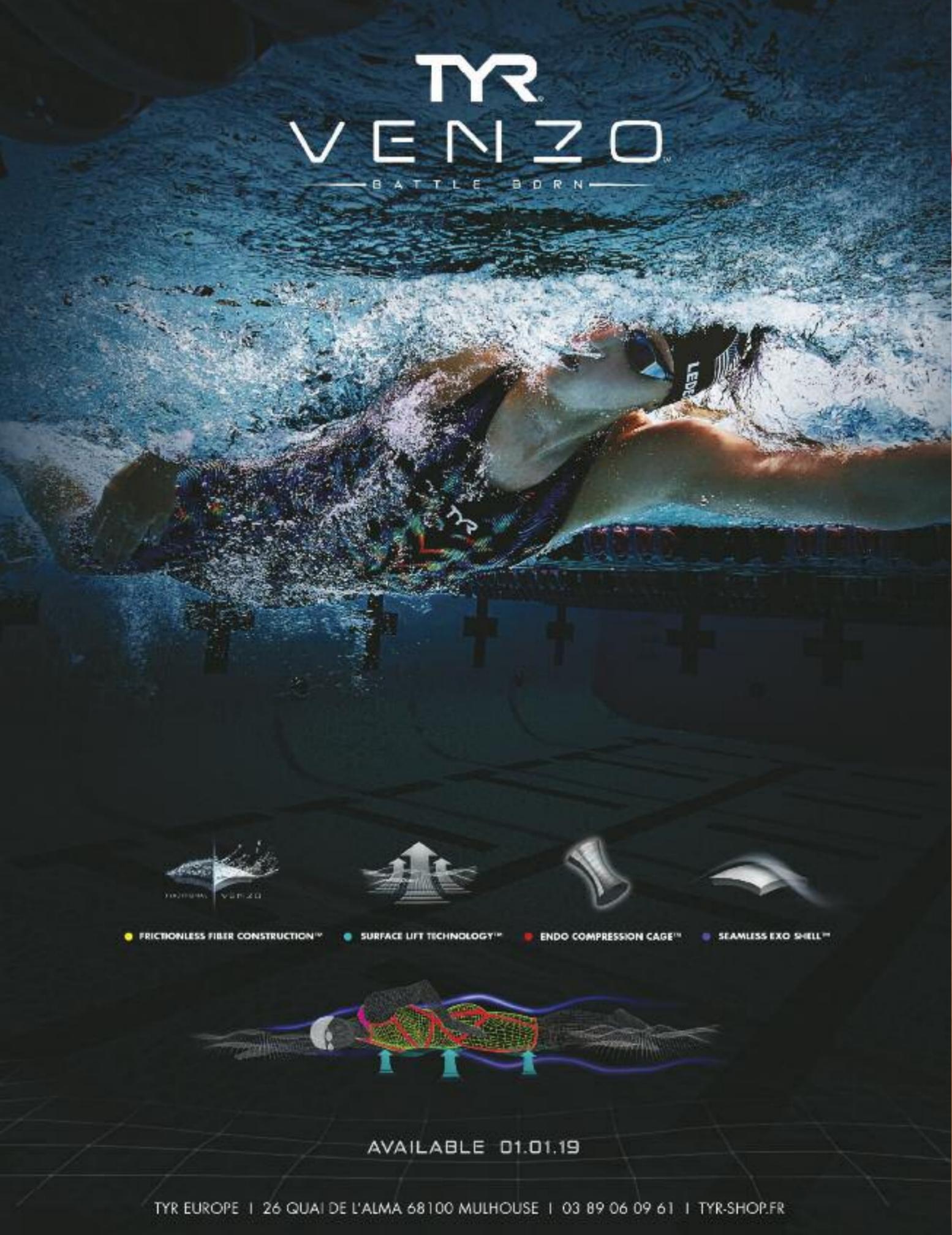


TYR  
VENZO  
— BATTLE BORN —



● FRICTIONLESS FIBER CONSTRUCTION™ ● SURFACE LIFT TECHNOLOGY™ ● ENDO COMPRESSION CAGE™ ● SEAMLESS EXO SHELL™

AVAILABLE 01.01.19

TYR EUROPE | 26 QUAI DE L'ALMA 68100 MULHOUSE | 03 89 06 09 61 | TYR-SHOP.FR

# NATATION

MAGAZINE



## RÉSEAUX SOCIAUX BIENFAITS ET DANGERS

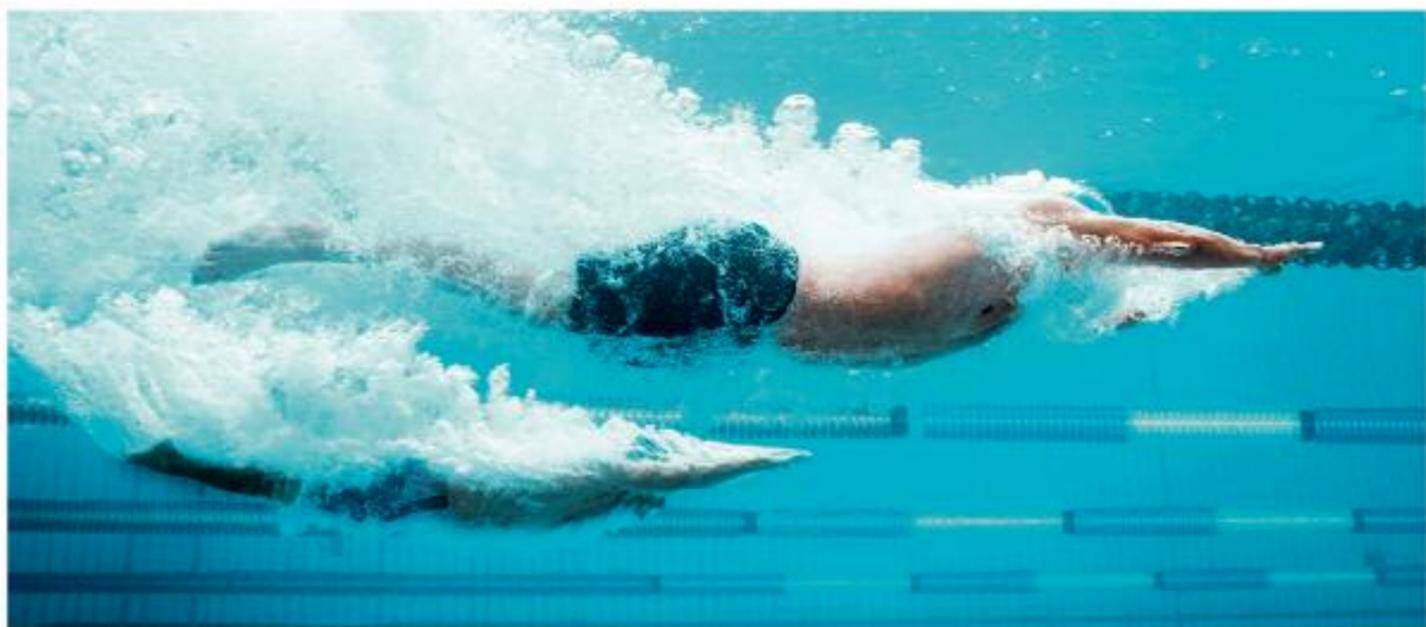
**L'ENTRETIEN**  
FLORENT MANAUDOU  
PAGE 10

**RÉTROSPECTIVE**  
L'ANNÉE 2018  
EN IMAGES  
PAGE 38

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



# EDF éclaire la natation.



Partenaire de la Fédération Française de Natation depuis plus de 10 ans, EDF met toute son énergie au service de la natation française et accompagne les athlètes dans leur préparation jusqu'à leurs exploits les plus brillants.

[@sportedf](#) #éclaironslanatation



L'énergie est notre avenir, économisons-la !



## L'AVENIR SE PRÉPARE MAINTENANT

### NATATION MAGAZINE

N°186 - Décembre 2018 - Janvier 2019

**Edité par** la Fédération Française de Natation.  
104, Rue Martre  
CS 70052 - 92583 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 :**  
0919 G 78176 – Dépôt légal à parution

**Directeur de la publication**  
Gilles Sézional

**Rédacteur en chef**  
Adrien Cadot  
(adrien.cadot@ffnatation.fr)

**Journaliste**  
Jonathan Cohen  
(jonathan.cohen@ffnatation.fr)

**Ont collaboré à ce numéro**  
Christiane Guérin,  
Florian Lucas,  
Stéphane Kempinaire,  
Alban Loizeau,  
Aline Michelet,  
Philippe Oliny,  
Philippe Pongenty

**Abonnement**  
+33 (0)1 70 48 45 70  
104, Rue Martre  
CS 70052 - 92583 CLICHY Cedex

**Photographies**  
Agence KMSP

**Couverture**  
KMSP/Stéphane Kempinaire

**Maquette et réalisation**  
Teebird Communication

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

**Régie publicitaire**  
Arnaud Bonamy  
(arnaud.bonamy@ffnatation.fr)  
Tél. : +33 (0)1 70 48 45 53  
Horizons Natation, 104, Rue Martre,  
CS 70052 - 92583 Clichy Cedex

**Vente au numéro** 5 euros

**Poster « Aquaman »**  
inclus dans ce numéro

La saison sportive est désormais lancée dans toutes les disciplines. Les rencontres des championnats de water-polo se disputent tous les week-ends tandis que nos équipes de France ont livré leurs premières confrontations de Ligue mondiale. Nos joueuses et joueurs donnent le maximum et notre collectif féminin de l'INSEP s'entraîne sérieusement. De leur côté, les plongeurs tricolores retrouvent l'élite internationale en ce mois de décembre. Je leur souhaite de briller comme ils le font régulièrement. La natation artistique s'est, quant à elle, donnée rendez-vous à Angers pour ses championnats nationaux avant d'entamer la saison internationale. Les forçats de l'eau libre se sont retrouvés pour une étape de Coupe du monde à Abu Dhabi, où certains d'entre eux se sont d'ores et déjà pré-qualifiés pour les championnats du monde 2019. Enfin, la natation course s'est réunie à Montpellier pour les championnats de France en petit bassin. Ce rendez-vous suivant les Interclubs et précédant de trois semaines l'échéance de Hangzhou en Chine a été porteur de bonnes nouvelles puisque deux nouveaux nageurs se sont invités à la fête mondiale. Je retiendrai surtout de cette compétition nationale les quarante-six meilleures performances françaises battues et la très belle tenue d'une nouvelle génération qui commence à émerger. Ces jeunes pousses seront sans nul doute nos meilleurs atouts en 2024 à Paris. C'est pourquoi, il faut travailler à mettre en place les conditions optimales à leur éclosion chez « les grands ». Notre politique de développement prend

tout son sens avec l'avenir de ces athlètes qu'il faudra accompagner vers l'Excellence.

Nous sommes également conscients que l'avenir se prépare maintenant et que nous avons la mission d'aider nos clubs à s'installer durablement dans les piscines. Nous devons aussi soutenir nos Ligues dans le combat engagé contre les déserts aquatiques et former des entraîneurs qui assureront la relève. Nos Centres d'Accession et de Formation (CAF) issus du Projet de Performance Fédérale (PPF) ont été réfléchis et mis en place pour favoriser l'avenir de notre sport. Les Centres d'Excellence identifiés obtiennent le soutien nécessaire à la pratique de haut niveau. Ce projet décliné dans toutes les disciplines doit nous permettre d'envisager un avenir serein. La réforme de la licence a aussi sa place dans ce processus en incitant le développement des pratiques tout en apportant le nouveau socle à nos disciplines. Nous travaillons aussi notre plan « J'apprends à Nager » gage de sécurité mais aussi de santé pour les pratiquants. Savoir nager c'est aussi avoir une vraie activité dans l'eau favorisant le maintien de la santé. Notre mission fédérale sera largement atteinte si nous développons harmonieusement toutes nos pratiques. Sur ces bonnes résolutions, je n'oublie pas que la fin d'année arrive avec son lot de joie et de bonne humeur. Je vous souhaite à tous de célébrer la nouvelle année 2019 entourés des personnes qui vous sont chères avant de nous retrouver en janvier prochain pour poursuivre l'aventure ensemble.

Gilles Sézional



Louise Lefebvre, 15 ans, a décroché son premier titre senior sur le 200 m dos des championnats de France de Montpellier en petit bassin (15-18 novembre 2018). A l'image de la jeune Louise, c'est toute la relève tricolore qui émerge des eaux à l'aube de cette saison préolympique.

# NATATION

## MAGAZINE

www.ffnatation.fr

DÉCEMBRE 2018 - JANVIER 2019 **NUMÉRO 186**



## SOMMAIRE

### 6. ARRÊT SUR IMAGE

La FFN fait étalage de son savoir-faire au salon Kidexpo

### 8. ARRÊT SUR IMAGE

Roxana Maracineanu inaugure le siège de la fédération

### 10. L'ENTRETIEN

Florent Manaudou : « Me laisser guider par le plaisir »

### 18. EN BREF

### 20. LE CHIFFRE DU MOIS

### 21. REVUE DE TWEETS

### 22. CINÉMA

Aquaman : un héros, une quête, mais pas seulement...

### 24. EN COUVERTURE

Réseaux sociaux : bienfaits et dangers

### 34. EAU LIBRE

Abu Dhabi, première étape vers Tokyo 2020

### 38. RÉTROSPECTIVE

L'année 2018 en images

### 44. HORS LIGNES

Denis Cadon : « Une passion commune »

### 48. RENCONTRE

Rémi Camus : « Je nageais entre des pneus et des bouteilles en plastique »

**CE QU'IL FAUT RETENIR** ★ Le retour de la FFN au salon Kidexpo de la Porte de Versailles ★ Depuis huit ans maintenant, une piscine de 200 m<sup>2</sup> enchante aussi bien les petits que les grands nageurs ★ La nouvelle vie bien remplie de Florent Manaudou ★ Le champion olympique du 50 m nage libre à Londres nous a accordé une longue interview pour revenir sur son actualité ★ La victoire de Dunaújvaros, le club hongrois de la poloïste Géraldine Mahieu, en Super Coupe d'Europe ★ L'importance des réseaux sociaux dans la vie des athlètes de haut niveau ★ Si chacun d'entre eux les utilisent à leur manière, il y a certains écueils à éviter ★ L'étape de coupe du monde d'eau libre d'Abu Dhabi a permis à quatre nageurs (1 filles et 3 garçons) de se pré-qualifier pour les championnats du monde de Gwangju (Corée du Sud) ★ Une rétrospective de l'année 2018, riche en événements marquants ★ Le tour de France inédit et captivant de Rémi Camus à la nage ★ A cette occasion, l'aventurier de 32 ans a tenu à alerter l'opinion publique sur la pollution des littoraux français.

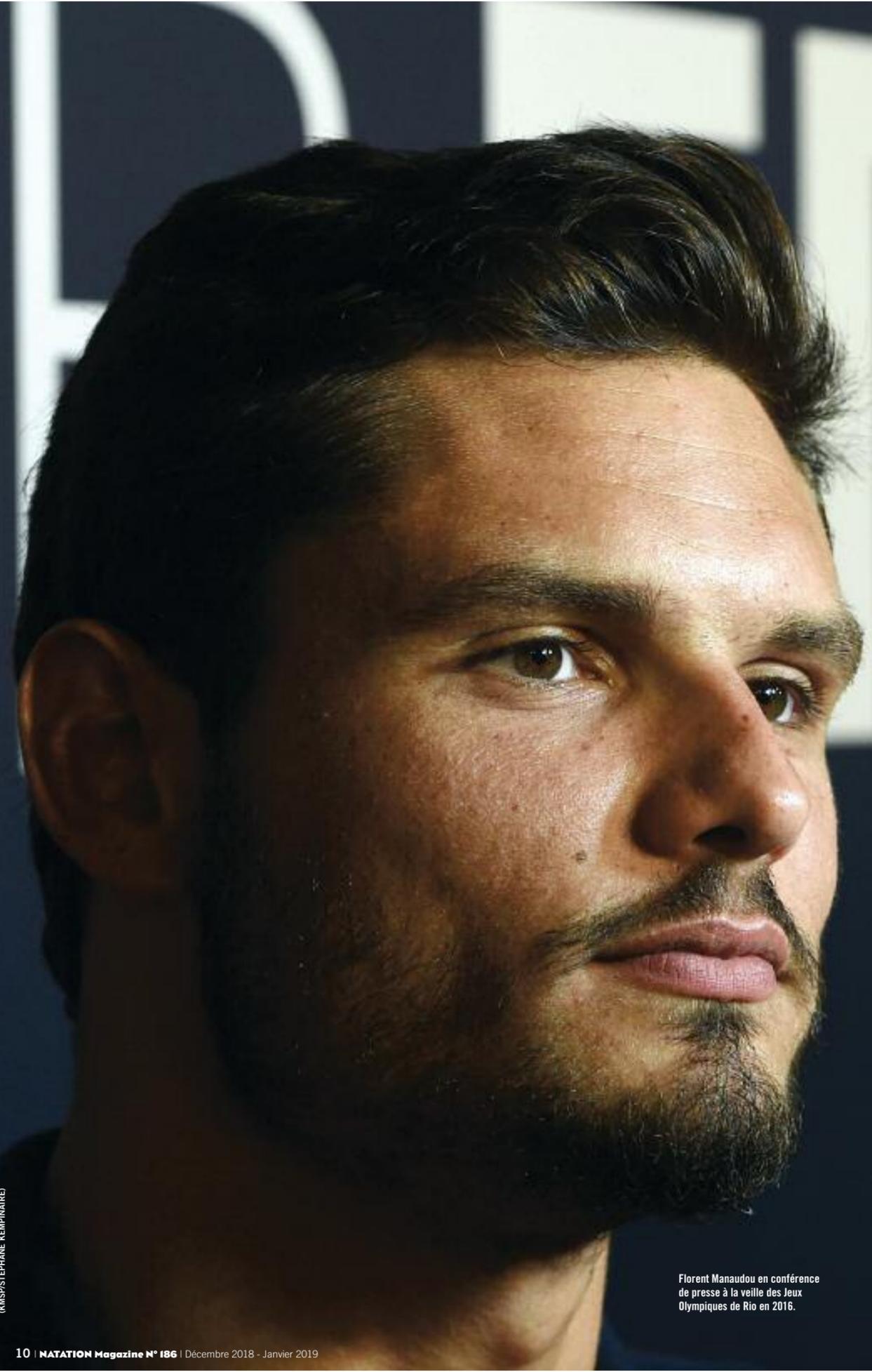
#NOFILTER

VINCENT MOSCATO / SUPER MOSCATO SHOW / 16H-18H

**RMC**  
INFO TALK SPORT

LA RADIO PAS COMME LES AUTRES

16H-18H EN SIMULTANÉ SUR **RMC SPORT 1**

A close-up, profile view of Florent Manaudou, a French swimmer, looking towards the right. He has dark hair and a light beard. The background is dark with large, white, out-of-focus letters that appear to be 'ERMANA'.

# « ME LAISSER GUIDER PAR LE PLAISIR »

**D**epuis que Florent Manaudou, 28 ans, a mis un terme à sa carrière de nageur un soir d'août 2016 après avoir touché le mur du bassin olympique de Rio un centième derrière l'Américain Anthony Ervin, le champion olympique 2012 du 50 m nage libre a eu mille vies : restaurateur à Marseille, handballeur dans la deuxième équipe d'Aix-en-Provence, acteur, mannequin ou consultant sur France Télévisions lors des championnats d'Europe de Glasgow (août 2018). Ne lui demandez pas de choisir parmi toutes ces activités, le grand brun veut tout faire et tout essayer. Et s'il peut réussir dans chacun de ces domaines, le compétiteur qu'il est encore ne s'en privera pas. Nous l'avons rencontré dans le cadre de l'un de ses tournages parisiens et le moins que l'on puisse dire, c'est qu'il n'a rien perdu de sa gentillesse et de son humour.

Florent Manaudou en conférence de presse à la veille des Jeux Olympiques de Rio en 2016.

**EN TE SUIVANT SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX ON CONSTATE QUE TU MÈNES DE NOMBREUX PROJETS DE FRONT. CETTE PLURALITÉ D'ACTIVITÉS TE CONVIENT-ELLE ?**

J'ai le bonheur et la chance de pouvoir choisir mes activités. Cela va du handball aux tournages, en passant par mon restaurant à Marseille et la guitare... Je ne m'ennuie jamais parce que je ne fais jamais la même chose.

**IL Y A DEUX ANS ET DEMI, AU MOMENT DE PRENDRE TA RETRAITE, IMAGINAIS-TU PAREILLE VIE ?**

Honnêtement, je ne me suis pas posé la question ! Je n'avais pas envie d'imaginer la suite. J'avais vraiment à cœur de me laisser guider par le plaisir.

**N'AS-TU PAS EU PEUR DE CETTE « PETITE MORT » QUE BEAUCOUP D'ATHLÈTES VIVENT À L'ISSUE DE LEUR CARRIÈRE ?**

Non, parce que j'ai rempli tout de suite avec le hand. Cela m'a aidé à garder une hygiène de vie et une rigueur sportive. J'avais des horaires d'entraînement, des compétitions. Je n'ai pas eu de moment où j'ai pu me poser et me demander ce que j'allais devenir. En touchant le mur à l'issue du 50 m nage libre des Jeux de Rio, je savais que j'allais pratiquer le handball.

**PARLONS DE RIO. DE 2012 À 2016, LORSQUE TU TE PRÉSENTAIS DEVANT LA PRESSE, TU RESTAIS IMPASSIBLE. AU BRÉSIL, APRÈS TON 50 M NAGE LIBRE, TU AS FENDU L'ARMURE. AVEC LE REcul, COMMENT AS-TU VÉCU CE MOMENT ?**

C'est vrai que j'ai fondu en larmes à ce moment-là, mais je ne pense pas que c'était de la déception. Mon objectif, bien évidemment, était de remporter un second titre olympique, mais c'était un tout...

**C'EST-À-DIRE ?**

La première chose que j'ai ressentie en touchant le mur, c'était du soulagement. L'attente autour de moi était devenue trop importante. La pression que je m'imposais, celle mise par le public et mon entourage, mon nom de famille, le contexte, tout ça, c'était vraiment devenu compliqué à gérer (il s'interrompt)... J'ai réussi à passer outre jusqu'en 2015, mais l'année suivante, alors

que j'aurais dû être à fond, j'avais un peu moins envie. De 2012 à 2015, je voulais tout gagner. Après les championnats du monde de Kazan (2015), je me suis rendu compte que j'avais atteint tous mes objectifs. Michael Phelps n'aurait sans doute pas été satisfait, mais moi, je l'étais. Chacun doit se fixer ses propres objectifs. Le mien était de remporter tous les titres du 50 m nage libre.

**A RIO, EN FINALE, AS-TU SENTI DÈS LE START QU'IL SERAIT DIFFICILE DE REMPORTER CETTE COURSE ?**

Pour être franc, je l'ai senti bien avant. Toute l'année olympique a été compliquée et les choses ne se sont pas apaisées en arrivant au Brésil. D'entrée, nous n'avons pas gagné le relais. Pendant de nombreuses années, ça a été un indicateur de notre réussite. Lorsqu'on s'imposait, la semaine se passait bien. On prend la deuxième place derrière les Américains, ce qui est déjà exceptionnel, mais le contexte n'était pas forcément favorable.

**« APRÈS LES CHAMPIONNATS DU MONDE DE KAZAN, JE ME SUIS RENDU COMPTE QUE J'AVAIS ATTEINT TOUTS MES OBJECTIFS. »**

Ensuite, j'ai été touché par la cinquième place de Camille Lacourt sur le 100 m dos. Avec la carrière qu'il a eue, il aurait mérité une médaille olympique. Il y a également eu la polémique avec Yannick Agnel et le relais 4x200 m nage libre. Rapidement, j'ai senti

qu'il fallait que je gagne. Personne ne me le disait ouvertement, mais je me rendais bien compte qu'un titre aurait permis d'atténuer toutes ces histoires. C'était assez pesant et c'est pour cette raison que j'ai éprouvé un grand soulagement à l'arrivée du 50 mètres.

**C'ÉTAIT UN EXUTOIRE FINALEMENT.**

Oui et d'ailleurs, pendant la semaine, Jacques (Favre, le Directeur technique national en 2016) nous avait proposé de tenir un carnet de bord. J'ai écrit pendant les huit jours de compétition et à l'issue de cette finale, j'ai rédigé ce que j'avais sur le cœur pendant une bonne heure. C'était un bon exutoire. J'ai d'ailleurs relu ce carnet il n'y a pas si longtemps (sourire)...

**TU SOUHAITES LE GARDER POUR TOI ?**

Pour l'instant, je le garde pour moi (sourire)... Peut-être que dans dix ans, j'aurais envie d'écrire un livre. Ce sera alors l'occasion de réutiliser ces textes. Mais j'ai vraiment pris cet exercice comme un exutoire. J'ai vécu beaucoup de choses pendant les Jeux Olympiques de Rio dont je ne me rappelle



(MANSOURI/AGENCE FRANCE PRESSE)

Huit ans après le sacre de sa grande sœur aux Jeux Olympiques d'Athènes, le cadet de la fratrie Manaudou entre dans l'histoire de la natation française en décrochant le titre olympique du 50 m nage libre. À l'issue d'une course parfaitement maîtrisée, Florent, 21 ans, s'en va surprendre tous les spécialistes de la plus courte des distances olympiques.

pas. Grâce à ce cahier, tous ces souvenirs sont archivés (sourire)...

**CETTE PRESSION ENVIRONNANTE, TON NOM DE FAMILLE, TON STATUT DE FAVORI, TOUT CELA N'ÉTAIT PAS PRÉSENT À LONDRES EN 2012. EST-CE CELA QUI T'A PERMIS DE DEVENIR CHAMPION OLYMPIQUE ?**

En 2012, si j'avais pris la cinquième place, ça aurait été super. Je n'avais aucune pression. C'était plus facile à aborder. Mon

niveau sportif n'était certes pas le même qu'en 2016, mais j'étais à la ligne 7, en finale olympique. Quoiqu'il arrive, j'avais atteint mon objectif. J'aurais dû perdre en 2012 et gagner en 2016, mais c'est l'inverse qui s'est produit. Voilà, c'est mon histoire. Elle est tout aussi belle, mais ça n'a pas été facile de rebondir après Londres. Quand on devient champion olympique avant même d'être champion de France, c'est difficile de se remotiver pour des échéances de moindre envergure.

**LA COMPÉTITION TE MANQUE-T-ELLE ?**

À Glasgow, aux championnats d'Europe, quand je vois Govorov au 50 m papillon ou Ben Proud au 50 m nage libre, ou encore James Gibson au bord du bassin alors qu'il m'a entraîné en 2012 avec Romain (Barnier), bien évidemment que ça me manque. J'aimerais continuer à être fort dans ce monde-là, mais sans m'entraîner (rires)... Je sais que ce n'est pas possible. Je ne suis plus prêt à réaliser tous les sacrifices que j'ai pu faire par le passé. On a tous

envie d'être champion olympique à Paris en 2024, moi y compris, mais maintenant, ma carrière de nageur appartient au passé. Je me suis posé des questions après les championnats du monde de Budapest (2017) et les Euro de Glasgow, l'été dernier. Je suis conscient que j'ai eu la chance de pratiquer un sport qui me tient à cœur pendant vingt ans. J'ai remporté des titres et je suis même devenu le meilleur du monde dans mon épreuve (le 50 m nage libre). C'est gratifiant et c'est le côté sportif ▶



Géraldine Mahieu est la première tricolore à remporter la Super Coupe d'Europe.

### GÉRALDINE MAHIEU REMPORTE LA SUPER COUPE D'EUROPE

La Française qui entame sa seconde saison en Hongrie avec le club de Dunaújvaros n'en finit plus d'étoffer son palmarès. Un peu plus de six mois après avoir décroché le LEN Trophy, l'ancienne Lilloise a remporté, début novembre, la Super Coupe d'Europe. « C'était incroyable ! Il y a eu un moment de pause comme un grand silence dans toute la piscine après que notre gardienne ait arrêté le dernier pénalty. Les arbitres ont regardé la table de marque pour être sûrs, puis ils ont sifflé la fin. C'était l'euphorie totale ! Difficile ensuite de se calmer pour récupérer la

médaille et la coupe. » Un titre qui la fait définitivement entrer dans l'histoire de la discipline puisqu'après le LEN Trophy, elle est la première joueuse française à s'adjuger le graal du water-polo continental. « C'est sûr que cette victoire a un goût spécial. Il s'agit quand même de la plus haute récompense au niveau européen que l'on peut avoir avec un club. Ce sera difficile de gagner à nouveau. Ces deux titres m'ont apporté à chaque fois une joie immense, mais je ne peux pas choisir... C'est différent, forcément, mais ça donne soif d'autres médailles. »

### MICHAEL PHELPS S'ENGAGE CONTRE LA DÉPRESSION

Le multiple champion olympique Michael Phelps l'avait annoncé cet été lors d'une interview sur CNN : « Je souhaite aider les personnes victimes de dépression (...) J'aimerais vraiment faire la différence et être capable de sauver une vie. Pour moi, c'est plus important que de remporter une médaille d'or ». L'Américain, recordman de titres olympiques avec 23 médailles d'or compilées entre les Jeux de Sydney en 2000 et ceux de Rio en 2016, a été victime de dépression après chaque édition olympique à laquelle il a participé. A l'issue des JO Londres en 2012, il avait notamment passé plusieurs jours enfermé dans une chambre, seul, incapable de demander une aide extérieure. « J'ai pu réaliser certaines performances incroyables dans les piscines, mais je me suis beaucoup battu en dehors. Il y avait une partie de ma vie dont je ne souhaitais pas parler », a ajouté le nageur américain, âgé de 33 ans, marié et père de deux enfants, qui continue, aujourd'hui encore, de traverser des épisodes dépressifs.

### ALAIN BERNARD SUR LA TOILE

Double champion olympique (100 m nage libre à Pékin en 2008 et 4x100 m nage libre à Londres en 2012, ndlr), Alain Bernard n'est pas en reste en matière de nouvelles technologies et de communication digitale. Il a ainsi dévoilé en octobre dernier son nouveau site internet [alainbernard-lesite.com](http://alainbernard-lesite.com). Une plateforme qui lui est entièrement consacrée et qui vous permettra de suivre son actualité, de lire les articles de presse qui lui sont régulièrement consacrés et de visionner les reportages auxquels il a participé. Un moyen également de connaître ses engagements et ses partenaires et d'obtenir des informations sur les stages de natation qu'il encadre.



Christophe Maleau dans les bras de son père Sylvain à l'issue de son incroyable traversée.

### CHRISTOPHE MALEAU RÉUSSIT SON PARI FOU

En 2017, Christophe Maleau, alors âgé de 10 ans, avait décidé de nager en solidarité pour sa mère atteinte d'un cancer du sein. Il avait effectué les 6 kilomètres qui séparent la ville balnéaire des Trois Ilets à la ville capitale, Fort-de-France. Un an plus tard, le 7 octobre 2018, à moins d'une semaine de son onzième anniversaire, il a relevé un nouveau défi : couvrir à la nage la distance qui sépare le célèbre Rocher du Diamant (sud de la Martinique) à la ville de Schœlcher (côte nord de l'île), soit 26 kilomètres. Les courants de la mer des Caraïbes étant capricieux, beaucoup estimaient qu'il n'y arriverait pas. Mais Christophe s'était promis de le faire pour délivrer, cette fois-ci, un message aux enfants malades. En effet, en accompagnant sa mère à l'hôpital de Villejuif, en région parisienne, il se souvient avoir croisé des enfants aussi jeunes que lui malades du cancer. C'est là que tout a commencé ! Début octobre, alors que le soleil venait de se lever, Christophe s'est jeté à l'eau, déclenchant le chronomètre qui ne s'arrêtera que 9h57 plus tard. A l'arrivée, célébré par ses proches et ses supporters venus en nombre pour l'encourager, il a délivré un message d'espoir à tous les malades du cancer : « Battez-vous, ayez la volonté, ne baissez jamais les bras, il y a toujours de l'espoir ». Nageur depuis cinq ans au sein du Longvilliers Club du Lamentin, élève de sixième au collège de Petit-Manoir, Christophe Maleau espère un jour devenir, un grand champion. Avec pareil tempérament, c'est bien engagé !

PHILIPPE OLINY



## PLONGEZ AU COEUR DE LA NATATION AVEC beIN SPORTS



**15€ / MOIS**  
prix public conseillé  
**SANS ENGAGEMENT**



LE PLUS GRAND DES SPECTACLES

# LE CHIFFRE DU MOIS

# 20"62

Comme le chrono lancé de Florent Manaudou lors du relais 10x50 m des Interclubs qui se sont tenus le week-end du 10 et 11 novembre dernier. Retraité des bassins depuis sa deuxième place sur 50 m nage libre aux Jeux Olympiques de Rio en 2016, le champion olympique de la distance à Londres en 2012 était de retour sur le plot de départ afin de donner un coup de main à son club : le Cercle des Nageurs de Marseille. Alors qu'il se consacre depuis deux ans et demi au handball, le cadet de la fratrie Manaudou a prouvé à l'occasion de cette compétition par équipe qu'il n'avait rien perdu de son talent, de son explosivité et de ses incroyables qualités de sprinteur. Dernier relayeur de l'équipe 1 du CNM, celui qui est désormais consultant sur France Télévisions a réalisé le meilleur temps de tous les engagés en passant sous les 21 secondes (20"62) alors qu'il nous confiait deux jours avant l'échéance qu'un chrono de 21"4 le satisfierait pleinement. Pour rappel, son meilleur temps dans un relais lancé est de 19"9. La preuve que son travail de renforcement des jambes pour sa pratique du handball n'a rien de rédhibitoire pour performer en natation. « Lorsque je me suis remis à l'eau pour préparer les Interclubs, j'ai nagé 25 mètres dans les conditions de course et j'ai constaté que je n'avais jamais été aussi rapide dans les 15 premiers



IKMSP/STÉPHANE KEMPIAIRE

Avant de replonger aux Interclubs sous les couleurs du CNM, Florent Manaudou avait déjà retrouvé les bassins en juillet 2017. A l'occasion des championnats du monde de Budapest, il avait disputé la course des journalistes organisée en marge de l'événement. Aussi étonnant que ça puisse paraître, moins Florent nage, plus il fait descendre le chrono. C'est ce qui s'appelle défier les lois aquatiques, non ?

mètres », nous a confié l'ancien nageur tricolore. « Je pousse plus fort sur le plot et j'ai gagné de la rapidité dans ma coulée. » Engagé également sur 100 m 4 nages, Manaudou s'est imposé en 53"62, devançant de plus de trois secondes son dauphin, Tanguy Lesparre. « Je ne m'attendais pas du tout à ça », a réagi le septuple champion du monde après ce beau week-end. De quoi envisager un véritable retour dans les bassins ? « Aujourd'hui, il n'y a toujours qu'1% de

chance que je revienne. Je n'ai plus envie de m'astreindre à une telle rigueur au quotidien ». A noter également la présence de Fabien Gilot, qui a pris la troisième place du 100 m nage libre en 49"65, de Giacomo Perez-Dortona, 8<sup>ème</sup> du 100 m dos (59"11) et de... Romain Barnier (12<sup>ème</sup> du 100 m dos en 1'00"39), venu suppléer Benjamin Stasiulis devenu papa d'un petit Gabriel dans le week-end.

# INSOLITES

## NOUVEL EXPLOIT POUR ROSS EDGLEY

Nous vous avions déjà parlé de ce Britannique passionné de défis hors du commun. À l'époque, Ross Edgley avait fait parler de lui en nageant plus de 100 kilomètres en tractant un tronc d'arbre de 45 kilos. Ce qu'il vient d'accomplir est peut-être encore plus fou. Et sans doute bien plus impressionnant. Comment est-ce possible me direz-vous ? Eh bien, le nageur britannique a réalisé le tour de la Grande-Bretagne à la nage. Au total, 2 882 kilomètres qu'il a parcourus en 157 jours. Un exploit qui n'est pas prêt d'être égalé. Après avoir quitté la station balnéaire de Margate, dans le sud-est de l'Angleterre le 1<sup>er</sup> juin dernier, l'homme de 33 ans a

achevé son périple, réalisé dans le sens des aiguilles d'une montre, le 4 novembre dernier sous les applaudissements d'une centaine de curieux venus le saluer.

## LE REQUIN DE MARINE LELEU

Elle aussi a déjà eu droit à une brève dans cette rubrique : Marine Leleu était devenue la première française à réussir l'Enduroman, une course dont le but est de se rendre de Londres à Paris en enchaînant 140 km de course à pied, la traversée de la Manche à la nage et 289,7 km de vélo. Cette fois, la jeune femme a eu l'envie de marcher 50 kilomètres dans les rues de Paris afin que le tracé de son parcours sur son GPS ressemble à un requin. Cette performance pour le moins insolite a nécessité deux semaines de préparation entre l'élaboration du tracé et les différents essais. « Il faisait froid et nous avions

peur de rencontrer un problème technique, mais on l'a fait et c'est vraiment chouette », a confié la jeune femme au micro de France Inter.

## LE CROCODILE QUI AVAIT LA FRITE

Une scène insolite impliquant un crocodile a été immortalisée par un habitant de Key Largo, dans l'État de Floride. Le passant a publié sur son compte Instagram une photo d'un crocodile nageant à l'aide d'une frite en mousse dans le canal local. « La frite flottait toute seule », raconte Victor Perez qui a pris le cliché. « Je me suis dit, d'accord, et il est où, le nageur ? Qu'est-il arrivé au gars avec la frite en mousse ? » Puis il a finalement compris que la frite ne flottait pas toute seule et qu'un crocodile s'y était bel et bien agrippé. Le reptile nageait tranquillement... comme à la piscine.

Suivez l'actualité de la Fédération Française de Natation sur Twitter : @FFNatation

**Eclairons Le Sport @SportEDF** 18 novembre  
 🏆 Le Palmarès du #TeamEDF sur ces Championnats de France 25m !  
 @BonnetCha @StraviusJs @marcoswimfr  
 Bravo à toutes les nageuses et tous les nageurs qui ont participé à ces Championnats ! #EclaironsLeSport @FFNatation  
 Répondre Retweeter Favori Plus

Lors des championnats de France de natation en petit bassin qui se sont tenus du 15 au 18 novembre à Montpellier, les athlètes du Team EDF se sont montrés particulièrement performants. A commencer par la championne d'Europe en titre du 200 m nage libre, Charlotte Bonnet, qui a rafilé cinq titres et une médaille d'argent à Montpellier. De son côté, Jérémy Stravius, désormais partenaire d'entraînement de Charlotte à Nice, a remporté trois titres, deux médailles d'argent et une de bronze. Enfin, le médaillé de bronze olympique du 10 km, Marc-Antoine Olivier est monté à deux reprises sur la troisième marche du podium.

**Ugo Crousillat @CrousillatUgo** 14 novembre  
 🇮🇹 12 🇫🇷 3 Trop d'erreurs et pas assez agressifs pour inquiéter chez elle une grande nation du water-polo.  
 Répondre Retweeter Favori Plus

Pour leur entrée en lice dans la Ligue Mondiale, les Bleus se sont heurtés au réalisme et à l'efficacité des Italiens, troisièmes aux Jeux Olympiques de Rio en 2016. Le capitaine tricolore, Ugo Crousillat, a déploré un nombre important d'erreurs et un manque d'agressivité, forcément rédhibitoires face à une telle formation.

**Aurélie Muller @Aure\_Muller** 9 novembre  
 Pendant que vous faisiez dodo, j'ai fait 5<sup>ème</sup> à la finale des étapes de la Coupe du Monde d'Abu Dhabi. 1<sup>ère</sup> Française et pré-qualifiée pour les Mondiaux. Bonne journée ! #OnTheRoad #Tokyo2020  
 Répondre Retweeter Favori Plus

Après une saison consacrée à ses études de diététique, Aurélie Muller était de retour sur le ponton de départ d'un 10 km lors de l'étape de coupe du monde d'Abu Dhabi début novembre. En plus de la difficulté de retrouver la compétition, l'enjeu était de taille puisque la tricolore devait intégrer le Top 10 pour décrocher sa pré-qualification pour les Mondiaux de Wanguju, eux-mêmes qualificatifs pour les Jeux Olympiques de Tokyo. La championne du monde en titre du 10 km a parfaitement tenu son rang en s'adjugeant la cinquième place.

**Agence France-Presse @afpfr** 17 novembre  
 Avec déjà plus de 3 millions d'entrées, « Le Grand Bain » cartonne. Réconfortant, ce film sur des cabossés de la vie en maillot de bain séduit avec un thème dans l'air du temps : soutenir un projet commun dans une société abîmée par l'individualisme.  
 Répondre Retweeter Favori Plus

Sorti dans les salles le 24 octobre dernier, le film « Le Grand Bain » de Gilles Lellouche est un véritable succès. Moins d'un mois après son lancement, ce feel-good movie retraçant l'histoire d'une bande de quadras qui se lance le défi de participer aux championnats du monde de natation artistique masculine, a déjà cumulé plus de trois millions d'entrées. Et si vous ne l'avez toujours pas vu, il est encore temps de vous rendre dans le cinéma le plus proche de chez vous.

**Matthieu Rosset @RossetMatthieu** 27 octobre  
 Je vous invite à aller voir cette pièce de théâtre au Petit Montparnasse, Radieuse Vermine ! Rire assuré ! @louisjbernard ancien plongeur rend cette pièce humoristique et périlleuse.  
 Répondre Retweeter Favori Plus

Le plongeur tricolore Matthieu Rosset partage sur ses réseaux sociaux son coup de cœur pour la pièce de théâtre Radieuse Vermine dans laquelle joue Louis Bernard, ancien plongeur. Une comédie noire et hilarante qui nous interroge sur notre soif de réussite matérielle et sur ce que nous sommes prêts à faire pour l'assouvir.

**Tony ESTANGUET-OLY @TonyESTANGUET** 9 nov.  
 #Paris2024, c'est un projet à 2 faces : 1) la face visible, l'organisation des compétitions. 2) Une face moins visible mais la plus importante : une opportunité unique de mettre plus de sport dans la vie des Français. Et nous aurons besoin des départements pour réussir #CongrèsADF  
 Répondre Retweeter Favori Plus

Début novembre, Tony Estanguet, président du Comité d'Organisation des JO de Paris en 2024, était au Congrès de l'Assemblée des Départements de France. L'occasion de transmettre plusieurs messages forts. Et notamment l'opportunité de permettre aux Français de pratiquer davantage d'activités sportives, ou de se rendre plus facilement à des manifestations sportives. Et le triple champion olympique compte sur l'aide des départements pour réussir cette mission.

# HISTOIRES D'EAU

## ON AIME

La spontanéité et la joie communicative de la toute jeune Louise Lefebvre. Déjà estampillée de l'étiquette de grand espoir de la natation féminine tricolore, la Mulhousienne a franchi un cap lors des championnats de France de Montpellier (15-18 novembre). A seulement 15 ans, la dossiste est devenue championne de France du 200 m dos (2'07"92) devant Mathilde Cini (2'09"07) et Lara Grangeon (2'09"83), deux nageuses pour le moins expérimentées. « Je suis très contente », a déclaré Louise à sa sortie du bassin. « Je ne pensais pas pouvoir le faire, même si je l'espérais au vu des chronos de chaque nageuse. Je pensais vraiment qu'elles allaient nager plus vite que moi. C'est mon premier titre de championne de France et ma plus belle compétition pour le moment. »

## LA DÉCLA - Yann Ndoye Brouard

« C'est un truc de fou ! Je ne sais pas vraiment ce qui m'arrive cette semaine ! C'est ma compétition visiblement ! Franchement, j'ai du mal à réaliser ce que je suis en train de vivre. Vraiment, c'est fou ! » Champion de France en petit bassin des 100 et 200 m dos, le jeune Yann Ndoye Brouard, 18 ans, s'est révélé à Montpellier. Désormais entraîné par Michel Chrétien à l'INSEP, le jeune dossiste a montré que la relève tricolore était bel et bien au rendez-vous de ces championnats de France.

# RÉSEAUX SOCIAUX BIENFAITS ET DANGERS

**A**ujourd'hui, les réseaux sociaux font parties intégrantes de la vie d'un sportif de haut niveau. Nul ne prétendra l'inverse. Que ce soit pour informer, commenter, partager ou promouvoir, les athlètes consacrent désormais beaucoup de leur temps aux différentes plateformes. Et si ces outils permettent de créer une communauté et d'entretenir un lien privilégié avec des Followers, ils peuvent aussi se révéler envahissants, voire nocifs. D'autant qu'on ne s'improvise pas community manager sans disposer d'une solide expérience. Il est nécessaire d'avoir les bons outils pour éviter la polémique ou le désamour de ses fans. Sans aller jusqu'à créer une ligne éditoriale à l'image des médias traditionnels, les nageurs, naïades, plongeurs ou autres poloïstes ont tous leurs propres codes et une idée bien précise sur la manière d'interagir avec leurs Followers. Nous les avons interrogés pour savoir de quelle manière ils utilisent les réseaux sociaux avant de confronter leurs réponses à l'avis d'un spécialiste qui vante les bienfaits de ces plateformes tout en mettant en garde contre certains risques auxquels les sportifs peuvent être rapidement confrontés.

# « JE DOIS PARFOIS ME FREINER »

Triple championne d'Europe à Glasgow l'été dernier, Charlotte Bonnet a senti les effets de ses résultats sur les réseaux sociaux. Avec quelques milliers d'abonnés gagnés en quelques semaines, la Niçoise a désormais changé de statut, mais pas de ligne de conduite. Fan d'Instagram, la nageuse tricolore n'a qu'un seul mot d'ordre dans la gestion de ses réseaux sociaux : le feeling.



Charlotte Bonnet s'est adjugée cinq titres (du 100 au 400 m nage libre, 50 brasse et 100 m 4 nages) et une médaille d'argent (50 m nage libre) lors des championnats de France de Montpellier en petit bassin (15-18 novembre 2018).

(KIM SPSTÉPHANE KEMFINAIRE)

## QUEL EST TON RÉSEAU SOCIAL PRÉFÉRÉ ?

Je communique beaucoup sur Instagram. Je poste des photos de mon quotidien, mes entraînements, mais aussi mes vacances. C'est plus accessible de suivre des personnes sur Instagram ou Twitter plutôt que sur Facebook.

## POSTES-TU LES MÊMES CHOSES SUR LES DIFFÉRENTES PLATEFORMES ?

Je ne vais pas évoquer les mêmes sujets en fonction des différents réseaux sociaux. Par exemple, sur Facebook, je poste très peu, si ce n'est quelques résultats marquants de ma saison. Sur Twitter, j'observe beaucoup notamment l'actualité en suivant des comptes de médias ou de journalistes. Je vais également répondre parfois à des gens qui me posent des questions ou retweeter des posts qui me plaisent. Sur Instagram, c'est vraiment plus axé sur mon quotidien et ce que j'aime.

## EST-CE UNE DÉMARCHÉ SPONTANÉE POUR TOI ?

C'est naturel et je dois même me freiner parfois pour ne pas trop poster. D'autant qu'il y a désormais le système des « Stories » sur Instagram qui est vraiment

très pratique. On peut poster plusieurs photos avec du texte et ça n'est visible que 24 heures. En règle générale, je poste une photo sur mon compte et j'en mets un peu plus dans ma story. J'aimerais parfois poster plus de photos et partager des choses, mais j'essaie de me limiter à une par jour.

## N'AS-TU PAS PEUR DES RETOURS QUE TU POURRAIS AVOIR SUR CERTAINS POSTS ?

Je pars du principe que si je poste une photo il faut que j'accepte qu'elle puisse être reprise, dupliquée, commentée et jugée. C'est le jeu des réseaux sociaux. Mais je me freine plus parce que j'ai peur que les gens soient submergés de contenus et en aient un peu marre ou trouvent cela moins intéressant.

## CELA PERMET ÉGALEMENT D'INSTAURER UN CERTAIN LIEN DE PROXIMITÉ AVEC

## LES GENS QUI TE SUIVENT. EST-CE IMPORTANT ?

Le piège avec ce système, c'est qu'on partage beaucoup d'informations sur nous et les gens ont l'impression de nous connaître. Et lorsqu'on rencontre du monde sur les compétitions ou dans la rue, ils sont très familiers avec nous. Parfois, certaines personnes sont envahissantes. Mais en même temps, on partage notre quotidien avec eux et parfois des choses sur nos sorties et nos vacances. Ils ont l'impression de nous connaître et d'être amis avec nous parce qu'ils nous suivent sur Instagram.

## GÈRES-TU TES RÉSEAUX SOCIAUX TOUTE SEULE ?

Je gère mes réseaux sociaux toute seule. Sophie (Kamoun, son agent) est plus à l'aise avec Facebook et Twitter. Parfois, je lui pose des questions en lui disant que je souhaite poster une actualité et je lui

demande si c'est pertinent parce que ça peut être des sujets un peu tabous ou sensibles. Mais sinon, je choisis ce que je veux poster et je suis libre à ce niveau-là. Et je préfère que ce soit comme ça. Certains sportifs ne gèrent pas leur compte et je pense que les fans peuvent s'en rendre compte et moins adhérer. Les gens vont peut-être avoir davantage envie de nous suivre si nous nous occupons nous même de nos comptes et s'ils sentent que les publications sont authentiques.

## IL Y A AUSSI LA QUESTION DES PARTENARIATS ET DES PLACEMENTS DE PRODUITS. TROUVES-TU CELA CONTRAIGNANT ?

Nous sommes tous confrontés à ça parce que les marques se sont rendu compte que les réseaux sociaux avaient un

« JE PARS DU PRINCIPE QUE SI JE POSTE UNE PHOTO IL FAUT QUE J'ACCEPTÉ QU'ELLE PUISSE ÊTRE REPRISÉ, DUPLIQUÉE, COMMENTÉE ET JUGÉE. »

énorme impact marketing. Mes partenaires me demandent de poster des publications avec leurs produits, mais j'essaie de rendre cela assez fun. Je ne rédige jamais des posts par contrainte et il m'arrive même de publier quelque chose par rapport à mes partenaires sans qu'on me l'ait demandé. Je ne veux pas que les gens s'en rendent compte et mettent en doute ma sincérité lorsque j'incite à acheter tel ou tel produit.

## TESTES-TU L'ENSEMBLE DES PRODUITS DONT TU PARLES SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX ?

Il faut savoir que lorsque je publie quelque chose, même si cela concerne un partenariat, j'adhère totalement au concept et j'utilise, en général, les produits quotidiennement. Je ne triche pas là-dessus et je n'apprécie pas les personnes

qui incitent les gens à acheter un produit alors qu'ils ne l'utilisent pas.

## DOIS-TU EFFECTUER UN TRAVAIL DE MODÉRATION SUR CERTAINS COMMENTAIRES TE CONCERNANT ?

Je réponds rarement aux commentaires que je vais avoir sur mes photos. Il faut dire qu'il y a rarement des critiques. Je pense que si je recevais des messages virulents, je prendrais le temps de répondre poliment, simplement pour rétablir la vérité ou donner mon point de vue. En revanche, je peux liker les commentaires. Sur Twitter, en revanche, je reçois davantage de critiques. La communauté y est plus exigeante. Parfois, c'est malsain. Certaines personnes, n'y connaissent rien et ont l'insulte assez facile. Je peux laisser passer certaines fois, quand ce sont des gens avec peu d'abonnés, mais lorsque les critiques proviennent de personnes plus influentes, je prends le temps de répondre. Ça a dû m'arriver deux fois jusqu'à présent.

## AS-TU SENTI UN « EFFET GLASGOW » SUR TES RÉSEAUX SOCIAUX ?

J'ai vraiment l'impression que mon statut a changé depuis les championnats d'Europe de Glasgow (Charlotte Bonnet a décroché trois médailles dont quatre en or aux Euro de Glasgow l'été dernier, ndlr). On a davantage entendu parler de moi et du coup, j'ai gagné quelques milliers d'abonnés sur les réseaux sociaux. Je faisais déjà attention à ce que je postais et c'est encore plus le cas depuis. En tant que sportifs de haut niveau nous avons un rôle d'exemple auprès de certaines personnes et notamment les plus jeunes. A ce titre, je n'aborde jamais des sujets tels que la religion ou la politique. Je pense que ça peut vite prendre des proportions inattendues et avoir un effet négatif sur notre communauté.

## AS-TU ÉLABORÉ UNE LIGNE ÉDITORIALE SUR LES DIFFÉRENTES PLATEFORMES ?

Je fonctionne davantage au feeling. Si un sujet m'interpelle ou me plaît, je poste quelque chose. Je n'ai pas de règles, mis à part d'éviter les sujets sensibles. Je peux réagir sur tout ce qui se passe dans l'actualité sur Twitter. J'ai une communauté de fans, mais aussi des journalistes et des acteurs, qui sont sur Twitter mais pas sur Instagram. J'ai deux fois plus d'abonnés sur Twitter, par exemple ■

RECUEILLI PAR JONATHAN COHEN

# L'ANNÉE 2018 EN IMAGES



Le moins que l'on puisse dire, c'est que l'année qui vient de s'achever a été riche en émotions et en rebondissements. Pour celles et ceux qui en douteraient, petite pique de rappel en images.

## JANVIER 2018

**SARCELLES. CHAMPIONNAT DE FRANCE DU 5 KM INDOOR.** Au total, 96 nageurs d'eau libre étaient rassemblés pour le championnat de France du 5 km Indoor. A l'issue des sept séries figurant au programme, les élèves de Philippe Lucas, Marc-Antoine Olivier et Lara Grangeon conservent leur titre. Le premier en claquant un monumental 52'15''69, effaçant le record de France que détenait Sébastien Fraysse depuis 2011. La seconde en signant un solide 57'31''18.



Six mois après avoir décroché deux médailles d'or aux Mondiaux de Budapest (5 km et relais mixte), raflant au passage les titres de « Meilleur nageur d'eau libre de l'année 2017 » attribués par la LEN et la FINA, Marc-Antoine Olivier a ajouté une nouvelle ligne à son palmarès en s'adjugeant le record de France du 5 km indoor.

(KMS/STÉPHANE KEMPA/AFRE)



Camille Lacourt prend la pose avec les enfants de l'école nationale de Trianon à Mirebalais (région centre Haïti).

(MICHAËL ZUMSTEIN/UNICEF FRANCE)

## FÉVRIER 2018

**HAÏTI. NUIT DE L'EAU.** En amont de la Nuit de l'Eau, organisée le 17 mars par la Fédération Française de Natation et son partenaire l'UNICEF, Camille Lacourt, parrain de l'opération caritative retraité des bassins internationaux depuis les championnats du monde de Budapest, s'est envolé du 19 au 23 février en Haïti pour « constater et témoigner de l'action de l'UNICEF sur le terrain et pour voir à quoi servent les fonds collectés grâce à la Nuit de l'Eau ».



Damien Joly prend le départ du 400 m 4 nages lors de l'étape niçoise du FFN Golden Tour Camille-Muffat.

(KMS/STÉPHANE KEMPA/AFRE)

## MARS 2018

**FRANCE. NUIT DE L'EAU.** Au total, ce ne sont pas moins de 250 clubs qui ont accueilli des nageurs de tous âges et de tous horizons le samedi 17 mars lors de la onzième édition de la Nuit de l'Eau. L'occasion pour la Fédération et l'UNICEF de mobiliser leurs réseaux respectifs à travers tout le pays ainsi que son parrain Camille Lacourt et sa marraine Laury Thilleman.



Laury Thilleman immortalise la Nuit de l'Eau des jeunes nageurs du club de Vanves.

(FFN/ADRIEN ROZÉS)

## AVRIL 2018

**MARSEILLE. FFN GOLDEN TOUR CAMILLE-MUFFAT.** A l'issue des deux premières étapes organisées à Nice (janvier) et Sarcelles (février), la cité phocéenne a clos le circuit 2018 du FFN Golden Tour Camille-Muffat. L'occasion pour les athlètes tricolores de s'étalonner face à leurs rivaux nationaux et internationaux dans la perspective des joutes estivales. Pour la Fédération et son diffuseur beIN SPORTS, c'est aussi l'opportunité d'élargir son audience et de satisfaire les fans de natation.



(FFN/PHILIPPE PONGENTY)

## MARS 2018

**MONTREUIL. OPEN DE FRANCE.** Du 9 au 11 mars, le stade nautique Maurice Thorez a accueilli le huitième Open de France de natation artistique. L'occasion pour les Bleues de rafler une somptueuse médaille d'argent en équipe libre dans le sillage des Russes, championnes olympiques en titre. « Nous avons pleinement conscience de nos qualités, mais nous sommes encore un peu timides », confiait Solène Lusseau à l'issue de leur prestation.

## AVRIL 2018

**PARIS. LANCEMENT EDF AQUA CHALLENGE.** Le vendredi 13 avril, la Fédération Française de Natation et son partenaire EDF inaugure une tournée de six étapes en eau libre ouverte au grand public lors d'une conférence de presse organisée sur le bassin de la Villette, à Paris. « Nous sommes fiers de soutenir le lancement de l'EDF Aqua Challenge », se félicite Pierre Viriot, Directeur de la communication interne, marque et image d'EDF. « Cela s'inscrit dans le prolongement de notre engagement historique auprès de la FFN. »



Le président Gilles Sezionale en compagnie du DTN Julien Issoulié, de Stéphane Lecat, directeur de l'eau libre à la FFN, de Pierre Viriot, Directeur de la communication interne, marque et image d'EDF, et des nageurs Marc-Antoine Olivier et Océane Cassagnol lors de la conférence de presse de lancement de l'EDF Aqua Challenge.

(FFN/ADRIEN ROZÉS)



L'équipe de France de natation prend la pose avec le président Gilles Sezionale et le DTN Julien Issoulié.

(KIMSP/STEPHANE KEZAPLAN/FFN)

## MAI 2018

**SAINT-RAPHAËL. CHAMPIONNAT DE FRANCE NATATION COURSE.** Disons-le sans détour : ça faisait longtemps qu'on n'avait pas connu pareille ambiance ! Dans le sud, l'espace d'une semaine intense et riche en promesses, l'élite de la natation tricolore va afficher une bonne humeur contagieuse, démontrant, si besoin en était encore, qu'il est possible de performer dans la concorde. « On cherchait un commencement et il est peut-être là, dans cette sérénité teintée d'envie. Pour le reste, on verra, mais il semble que nous tenons là un bon début », savoure Richard Martinez, directeur de la discipline.



(FFNERC/LOUANN)

## JUILLET 2018

**PIERRELATTE. CHAMPIONNAT DE FRANCE DES MAÎTRES.** De cette édition 2018 on retiendra d'abord une affluence de 1 200 nageurs toujours aussi impressionnante. Dans des conditions difficiles, marquées par une chaleur intense et un fort mistral, vingt-neuf records de France et deux références continentales sont malgré tout rafraîchis. De quoi s'accorder une bonne bouffée d'oxygène tout en confirmant l'excellent état de santé d'une discipline qui n'en finit plus de faire des émules.



(KIMSP/STEPHANE KEZAPLAN/FFN)

## JUILLET 2018

**CHARTRES. OPEN DE FRANCE.** Les 7 et 8 juillet, la piscine chartraine l'Odysée célèbre la douzième édition du plus prestigieux meeting de la natation tricolore. L'occasion pour les supporters français de rencontrer leurs idoles et pour ces derniers de faire le plein de confiance avant les championnats d'Europe de Glasgow organisés en août. L'occasion aussi de consolider une équipe en devenant en intégrant notamment quinze nouveaux venus au sein du collectif national.

## JUIN 2018

**GRAVELINES. CHAMPIONNAT DE FRANCE EAU LIBRE.** Disputée dans le Nord du 31 mai au 3 juin, la grande messe de la longue distance tricolore voit toutes les têtes d'affiche de la discipline se qualifier pour les championnats d'Europe de Glasgow (à l'exception d'Aurélien Muller concentrée toute la saison sur ses études de diététique, ndlr). Une démonstration de force consacrée par la retransmission inédite et convaincante des épreuves du 10 km par beIN SPORTS, diffuseur officiel de la fédération.



L'épreuve féminine du 10 km des championnats de France d'eau libre à Gravelines.

(KIMSP/STEPHANE KEZAPLAN/FFN)

## JUILLET 2018

**BARCELONE. CHAMPIONNAT D'EUROPE DE WATER-POLO.** Au-delà du classement, il y a la manière ! Les garçons terminent douzièmes des Euro. Les filles septièmes. Pas de médailles, c'est un fait, mais les points de satisfaction ne manquent pas. Il y a d'abord cet engagement de tous les instants, cette détermination et cette envie d'en découdre, et puis – surtout – des collectifs en progression constante qui ne rechignent jamais à la tâche.



(ODEP/BLV/MEDEO)

Les joueurs de l'équipe de France masculine de water-polo font corps autour de leur capitaine Ugo Crousillat.



A l'issue de sa victoire sur 200 m nage libre, Charlotte Bonnet brandit deux poings rageurs. Elle peut légitimement regarder l'avenir avec autant d'envie que de sérénité.

KMS/STÉPHANE KEMPNARE

### AOÛT 2018

**GLASGOW. CHAMPIONNAT D'EUROPE.** Si on lui a longtemps collé l'étiquette de leader de l'équipe de France à son corps défendant, cette fois, Charlotte Bonnet ne peut plus s'en offusquer. En raflant quatre médailles, dont trois en or, aux Euro écossais de Glasgow, dont le titre du 200 m nage libre (une première pour une nageuse tricolore, ndlr), la Niçoise de 23 ans a définitivement achevé sa mue. Si on le murmurait jusqu'alors, on peut désormais l'écrire : Charlotte a tout d'une grande !

### AOÛT 2018

**GLASGOW. CHAMPIONNAT D'EUROPE.** Si Charlotte Bonnet s'est brillamment illustrée en Ecosse, elle ne fut pas la seule. A Glasgow, le clan tricolore s'est montré à son avantage en récoltant sept médailles, dont l'or de Fantine Lesaffre sur 400 m 4 nages, celui du 4x100 m nage libre féminin (Charlotte Bonnet, Béryl Gastaldello, Marie Wattel, Margaux Fabre, Anouchka Martin et Assia Touati), la couronne européenne du 4x100 m nage libre mixte (Jérémy Stravius, Mehdy Metella, Marie Wattel et Charlotte Bonnet) et, bien évidemment, l'argent de Mehdy Metella sur 100 m papillon et le bronze du Guyanais sur 100 m nage libre. Deux breloques d'autant plus convaincantes qu'un mois plus tôt, à l'Open de France, le nageur de Julien Jacquier était à des années-lumière de son meilleur niveau.



Les nageurs médaillés aux championnats d'Europe de Glasgow : (en haut) Mehdy Metella, Marie Wattel, Fantine Lesaffre, Maxime Grousset, Jérémy Stravius, (en bas) Margaux Fabre, Assia Touati, Charlotte Bonnet, Anouchka Martin et Béryl Gastaldello.

KMS/STÉPHANE KEMPNARE



En dépit d'une quatrième place sur « son » 25 km, Axel Reymond a affiché un grand sourire tout au long des Euro de Glasgow.

KMS/STÉPHANE KEMPNARE

### AOÛT 2018

**LOCH LOMOND. CHAMPIONNAT D'EUROPE.** Un an après avoir tout raflé – ou presque – aux championnats du monde de Budapest, l'équipe de France d'eau libre a décroché quatre médailles en Ecosse : l'argent d'Axel Reymond sur 5 km, le bronze de Lara Grangeon sur 25 km, celui de Logan Fontaine sur 5 km et un dernier par l'intermédiaire du relais mixte. En l'absence d'Aurélien Muller et contraints de nager en néoprène, les Bleus se sont heurtés à une redoutable confrontation qui a toujours pris soin de les isoler pour mieux les contrer.



Les nageurs s'apprentent à prendre le départ de l'EDF Aqua Challenge dans la Baie des Angles sous un ciel immaculé et dans une eau translucide. Que demander de plus ?

GHEP/IMAGES

### OCTOBRE 2018

**PARIS. KIDEXPO.** Pour la huitième année consécutive, la Fédération Française de Natation a pris part au Salon Kidexpo de la Porte de Versailles. L'occasion de proposer aux visiteurs des jeux aquatiques, des démonstrations et des initiations aux disciplines olympiques ainsi que des formations de sensibilisation aux premiers gestes qui sauvent. Une belle opportunité aussi de participer à une séance d'éveil aquatique en compagnie du vice-champion olympique et parrain de l'activité, Frédéric Bousquet (cf. photo), plus que jamais concerné par la question des 0-6 ans.



FFN/ADRIEN ROZES



Comme en 2017, le bassin montpelliérain a accueilli les championnats de France 25 mètres.

KMS/STÉPHANE KEMPNARE

### NOVEMBRE 2018

**MONTPELLIER. CHAMPIONNAT DE FRANCE PETIT BASSIN.** Comme chaque année, l'élite de la natation tricolore s'est retrouvée à la fin de l'automne pour le rendez-vous national en bassin de 25 mètres. L'occasion pour les Bleus de tenter de se qualifier pour les championnats du monde en petit bassin (Hangzhou, Chine), mais surtout de reprendre la compétition dans un environnement privilégié avant de basculer sur la saison en grand bassin qui mènera l'équipe de France aux Mondiaux de Gwangju, en Corée du Sud (juillet 2019).

### SEPTEMBRE 2018

**NICE. EDF AQUA CHALLENGE.** A l'issue de la dernière étape de l'EDF Aqua Challenge organisée dans la Baie des Angles, le doute n'est plus permis : la Fédération Française de Natation et son partenaire historique EDF ont mis les petits plats dans les grands pour que la première édition de ce circuit soit un authentique succès ! Au-delà de la participation qui montre que l'eau libre est en passe de devenir un sport aussi populaire que la course à pied, l'EDF Aqua Challenge a réussi son pari de créer un nouvel état d'esprit autour de la natation en milieu naturel.



# « JE NAGEAIS ENTRE DES PNEUS ET DES BOUTEILLES EN PLASTIQUE »

Pendant quatre mois, Rémi Camus a fait le tour de la France en nageant. Ce n'était pas seulement pour montrer ses biscotos. L'aventurier de 32 ans, qui s'est fait connaître dans l'émission Wild, a voulu alerté sur l'état des eaux. Résultat : c'est pire que ce qu'il pensait.

## VOUS AVEZ BOUCLÉ MI-SEPTEMBRE VOTRE DÉFI. QU'AVEZ-VOUS VU QUE VOUS N'AURIEZ-VOUS PAS VOULU VOIR ?

J'ai vu un milieu sale, fragile, de plus en plus menacé à cause de l'action humaine. Avant de partir, je savais que je n'allais pas tout le temps nager dans une eau irréprochable. Mais là, c'était juste dégueulasse ! Pardon pour mon vocabulaire, mais il faut appeler un chat un chat. La mer n'est pas seulement un formidable terrain de jeu, c'est aussi, par endroits, une véritable poubelle.

## QUEL GENRE DE DÉCHETS AVEZ-VOUS CROISÉS ?

Dans mon palmarès, il y a les bouteilles d'eau, de lait, des petits morceaux de plastique de 1 à 2 centimètres, du cordage, des pneus... C'est ça, je nageais parfois entre des pneus de voitures et des bouteilles en plastique.

## OÙ ÇA PRÉCISÉMENT ?

Mon baptême du feu, ça été un peu au nord du Havre. Je suis tombé nez à nez avec une énorme décharge. Elle doit faire 400 ou 500 mètres de long. Elle existe depuis trente ou quarante ans. Quand je suis passé devant, je n'en ai pas cru mes yeux tellement c'est gigantesque. Gigantesque et inconcevable ! Au moindre coup de vent, les déchets tombent directement dans la Manche. Hop, ni vu, ni connu.

## ET APRÈS ?

Dans l'Atlantique, entre l'entrée du port de Bayonne et Hendaye, là c'est carrément ce que j'appelle une soupe de plastiques. Dessus, c'est écrit en espagnol. Donc c'est facile de savoir d'où ils viennent. Après coup, on m'a expliqué qu'il y a une décharge à ciel ouvert en bordure du littoral espagnol.

D'une certaine manière, on nous demande de régler des problèmes qui ne nous appartiennent pas... Ce ne sont pas nos déchets, mais il faut les recycler.

## ARRÊTONS-NOUS SUR L'EXPRESSION « SOUPE DE PLASTIQUE ». QUE FAUT-IL IMAGINER ?

Le truc, c'est que c'est hyper dur à imaginer. C'est des morceaux de plastique qui sont éparpillés sur plusieurs kilomètres. A tel point que tu ne vois rien d'autre. On a la même chose sur le bassin méditerranéen, avec des déchets italiens cette fois. C'est entre le cap d'Antibes et Nice. C'est clair qu'on est loin de la carte postale que l'on voit dans les boutiques touristiques. Au total, 634 tonnes de déchets sont déversées dans les mers et les océans chaque seconde !

## CHAQUE SECONDE ?

Oui, chaque seconde ! En fait, c'est comme si on jetait dans la flotte 500 bagnoles toutes les secondes. Les gens sont des porcs. Il y a des déchets qui datent de vingt, trente ou quarante ans. A tel point que certains ont été transformés en écosystème. Par exemple, au large de Cavalaire-sur-Mer, dans le Var, je suis tombé nez à nez avec une grosse pieuvre qui se servait d'un pneu comme abri pour se protéger. On marche sur la tête.

## TOUT AU LONG DE VOS 91 ÉTAPES, DE DUNKERQUE À MONACO, VOUS N'AVEZ JAMAIS EU ENVIE D'ABANDONNER VOTRE DÉFI ?

Il y a des moments où j'ai eu le blues parce que ce que tout ce que je voyais était déprimant, mais je sais aussi que la cause écologique progresse. Il faut que les gens se bougent, c'est l'affaire de tous, c'est sérieux, on va droit dans le mur. Ce que j'ai vu, c'est là que les gens se baignent. Ce n'est pas à l'autre bout du monde. Non, c'est là, sur leur lieu de villégiature, l'été, en famille. On ne peut pas détourner le regard. Aujourd'hui, ce n'est plus possible. Ce qui fait chaud au cœur, c'est les messages de remerciements, d'encouragements que j'ai reçus tout au long du parcours. Je ne sais pas si j'ai suscité des vocations. Simplement, si chacune des personnes qui a entendu parler de mon aventure promet à l'avenir d'avoir les yeux ouverts sur ce qu'il se passe au large, ce sera déjà ça.



Rémi Camus, 32 ans, a réalisé le premier tour de France à la nage à l'été 2018 pour alerter sur l'état des eaux tricolores. Son témoignage est tout aussi édifiant qu'alarmant.

« LA MER N'EST PAS SEULEMENT UN FORMIDABLE TERRAIN DE JEU, C'EST AUSSI, PAR ENDOITS, UNE VÉRITABLE POUBELLE. »

## REVENONS SUR LA GENÈSE DE VOTRE DÉFI. COMMENT VOUS EST VENUE CETTE IDÉE ?

Ce Tour de France à la nage, c'est un aboutissement de quelques-unes de mes aventures passées. Il y a la traversée en courant de l'Australie du sud au nord en 2011, la descente du fleuve Mékong en hydrospeed en 2013... Pendant ces différentes aventures, j'ai découvert ce qu'était la rareté de l'eau et j'en ai fait mon combat. Jusque-là, personne n'avait effectué de tour de France à la nage. Personne. Je me suis dit : « Pourquoi pas moi ».

## COMBIEN DE TEMPS A-T-IL ÉTÉ NÉCESSAIRE POUR LE METTRE SUR PIED, CE DÉFI ?

Il m'a fallu huit mois pour l'organiser. Le 1er juin 2018, je me suis retrouvé à Malo-les-Bains. J'avais divisé mon périple

sur tout le littoral français en 91 étapes jusqu'à Monaco. Au total, j'ai nagé 2 650 kilomètres.

## RACONTEZ-NOUS UNE JOURNÉE DANS L'EAU...

C'est simple, je nageais chaque jour environ trente kilomètres. Ça représentait entre douze et treize heures d'effort quotidien. J'avais une assistance maritime pour la sécurité en mer, notamment lorsqu'il y avait des passages techniques, des chenaux par exemple. Et j'avais une assistance terrestre qui était là pour ▶





Tout au long des 91 étapes de son tour de France à la nage, Rémi Camus a pris le temps d'échanger avec le public afin d'alerter le plus grand nombre sur l'état des littoraux français.

(RÉMI CAMUS)

organiser le départ et l'arrivée, la rencontre avec les plaisanciers, les estivants, les élus locaux.

#### NAGIEZ-VOUS LOIN DES CÔTES ?

Au début, c'était prévu que je nage de 300 à 700 mètres des côtes, mais avec les courants et la houle je me suis parfois éloigné de deux à trois kilomètres. Mon record, c'est huit kilomètres. Là, ça commençait à faire. C'était dans la Méditerranée, à cause de la tramontane qui me poussait au large.

#### ET NIVEAU TEMPÉRATURE ?

Je ne vais pas vous faire de dessin. Au début, dans la mer du Nord, l'eau était assez fraîche, entre 8 et 10 degrés. Et plus je descendais vers le Sud, plus le thermomètre grimpeait. Dans la Méditerranée, c'était le top, on était entre 17 et 22 degrés.

#### SPORTIVEMENT, QUEL A ÉTÉ LE MOMENT LE PLUS COMPLIQUÉ ?

La Méditerranée, justement. Parce que c'est une mer qui est très technique, qui demande beaucoup d'endurance, qui change tous les jours. Je pouvais commencer le matin avec une houle déchaînée et me retrouver deux heures après dans une mer calme. C'était vraiment déstabilisant. Et puis, la Méditerranée correspond aussi à la dernière partie de mon défi. Ce qui veut dire que j'avais des centaines de kilomètres de nage dans les bras et dans les jambes. Je

n'en pouvais plus. C'était vraiment une fin éprouvante.

#### QUESTION « STUPE » : COMMENT VOUS ALIMENTIEZ-VOUS ?

Pour faciliter la digestion, je me suis limité à des repas liquides en poudre, assimilables en sept minutes. Le problème, c'est que j'ai vite saturé. J'avais envie de mâcher, c'était terrible ce manque. Je vais vous faire une confidence : il m'est arrivé d'avoir une envie de bière et de pizza quatre fromages en plein milieu de l'eau. Je pense que c'est humain (sourire)...

#### ON AIMERAIT BIEN SAVOIR À QUOI RESSEMBLAIT VOTRE PLAN D'ENTRAÎNEMENT.

Je me suis entraîné pendant huit mois, à raison de deux à quatre heures par jour. Mon coach sportif était tout le temps-là. J'avais l'impression de faire l'aventure sportive avant l'aventure tellement c'était dur. C'était principalement des séances en salle de sport pour travailler les épaules, les dorsaux, les bras, les pectoraux pour être capable d'encaisser la trentaine de kilomètres quotidiens.

#### VOUS AVEZ AUSSI DÛ BEAUCOUP NAGER, ON SUPPOSE...

A vrai dire, pas tant que ça. En tout cas, quasiment jamais en piscine. En revanche, je me suis entraîné en lac et en rivière dans l'Ain. Ce n'était même pas pour progresser niveau glisse, c'était surtout pour m'habituer

à la turbidité de l'eau. En clair, il fallait que j'apprenne à ne rien voir.

#### QUEL RAPPORT ENTRETENEZ-VOUS AVEC LA NATATION ?

J'ai appris à nager vers sept ou huit ans, chez moi, à Bourges. Mon père en avait ras-le-bol d'avoir ma sœur et moi sur le dos quand il allait nager à la piscine (rires)... Ce qu'il nous a racontés plus tard, c'est qu'il ne pouvait pas faire ses longueurs tranquillement à cause de nous. J'ai appris la brasse comme tout le monde. Mais ça s'est arrêté là, je n'ai jamais fait de compétition.

#### MAIS VOUS AVEZ QUAND MÊME DESCENDU LE MÉKONG ?

Justement, je dis toujours que j'ai réellement appris à nager quand j'ai décidé de faire le Mékong. Le crawl, je l'ai appris grâce à un mec qui nageait à côté de moi dans une piscine en Nouvelle-Zélande. Je le regardais faire, je le trouvais bon. Je me suis permis de l'aborder par curiosité. Il m'a dit : « Tu mets un bras comme ça et l'autre un comme ça ». Voilà, rien de plus (rires)... Je fais aussi de la nage en eau libre depuis quelques années.

#### QUAND ON VIENT DE BOUCLER UN TOUR DE FRANCE À LA NAGE, DE QUEL GENRE D'AVENTURE ON A ENVIE APRÈS ?

Je suis sur un nouveau projet. Toujours en lien avec la pollution, avec l'impact de l'homme sur notre planète. C'est encore secret, donc je n'en dirai pas plus. Ce sera pour 2020 ou 2021 ■

RECUEILLI PAR ALBAN LOIZEAU



OFFICIAL SUPPLIER

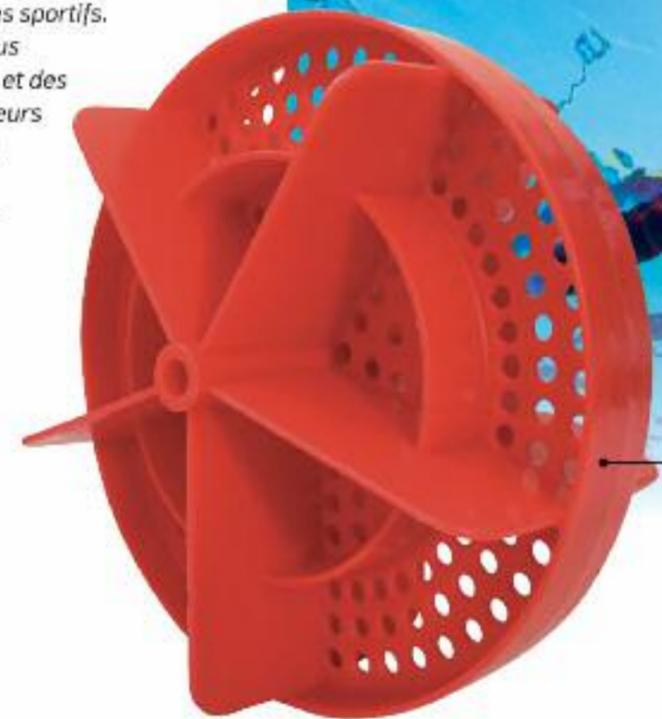
# DIFFÉRENCE

« Les lignes d'eau de compétition Malmsten nous permettent d'offrir les meilleures conditions de pratique aux nageurs lors des compétitions de natation.

Leur technologie brise vagues évite les mouvements de l'eau générés par les sportifs. Cela se traduit concrètement par plus de confort, des vitesses supérieures et des performances accrues pour les nageurs dans les différents couloirs de nage.

Présentes sur chacun de nos championnats de France 25M et 50M, elles sont devenues indispensables et nous garantissent une équité parfaite pour chacun de nos nageurs engagés. »

Julien Issoulié,  
directeur technique national



Distribué en France par *la Scolaire*

Conçu et fabriqué par Malmsten AB en Suède

