

TYR



**NOUVELLE
COLLECTION**

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

NATATION

MAGAZINE



L'ENTRETIEN
SÉBASTIEN ROUAULT :
« LES MÉDAILLES
APPELLENT LES
MÉDAILLES »

PAGE 10

PLONGEON
ROSSET & MARINO :
« UN SUCCÈS
HISTORIQUE »

PAGE 30

UNE FAMILLE
EN OR

www.ffnatation.fr



L'OPEN DE FRANCE S'INSTALLE À CHARTRES

Après la Croix-Catelan (2007-2012) et Vichy (2013-2016), l'Open de France a pris ses quartiers à Chartres les 1^{er} et 2 juillet. Une onzième édition qui a permis à huit des neuf nageurs qualifiés pour les Mondiaux de Budapest (Béryl Gastaldello était encore aux Etats-Unis, ndlr) de profiter d'une ultime répétition grandeur nature. A cette occasion, Mehdy Metella n'a pas manqué de se mettre en valeur en remportant les 100 m nage libre (48"46) et 100 m papillon (51"51). « *Je n'ai jamais réalisé une saison aussi bonne en termes de performance et de régularité* », a témoigné le Guyanais. « *Ce fut une année de folie !* » De son côté, l'icône Camille Lacourt s'est adjugé le 50 m dos (24"82) pour sa dernière apparition sur le sol français tandis que son « meilleur ennemi », l'Amiénois Jérémy Stravius, a souffert d'un manque évident de fraîcheur : « *La saison a été éprouvante. Depuis janvier nous n'avons pas arrêté. Même après les championnats de France de Strasbourg (23-28 mai, ndlr), nous avons enchaîné avec de grosses séances.* » Dans les rangs féminins, on retiendra les sorties convaincantes des sprinteuses Charlotte Bonnet, Mélanie Henique et Anna Santamans. « *Au-delà des chronos, c'est surtout la manière qu'il faut retenir* », déclarait Mélanie Henique à l'issue de sa victoire sur 50 m papillon. « *L'Open est intéressant parce que c'est une compétition qui nous permet d'ajuster nombre de réglages dans l'optique des championnats estivaux.* »

A. C. (AVEC J. C.)



La plongeuse Laura Marino sur la plateforme à 17 mètres installée sur le pont Alexandre III lors des Journées Olympiques de juin 2017.

LES PLONGEURS CÉLÈBRENT L'OLYMPISME

Les 23 et 24 juin, Paris s'est transformée en un vaste parc olympique, affichant ainsi avec ferveur et originalité sa candidature pour les Jeux Olympiques de 2024. Piste d'athlétisme installée provisoirement sur la Seine, court de tennis ou encore plateforme de plongeon, les Français ont pu découvrir tout au long de ce premier week-end estival de nombreux sports olympiques. A commencer par les voltiges aériennes des plongeurs de l'équipe de France (Matthieu Rosset, Laura Marino, Benjamin Auffret, Łoś Szymczak,

Alexis Jandard, Gwendal Bisch, Antoine Cattel, Maïssam Naji et Cyrille Oumedjkane, ndr) qui se sont élancés des plateformes de 13 et 17 mètres érigées pour l'occasion sur le pont Alexandre III. « *La météo était idéale, les gens sont venus nombreux pour nous soutenir et fêter l'olympisme. C'était un événement formidable. Une belle manière de promouvoir la candidature de Paris 2024* », a livré Benjamin Auffret, quatrième de la plateforme à 10 mètres aux Jeux de Rio.

J. C. (AVEC A. C.)

« LES MÉDAILLES APPELLENT LES MÉDAILLES »

Sébastien Rouault, 31 ans, double champion d'Europe 2010 des 800 et 1 500 m nage libre, porte un regard tout autant aiguisé qu'attendri sur sa discipline de cœur. De la reconversion des nageurs à l'avenir de l'équipe de France en passant par la question de la gestion des équipements aquatiques et la candidature de Paris à l'organisation des Jeux de 2024, l'ancien spécialiste des épreuves de demi-fond, aujourd'hui consultant en stratégie, n'élude aucun sujet et réaffirme son souhait d'accompagner la nouvelle génération.

QUE DEVIENS-TU ?
Je suis consultant en stratégie depuis deux ans et demi. Je vadrouille d'entreprise en entreprise pour les accompagner dans leur développement, tant sur le plan digital que commercial.

EST-CE LA VIE PROFESSIONNELLE QUE TU ENVISAGEAIS ?

Non, pas vraiment ! J'ai eu une première expérience chez iDTGV en 2011, mais je me suis rendu compte que le diplôme que j'avais décroché aux États-Unis (il a bénéficié d'une bourse à l'Université de Géorgie de 2005 à 2008, ndlr) ne m'offrait pas vraiment d'équivalences en France. J'ai donc intégré l'EM Lyon Business School avant d'enchaîner avec un stage chez Canal + à la distribution et au marketing. A l'issue de ce stage, j'ai eu la possibilité de rester, mais après réflexion, j'ai préféré m'orienter vers le conseil, en sachant, toutefois, qu'il ne s'agirait que d'une étape.

POURQUOI ?

Mon poste actuel me permet d'enchaîner les missions dans de grands groupes. C'est quelque chose de très enrichissant car rien n'est figé...

CONTRAIREMENT À LA NATATION.

C'est sûr que lorsque je nageais, mes années étaient nettement plus balisées (*sourire*)...

A CE SUJET, COMMENT RÉAGISSENT TES EMPLOYEURS ET COLLÈGUES QUAND ILS DÉCOUVRENT TON PALMARÈS ET TON PARCOURS AU SEIN DE L'ÉQUIPE DE FRANCE DE NATATION ?

Honnêtement, cela représente à peine cinq minutes dans un entretien d'embauche. Ce qui prime, ne l'oublions pas, ce sont les compétences professionnelles. Quant à mes collègues, ils abordent le sujet à la machine à café. Je sens bien que certains sont curieux d'en apprendre davantage, notamment les raisons qui m'ont poussé à embrasser une carrière dans le conseil (*sourire*)...

N'AS-TU JAMAIS ÉPROUVÉ LE BESOIN DE RENOUER AVEC LE MONDE DE LA



Après avoir passé vingt-deux ans sous les couleurs du CNO Saint-Germain, Sébastien Rouault a rejoint Mulhouse en 2008.

NATATION, EN ENTRAÎNANT PAR EXEMPLE ?

Pour l'instant, l'entraînement ne m'intéresse pas. En revanche, j'ai sollicité Alain (Bernard, membre du comité directeur de la FFN, ndlr) pour lui exprimer mon souhait de m'investir sur les questions de reconversion. J'ai à cœur de partager mon vécu de nageur ainsi que l'expérience professionnelle que je suis en train d'emmagasiner.

POURQUOI ?

Il me semble que le message passera mieux auprès de la jeune génération si

« LES ATHLÈTES DE HAUT NIVEAU SONT À L'ABRI DES PROBLÉMATIQUES DU QUOTIDIEN. EN FIN DE CARRIÈRE, LE RETOUR À LA RÉALITÉ PEUT S'AVÉRER DIFFICILE. »

ce sont des athlètes reconvertis qui abordent ces questions. Je ne dis pas que les cadres techniques en charge de ces problématiques ne sont pas compétents, loin de moi cette idée, mais la réalité professionnelle a changé

comme le monde de l'entreprise et il m'apparaît primordial de parler vrai.

« PARLER VRAI », C'EST-À-DIRE ?

En France, les entreprises apprécient les profils atypiques, mais il n'en demeure pas moins impératif de disposer d'une solide formation. Voilà pourquoi j'ai choisi d'intégrer l'EM Lyon Business School dans les dernières années de ma carrière.

CETTE « VÉRITÉ » DONT TU PARLES NE DOIT PAS ÊTRE SIMPLE À ACCEPTER POUR UN ATHLÈTE DE HAUT NIVEAU.

Ça peut, en effet, blesser, surtout quand on vous répète tout au long de votre carrière : « Tu es bon ! Tu as du potentiel ! ». Les athlètes de haut niveau sont préservés des problématiques du quotidien. En fin de carrière, le retour à la réalité peut s'avérer difficile...

AS-TU ÉTÉ CONFRONTÉ À CE « RETOUR À LA RÉALITÉ » ?

Bien sûr, et pourtant, je m'y étais préparé. Outre mes études, j'ai pu bénéficier d'une CIP (Convention d'Insertion Professionnelle qui permet de disposer d'un emploi du temps aménagé, ndlr).

Ça m'a bien aidé pendant ma carrière, mais ce n'était pas suffisant !

QU'EST-CE QU'UNE RECONVERSION RÉUSSIE ?

En dépit des entraînements quotidiens, des objectifs de résultats et des échéances nationales et internationales, il me semble important que les athlètes s'octroient deux à trois mois par an pour travailler et préparer leur après-carrière. La clé, selon moi, c'est de s'engager sur les deux tableaux afin d'être confronté à la vraie vie et de remplir son *Curriculum Vitae*. ►

UNE FAMILLE EN OR



De gauche à droite - bénévole hongrois devenu un supporter inconditionnel de l'équipe de France d'eau libre, Jean-Loup Bouchard (médecin), Stéphane Lecat, responsable de la discipline à la FFN, Fabien Horth (kiné), David Aubry, Axel Reymond, Aurélie Muller, Océane Cassignol, Logan Fontaine, Marc-Antoine Olivier, Magali Mérino (entraîneur), Lara Grangeon, Eric Boissière (entraîneur) et Maxime Leutenegger (entraîneur).

Bien sûr, il y a un bilan comptable historique : six médailles (quatre en or, une en argent et une en bronze) pour sept nageurs engagés (Aurélie Muller, Océane Cassignol, Lara Grangeon, Marc-Antoine Olivier, Axel Reymond, Logan Fontaine et David Aubry), mais il y a aussi l'aventure humaine, cette somme de détails invisibles, presque impalpables, qui ont émaillé l'aventure de l'équipe de France d'eau libre dans les eaux du lac Balaton. Il faut croire que leur ambition était la plus forte. Il faut croire que ce groupe, ce collectif ou cette famille, n'ayons pas peur des mots, a réussi à faire fi de tous les obstacles pour signer une épopée héroïque dont on ne se lassera jamais de caresser le souvenir.

A BUDAPEST, ADRIEN CADOT ET JONATHAN COHEN

UNE ŒUVRE COLLECTIVE



Ils sont sept ! Sept à avoir écrit l'une des plus belles pages de l'histoire de leur discipline. Il y a les têtes d'affiche (Aurélié Muller, Marc-Antoine Olivier et Axel Reymond), les espoirs (Océane Cassagnol, Logan Fontaine et David Aubry) et une transfuge des bassins (Lara Grangeon). Sept nageurs à la croisée des chemins qui ont su transcender les vertus individuelles de l'eau libre pour signer une époustouflante œuvre collective.

SUJET RÉALISÉ PAR ADRIEN CADOT

AURÉLIE MULLER : LA RÉFÉRENCE

Aurélié est la plus grande nageuse d'eau libre de l'histoire de la natation française. C'est écrit, gravé dans le marbre. En dépit de tous les obstacles qui se sont dressés sur son chemin, en dépit d'une farouche concurrence, d'une chaleur accablante, des incertitudes qui ont accompagné sa saison post-olympique de « reconstruction », la Lorraine de 26 ans a signé un exploit retentissant en Hongrie : remporter le titre de championne du monde du 10 km, deux ans après celui acquis à Kazan en 2015, mais aussi effacer la déception de sa disqualification olympique. « J'avais tellement envie de gagner », nous confia-t-elle à l'arrivée, au bord des larmes. « Pendant toute la dernière ligne droite, je me suis dit que la victoire était pour moi. Toute l'année est remontée d'un coup. Rien que d'en parler, ça réveille des émotions (...) Ça a été un long chemin depuis Rio, un très long chemin... Cette saison, je me suis entraînée d'une autre manière et pourtant, je gagne ! C'est une façon de montrer à Philippe (Lucas, son entraîneur à Narbonne, ndlr) que je peux fonctionner autrement. » Différente, la double championne du monde l'est à plus d'un titre. Il y a ses courses, ses victoires, les sourires qu'elle partage sans retenue et sa passion des autres, de ses partenaires, du staff qui l'accompagne et de toutes celles et ceux qui partagent ses rêves. Oui, Aurélié est bien la plus grande nageuse d'eau libre de l'histoire de la natation française. C'est écrit.



(MIS/STEPHANE KEMPINARE)



(MIS/STEPHANE KEMPINARE)

MARC-ANTOINE OLIVIER : LE TALENTUEUX

C'est bien simple, avec lui, rien ne semble impossible. Avec lui, la moindre montagne ressemble à une colline. On l'avait découvert aux championnats du monde de Kazan, en 2015, sixième du 10 km et déjà calme et souriant. Il nous avait refait le coup en raflant le bronze aux Jeux Olympiques de Rio, en 2016, effaçant par la même (mais en partie seulement) la déception de sa coéquipière Aurélié Muller, disqualifiée la veille. Cette année, c'était dit, on l'aurait à l'œil. Ça n'a pas manqué. Marco, comme le prénomme ses proches et la plupart de ses supporters, a tout gagné, ou presque : le 5 km des championnats du monde, le relais mixte avec Aurélié, Océane et Logan, et le bronze du 10 km. A 22 ans, le Valenciennois qui s'entraîne sous la férule de Philippe Lucas -encore un- semble promis aux plus hautes distinctions. Ce n'est pas lui qui prétendra l'inverse : « Je m'entraîne toute l'année pour réaliser ce genre de performance. Cette année, j'ai énormément progressé en bassin, avec notamment deux titres nationaux à la clé (sur 800 et 1 500 m nage libre aux championnats de France de Strasbourg, 23-28 mai, ndlr). Cela n'a fait qu'attiser mes ambitions. »

AXEL REYMOND : LE DÉTERMINÉ

En dépit de ses sourires, de sa gentillesse et de sa bienveillance, ne vous faites aucune illusion : Axel Reymond est un ogre, un monstre, un nageur hors normes qui a fait du 25 km son terrain d'expression privilégié. Trois ans après un premier titre européen conquis à Berlin (2014), puis doublé à Hoorn l'année dernière, le protégé de Magali Mérino a définitivement effacé sa désillusion olympique (il ne s'était pas qualifié sur le 10 km, ndlr) en décrochant sa première couronne mondiale dans les eaux du Balaton. Une course menée de main de maître, puis une attaque finale à 400 mètres de l'arrivée ont eu raison de ses rivaux. Ils savaient pourtant que le Français ne s'en laisserait pas compter. Mais rien n'y fit, Axel s'envola, bras tendus, les pieds battants frénétiquement au rythme d'un exploit XXL. « Cette victoire, c'est surtout la récompense de deux années intenses de travail. J'ai eu des moments de doute, notamment après ma non-qualification aux Jeux Olympiques de Rio, mais je me suis dit que ma carrière n'allait pas s'arrêter sur cette déception. J'ai envie de nager jusqu'à 35 ans, de faire des traversées, des coupes du monde, c'est ça qui me motive. C'est maintenant que j'ai envie de gagner des médailles aux championnats d'Europe et du monde. »



(MIS/STEPHANE KEMPINARE)

UN ÉVENTAIL DE PROMESSES

L'équipe de France de natation a achevé ses championnats du monde sur un titre mondial, celui de Camille Lacourt sur « son » 50 m dos ! Une fin en apothéose pour un collectif réduit à neuf nageurs qui se sera montré d'une redoutable efficacité. Ainsi, et il faut le souligner, six des neuf athlètes engagés sont entrés en finale et pas moins de quatre records de France ont été améliorés. On retiendra également la convaincante médaille de bronze de Mehdy Metella sur 100 m nage libre ainsi que les finales de Charlotte Bonnet (200 m nage libre), d'Anna Santamans (50 m nage libre) et de Mélanie Henique (50 m papillon), le retour en forme de Jérémy Stravius (quatrième du 50 m dos après une touche malheureuse) et la première du bizut Geoffroy Mathieu (200 m dos).

TEXTES : ADRIEN CADOT & JONATHAN COHEN.
PHOTOS : STÉPHANE KEMPINAIRE.

1 CAMILLE A-T-IL BOUCLÉ LA BOUCLE ?

Tout a commencé il y a sept ans, à Budapest, déjà. En 2010, Camille Lacourt, dossiste d'avenir, défraie les chroniques de toutes les gazettes de France et de Navarre en s'adjugeant les 50 et 100 m dos ainsi qu'un titre en relais avec ses partenaires du 4x100 m 4 nages (Fred Bousquet, Hugues Duboscq et Fabien Gilot, ndlr). Un mythe de la natation française vient de naître. Un de plus pourrait-on dire, car à l'époque, faut-il encore le rappeler, les médailles tricolores pleuvent comme des grêlons. Sauf que Camille, non content de briller sur la scène continentale, va réussir le tour de force de confirmer dès l'année suivante en remportant, ex-aequo avec Jérémy Stravius, le premier titre mondial de la natation masculine sur 100 m dos. Le mythe devient légende. On se prend à rêver

d'or olympique. Son histoire avec les Jeux demeurera malheureusement inaboutie. Quatrième du 100 m dos à Londres en 2012, puis cinquième à Rio en 2016, le Marseillais s'est avant tout forgé un palmarès aux Mondiaux. Cinq couronnes pour autant de participation (il a disputé tous les championnats du monde depuis Rome en 2009, ndlr). Une régularité métronomique et un goût certain pour le 50 m dos, distance sur laquelle il compile trois breloques (Barcelone 2013, Kazan 2015 et Budapest 2017, ndlr). La légende a fini par devenir saga et oui, pour répondre à notre question, il ne fait aucun doute que le Sudiste a bouclé sa boucle aquatique de la plus belle des manières.

2 MEHDY A-T-IL INTÉGRÉ LE COTHA DU SPRINT MONDIAL ?

En dépit d'une huitième place en finale du 100 m papillon (mais 51"06 en demi-finale, nouveau record de France, ndlr), difficile de ne pas mesurer la nouvelle dimension qu'a pris le Guyanais à Budapest. Médaille de bronze du 100 m nage libre en 47"89 (mais 47"65 en demi-finale, meilleure performance française de tous les temps en textile, ndlr), Mehdy est incontestablement devenu l'un des hommes forts d'un sprint mondial. « Je savais que ça allait être compliqué d'accrocher un podium sur 100 m papillon. L'essentiel, c'était de montrer que j'étais là, bien présent. J'ai tout donné. Je passe deuxième au premier 50 mètres, mais après il me manque quinze mètres pour finir. Je vais travailler ce retour et revenir

plus fort. » Aussi fort, on l'espère, que sur l'épreuve reine, où il a montré qu'il avait le potentiel pour rivaliser avec les cadors. « A présent, je fais partie des meilleurs sprinteurs de la planète et ça, ce n'est pas rien », se réjouit-il. Mais parviendra-t-il se rapprocher des chronos stratosphériques de l'Américain Caeleb Dressl (47"17 en finale du 100 m nage libre, 47"22 au départ du 4x100 m nage libre mixte et 47"26 au départ du relais 4x100 m nage libre, ndlr) ? « Je ne suis pas là pour le regarder. Moi, je veux être le meilleur sur 100 m nage libre et 100 m papillon. Forcément, ça m'énerve un peu de le voir nager aussi vite, mais c'est aussi une source de motivation. » De belles joutes en perspective.

3 CHARLOTTE PEUT-ELLE SE HISSE SUR UN PODIUM MONDIAL ?

Après sa huitième place sur le 200 m nage libre obtenue l'année passée aux Jeux Olympiques de Rio, Charlotte Bonnet a conservé son rang aux Mondiaux de Budapest (1'56"62). Dans une finale particulièrement relevée et remportée par l'Italienne Federica Pellegrini (1'54"73), devant Katie Ledecky (1'55"18) et Emma McKeon (1'55"18), la Niçoise

n'a pas réussi à suivre la cadence imposée et à se libérer pleinement. « J'étais très contente de participer de nouveau à une finale mondiale », confiait l'intéressée à sa sortie du bassin hongrois, « mais je suis frustrée par la physionomie de la course parce que je n'ai pas réussi à me libérer comme je l'aurais voulu. » La question mérite donc d'être posée : après ces deux finales mondiales consécutives, l'élève de Fabrice Pellerin peut-elle grimper dans la hiérarchie au point de monter sur un podium international ? Médaille de bronze aux championnats d'Europe 2016 de Londres sur la distance, Charlotte a en tout cas la maturité suffisante pour viser plus haut. « Ces deux finales comptent et me permettent d'acquiescer de l'expérience, mais maintenant j'aimerais bien grappiller quelques places et me rapprocher des meilleures. Je sais que c'est possible, même s'il me reste encore du travail et des courses à disputer aux côtés des plus grandes nageuses. L'objectif est d'y arriver dans les trois années qui me séparent des Jeux Olympiques de Tokyo. »



4 JÉRÉMY PEUT-IL REVENIR À SON MEILLEUR NIVEAU ?

Après une saison marquée par une blessure au poignet, Jérémy Stravius a réussi sa course contre-la-montre pour se qualifier pour les championnats du monde magyars sur 50 m dos. Sa course, son épreuve fétiche ! Mais si son « meilleur ennemi » Camille Lacourt a décroché le titre mondial à Budapest pour l'ultime sortie de sa longue et fructueuse carrière, l'Amiénois a, quant à lui, échoué au pied du podium (quatrième à cinq centièmes de la troisième place, ndlr). La faute à une arrivée mal négociée alors qu'il avait pourtant pris le meilleur départ. « Je réalise un très bon départ, je vois que j'arrive à accélérer et que je suis devant l'Américain (Matt Grevers, finalement troisième, ndlr). Je compte mes coups de bras et je vois les drapeaux. C'est presque passé trop vite. Du

coup, je mets un coup de bras supplémentaire et je me tords le poignet à la touche parce que je suis trop près du mur. » De quoi lui laisser quelques regrets, mais aussi lui donner des motifs d'espoir pour la saison prochaine. « C'est très encourageant pour la suite. Je pense que je valais 24"5 ou peut-être même un peu moins. Ça sera pour les Euro, l'an prochain. Je vais travailler un peu différemment pour être encore meilleur sur ce 50 m dos. Je pense que ce sera la meilleure option pour l'année prochaine. » En privilégiant le travail hors de l'eau aux séances aquatiques, Stravius espère monter de nouveau sur un podium à Glasgow.

5 MÉLANIE PARVIENDRA-T-ELLE À RÉÉDITER L'EXPLOIT DE SHANGHAI 2011 ?

Un temps pressentie sur 50 m nage libre et 50 m papillon, c'est finalement sur cette dernière et seule épreuve que la Marseillaise s'est alignée aux championnats du monde de Budapest. Une course sur laquelle elle avait rafé le bronze aux Mondiaux de Shanghai (2011). Qualifiée avec le troisième chrono des demi-finales (25"63, nouveau record de France), on se prit à rêver, un temps, que la plus grande « briseuse » de combinaisons de la natation tricolore (elle en a déchirée plusieurs cette année, notamment deux d'affilée lors de l'étape amiénoise du FFN Golden Tour-Camille Muffat, ndr) allait nous réécrire une histoire chinoise. Il n'en fut malheureusement rien, la papillonneuse se classant finalement sixième en 25"76 (à quelques encablures des 24"60 de la Suédoise Sarah Sjöström, ndr). « Je savais que ça nagerait très vite. Je pensais que le podium se jouerait à 25"4. Je n'étais pas si loin (l'Égyptienne Farida Osman empoche la médaille de bronze en 25"39, ndr). Ce soir (samedi 29 juillet), je n'étais tout simplement pas en mesure de réaliser un tel chrono (...) Je vais retenir le positif de ces Mondiaux parce que j'ai quand même signé mes meilleurs temps sur cette compétition. C'est quelque chose d'important parce que ce n'est pas facile de venir pour une seule course. J'ai eu une année pleine de rebondissements. Si on m'avait dit il y a deux mois que je serai sixième mondiale, je ne l'aurais pas cru. »

6 ANNA PEUT-ELLE FAIRE DESCENDRE LE CHRONO ?

Anna est la meilleure spécialiste tricolore du 50 m nage libre ! Une affirmation en forme de confirmation à Budapest, la Marseillaise l'a gravé dans le marbre en s'octroyant le record de France qui appartenait à l'icône du sprint national, Malia Metella, depuis 2009 (24"54 contre 24"58, ndr). Un temps canon qui lui a permis de disputer une première finale internationale qu'elle achèvera au sixième rang (24"58, ex-aequo avec la Chinoise Liu et l'Australienne Campbell, ndr). De quoi lui donner des idées pour la suite et, surtout, l'envie de raboter ces centièmes qui la séparent désormais de l'élite mondiale. « Qu'est-ce qu'il me manque ? Du travail », livre-t-elle avec sa coutumière franchise. « Cette année, nous avons axé le travail sur le sprint après les championnats de France de Strasbourg (22-28 mai 2016) et je sens que ça a été bénéfique. J'espère que l'année prochaine je vais pouvoir partir sur ces acquis et ajouter beaucoup d'expérience. Ça donnera de belles choses aux championnats d'Europe. » A condition toutefois de maîtriser son sommeil et de gagner encore en relâchement. « Le sommeil reste le point critique. J'ai toujours du mal à m'endormir avant une grande compétition, mais quand j'arrive à trouver le sommeil, ça annonce du positif. Je vais encore travailler là-dessus pour arriver en confiance derrière le plot et l'envie de tout casser. »

7 MATHILDE PEUT-ELLE PASSER SOUS LA MINUTE ?

Et si Katinka Hosszu, championne olympique du 100 m dos n'avait pas renoncé aux demi-finales de l'épreuve ? Et si la finale du 200 m 4 nages, objectif avoué de la Hongroise, s'était tenue un autre jour ? Dix-septième temps des séries (1'00"70), la dossiste pensait d'abord ne pas pouvoir nager l'après-midi en demi-finale, mais c'était donc sans compter sur le forfait de la star locale qui préféra se concentrer sur la finale du 200 m 4 nages, sa première de la semaine devant son public. « J'ai appris ma qualification dix minutes après ma course », se souvient la Marseillaise. « J'étais assise et

mon entraîneur était en train de débriefer ma série. Il m'a ensuite informée que j'étais finalement qualifiée, mais que je ne devais pas sauter de joie et vraiment me concentrer sur la récupération. D'autant que j'étais d'abord déçue, puis ensuite très contente donc il ne fallait pas perdre d'influx dans cet ascenseur émotionnel. » On peut dire que l'élève de Julien Jacquier a su garder son calme au moment d'aborder cette demi-finale mondiale. En 1'00"44 (15^{ème} temps), elle a établi un nouveau record personnel (1'00"57 avant d'arriver à Budapest, ndr), et continue de se rapprocher du fameux cap symbolique de la minute. « Ça commence à devenir intéressant. C'est de très bon augure pour la suite. Je travaille de plus en plus dur et j'ai l'impression que c'est en train de payer. »

9 GEOFFROY PEUT-IL TRANSFORMER L'ESSAI ?

« Nos jeunes nageurs ont besoin de s'aguerrir, à l'image de Geoffroy Mathieu, qui était au bord du malaise avant son 200 m dos parce qu'il n'avait jamais évolué devant autant de monde et que le stress l'a envahi. » Cette phrase, du président de la Fédération Française de Natation, Gilles Sézionale résume bien les Mondiaux du jeune Clermontois (20 ans), qui intégrait pour la première fois l'équipe de France à Budapest. Stressé avant son entrée dans la compétition sur 100 m dos (33^{ème}

des séries), Geoffroy l'était tout autant avant sa course fétiche, le 200 m dos (20^{ème} des séries). « L'organisation était impressionnante. Tout ce protocole. Je n'y suis pas habitué et je n'ai jamais disputé de compétition de cette dimension. C'était vraiment stressant parce que j'avais envie de bien faire pour ma première cape. » Mais à seulement 20 ans, et alors que les championnats du monde magyars n'étaient même pas envisagés par le nageur et son entraîneur (Bruno Verweirde) en début de

8 BÉRYL PEUT-ELLE GAGNER EN RÉGULARITÉ ?

Si les débuts de championnats de Béryl Gastaldello ont été plutôt poussifs, la Marseillaise nous l'avait promis après sa première course, le 100 m papillon : « Je suis toujours meilleure en fin de championnats. J'ai souvent du mal à entrer dans la compétition et j'espère monter en régime. » Vingt-et-unième des séries (58"97), celle qui s'entraîne aux États-Unis, a également pris la trente-deuxième place des séries du 100 m dos le lendemain (lundi 24 juillet) en 1'02"24. Mais la montée en puissance a finalement été remarquée le vendredi 28 juillet lors des séries du 50 m papillon. Engagée aux côtés de la recordwoman de France de la distance (25"84), Mélanie Henique, Béryl a réalisé un excellent départ et une course quasi-parfaite. En 25"79, elle s'est même octroyé le luxe de chiper le record de France à sa compatriote (25"84). « C'est bien pour Béryl, parce qu'elle a raté le début de ses championnats et c'était important qu'elle se rattrape sur cette course », nous confia Mélanie à l'issue de sa course. Malheureusement, la championne de France des 50 et 100 m dos et 100 m papillon à Strasbourg n'a pas réussi à rééditer sa performance matinale en demi-finale (quinzième en 26"01, ndr), loin derrière Henique qui récupérait au passage la référence nationale (25"63). Si Béryl a prouvé qu'elle était capable de monter en régime, reste désormais à gagner en régularité pour réaliser deux courses de haut niveau dans la même journée.





A seulement 18 ans, Yusra Mardini a pris part aux Jeux Olympiques de Rio au sein d'une équipe d'athlètes réfugiés.



Yusra Mardini a remporté sa série du 100 m nage libre aux Jeux, mais son chrono était insuffisant pour entrer en demi-finale.



Yusra Mardini a été nommée ambassadrice de bonne volonté aux Hauts Commissariats des Nations unies pour les réfugiés le 27 avril 2017.

« SANS LA NATATION, JE NE PENSE PAS QUE J'AURAIS PU SURVIVRE »



Deux ans après avoir décidé de quitter la Syrie et ses combats, Yusra Mardini poursuit ses rêves de championne en Europe. La nageuse de 19 ans, aujourd'hui installée en Allemagne, vient de participer aux championnats du monde de Budapest. Elle a accepté de revenir sur sa nouvelle vie pour Natation Magazine.

D'ABORD, ON AIMERAIT SAVOIR COMMENT VOUS ALLEZ...

Je vais bien, même si je suis très occupée ! Je m'entraîne tous les jours pour préparer des compétitions de natation, je vais à l'école et je participe à des événements pour partager mon histoire et raconter mon périple de réfugiée.

VOUS AVEZ ÉTÉ NOMMÉE AMBASSADRICE DE BONNE VOLONTÉ AU HCR, L'AGENCE DES NATIONS UNIES POUR LES RÉFUGIÉS. QUELLE A ÉTÉ VOTRE RÉACTION ?

Je suis ravie ! Je suis tellement fière de faire partie de cette famille. Ce rôle d'ambassadrice va me permettre de continuer à partager le message que les réfugiés sont des individus normaux qui traversent des expériences traumatisantes et dévastatrices, qui sont capables de choses extraordinaires si seulement on leur laisse la chance.

ACTUELLEMENT, VOUS VIVEZ TOUJOURS À BERLIN EN ALLEMAGNE. EST-CE QUE LE MODE DE VIE DE NOS VOISINS VOUS CONVIENT ?

Oui, je suis très reconnaissante de tout ce que l'Allemagne a fait pour moi et mon peuple. Contrairement à d'autres pays, les Allemands n'ont pas hésité à nous accueillir.

Elle a fait en sorte que moi-même et d'autres réfugiés nous sentions comme à la maison.

QU'EN EST-IL DE LA NOURRITURE. VOUS PLAÎT-ELLE ?

Oui, mais ma maman vit aussi à Berlin alors je mange beaucoup de ses plats. Ils sont délicieux (*rires*)...

DÉCRIVEZ-NOUS UNE DE VOS JOURNÉES ORDINAIRES.

Mes journées sont très remplies. Je nage jusqu'à quatre heures par jour. Je vais aussi à l'école et le week-end je participe à des compétitions. Et puis j'apprends l'allemand. C'est très intense !

QUELLES SONT VOS NAGES PRÉFÉRÉES ?

Le papillon et la nage libre.

FINALEMENT, TOUTE VOTRE VIE EST LIÉE À L'EAU. EN AOÛT 2015, AVEC VOTRE SŒUR, VOUS DÉCIDEZ DE QUITTER LA SYRIE À CAUSE DE LA GUERRE. VOUS EMBARQUEZ ALORS SUR UN RADEAU DE FORTUNE...

C'est ça. A un moment on est en train de vivre sa vie et d'un coup on doit tout lâcher

et courir après elle. Il faut quitter sa maison, sa famille et ses amis. Tout ce qui constituait votre vie quotidienne disparaît. Et juste courir. La guerre a forcé de nombreuses personnes à fuir. J'en faisais partie. Je me suis retrouvée au milieu de la mer Egée sur un bateau bondé de réfugiés lorsque le

« JE ME SUIS RETROUVÉE AU MILIEU DE LA MER ECÉE SUR UN BATEAU BONDÉ DE RÉFUGIÉS LORSQUE LE MOTEUR EST TOMBÉ EN PANNE. »

moteur est tombé en panne. Le choix était simple : soit on paniquait et on s'abandonnait à la mer, soit on tentait quelque chose. Ceux parmi nous qui savaient nager ont sauté dans l'eau et ont poussé le bateau

jusqu'à l'épuisement. C'est ce qui m'est arrivé et qui est arrivé à beaucoup d'autres gens. Ils sont plus de vingt-deux millions à avoir été contraints de quitter leur pays à cause de la guerre et des persécutions.

COMBIEN DE TEMPS A DURÉ LA TRAVERSÉE ?

Vingt-cinq jours jusqu'en Allemagne.

MAIS VOUS SAVIEZ NAGER AVANT DE QUITTER VOTRE PAYS ?

Oui, mon père est un entraîneur de natation. En Syrie, j'avais l'habitude de m'entraîner »