



TYR

NATATION

MAGAZINE



TYR EUROPE
26 QUAI DE L'ALMA
68100 MULHOUSE
03.89.06.09.61
ACCUEIL-FR@TYR.COM

TYR-SHOP.FR



L'ENTRETIEN
CAMILLE LACOURT :
« JE N'AI PAS PEUR
DE RACCROCHER »
PAGE 10

NAT' COURSE
LA PASSION
D'ENTRAÎNER
PAGE 34

www.ffnatation.fr

**LA NATATION
SE MOBILISE
POUR HAÏTI**



Ils auront été plus de 35 000 à se mobiliser le samedi 18 mars, de 18 heures à minuit, dans plus de 220 piscines, pour célébrer la dixième édition de la Nuit de l'Eau et aider l'Unicef à financer des programmes d'eau et d'assainissement pour les enfants d'Haïti. Cette année, exceptionnellement, l'opération caritative a bénéficié d'un lancement en grande pompe dans le bassin de la Butte aux Cailles, à Paris, en présence de la marraine de l'événement Laury Thilleman (cf. photo), Miss France 2011, du parrain Camille Lacourt, quadruple champion du monde, de Jérémy Stravius, Charles Rozoy, Vanessa Gladone, Mariène Harnois et Karima Neggaz.



(F. MADRIEN / ROCZÉS)

GILLES SEZIONALE : « RÉTABLIR UNE PROXIMITÉ AVEC LES LICENCIÉS »

ÉLU PRÉSIDENT DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION LE DIMANCHE 2 AVRIL AVEC 70,25% DES VOIX, LE NIÇOIS GILLES SEZIONALE, 59 ANS, PRÉSIDENT DE LA LIGUE PROVENCE-ALPES-CÔTE-D'AZUR, ENTEND REPLACER LES CLUBS AU CŒUR DU PROJET FÉDÉRAL.

QUE RETENEZ-VOUS DE VOTRE PRISE DE FONCTION ?

Déjà, l'émotion d'avoir été élu président de la Fédération Française de Natation. C'était beaucoup de pression et beaucoup d'attente de la part de mon équipe, des clubs et des Ligues que j'ai eu l'occasion de visiter pendant la campagne. C'est un grand moment dans ma vie.

QUEL MESSAGE SOUHAITERIEZ-VOUS ADRESSER AUX LICENCIÉS DE LA FÉDÉRATION ?

J'aimerais leur dire que nous avons développé un programme pour les clubs et que nous allons tout faire pour le mettre en œuvre. L'idée, c'est de rétablir une proximité avec les licenciés qui constituent les forces vives de notre institution. Jusqu'alors tout était centralisé. Ça ne pouvait plus fonctionner ainsi.

DE QUELLE MANIÈRE ALLEZ-VOUS PROCÉDER ?

Mon projet prévoit des contractualisations avec les clubs pour leur permettre de licencier davantage leurs adhérents. Cela implique de revoir l'offre de la licence en proposant, par exemple, des tarifications différentes. Le tarif unique ne correspond plus aux modèles actuels. Aujourd'hui, les

consommateurs veulent des offres personnalisées. De fait, si on augmente le nombre de licences, la fédération disposera de moyens financiers plus importants ce qui nous permettra de signer des conventions avec des délégations de service public afin de récupérer la gestion de nos piscines.

SUR LE PLAN SPORTIF, QU'ATTENDEZ-VOUS DES CHAMPIONNATS DU MONDE DE BUDAPEST (14-30 JUILLET) ? S'AGIRA-T-IL DE REDORER LE BLASON DE LA NATATION TRICOLERE APRÈS LE BILAN EN DEMI-TEINTE DES JEUX OLYMPIQUES DE RIO ?

Contrairement à ce que certains ont voulu me faire dire, je n'ai jamais laissé entendre que le bilan des Jeux de Rio était catastrophique. Nous avons simplement enregistré une baisse logique de résultats compte-tenu de la fin de carrière d'une génération dorée. Il y a beaucoup de travail à fournir et ce n'est pas cet été, à Budapest, ni même en 2020 qu'il faudra nous juger, mais plutôt en 2024 !

QUAND PARIS ORGANISERA LES JEUX ?

Nous espérons évidemment que la France sera choisie pour accueillir les Jeux Olympiques de 2024. Dans cette perspective, la fédération se positionnera pour gérer le grand équipement qui verra le jour en région parisienne et plus seulement pour occuper des lignes d'eau par-ci par-là. La FFN doit montrer l'exemple afin que les Ligues puissent ensuite profiter de son expérience et s'inspirer de son modèle. Je pense que les pouvoirs publics sont favorables à ce que notre institution s'engage pleinement dans le projet olympique.

RECUEILLI PAR A. C.



CAMILLE LACOURT: « JE N'AI PAS PEUR DE RACCROCHER »

Camille Lacourt, 32 ans, est un géant ! Par la taille (il culmine à deux mètres), mais surtout par le talent. Avec quatre couronnes mondiales, cinq titres continentaux et pléthores de récompenses nationales, le Narbonnais dispose de l'un des plus beaux palmarès de la natation française. Reste qu'il manquera toujours à ce compétiteur acharné une distinction olympique. C'est la raison pour laquelle il a décidé de clore sa carrière lors des championnats du monde de Budapest (23-30 juillet), histoire de boucler la boucle dans une ville qui l'a révélé aux yeux du monde en 2010 et d'effacer sa déconvenue des Jeux de Rio où, quatre ans après avoir échoué au pied du podium, il a dû à nouveau se « contenter » d'une cinquième place sur « son » 100 m dos.



En 2010, Camille Lacourt écrase les championnats d'Europe de Budapest. En Hongrie, il rafle l'or sur 100 m dos, sur 50 m dos, à trois centièmes du record du monde, et avec le relais 4x100 4 nages (ici en compagnie de Frédéric Bousquet, Hugues Duboscq et Fabien Gilot).



26 juillet 2011, Shanghai. Après trente-huit ans d'attente, la France tient enfin ses premiers lauriers masculins sur la scène mondiale. Camille Lacourt et Jérémy Stravius sont champions du monde ex-aequo du 100 m dos.



Après ses succès hongrois et chinois, Camille Lacourt devient l'une des figures de proue de la natation française (ici avec Alain Bernard, consultant Eurosport, lors des championnats de France de Chartres en 2014).

COMMENT TE SENS-TU PHYSIQUEMENT ET MENTALEMENT ?

Je me sens bien, même si c'est assez compliqué de trouver le rythme pour allier natation, vie privée et projets de reconversion (*sourire*)... En venant à Paris, je savais que mon agenda serait chargé, mais je n'imaginai pas que ça le serait autant. J'ai beaucoup d'opportunités professionnelles et ça tombe bien puisque j'ai décidé de m'y consacrer pleinement cette année. J'espère surtout être fin prêt pour les championnats de France (Schiltigheim, 23-28 mai) et décrocher ma qualification pour les Mondiaux de Budapest sur 50 m dos (23-30 juillet).

POURQUOI TIENS-TU TELLEMENT À ACHEVER TA CARRIÈRE AUX CHAMPIONNATS DU MONDE DE BUDAPEST ?

Avant les Jeux Olympiques de Rio, je l'envisageais déjà. Quand j'ai une idée en tête, j'aime la mener jusqu'au bout. C'est aussi une manière de boucler la boucle après mes premiers titres continentaux obtenus là-bas en 2010 (50 et 100 m dos et relais 4x100 m 4 nages, ndlr). J'aimerais aussi achever ma carrière sur une note plus

positive que celle des Jeux Olympiques. Je n'ai pas vraiment apprécié les retombées concernant la natation. Je trouve que c'est un peu triste de clore les dix magnifiques années que vient de vivre la natation tricolore de cette manière. C'est également un moyen de passer le flambeau à la jeune génération.

AVEC JÉRÉMY STRAVIUS, VOUS SEREZ LES « ANCIENS » DE L'ÉQUIPE DE FRANCE. QUEL RÔLE ENTENDEZ-VOUS JOUER ?

Si les jeunes ont besoin de conseils, nous serons là pour les aider. Mais il me paraît important qu'ils puissent se réinventer et trouver leur propre ADN. Pour cela, ils peuvent s'inspirer de notre parcours, mais il convient surtout qu'ils s'assument et qu'ils aient confiance en leur potentiel. Ils ont longtemps évolué dans notre ombre et aujourd'hui, c'est leur tour d'occuper le devant de la scène. Ils vont devoir assumer.

PENSES-TU QU'IL LEUR SERA DIFFICILE DE PRENDRE LE FLAMBEAU ?

C'est une magnifique page de la natation française qui est en train de se tourner.

Notre génération a été exceptionnelle et je ne suis pas certain que l'on connaisse la même réussite dans les prochaines années. Mais nous arriverons toujours à gagner des médailles dans les compétitions internationales. Avant nous, il y a eu Solène Figue, Romain Barnier, Xavier Marchand en équipe de France et même s'ils n'ont pas eu les résultats de la dernière décennie, ils montaient régulièrement sur les podiums et me faisaient rêver devant ma télévision. Aujourd'hui, il y a Clément (Mignon), Mehdy (Metella) et Jordan (Pothain) qui sont en lice pour des podiums internationaux et il y a Charlotte (Bonnet) chez les filles qui a une carte à jouer. A eux de se réinventer et de reprendre le flambeau.

APRÈS LES JEUX OLYMPIQUES DE RIO, TU AS COUPÉ QUELQUES MOIS. CELA T'A-T-IL ÉTÉ BÉNÉFIQUE ?

Après les Jeux de Londres en 2012, j'avais vraiment ressenti le besoin de couper avec la natation, parce que les regrets étaient très présents. Cette fois, la coupure était davantage liée à ma situation personnelle. J'ai emménagé à Paris en septembre afin de passer davantage de temps avec ma fille.

COMMENT AS-TU VÉCU TA CINQUIÈME PLACE AU BRÉSIL ?

Physiquement, je suis rentré de Rio dans de bonnes dispositions. J'ai vécu une année 2016 assez compliquée sur le plan personnel et je suis réellement devenu un homme. Désormais, je sais sur qui compter dans les moments difficiles. Mes amis et ma famille m'ont soutenu. Mon entraîneur, Julien Jacquier, a été très compréhensif et nous avons désormais une relation qui va au-delà de l'entraîneur-entraîné. Toutes ces personnes m'ont aidé à grandir et à surmonter des épreuves difficiles. Alors, évidemment que je suis déçu de ne pas avoir garni mon palmarès avec une médaille olympique, mais le chemin parcouru entre janvier et août était beau. C'est tout ce que je veux retenir.

A QUEL RYTHME T'ENTRAÎNES-TU CETTE ANNÉE ?

Je n'ai pas encore trouvé le rythme idéal, mais il conviendrait que je réalise trois ou quatre séances de natation par semaine à Paris avec quatre ou cinq séances hors de l'eau. Je fais un peu de musculation, de squash et de tennis. Je compte également

« LE SPORT A FAIT DE MOI L'HOMME QUE JE SUIS AUJOURD'HUI. JE N'AI PAS L'IMPRESSIION D'ÊTRE UN MAUVAIS BOUGRE. »

descendre à Marseille une semaine sur quatre pour nager.

OÙ NAGES-TU À PARIS ?

J'ai la chance de pouvoir me rendre à la piscine Molitor quand je le souhaite, mais ce n'est pas évident de se motiver lorsqu'on est seul. J'ai toujours travaillé en équipe et au Cercle des Nageurs de Marseille, je pouvais m'appuyer sur un groupe exceptionnel. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle j'avais décidé de m'engager avec ce club. J'ai la chance de disposer d'un cercle d'amis sportifs à Paris, mais nous n'arrivons pas toujours à synchroniser nos emplois du temps.

ELABORES-TU LE PROGRAMME DE TES SÉANCES ?

Je commence à me connaître et à savoir ce dont j'ai besoin, mais je garde malgré tout contact avec les préparateurs physiques du CNM. J'échange également avec Julien

(Jacquier). Nous essayons d'établir un planning structuré pour obtenir les meilleurs résultats cet été.

TU AS RENOUÉ AVEC LA COMPÉTITION À L'OCCASION DU FFN GOLDEN TOUR CAMILLE-MUFFAT. QUELLES ONT ÉTÉ TES SENSATIONS ?

Le 50 m dos, ce n'est pas compliqué. Je dispose des qualités nécessaires pour bien figurer sur cette épreuve. Il suffit que je fasse du sport et que je touche l'eau quatre ou cinq fois par semaine. J'ai la chance d'avoir des facilités sur cette distance. Sur le 100 m dos, en revanche, ça a été bien plus difficile à Nice et c'est pour cette raison que je ne souhaite pas m'y inscrire dans l'optique des championnats du monde. J'ai la sensation que le plus difficile sera d'obtenir ma qualification pour Budapest. Ensuite, j'aurai davantage de temps pour me consacrer à la natation.

TU ÉVOQUES TES FACILITÉS SUR 50 M DOS. TE SERS-TU ÉGALEMENT DE LA VISUALISATION AVANT UNE COURSE ?

J'ai énormément utilisé cette technique dans le passé et je procède également de ▶

LA NATATION SE MOBILISE POUR HAÏTI

Dix ans... Dix ans déjà que la Nuit de l'Eau, événement caritatif imaginé par la Fédération Française de Natation et l'Unicef, est organisée sur tout le territoire avec l'ambition de récolter des fonds destinés à faciliter l'accès à l'eau potable. Après le Togo, c'est pour les enfants d'Haïti que plus de 220 piscines sont restées ouvertes dans la nuit du samedi 18 mars. Une soirée inaugurée le 15 mars par un lancement en grande pompe dans le bassin de la Butte aux Cailles, à Paris. A cette occasion, le parrain Camille Lacourt, quadruple champion du monde, et la marraine Laury Thilleman, Miss France 2011, ont été rejoints par Jérémy Stravius, Charles Rozoy, Vanessa Gladone, Marlène Harnois et Karima Neggaz.



Jérémy Stravius, Camille Lacourt et Charles Rozoy (caché) en pleine séance dédicace.

PHOTOS : (F)NADRIEN ROZÉS



La marraine Laury Thilleman prend la pose avec des enfants venus assister au lancement de la Nuit de l'Eau.



Les parrains de la Nuit de l'Eau, Camille Lacourt et Laury Thilleman, ont pris le temps d'échanger avec les enfants venus assister au lancement de la Nuit de l'Eau.

UN LANCEMENT EN GRANDE POMPE

Le mercredi 15 mars, trois jours avant la grande soirée de la Nuit de l'Eau, des célébrités sportives avaient été conviées à la piscine de la Butte aux Cailles dans le XIII^{ème} arrondissement de Paris pour lancer la dixième édition de la Nuit de l'Eau.

Mercredi 15 mars. 15h30. Le soleil illumine la capitale lorsque Camille Lacourt (quadruple champion du monde de natation), Laury Thilleman (Miss France 2011), Jérémie Stravius (champion olympique et champion du monde de natation), Charles Rozoy (champion paralympique de natation), Vanessa Gladone (championne de France de triple-saut et de saut en longueur), Marlène Harnois (médaillée de bronze aux Jeux de Londres 2012 en taekwondo) et Karima Neggaz (participante de Koh Lanta) pénètrent dans l'enceinte de la piscine de la Butte aux Cailles. Les enfants leur

réserver immédiatement un accueil des plus chaleureux. Les premiers flashes crépitent, accompagnant les célébrités jusqu'aux vestiaires, où ils revêtissent le sweat-shirt de l'événement estampillé du slogan « *J'peux pas j'ai vraiment piscine* ». Pour cette dixième édition de la Nuit de l'Eau, événement caritatif organisé conjointement par la Fédération Française de Natation et l'Unicef qui vise à récolter des fonds pour les enfants d'Haïti, une journée de lancement était exceptionnellement organisée avant la grande soirée du 18 mars. Alors que Camille Lacourt,

Jérémy Stravius et Vanessa Gladone signent les premiers autographes, Karima Neggaz, Laury Thilleman et Marlène Harnois prennent la pose avec les enfants. Les jeunes du club local (CND 13) enchaînent déjà les longueurs pour la bonne cause. Chaque aller-retour permet de collecter des fonds pour l'Unicef. Les célébrités inversent les rôles pendant une bonne demi-heure. L'effervescence est palpable autour du bassin. Tout le monde se prend au jeu. Personne ne veut repartir sans son cliché et son goodies dédicacé. « *C'est vraiment une journée magique* », raconte Alice, 11 ans. « *Passer tout un après-midi avec Camille Lacourt et Laury Thilleman, c'est génial!* » D'autant que le parrain et la marraine, à l'instar des autres sportifs, n'hésitent pas à mouiller le maillot. Le départ de « l'épreuve people » est donné dans une ambiance bon enfant qui enchante le public. Reste que si les sourires illuminent les visages des jeunes

nageurs, aucun des sportifs n'oublie que l'objectif de cette journée est de les sensibiliser à cette cause. « *Le but est de transmettre un message aux générations futures* », abonde Laury Thilleman. « *L'idée est de leur rappeler que l'eau est une ressource rare et précieuse qu'il est impératif de préserver. C'est chouette de voir les enfants aussi impliqués. Ils savent que l'enjeu est sérieux.* » Impliquée, Alice l'a été tout au long de l'après-midi. « *Il ne faut pas oublier les raisons de notre présence. C'est un bonheur de partager ces moments, mais nous sommes ici, avant tout, pour aider les enfants d'Haïti.* » Et chaque année, de plus en plus de clubs se mobilisent pour la bonne cause. « *Cette opération grandit d'année en année et il était important de marquer un grand coup pour cette dixième édition* », confirme Jérémie Stravius, venu spécialement d'Amiens pour participer à ce lancement. « *C'est la première année qu'un événement de cette envergure est organisé en amont pour que les médias puissent évoquer la Nuit de l'Eau. Je pense que la démarche est nécessaire pour assurer la réussite de l'opération. Plus de 220 piscines ont organisé des soirées*

partout en France le 18 mars. C'est encore triste aujourd'hui de savoir que des enfants n'ont pas accès à l'eau potable et c'est pour cette raison que nous devons continuer à les soutenir. » Marlène Harnois, médaillée de bronze en taekwondo aux Jeux Olympiques de Londres en 2012 ne dit pas le contraire. « *C'est toujours important de soutenir ce genre d'action. Un chèque de 5 000 euros a été remis à l'Unicef pour Haïti à l'occasion de la journée de lancement. En tant que sportifs, nous avons des droits et des devoirs! A ce titre, il me paraît important de soutenir de telles causes. Cela fait partie de l'ensemble des valeurs véhiculées par le sport. Grâce à nos disciplines respectives, nous avons eu la possibilité de voyager et de découvrir le monde. Pour ma part, je me suis rendue fréquemment en Afrique de l'Ouest et j'y ai découvert une tout autre réalité. Dès que j'en ai l'occasion, j'essaie de mobiliser la communauté sportive, mais aussi la société dans son ensemble pour soutenir des actions en faveur de l'Unicef.* » Des personnalités mobilisées et un lancement réussi qui a largement contribué au succès de cette dixième édition ■

« MOBILISER LA COMMUNAUTÉ SPORTIVE POUR SOUTENIR DES ACTIONS EN FAVEUR DE L'UNICEF. »

JONATHAN COHEN

LAURY THILLEMAN : « TRANSMETTRE UN MESSAGE AUX PLUS JEUNES »

LAURY THILLEMAN, MISS FRANCE 2011 ET MARRAINE DE L'ÉVÉNEMENT POUR LA TROISIÈME ANNÉE CONSÉCUTIVE, A DE NOUVEAU ASSUMÉ SON RÔLE AVEC ENTHOUSIASME ET DISPONIBILITÉ.

QU'AS-TU PENSÉ DE CETTE JOURNÉE DE LANCEMENT DE LA NUIT DE L'EAU ?

Personnellement, j'ai trouvé cette opération particulièrement réussie. La mobilisation a été plus importante que les autres années et la venue d'autres célébrités a donné du poids à ce lancement. La communauté s'est mélangée et nous avons réussi à mobiliser beaucoup de monde, notamment avec le hashtag #jaivraimentpiscine sur les réseaux sociaux. C'était encore plus beau que les années passées. J'ai réellement senti l'investissement des personnes présentes.

NOTAMMENT CELLE DES ENFANTS.

La Nuit de l'Eau, c'est toujours l'occasion de transmettre un message aux plus jeunes. L'idée est de les sensibiliser à cette question de l'eau qui est une ressource rare et que l'on doit préserver. C'est vraiment un bonheur de les voir s'impliquer de cette manière et de savoir qu'ils comprennent les raisons de cette mobilisation.

COMMENT AS-TU VÉCU LE RELAIS AVEC LES AUTRES PERSONNALITÉS ?

Ça n'aurait pas été drôle de le faire normalement et j'ai souhaité consolider le mythe de la Miss France qui ne se mouille jamais les cheveux. J'ai donc pris mon temps et je suis arrivée la dernière, mais au moins j'ai eu les encouragements du public. C'est important de créer l'événement et de s'en amuser. Nous ne sommes pas là pour se prendre au sérieux, mais simplement pour prendre du plaisir pour la bonne cause.

RECUEILLI À PARIS PAR J. C.



GRANGER ET LESTIDEAU AFFOLENT LES CHRONOS

En accueillant les championnats de France d'hiver des maîtres (23 au 26 mars) pour la septième fois, la cité dunkerquoise a confirmé son statut de bastion de la discipline. A cette occasion, l'icône des maîtres tricolores, Nicolas Granger, intronisé à l'International Swimming Hall of Fame en 2015, a reçu la médaille d'or de la Fédération Française de Natation. Le nageur de Pierrelatte, premier Français sacré « meilleur nageur maître du monde » (en 2012 et 2014, ndr), a démontré pendant la compétition qu'il était en lice pour décrocher une troisième consécration mondiale.



Le bassin dunkerquois de la piscine Paul Asseman a accueilli pour la septième fois les championnats de France d'hiver des maîtres.

(ERIC HUYNH)

Il y a dix ans, les championnats de France d'hiver des maîtres avaient accueilli plus de 2 300 nageurs à Angers. Malgré une organisation bien huilée et des équipements adaptés, les journées s'étaient révélées longues et fastidieuses, au point de générer quelques tensions entre les officiels et certains athlètes. La fédération a depuis choisi de se rapprocher du modèle allemand en durcissant les temps de

qualification afin de réduire l'affluence et d'offrir aux compétiteurs une échéance plus confortable. Dix ans plus tard, à Dunkerque, le nombre de participants a diminué d'un tiers, au prix de temps de qualification devenus plus exigeants que pour les championnats d'Europe ou les championnats du monde. Une rigueur qui n'a pas empêché Nicolas Granger d'affoler les chronos. A la faveur d'un bassin toujours ultra rapide et d'un passage en C6, le nageur de Pierrelatte a battu cinq records du monde pour autant de courses individuelles ainsi qu'un record d'Europe au départ d'un relais. On pourrait revenir sur chacune des références du meilleur nageur maître tricolore, mais de l'intéressé, celle du 100 m nage libre lui tient particulièrement à cœur (51"49) :

« Rowdy Gaines est le seul champion olympique à détenir des records en C2 et le 100 mètres était « SA » course. Battre ce record, c'était juste inimaginable il y a encore quelques années. J'ai vu Rowdy Gaines à MESA en 2015, il est toujours adulé aux Etats-Unis. Il commente la natation sur NBC, c'est une légende ». De son côté, l'inoxydable Jean-Claude

« BATTRE CE RECORD, C'ÉTAIT JUSTE INIMAGINABLE IL Y A ENCORE QUELQUES ANNÉES. »

Lestideau s'est illustré en ajoutant cinq nouveaux titres à son extraordinaire palmarès, dont deux records d'Europe sur 200 m papillon et 200 m dos. Sur ses terres, le nageur de Grande-Synthe est devenu le premier Français à dépasser la barre des deux cent titres nationaux individuels. A raison d'un maximum possible de dix titres par an, on se représente

– outre sa domination – l'exceptionnelle longévité du Nordiste. La saison en petit bassin s'achève sur ces championnats de France et un bilan éloquent de quatre-vingt-dix-neuf

records de France, quatorze records d'Europe et sept records du monde (cinq pour Nicolas Granger, un pour Pascal Moreau sur 400 m 4 nages en C9, 5'32"88, et un pour Dan Stephenson sur 400 m nage libre en C8, 4'33"52). S'ouvre à présent la saison en grand bassin qui conduira les maîtres français jusqu'aux championnats du monde de Budapest (août 2017), échéance internationale de la saison. Mais au-delà des exploits sportifs, c'est bien l'ambiance et la convivialité que souhaitait retenir Carine Ageorges : « De manière générale, j'ai beaucoup aimé l'ambiance à la fois sportive et détendue qui transpire la passion et le plaisir de se retrouver. Quelle surprise de se mettre à l'eau pour

l'échauffement dans une ligne au hasard et de tomber sur Nicolas Granger, le meilleur nageur maître du monde. J'étais comme une cadette ». « Il y avait aussi ce respect qui fait se lever tous les athlètes et applaudir quand Louissette – et ses 92 bougies – vient à bout de sa course », ajoute Sophie Gautié. « Et puis cette simplicité, cette absence de protocole dans le déroulement de la compétition. Au début, cela déroute, c'est même un peu décevant, mais pour finir, cette tranquillité presque familiale aide à réduire le stress qui nous habite. » « Parce qu'il y avait du stress », confirme Sophie Labat dans un sourire. « Mais

par chance, les horaires ont été respectés. Quand la pression s'installe, être sûre de l'heure à laquelle on va nager, c'est un souci en moins à régler. D'une façon générale, l'organisation était impeccable. » « Du côté des déceptions, on a eu beau avoir l'impression de participer à un événement important, mais il n'y avait aucune affiche devant la piscine. Et puis pourquoi ne pas utiliser le grand panneau d'affichage de la piscine pour annoncer les nombreux records battus ? Pour finir, je suis repartie avec plein de très bons souvenirs et l'envie de bien plus encore », conclut Alessandra Pizzi ■

« AMBIANCE À LA FOIS SPORTIVE ET DÉTENDUE QUI TRANSPIRE LA PASSION ET LE PLAISIR DE SE RETROUVER. »

ERIC HUYNH



Nicolas Granger, « meilleur nageur maître du monde » en 2012 et 2014, sur le podium du 100 m nage libre en compagnie de Laurent Neuville et Martial Drognet.

(GÉROME LÉGAUX)



PENDANT LES VACANCES, « J'APPRENDS À NAGER »

Inauguré en 2015, le plan « J'apprends à nager » entend diversifier l'offre des pratiques pour les rendre accessibles au plus grand nombre tout en favorisant la transmission des valeurs citoyennes... Et dans les bassins, ça donne quoi ?

Ils sont une dizaine d'enfants rassemblés en cercle autour de Frédéric Bellenger, 38 ans, professeur d'éducation physique et sportive dans le 15^e arrondissement de Paris, éducateur de cette séance aquatique proposée dans le cadre du plan « J'apprends à nager ». Les consignes sont données, quelques rires fusent, mais les apprentis nageurs sont concentrés, prêts pour le grand saut. « Les enfants, vous allez nager le long du mur jusqu'à l'échelle », répète l'éducateur. « Ensuite, vous revenez en marchant vous remettre dans la file pour attendre votre tour. C'est compris ? ». Un « oui » collectif et enthousiaste résonne dans la piscine Georges Hermant du 19^e arrondissement de la capitale. Dans les lignes d'eau voisines des nageurs adressent un coup d'œil curieux à ce groupe hétérogène composé de filles et de garçons d'âges, de tailles et d'origines très différentes. « La plupart d'entre eux sont issus de l'arrondissement », indique Raymond Mikielski, 63 ans, secrétaire général du club de natation des Mouettes de Paris. « Ce sont des enfants qui n'ont pas la chance

de partir en vacances et qui n'ont pas toujours l'occasion d'aller à la piscine. Ils ont entre 6 et 12 ans et ne savent pas nager. Certains se débrouillent un peu, mais ils sont là pour se perfectionner. L'ambition du plan « J'apprends à nager », c'est qu'en dix heures, ils deviennent autonomes dans l'eau. »

Le moins que l'on puisse dire, c'est que les enfants s'en sortent plutôt bien. Il y a bien des timides ou des moins entreprenants, mais la plupart d'entre eux sautent dans l'eau avant de

« EN DIX HEURES, LES ENFANTS DEVIENNENT AUTONOMES DANS L'EAU. »

parcourir la vingtaine de mètres qui les séparent de l'échelle qui clôt le parcours d'apprentissage. « Arnaud, pousse sur tes jambes », encourage Frédéric Bellenger en

gardant un œil attentif sur le reste de sa troupe. « Voilà, c'est bien ! N'oublie pas de respirer. Allez, mon grand, pousse plus fort ! » Le garçon s'exécute avec énergie, au point de laisser échapper la frite sur laquelle il prend appui. Au lieu de paniquer, il bat des pieds et la récupère quelques mètres plus loin sous le regard vigilant de l'éducateur. « C'est bien », l'encourage ce dernier. « Allez, on reprend maintenant. Pousse sur tes jambes. » « Dans mon entourage, j'ai connu des gens



Frédéric Bellenger, éducateur « J'apprends à nager », délivre ses consignes aux enfants avant de se mettre à l'eau.



Après dix séances d'une heure, les enfants âgés entre 6 et 12 ans participants aux séances « J'apprends à nager » sont autonomes dans l'eau.



Frédéric Bellenger et le groupe « J'apprends à nager » des Mouettes de Paris devant le bassin de la piscine Georges Hermant.

touchés par la noyade d'un enfant », intervient Raymond Mikielski, quand le garçon atteint l'échelle. « Un gamin qui sait se débrouiller dans l'eau ne paniquera pas s'il échappe à la surveillance de ses parents et tombe dans une piscine. En termes de sécurité, le plan « J'apprends à nager » est incontournable ! » Reste qu'aux Mouettes de Paris, l'opération ne sera pas reconduite pendant les congés estivaux. « Pour l'instant, nous allons nous en tenir aux seules vacances scolaires », abonde le dirigeant parisien. « L'été, les éducateurs, qui sont aussi entraîneurs et bien souvent nageurs chez les maîtres, ont des contraintes qui nous empêchent d'accueillir des groupes d'enfants. Mais nous postulerons pour organiser quatre sessions l'année prochaine. Il n'y a qu'à voir les sourires des enfants pour mesurer l'impact et les bienfaits de ce plan ministériel. » D'autant que ce qui est bon pour les bambins l'est également pour le club. « L'année dernière, un gamin a pris une adhésion au club afin de continuer à progresser », souligne le secrétaire général des Mouettes de Paris. « Il avait été emballé et il a voulu continuer. Tous les enfants ne vont évidemment pas s'inscrire, mais les parents de l'arrondissement savent que nous proposons des entraînements pour les plus jeunes. Ils en parlent entre eux et notre audience s'étend. » La séance se termine. Frédéric Bellenger rassemble son groupe au bord du bassin et livre ses impressions. Il parle simplement, sans excès ni démesure, tandis que les enfants adressent des regards à leurs parents qui patientent à l'écart. « C'était une bonne séance, même si la présence d'un photographe a piqué leur curiosité », sourit l'éducateur quand les enfants ont regagné les vestiaires. « Certains sont très à l'aise dans l'eau, mais d'autres sont un peu plus apeurés. L'idée, avec un groupe aussi hétérogène, c'est de ne pénaliser personne en permettant aux enfants qui sont à l'aise de s'épanouir pleinement et en offrant aux autres un cadre familial pour les mettre en confiance. Il s'agit en fait de créer une routine évolutive en proposant de nouveaux exercices sur une base déjà acquise. » Le tout avec une triple ambition : enrayer le

déficit du savoir nager, lutter activement contre le phénomène des noyades et favoriser l'accès à la culture de l'eau. « Compte-tenu du manque de moyens et d'équipements, les chiffres du ministère ne me surprennent pas (un enfant sur deux ne sauraient pas nager lors de son entrée en classe de sixième, ndlr) », abonde Frédéric Bellenger. « A Paris, par exemple, il y a plus de deux millions d'habitants pour une quarantaine de piscines. Les bassins sont engorgés, il y a des réticences politiques et culturelles qui font qu'apprendre à nager n'est pas possible pour tous les enfants. Ça crée un décalage et en classe de sixième on se retrouve avec des gamins qui sont en difficulté dans l'eau ou parfois même terrifiés à l'idée de se mettre à l'eau. » ■

ADRIEN CADOT



Avant l'entrée en 6^e



Groupe
15 enfants MAXI

Dispositif gratuit*



* Assurance obligatoire

Nombre de séances

10 x 1 heure

