



**TYR**

# Natation

MAGAZINE



**L'ENTRETIEN**  
**JÉRÉMY STRAVIUS :**  
**« LES JEUX DE TOKYO**  
**EN LIGNE DE MIRE »**  
PAGE 10

**NAT' ARTISTIQUE**  
**LE CHANGEMENT, C'EST**  
**MAINTENANT** PAGE 40

## LA VIE DES CLUBS

TYR EUROPE  
26 QUAI DE L'ALMA  
68100 MULHOUSE  
TÈL : 03.89.06.09.61  
MAIL : ACCUEIL-FR@TYR.COM  
WWW.TYR-SHOP.FR

[www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr)



## LA PREMIÈRE DE NANTERRE

LES 27 ET 28 JANVIER, LA CITÉ TOURANGELLE A ACCUEILLI LA CINQUIÈME ÉDITION DES CHAMPIONNATS DE FRANCE INTERCLUBS DES MAÎTRES. AU TOTAL, 79 ÉQUIPES ÉTAIENT ENGAGÉES POUR UN RÉSULTAT FINAL QUI A CONFORTÉ LA DOMINATION DES CLUBS D'ÎLE-DE-FRANCE.

**C**omme souvent, le relais 10x50 m nage libre d'ouverture n'apporte pas d'information déterminante. La situation va rapidement s'éclaircir avec le 400 m nage libre. Serge Guérin (ES Nanterre) bat, en effet, le record de France en C8 et permet aux siens de prendre un peu d'avance sur le SFOC et beaucoup sur les autres candidats à la victoire

finale. On se dit alors que tout est joué. Pourtant, la journée nous réserve encore son lot de surprises. A la faveur du 50 m dos d'Alain Vanacker, Malakoff se rapproche à un souffle du SFOC, mais se fait passer par le Vallauris de Stefan Perrot dès le 100 m brasse suivant, alors que le SFOC titille Nanterre à la faveur des 1 267 points de Talal Mrabet (1'02"47 en C2). A l'issue de cette première journée de compétition, Nanterre ne dispose que de 44 points d'avance sur le SFOC et 125 unités sur les étonnants nageurs de Vallauris. Rien n'est encore écrit ! Les quatre premières courses du dimanche verront Nanterre et le SFOC se rendre coup pour coup. Derrière, Malakoff enchaîne un 100 m dos (Bénédicte Duprez) et un 50 m papillon

(Danièle Wilmart) qui lui permettent de reprendre pied sur le podium et de creuser un écart déterminant avec les Boulonnais, pourtant tenants du titre. Le 200 m 4 nages scelle la course au titre puisque Nicolas Granger (Nanterre) atomise de six secondes le record du monde de la spécialité (2'06"38), creusant alors un écart irrattrapable. Les vert et jaune peuvent savourer leur premier titre. Plus généralement, on constate que les clubs d'Île-de-France trustent (encore) les premières places. Reste à savoir maintenant si les changements de règlements décidés par la commission des maîtres auront un impact sur les résultats de l'édition 2019. A suivre...

A TOURS, ÉRIC HUYNH

# « LES JEUX DE TOKYO EN LIGNE DE MIRE »

**C'**est au retour d'un stage à Tenerife (Espagne) que Jérémy Stravius, 29 ans, a accepté de se prêter au jeu des questions-réponses pour Natation Magazine. L'occasion d'évoquer l'actualité de la discipline, mais aussi celle du triple médaillé olympique, champion du monde 2011 du 100 m dos et capitaine de l'équipe de France. Au petit jeu des confidences, et sans jamais se départir de son éternelle bonne humeur, l'Amiénois nous a fait part de son envie retrouvée et de sa volonté de poursuivre sa carrière jusqu'aux Jeux Olympiques de Tokyo, en 2020. Pour le reste, rien n'est encore décidé...

## PARLE NOUS DE TON ACTUALITÉ RÉCENTE.

Je rentre d'un stage à Tenerife avec le pôle France d'Amiens (du 3 au 11 janvier, ndlr). Là-bas, nous avons retrouvé les nageurs du pôle France de Nice ainsi que Jordan Pothain et son entraîneur Guy La Rocca.

### AVAIS-TU DÉJÀ EU L'OCCASION DE TE RENDRE À TENERIFE ?

Oui, on peut même dire que le club d'Amiens y a ses habitudes. En fait, cela fait dix ans que nous partons en stage là-bas. Le climat en janvier y est plutôt agréable (*rires*)... Forcément, les conditions d'entraînement s'en trouvent améliorées, sans parler des équipements : deux bassins extérieurs de 50 et 25 mètres,

deux salles de musculation dont une dans l'enceinte de la piscine, une salle de repos pour se détendre et nous n'avons que 10-15 minutes de trajet entre la piscine et l'hôtel qui est d'un grand confort.

### ET QUEL A ÉTÉ LE MENU DE CE STAGE ?

C'était un stage de remise en forme après une semaine de vacances pour Noël. Un stage pour repartir sur de bonnes bases une fois que nous serions de retour à Amiens. Il y a eu pas mal de kilomètres, mais avec beaucoup de variété dans les séries. On a travaillé l'explosivité, le sprint et nous avons même fait une séance avec le groupe de Nice, ce qui est toujours un plaisir.

### DOIT-ON COMPRENDRE QUE TU T'ENTRAÎNES À NOUVEAU « SÉRIEUSEMENT » ?

Depuis le mois de septembre 2017, je m'entraîne une fois par jour, avec PPG (préparation physique générale) ou musculation tous les après-midis. Mais là, je viens, en effet, de repasser à deux séances quotidiennes. Un rythme normal en somme (*rires*)...

### LA SAISON PASSÉE, TU AVAIS POURTANT RESENTI LE BESOIN DE T'ÉLOIGNER DE LA NATATION EN T'ESSAYANT NOTAMMENT AU WATER-POLO.

Après les Jeux de Rio et une saison lympique très dure physiquement et mentalement, j'ai ressenti le besoin de casser la routine. Je m'entraînais avec le même coach depuis des années (Michel Chrétien), je côtoyais les mêmes personnes, principalement des nageurs. Il fallait que ça change ! Pendant un an, je ne me suis entraîné qu'une fois par jour avec Yann Dubois et non plus Michel... J'ai redécouvert le water-polo, sport que j'avais pratiqué quand j'étais plus jeune, et l'esprit d'équipe. Ça m'a permis de fréquenter d'autres athlètes et entre autres mon frère, qui évolue au sein de l'équipe de water-polo d'Amiens.

### AS-TU PENSÉ À ARRÊTER LA NATATION À CE MOMENT-LÀ ?

Non. Je savais que je n'allais pas arrêter comme ça, tout seul dans mon coin...

« APRÈS LES JEUX DE RIO, J'AI RESENTI LE BESOIN DE CASSER LA ROUTINE. »

Même quand je me suis fracturé le scaphoïde quelques jours après mon retour des championnats du monde en petit bassin (à Windsor au Canada en décembre 2016, ndlr), je n'ai pas perdu mon envie de continuer. Ça a juste perturbé ma « reprise ».

### AS-TU ÉGALEMENT ENVISAGÉ DE CHANGER DE CENTRE D'ENTRAÎNEMENT ET/OU D'ENTRAÎNEUR ?

Ça a été effectivement la grande question à la fin de l'année 2016. Je me suis

clairement demandé si j'allais pouvoir reprendre un jour avec Michel et j'ai d'ailleurs annoncé que notre collaboration était terminée. On avait des opinions différentes sur l'entraînement, des stratégies différentes au sujet de ma carrière. Je ne cache pas qu'il y a eu un froid entre nous et qu'on ne se parlait plus beaucoup.

### MAIS ÇA S'EST ARRANGÉ SEMBLE-T-IL CES DERNIÈRES SEMAINES PUISQUE TU FAIS À NOUVEAU PARTIE DU GROUPE QU'IL ENTRAÎNE.

Ça n'a pas été facile, mais oui, ça s'est arrangé. Bien qu'il ait été « contrarié » que je ne m'entraîne plus qu'une fois par jour et pas avec lui l'année dernière, nous avons réussi à discuter ensemble de ce qui n'allait pas, de ce que je ne voulais plus faire, de ce qu'il fallait changer. Michel a finalement conservé sa trame d'entraînement pour le groupe, mais il a compris qu'il devait personnaliser un peu les séances pour que je conserve ma motivation. Nous avons fait des concessions l'un et l'autre et je crois que nous avons trouvé un juste milieu. En tout cas, je m'y retrouve pour le moment.

### EST-CE QUE T'ENTRAÎNER QUOTIDIENNEMENT AVEC DE JEUNES NAGEURS COMME MAXIME GROSSSET, HUGO SAGNES OU MEWEN TOMAC CONSTITUE UNE SOURCE DE MOTIVATION ?

C'est en tout cas une des raisons qui m'ont fait rester à Amiens. J'avais envie de les connaître, de bosser avec eux. Et franchement, je ne le regrette pas. L'ambiance est formidable. Jamais personne ne fait la tronche. ▶

## LA COULÉE : SON ARME FATALE

Tous les nageurs ont leurs propres caractéristiques, ces petits détails qu'ils maîtrisent à la perfection et qui leur permettent de faire de grandes différences à l'arrivée. La force de Jérémy Stravius, outre sa polyvalence et sa technique, est sans conteste son incroyable coulée, ce moment si particulier où le nageur évolue sous l'eau après le plongeon ou un virage. Le champion du monde du 100 m dos (Shanghai 2011) et champion olympique avec le relais 4x100 m nage libre (Londres 2012), qui dispose d'une capacité pulmonaire au-dessus de la moyenne, est l'un des meilleurs spécialistes de la planète dans ce domaine. Il est capable, en effet, de réaliser cinq à six secondes d'apnée pour parcourir quinze mètres en réalisant des ondulations avec le corps. « *Ce qui me rend si efficace, c'est mon temps d'apnée et ma vitesse* », confiait le Picard à nos confrères du journal l'Equipe à la veille des Jeux Olympiques de Rio en 2016. « *Il est également important de pousser fort sur le mur en cherchant un angle de 45° pour passer sous les turbulences et s'assurer une longue remontée. En arrivant sur le mur, au moment d'aborder mon virage, je coupe ma respiration. C'est là que tout se joue. Il faut que tous les détails techniques soient parfaitement maîtrisés et enchaînés pour être le plus efficaces possibles. Certains disent que les ondulations partent du haut du corps, mais chez moi, elles partent du bassin. En compétition, quand je fais mes ondulations et que je m'aperçois que mes adversaires ont déjà recommencé à nager, cela me procure toujours un intense sentiment de liberté.* »

# LA VIE DES CLUBS

**À** l'aube de cette nouvelle année, la Fédération Française de Natation peut se targuer de recenser pas moins de 1 300 clubs répartis en métropole ainsi que dans les territoires d'outre-mer, plus de 316 000 licenciés, dont un tiers s'adonne à la compétition, cinq disciplines olympiques (la natation course, l'eau libre, le plongeon, la natation artistique et le water-polo), des activités non-compétitives, des millions de pratiquants et, depuis peu, un nouveau service « Développement et Accompagnement du Réseau Fédéral » destiné à épauler les clubs dans leur quotidien. Nombre d'entre eux, quel que soit leur niveau de développement, sont, trop souvent confrontés à des contraintes budgétaires inextricables, à des problèmes de lignes d'eau ou un cruel déficit de créneaux horaires, à l'image notamment du Grand Nancy Aquatique Club, du Club des Nageurs du Mans et du Montpellier Méditerranée Métropole U. C. Immersion avec les dirigeants de ces trois structures pour dresser un état des lieux.



« APRÈS QUATRE ANNÉES, NOUS SOMMES FIÈRES DE POUVOIR RECENSER 220 LICENCIÉS. »

Lou Council, gardienne de l'équipe de France de water-polo, est également la trésorière du Grand Nancy Aquatic Club depuis 2013.

JF. NICHOLAS / PIRELLA GÖTTSCHE LOWE

# LOU COUNCIL : « LE CLUB EST UNE ÉCOLE DE LA VIE »

Gardienne de l'équipe de France féminine de water-polo, Lou Council, 30 ans, est également trésorière du Grand Nancy Aquatique Club depuis 2013. Un rôle de dirigeante qu'elle aborde avec une détermination décuplée par les obstacles qui ne manquent jamais de s'interposer entre sa structure et ses aspirations.

## EXPLIQUEZ-NOUS D'ABORD CE QUI A MOTIVÉ VOTRE CHOIX D'EMBRASSER UNE CARRIÈRE DE DIRIGEANT.

J'ai longtemps été licenciée à l'ASPTT Nancy, d'abord à la section natation synchronisée, puis au water-polo. Avec l'entraîneur du groupe féminin, Laure Gauthreau (dix-sept ans en équipe de France, dix-sept titres nationaux, deux médailles de bronze aux championnats d'Europe, ndlr), nous avons longtemps essayé de développer des projets, mais à force de nous heurter à des obstacles ou de ne pas sentir la même motivation, nous avons décidé de monter notre structure. C'est ainsi que le Grand Nancy Aquatique Club a vu le jour en 2013.

## EST-IL COMPLIQUÉ DE CRÉER UN CLUB ?

En soi, non, il suffit de déposer des statuts à la Préfecture, ce qui ne demande aucune compétence particulière (*sourire*)... En revanche, il importe de disposer de créneaux pour accueillir de futurs adhérents. La première chose qu'il nous a donc fallu faire, c'est convaincre la métropole du Grand Nancy de nous faire confiance et de nous allouer des créneaux. Après, nous nous sommes concentrées sur le nom du club. D'emblée, nous ne souhaitons pas que le mot « natation » apparaisse car il est, à notre sens, trop réducteur. Pour autant, et c'est important de le souligner, nous nous entraînons dans la même piscine que celle de l'ASPTT Nancy (la piscine Alfred Nakache, ndlr).

## SANS QUE CELA POSE DE PROBLÈMES.

Il y a parfois eu des « tensions », mais dans l'ensemble tout le monde a saisi les raisons qui nous ont poussés à créer notre propre structure. Ça ne s'est pas fait « contre » quelqu'un, mais « pour » les

passionnés de natation au sens le plus large du terme.

## COMMENT AVEZ-VOUS ORGANISÉ LE BUREAU DU CLUB ?

Avant toute chose, il faut préciser que nous avons toujours eu conscience de l'investissement et de la charge de travail que représente pareille aventure. Nous avons sollicité de l'aide auprès de certaines personnes, mais dans un premier temps, il était naturel que nous assumions l'essentiel des responsabilités. Laure a donc pris le poste de présidente et moi celui de trésorière, mais rien ne se décide sans une consultation des huit membres du bureau.

## QUE REPRÉSENTE CETTE CRÉATION DE CLUB DANS VOTRE PARCOURS ?

C'est d'abord une grande fierté. Celle d'avoir été au bout de notre démarche. Mais c'est aussi une joie de transmettre un peu de mon héritage, aussi bien d'un point de vu sportif que sur le plan du bénévolat. Pour Laure et moi, le club est

une école de la vie, une manière d'apprendre le respect des autres et de l'éducateur.

## ÉTAIT-IL IMPORTANT D'INTÉGRER LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION ?

Ce n'était pas important, c'était évident (*sourire*)... D'abord parce que nous avons un goût prononcé pour la compétition. Ensuite parce que c'est un peu la « maison mère ».

## COMMENT RECRUTE-T-ON SES PREMIERS ADHÉRENTS ?

Ça repose sur un important travail de communication autour de nos trois filières : natation course, natation artistique et water-polo. Après quatre années d'exercice, nous sommes fières de pouvoir recenser 220 licenciés.

## ET UNE ÉQUIPE FÉMININE DE WATER-POLO EN PRO A.

Cette année, nous avons en effet réussi à décrocher notre ticket pour l'élite. C'est évidemment quelque chose d'important pour le club. À titre personnel, cela représente aussi une vraie satisfaction.

## QU'EN EST-IL, À PRÉSENT, DE LA SITUATION FINANCIÈRE DU GRAND NANCY AQUATIQUE CLUB ?

La première année, notre budget s'élevait à 20 000 €. Aujourd'hui, nous avoisinons les 70 000 €, ce qui reste à l'échelle nationale, un budget relativement modeste. Reste qu'il progresse d'année en année, ce qui est bien la preuve de la bonne santé financière de la structure.

## SUR QUOI REPOSE CE BUDGET ?

Il y a d'abord les subventions de la ville de Nancy. La métropole, quant à elle, nous octroie des lignes d'eau tandis que le département et la région nous allouent aussi des aides financières. À notre petit niveau, nous tentons également de solliciter des parents, de prospecter des particuliers ou de démarcher d'éventuels partenaires, mais tout cela demande beaucoup de temps et d'énergie. Or les bénévoles dans les clubs ne disposent pas toujours de cette disponibilité.

## ÊTES-VOUS SENSIBLE À LA VOLONTÉ DU PRÉSIDENT GILLES SÉZIONALE DE REMETTRE LES CLUBS AU CŒUR DU PROJET FÉDÉRAL ?

Evidemment, car c'est l'essence même du monde associatif. Je suis également sensible à son envie d'accorder la même

place aux cinq disciplines. Ce n'est d'ailleurs pas étranger au fait que Laure Gauthreau ait décidé de rejoindre l'équipe du président (elle est membre du Comité directeur de la FFN, ndlr).

## REVENONS SUR LE VOLET FINANCIER. CONCRÈTEMENT, DE QUELLE MANIÈRE GÉREZ-VOUS VOTRE BUDGET DE 70 000 € ?

Tout d'abord, il faut savoir que je ne dispose pas de la totalité de mon budget en début de saison...

## C'EST-À-DIRE ?

Les subventions ne sont pas toujours versées à la date convenue. Il arrive parfois que cela traîne un peu (*sourire*)... Dans le cas du Grand Nancy Aquatique Club cela ne pose pas de problème, mais je sais que la situation peut vite devenir compliquée pour de plus petites structures.

## COMMENT PARVEZ-VOUS À FAIRE FACE À CES FLUCTUATIONS ?

Avec Laure, nous avons toujours veillé à disposer d'un fond de roulement pour amortir les coups durs ou les imprévus. À mon sens, il est impossible de fonctionner autrement. Je ne vois pas comment nous pourrions faire sans un demi exercice d'avance. Je me verrais mal annoncer à l'entraîneur de natation artistique que nous employons à mi-temps que je ne peux pas la payer parce que la ville n'a pas versé sa subvention...

## N'EST-CE PAS UN PEU FRUSTRANT D'ÊTRE TOUJOURS AINSI SOUS PRESSION ?

Honnêtement, je m'interroge... Pour l'instant, ça ne fait que quatre années que je suis dirigeante, alors je continue de découvrir beaucoup de facettes de ce « métier », mais je commence à me demander si à un moment ou à un autre nous allons réussir à être suffisamment installés dans le paysage sportif nancéen pour adopter un rythme de croisière ou si nous serons perpétuellement à la bataille pour aller chercher un peu plus...

## QU'ENTENDEZ-VOUS PAR « UN PEU PLUS » ?

L'ambition, pour Laure et moi, passe par la compétition. Pourquoi ne pas décrocher un titre de water-polo féminin ? Pourquoi ne pas envoyer des athlètes aux Jeux Olympiques de Paris en 2024 ? Les challenges ne manquent pas et nous avons à cœur d'en relever le plus possible ■

RECUEILLI PAR A. C.

# LE CHANGEMENT, C'EST MAINTENANT



C'est à croire que la période est au changement. Après une (r)évolution patronymique (la discipline ayant renoncé à s'appeler « natation synchronisée » pour opter pour l'appellation « natation artistique », ndlr), voilà que la compétition emblématique sur le territoire national devient « l'Open de France de natation artistique » et intègre le circuit international des World Series. Un vent de nouveauté souffle sur la discipline. Rien d'étonnant, donc, à ce que les nageuses de l'équipe de France soient plus que jamais impatientes de prendre part à la huitième édition qui se tiendra à Montreuil du 9 au 11 mars 2018.

SUJET RÉALISÉ PAR SOLÈNE LUSSEAU (AVEC ADRIEN CADOT)



## ENTRE ENJEUX & ÉMOTIONS

Depuis plusieurs années, l'Open de France de natation artistique est devenu pour de nombreuses nations la première marche sur le chemin des grandes compétitions estivales. A Paris, les différentes formations engagées trouvent surtout l'occasion de se confronter à une concurrence internationale tout en s'affichant aux yeux d'un public averti. C'est aussi une opportunité unique de marquer l'esprit des juges. « C'est notre première sortie en compétition et elle se fait dans notre pays, dans notre capitale, devant notre public, ce qui représente pour moi la meilleure entrée en matière possible », abonde Inesse Guermoud (19 ans), membre de l'équipe de France senior depuis trois ans. De son côté, Eve Planeix (17 ans), qui entame sa deuxième année au sein du collectif national, se souvient parfaitement de sa seule apparition à l'Open de France de natation artistique : « J'ai découvert une ambiance très particulière et j'ai ressenti une vive émotion en me présentant devant le public français. L'Open est vraiment une source de motivation pour toutes les nageuses de l'équipe de France ». Des émotions que Camille Egidio (19 ans), nouvelle venue au sein du collectif national, a hâte de découvrir : « J' imagine que se produire devant sa famille, ses amis et son public ajoute une petite pression, car l'envie de bien faire est plus importante, mais quel bonheur cela doit être. J'ai vraiment hâte d'y être et de profiter de cette expérience incomparable ».



## IMPACT MÉDIATIQUE & L'AFFLUENCE DE PUBLIC

L'impact médiatique est très difficile à juger pour des nageuses qui n'ont d'yeux que pour leurs performances. Pas étonnant, dans ces conditions, que les avis divergent. Pour l'expérimentée Inesse Guermoud, « il n'y pas eu d'évolution médiatique puisque la majorité du public ignore encore l'existence de cette compétition, même à l'Insep (Institut national du sport de l'expertise et de la performance, ndlr) l'Open de France de natation artistique fait moins de bruit qu'une épreuve de lutte ». Les nageuses tricolores ont, malgré tout, remarqué un changement au niveau des réseaux sociaux. « Il y a des post d'annonce sur Facebook et une fois la compétition commencée,

c'est devenu facile de la suivre à distance », note la nouvelle recrue, Camille Egidio. En revanche, il est aisé pour les nageuses d'évaluer l'affluence du public et sur ce point, difficile de ne pas se montrer enthousiaste. Inesse, la plus ancienne de nos trois interlocutrices, reconnaît sans détours « que le public lui paraît chaque année plus nombreux ». Si Camille et Eve manquent de recul pour émettre un jugement objectif, il ne fait aucun doute que « lorsque les gradins sont remplis, c'est bien la preuve qu'il y a un public pour notre discipline ». « Je trouve ça bon signe pour les éditions à venir puisque les gens reviennent chaque année », s'enthousiasme Eve Planeix.



A l'issue de sa carrière de nageur de haut niveau achevée sur une quinzième place aux Jeux de Pékin, en 2008, Gilles Rondy a été embauché chez EDF avant d'être muté en Martinique en 2014 pour assumer la fonction de responsable adjoint service clientèle.



Gilles Rondy a parcouru 190 kilomètres à la nage pour boucler son tour de la Martinique, soit dix étapes de 8 à 25 km.



# GILLES RONDY, PIONNIER AQUATIQUE

Quinzième des Jeux de 2008 à Pékin, les premiers de l'histoire pour l'eau libre, Gilles Rondy a mis dans la foulée de cette expérience olympique un terme à sa colossale carrière (cf. palmarès), ou presque, puisque le Breton, désormais installé en Martinique, vient de faire le tour de l'île en dix étapes, soit un périple de 190 kilomètres. Excusez du peu ! L'occasion également pour ce pionnier d'apporter son éclairage sur les bons résultats enregistrés par l'eau libre tricolore ces dernières années.

## NOUS T'AVIONS QUITTÉ SUR TA QUINZIÈME PLACE AUX JEUX DE PÉKIN. QU'ES-TU DEvenu

### DEPUIS ?

J'étais déjà à l'époque embauché chez EDF grâce à mon statut d'athlète de haut niveau. Après avoir occupé plusieurs postes différents dans le management, j'ai été nommé en Martinique en 2014 en tant que responsable adjoint service clientèle.

### LE SPORT EN GÉNÉRAL ET LE SPORT DE HAUT NIVEAU EN PARTICULIER T'ONT-ILS AIDÉ POUR ORGANISER TA RECONVERSION PROFESSIONNELLE ?

Le fait d'avoir été en sport-études très jeune m'a beaucoup servi. J'y ai gagné en efficacité. Si tu veux pouvoir mener de front carrière sportive et études, tu dois optimiser ton temps et ça m'est très utile aujourd'hui encore, dans mon travail. En fait grâce au sport, j'ai rencontré ma femme, obtenu plus facilement mon diplôme (ingénieur en traitement de l'eau à l'INSA de Toulouse, ndlr) et trouvé un boulot.

### A QUEL MOMENT AS-TU REPRIS LE SPORT ?

Quand je suis arrivé en Martinique, je me suis mis à la yole, une barque traditionnelle qui embarque quatorze rameurs. C'est un

exercice d'équilibriste car si l'un des rameurs « merde » tout le monde est à l'eau. Ça a été une super découverte après toutes ces années à pratiquer un sport individuel. J'ai participé deux fois au Tour de la Martinique en yole. C'est l'un des deux moments, avec le Carnaval, où toute l'île s'arrête de vivre pour suivre cette course.

### EST-CE LÀ QU'EST NÉ LE PROJET D'UN TOUR DE L'ÎLE À LA NAGE ?

Oui, clairement. Surtout que c'est génial de nager en mer ici. La natation commençait en plus à me manquer et comment dire... j'avais besoin de retrouver la forme (*rires*)...

### N'Y AVAIT-IL PAS PLUS SIMPLE POUR RETROUVER LA FORME ?

Je voulais d'abord relier les Grenadines à la Martinique, mais on m'en a dissuadé à cause des courants et des requins. Du coup, j'ai fait deux grandes traversées de 6 et 7 heures au mois de mars 2017 pour me remettre dans le bain (sourire)... J'ai, en particulier, relié Sainte-Lucie à la Martinique, ce qui représente une traversée de 43 kilomètres selon le GPS.

### COMMENT ÉTAIT CONÇU CE TOUR ?

Dix étapes de 8 à 25 kilomètres pendant dix jours successifs. De Fort-de-France à Fort-de-France, pour un total de 190 bornes. Les étapes dans le sud de l'île étaient plus courtes en raison des courants contraires, mais j'ai passé entre deux et presque sept heures dans l'eau tous les jours. Et au total, un peu plus de 48 heures.

### PAR QUI ÉTAIS-TU ACCOMPAGNÉ ?

Sur le zodiac, il y avait Bruno, mon coach, qui était aussi chargé de mes ravitaillements. Il y avait aussi le pilote, Christian, un Martiniquais qui connaît les courants comme sa poche et deux ou trois personnes du

« FAIRE DE MON TOUR DE MARTINIQUE UNE VÉRITABLE COURSE À ÉTAPES. »

Longvilliers Club, ma structure, qui se relayaient tous les jours.

### TU AS SOUHAITÉ ÉGALEMENT QUE CE TOUR DE LA MARTINIQUE SERVE À UNE BONNE CAUSE. EN L'OCCURRENCE LA LUTTE CONTRE LE CANCER...

Comme j'ai effectué ce tour pendant l'opération « Octobre rose », on a effectivement collecté de l'argent pour la Ligue contre le Cancer en vendant à ▶



## LE TOUR DE MARTINIQUE DE GILLES RONDY

- 1<sup>ère</sup> étape : Fort-de-France > Anse-d'Arlet (20km/3h40)
- 2<sup>ème</sup> étape : Anse-d'Arlet > Sainte-Luce (15 km/5h45)
- 3<sup>ème</sup> étape : Sainte-Luce > Sainte-Anne (15 km/3h)
- 4<sup>ème</sup> étape : Sainte-Anne > Vauclin (25 km/6h40)
- 5<sup>ème</sup> étape : Vauclin > Robert (16km/4h)
- 6<sup>ème</sup> étape : Robert > Sainte-Marie (25 km/6h25)
- 7<sup>ème</sup> étape : Sainte-Marie > Marigot (8km/1h52)
- 8<sup>ème</sup> étape : Marigot > Grand Rivière (20 km/5h39)
- 9<sup>ème</sup> étape : Grand Rivière > Carbet (25 km/6h28)
- 10<sup>ème</sup> étape : Carbet > Fort-de-France (20 km/4h49)