matin et le samedi à partir de midi, c'est rarement avec le bassin en entier. « *On n'a pas à se plaindre, mais on doit le plus souvent partager les 6*



« On a cette année 6 groupes et 90 jeunes nageurs, de 5 à 10 ans, des débutants à 1 séance par semaine jusqu'aux pré-compétition qui ont 2 ou 3 créneaux. »

*lignes avec la communauté de communes qui dispense des cours d'apprentissage et d'aquagym, le public mais aussi avec les clubs de triathlon et de plongée ».* Avec évidemment comme autre conséquence, un manque de créneaux pour les meilleurs nageurs qui doivent « rejoindre les CAF s'ils veulent nager plus ». Comme Elise Bidel passée une saison par celui de Caen ou Sofiane Meslier auteur des minima pour les France Elite sous les couleurs saint-loises, mais licencié depuis le mois de janvier dans la préfecture du Calvados. Et la relève est là puisque le CNPSL avait « une nageuse au France juniors à Rennes au mois d'avril (Julie Lepigeon) et 2 en 2024, 1 aux France benjamins à Dunkerque l'année dernière (3 en 2023), 4 aux France open été... ». Un bilan plus qu'honorable pour de jeunes nageurs locaux qui ne disposent pas d'horaires aménagés faute d'accords avec les établissements scolaires.

Un domaine dans lequel les choses ont par contre bien avancé ces dernières années, c'est s'encadrement. Après avoir eu recours à des entraîneurs contractuels qui avaient un emploi principal par ailleurs, le Cercle Nautique a en effet embauché depuis septembre 2022 un puis deux entraîneurs professionnels, actuellement Amokrane Belhouas et Marie Fohrer. Le tout avec un budget de 170000 € qui oblige les dirigeants locaux à

faire preuve d'ingéniosité. « Le poste des salaires est devenu le plus important, devant les compétitions. Le Dispositif Local d'Accompagnement qui nous a permis de nous lancer arrive à son terme mais nous sommes accompagnés par un cabinet d'expertise pour travailler sur un nouveau modèle économique et de gouvernance afin de pérenniser ces emplois » explique bien volontiers Magali Lambert-Solier. Si les cotisations et les subventions des collectivités territoriales (Agglo, département, région) représentent en effet 75 % des recettes, la solution pour la pérennisation de la structure telle qu'elle est aujourd'hui passe par « le levier des partenaires privées ». Quant au fameux Meeting du Bout de l'An organisé chaque année... entre Noël et le jour de l'an, il reste une manne financière précieuse. « Grâce aux jeux de lumières et à l'animation, son attractivité ne se dément pas et on attire entre 250 et 300 nageurs à chaque édition » sourit la co-présidente du CNPSL qui y voit aussi une vitrine pour un club passé maître dans l'art d'allier esprit de compétition et convivialité. ★

| JEAN-PIERRE CHAFES |

**TYR**

**Nouvelle Collection**  
Printemps Ete 2025



**TYR.eu**