



TYR

DÉCOUVREZ MAINTENANT LA NOUVELLE COLLECTION SUR
WWW.TYR.EU

TYR EUROPE | 26 QUAI DE L'ALMA 68100 MULHOUSE | EU@TYR.COM

Natation

MAGAZINE



DANS L'INCONNU

L'ENTRETIEN
ALAIN BERNARD
PAGE 10

HORS LIGNES
LA NATATION
DANS LES MÉDIAS
PAGE 44

www.ffnatation.fr

ON A TOUS ENVIE D'ALLER ENCOURAGER LES SPORTIFS. MAIS ON A TOUS AIMÉ VOIR BAISSER LES ÉMISSIONS DE CO₂.

Les grands événements sportifs doivent redémarrer mais pas le CO₂. Relever ce défi, c'est la raison d'être d'EDF. L'objectif : construire ensemble un avenir énergétique neutre en CO₂, conciliant une meilleure préservation de la planète, bien-être et développement, grâce à l'électricité et à des solutions et services innovants. Notre production d'électricité émet déjà cinq fois moins de CO₂ que la moyenne européenne*. Et nous nous sommes engagés à aller encore plus loin d'ici à 2050, en réduisant encore nos émissions et celles de nos clients, et en compensant les émissions restantes**.

Devenons l'énergie qui change tout.



Découvrez nos engagements sur [edf.fr/raisondetre](https://www.edf.fr/raisondetre)

L'énergie est notre avenir, économisons-la !

* En Europe, les émissions de CO₂ du groupe EDF s'élèvent à 54g/kWh produits, soit 5 fois moins que la moyenne du panel des 24 plus grands électriciens européens (296 g/kWh), constitué par PwC pour son étude de 2019 « Changement climatique et électricité ». ** Le groupe EDF a pour objectif la neutralité carbone d'ici à 2050, et s'inscrit notamment dans les objectifs fixés par le Rapport spécial du GIEC (Groupe d'Experts Intergouvernemental sur l'Évolution du Climat) de 2018. Cet objectif se traduit entre autres par des émissions directes quasi nulles grâce à la production nucléaire et au développement des énergies renouvelables, à la fermeture progressive des centrales fonctionnant exclusivement au charbon opérées par EDF et ses filiales ; à la réduction des émissions indirectes par exemple par l'accompagnement de nos clients pour réduire leurs consommations d'énergie ou encore le développement de la biomasse dans les réseaux de chaleur ; et enfin grâce à la compensation des émissions résiduelles par des projets à émissions négatives comme le reboisement de forêts.

MCS - IMAGES SÉZONALE

NATATION

MAGAZINE

N°198 - Juillet - Août 2020

Édité 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 :
0924 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
Marc Begotti,
Alexandre Gandoin,
Christiane Guérin,
Julien Jacquier,
Chloé Joudrier,
Anne-Elisabeth Liebmann,
David Lortholary,
Florian Lucas,
Yohan Ndoye Brouard,
Jordan Pothain,
Frédéric Sugnot,
Laurent Thuillier

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

Photographies
Agence KMSP

Couverture
Adobe Stock

Maquette et réalisation
Teebird Communication

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

Régie publicitaire
Antonin Sanchez
(antonin.sanchez@ffnatation.fr)
Tél. : +33 (0)1 70 48 45 81
Horizons Natation, 104, Rue Martre,
CS 70052 - 92583 Clichy Cedex

Vente au numéro 5 euros



À L'HEURE DE LA REPRISE

Le 11 mai dernier, le Premier ministre a promulgué un décret autorisant une dérogation d'ouverture des piscines pour la pratique des activités aquatiques dans le cadre de la reprise des activités scolaires et pour les sportifs de haut niveau. Il va sans dire que nos champions ont retrouvé les bassins d'entraînement avec une joie teintée d'impatience. Ce retour nous impose cependant une grande vigilance. Il importe que celui-ci soit précédé d'une visite médicale, puis que la pente d'incrémentation de la charge de travail soit graduelle, adaptée et bien maîtrisée sur une période de plusieurs semaines. Contrairement à nos planifications habituelles, il n'y aura pas de compétitions cet été. Dans cette perspective, et au regard du fait que nos athlètes vont retrouver les bassins avec une fraîcheur rare pour cette période de l'année, il me semble intéressant de chercher à capitaliser sur cette motivation pour développer des aspects de la performance qui ne sont pas toujours abordés au cours d'une saison « classique ». Par ailleurs, il appartient depuis le 2 juin aux préfets et aux municipalités de s'entendre sur l'ouverture des établissements aquatiques. J'insiste sur le fait que cette décision n'est pas du ressort de la Fédération Française de Natation. Cela ne nous a toutefois pas empêché de

participer le plus activement possible aux groupes ministériels sur les problématiques d'ouverture des piscines. Ainsi, nous avons travaillé sur la publication des règles élémentaires de sécurité, les questionnaires de santé liés au COVID et les examens médicaux à suivre avant la reprise de l'activité physique et la stricte application des gestes barrières pour limiter la propagation du COVID-19. Je sais que le temps vous a semblé long. La natation vous manque et c'est aussi notre cas, mais pour assurer la meilleure reprise possible, il importe que les conditions soient réunies pour envisager un retour vers la normale.

A ce titre, je suis convaincu que nos clubs et les acteurs locaux de la natation sont les mieux armés pour proposer rapidement des pratiques encadrées de la natation. Leur expertise permet de s'adresser à tous les amateurs de natation, des plus jeunes aux plus âgés. Pour remplir cette mission seuls les pouvoirs publics pourront leur offrir plus de créneaux et d'espace dans les bassins. Pour répondre aux besoins de nos concitoyens, je crois que nos clubs ont une place à part entière dans la vie de la cité, donnons-leur les moyens.

Julien Issoulié,
Directeur Technique National



Pour Jordan Pothain et tous les nageurs de l'équipe de France l'heure de la reprise a sonné.

JORDAN POTHAIN

Natation

MAGAZINE

www.ffnatation.fr

JUILLET - AOÛT 2020

NUMÉRO 198



SOMMAIRE

6. ARRÊT SUR IMAGE

Les Marseillais en quête de sensations

8. ARRÊT SUR IMAGE

La reprise de l'entraînement à l'INSEP

10. L'ENTRETIEN

Alain Bernard :
« Tous dans le même bateau »

18. EN BREF

Les défis connectés du confinement

20. LE CHIFFRE DU MOIS

21. PARTENAIRE TECHNIQUE

Myrtha Pools :
l'héritage malgré le Covid

22. EN COUVERTURE

Dans l'inconnu

30. EN COUVERTURE

Virgile Caillet :
« Très déstabilisant pour beaucoup »

34. PLONGEON

Matthieu Rosset :
« Garder ma rage de vaincre »

38. APPRENTISSAGE

Marc Begotti :
« Entraîner, c'est enseigner la natation »

42. TECHNOLOGIE

L'intelligence artificielle au service de la performance

44. HORS LIGNES

Voyage entre les lignes et sur les ondes

48. RENCONTRE

Christine Caron :
« Ne jamais baisser les bras »

CE QU'IL FAUT RETENIR ★ Le déconfinement progressif décrété par le gouvernement depuis le 11 mai ★ La reprise de l'entraînement des groupes élités de natation ★ La réouverture des établissements aquatiques dans le respect des gestes barrières et des règles sanitaires ★ Le report de la première édition des Jeux Masters qui devaient initialement se disputer du 1^{er} au 4 octobre 2020 à Vichy ★ La décision de la Métropole du Grand Paris de confier au groupement emmené par Bouygues Bâtiment Ile-de-France la construction et l'exploitation du Centre aquatique olympique qui verra le jour en face du Stade de France ★ Le calendrier qui attend les nageurs tricolores en 2021 : Euro en grand bassin de Budapest (10-23 mai 2021), Jeux de Tokyo (23 juillet-8 août 2021), Euro de Kazan en petit bassin (2-7 novembre 2021) et Mondiaux en petit bassin à Abu Dhabi (13-18 décembre 2021) ★ Le retour de Matthieu Rosset au sein de l'équipe de France de plongeon. Après deux ans d'interruption, le Lyonnais de 30 ans a repris l'entraînement à la plateforme de 10 mètres dans l'espoir de se qualifier aux Jeux olympiques de Tokyo.

À DÉCOUVRIR DÈS LE 15 JUIN DANS NOS BOUTIQUES MAKE UP FOR EVER
ET SUR LE SITE WWW.MAKEUPFOREVER.FR

AQUA RESIST

NEW

VIVEZ INTENSEMENT
TENUE 24H*
WATERPROOF A TOUTE EPREUVE
CRAYONS & OMBRES A PAUPIERES.

MAKE UP
FOR EVER
PROFESSIONAL PARIS

*Tests instrumentaux sur 20 sujets.

« TOUS DANS LE MÊME BATEAU »

Tout le monde connaît Alain Bernard, son extraordinaire carrière et son palmarès, à commencer par son titre de champion olympique du 100 m nage libre glané à Pékin en 2008. Beaucoup connaissent également son altruisme et sa disponibilité. Engagé de longue date au sein de la Fédération Française de Natation, il fait partie des élus de l'institution qui ont réclamé en mars dernier le report des Jeux olympiques de Tokyo afin de préserver l'équité sportive et, surtout, de ne pas mettre en péril la santé des athlètes. Peu savent, en revanche, que l'ancien sprinteur emblématique de l'équipe de France s'est engagé auprès de la Croix-Rouge d'Antibes pendant le confinement. Un engagement spontané qui n'a fait qu'entériner ses convictions humanistes. Pour lui, il importe de tirer des enseignements de cette période inédite en remettant profondément en question nos habitudes et notre mode de vie.

Alain Bernard lors de l'édition 2015 des Etoiles du Sport.

OÙ AS-TU ÉTÉ CONFINÉ ?

Le 13 mars dernier, j'étais à Tignes avec ma copine. Nous avons pu skier deux jours, mais le samedi, le discours du Premier ministre annonçant le confinement général a quelque peu plombé l'ambiance. On a réussi à skier une journée supplémentaire (dimanche 15 mars) pour éviter les embouteillages sur la route avant de redescendre à Antibes le 16 mars pour débiter notre confinement le lendemain, à midi, comme le stipulaient les autorités. Nous sommes ensuite restés deux mois dans notre appartement. Heureusement, c'était parfaitement vivable. D'autant que nous disposons d'une terrasse et d'un petit jardin qui permet de s'aérer. Contrairement à d'autres, on peut considérer que nous étions des privilégiés.

DANS QUEL ÉTAT D'ESPRIT AS-TU VÉCU CETTE PÉRIODE INÉDITE ?

Au moment où le confinement a été décrété, j'étais sur le point de me lancer dans une longue série de déplacements à travers tout le pays. Plusieurs prises de parole étaient programmées dans le cadre de mes activités. Il a donc fallu revoir mes plans, mais ce n'est pas plus mal en fin de compte...

POURQUOI ?

J'ai pu en « profiter » pour mettre un peu d'ordre dans mes papiers. C'est seulement quand j'ai compris que le confinement allait durer bien plus longtemps que les quinze premiers jours initiaux que je me suis vraiment rendu compte de ce que représentait cette période exceptionnelle. Le bon côté, c'est que le confinement est tombé au moment où l'activité d'infographiste de ma copine a commencé à vraiment démarrer. Jusqu'alors, c'était un peu en dents de scie, mais là, brusquement, elle a décroché plusieurs contrats coup sur coup qui l'ont occupé de huit à dix heures par jour. Forcément, cela a détendu l'atmosphère. On a rapidement pris l'habitude de se retrouver tous les deux en télétravail à gérer nos activités respectives. Cela a contribué à créer une dynamique de travail propre à supporter cet isolement.

N'ÉTAIT-IL MALGRÉ TOUT PAS TROP DIFFICILE DE RESTER ENFERMÉ TOUTE LA JOURNÉE, MÊME AVEC DES ACTIVITÉS À MENER DE FRONT ?

C'est sûr que la tentation était grande d'aller traîner un peu dehors, de se balader ou d'aller à la plage, mais on a très vite compris qu'il était primordial de respecter les règles de confinement pour endiguer



Alain Bernard avec ses supporters lors des championnats de France 2009 à Montpellier.

AS-TU RESENTI LE BESOIN DE T'INVESTIR LOCALEMENT POUR SOUTENIR LA LUTTE CONTRE LE COVID-19 ?

J'ai adressé un mail à l'antenne de la Croix-Rouge d'Antibes pour proposer mes services. Ils m'ont appelé à trois reprises pour aller servir des paniers repas aux sans-abris. Je me tiens disponible s'ils ont à nouveau besoin de renfort.

C'EST IMPORTANT POUR TOI D'APPORTER TA PIERRE À L'ÉDIFICE ?

J'ai l'impression que c'est quelque chose d'assez naturel, quelque chose qui me plaît et qui fait partie de ma personnalité. De

toute façon, j'ai besoin de me sentir utile, de prêter main-forte quand l'occasion se présente. Ça donne du sens à l'existence et dans la période que nous traversons, c'est encore plus important. D'autant que je dispose de temps. Ce serait quand même regrettable de ne pas le mettre à profit pour une juste cause.

CETTE PARTICIPATION CITOYENNE S'EST-ELLE DÉROULÉE SANS APPRÉHENSION ?

Absolument aucune ! Dans le centre d'accueil mis en place par la mairie d'Antibes, les conditions sont très rigoureuses. Des gants, des masques et du gel hydroalcoolique

distance... De toute façon, nous vivons une période qui doit nous inciter à prendre soin les uns des autres. On ne peut plus ignorer le voisin ou faire semblant de ne pas le voir. Aujourd'hui, il faut que chacun se préoccupe de l'autre. En avril dernier, le gardien de notre résidence a fait passer un message aux habitants pour leur demander des tissus pour confectionner des masques artisanaux. Après avoir fouillé dans mes affaires, j'ai retrouvé un carton avec des vieux tee-shirts d'un stage que j'avais organisé il y a trois ans. Je lui ai donné entre cinquante et quatre-vingt tee-shirts. Ce n'est pas grand-chose, mais dans l'épreuve que nous vivons tous ensemble, ça fait une différence. C'est ce genre de geste qu'il faut désormais prendre l'habitude de faire.

ON DIT SOUVENT QUE NOTRE SOCIÉTÉ EST INDIVIDUALISTE, MAIS ON S'APERÇOIT QUE LA SOLIDARITÉ SE DÉVELOPPE DEPUIS LE DÉBUT DE LA CRISE SANITAIRE.

Je pense sincèrement qu'une majorité de nos concitoyens sont généreux, altruistes et bienveillants. C'est quelque chose que l'on a peut-être trop souvent tendance à oublier. On passe beaucoup de temps à foncer, à passer d'une activité à l'autre, du boulot à la maison, sans prendre le temps de relever la tête. Maintenant que nous sommes contraints de nous arrêter, on est bien obligé de s'intéresser à ce qui se passe autour de nous, à demander au voisin comment il va et à se préoccuper de ses problèmes. Quelque part, peut-être que cette période de confinement est un mal pour un bien...

DANS QUEL SENS ?

C'est l'occasion de prendre du recul sur notre manière de vivre, sur notre mode de consommation, sur notre façon de réfléchir. On constate aujourd'hui que l'on peut consommer en circuit court sans importer des produits de l'autre bout du monde. Quand même, il y a de quoi se poser des questions : les agriculteurs locaux ne sont-ils pas aussi compétents que les producteurs étrangers ? J'ose espérer qu'il y aura une prise de conscience à ce niveau-là. De la même manière, j'espère que les gens vont comprendre qu'ils peuvent prendre le temps de s'occuper d'eux en lisant, en prenant le temps de se parler ou de faire un peu de sport à la maison, tout ce qu'on a un peu négligé dans le tourbillon de la vie.

CE CONFINEMENT A OFFERT UN ÉCLAIRAGE INCROYABLE SUR L'ACTIVITÉ »

« MAINTENANT QUE NOUS SOMMES CONTRAINTS DE NOUS ARRÊTER, ON EST BIEN OBLIGÉ DE S'INTÉRESSER À CE QUI SE PASSE AUTOUR DE NOUS. »

(DDPI/STÉPHANE KEMPINAIRE)

LE CHIFFRE DU MOIS



4 Comme le nombre de compétitions internationales qui devraient se tenir en 2021. Si l'année 2020 aura été largement bouleversée par la pandémie de COVID-19 qui a sévi dans le monde entier et qui a entraîné le report de nombreuses compétitions sportives nationales et internationales, les nageurs tricolores ne devraient pas s'ennuyer en 2021. Alors qu'ils auraient dû prendre part aux championnats du monde en grand bassin de Fukuoka (Japon) et aux championnats d'Europe en petit bassin de Kazan, l'élite de la natation française aura au programme les championnats d'Europe en grand bassin de Budapest (10-23 mai 2021), les Jeux olympiques de Tokyo (23 juillet-8 août 2021), les championnats d'Europe de Kazan en petit bassin (2-7 novembre 2021) ainsi que

les championnats du monde en petit bassin à Abu Dhabi (13-18 décembre 2021). Les championnats du monde en grand bassin de Fukuoka sont, quant à eux, reportés à l'été 2022. C'est donc une situation inédite qui attend les nageurs tricolores avec deux compétitions majeures en bassin de 50 mètres et deux autres en bassin de 25 mètres. Il leur faudra, par ailleurs, garder de l'énergie pour disputer les championnats de France et les meetings nationaux ou internationaux qui ne manqueront pas de s'intercaler dans ce gargantuesque calendrier. Si les Bleus ont d'ores et déjà hâte de renouer avec la compétition, leurs entraîneurs devront, pour leur part, réfléchir à la meilleure planification possible afin que leurs poulains puissent aborder ce programme alléchant dans les meilleures conditions. Pas une mince affaire.

INSOLITES

DES FRITES ET DE LA DISTANCIATION SOCIALE

Alors que les bars et les restaurants ont rouvert leurs portes début juin après deux mois et demi de fermeture, ils ont dû trouver des solutions pour respecter les gestes barrières. Tables séparées de plusieurs mètres, parois en plexiglass, les tenanciers ont rivalisé d'ingéniosité pour reprendre leur activité en cette période inédite de pandémie. En Allemagne, et plus précisément à Schwerin, un établissement a même proposé à ses clients un chapeau confectionné à l'aide de frites de piscine. Alors pour le style, on repassera, mais une chose est sûre, c'est une technique terriblement efficace pour maintenir cette fameuse distanciation sociale et ainsi éviter la propagation du coronavirus. Si vous voulez

profiter des terrasses cet été, vous savez ce qui vous reste à faire !

LE PORT DU MASQUE SELON THEO CURIN

Depuis quelques semaines, un nouvel accessoire est venu garnir nos placards et accompagner notre quotidien : le masque. Pour éviter tout risque de transmission et de contamination au Covid -19, les autorités recommandent de le porter le plus possible notamment dans les transports et les lieux publics. Une habitude à prendre et surtout une technique à acquérir pour le mettre et le retirer convenablement. Le nageur handi-sport Théo Curin a ainsi réalisé une vidéo où on le voit ajuster son masque à la perfection en ne touchant que les élastiques, qui proviennent d'ailleurs d'un slip de bain. Une vidéo commentée par la journaliste Marie Portolano qui est rapidement devenue virale sur les réseaux sociaux.

UNE REPRISE INTENSIVE

Alors que de nombreux sportifs à travers le monde ont dû interrompre leur pratique pendant le confinement décrété pour lutter contre l'épidémie de coronavirus, la plupart ont retrouvé le chemin de l'entraînement. Une reprise progressive afin de retrouver le rythme et de ne pas risquer les blessures. C'est en tout cas ce qui était prévu pour Ariel Schrenck, 19 ans, membre de l'équipe de natation paralympique espagnole. Mais alors qu'il enchaînait les longueurs en milieu naturel au large de la Costa Brava, le jeune homme a croisé la route de deux requins. *« Je me suis arrêté pour reprendre mon souffle et j'ai vu ma mère crier comme une folle »,* a-t-il raconté à la chaîne La Sexta. *« J'ai commencé à nager comme un fou. J'étais à une centaine de mètres du rivage. Autant dire que c'était le 100 mètres le plus rapide de ma vie »,* a-t-il conclu avec le sourire.



MYRTHA POOLS : L'HÉRITAGE MALGRÉ LE COVID

La crise sanitaire du Covid-19 a engendré une crise économique sans précédent qui a touché de nombreuses entreprises. C'est le cas de la société Myrtha Pools qui a réalisé les trois piscines du Tokyo Tatsumi International Swimming Center, hôte des épreuves aquatiques des Jeux olympiques 2020.

La société Myrtha Pools, dont je suis le responsable commercial pour la France, est basée en Italie du Nord, en

Lombardie plus précisément, au bord du Lac de Garde. La société a été parmi les premières touchées par la crise sanitaire. Une de nos principales préoccupations a, bien évidemment, concerné notre participation aux Jeux olympiques de Tokyo. Il est prévu que les trois piscines temporaires du Tokyo Tatsumi International Swimming Center conçues et réalisées par Myrtha Pools soient louées au Tokyo Olympic Committee le temps des Jeux japonais. On retiendra plus particulièrement que c'est la première fois

depuis la présence de Myrtha Pools aux Jeux olympiques (à Atlanta en 1996) que des bassins sont loués et non vendus. La démarche est fondamentalement inédite et suffisamment originale pour le souligner. A l'issue des Jeux olympiques, nos bassins devaient être démontés mais rester au Japon pour être directement réinstallés à Fukuoka pour les championnats du monde de natation FINA 2021. Les bassins temporaires des JO de Tokyo devaient ainsi devenir les nouveaux bassins temporaires pour les Mondiaux. La crise sanitaire est venue perturber ce calendrier, dans la mesure où le report des Jeux de Tokyo 2020 à 2021 avait notamment pour conséquence de

superposer les Jeux et les Mondiaux de natation... Nous savons désormais que les championnats du monde de natation 2021 se tiendront du 13 au 29 mai 2022. L'héritage des bassins de Tokyo a été soigneusement anticipé. Après les JOP et les Mondiaux, les bassins poursuivront leur course ! En effet, à l'issue des championnats du monde, la piscine de water-polo et la piscine dédiée à la natation artistique de 2 mètres de profondeur seront réinstallées dans des écoles en configuration 25mx12,5mx1,20m



de profondeur. Il s'agit de la taille idéale pour apprendre à nager aux enfants. Il convient de préciser que cette nouvelle reconfiguration sera possible dans la mesure où celle-ci est anticipée dès le procédé de fabrication des bassins. Chaque olympiade est pour nous un nouveau challenge, une remise en question, une occasion de nous améliorer en tirant les enseignements pour aller toujours plus loin dans l'innovation, la performance et l'intelligence de l'héritage ■

ALEXANDRE GANDOIN
RESPONSABLE COMMERCIAL FRANCE - MYRTHA POOLS

MYRTHA POOLS

Forte de soixante années d'expérience, la société Myrtha Pools est leader mondial de la fabrication et de l'installation des bassins en Inox, pour des projets sportifs ou ludiques, neufs comme rénovés, et exporte sa technologie dans près de soixante-dix pays. Partenaire officiel de la Fédération Française de Natation et de la Fédération Internationale de Natation, la société Myrtha Pools est connue pour sa participation aux Jeux olympiques depuis Atlanta 1996. Elle signe également les bassins des championnats du monde depuis 2003. La technologie Myrtha Pools n'est toutefois pas réservée aux événements internationaux. En France, plus de 250 collectivités ont choisi Myrtha Pools.

DANS L'INCONNU

Calendrier sportif bouleversé, athlètes à court de forme, techniciens en quête d'un cadre propice à la performance en dépit des gestes barrières et des consignes sanitaires, tentative de planification, d'anticipation et de modélisation, absence de compétitions... La pandémie de COVID-19 qui a immobilisé le pays du 17 mars au 11 mai n'a pas fini de bousculer le quotidien des nageurs français. Nombre de questions demeurent en suspens. Des interrogations auxquelles il importe de répondre afin de se projeter dans les meilleures conditions sur la nouvelle saison olympique qui débutera en septembre prochain.

De l'année 2020, il ne reste rien, ou si peu que ça ne compte pas. Toutes les échéances sont passées à la trappe du jour au lendemain. Ce fut aussi brutal qu'inattendu, d'une violence inouïe. En l'espace de deux mois, il aura fallu tout réinventer ou presque. Se réinventer aussi. Pas simple pour des athlètes de haut niveau qui fixent leur progression sur la répétition et le travail quotidien. Deux mois d'un confinement aussi inédit qu'anxiogène qui auront inévitablement laissé des traces, tant physiques, psychologiques que logistiques. Deux mois, c'est ce qui nous sépare, à présent, de la saison olympique reportée qui débutera en septembre prochain. Jamais encore nous n'avions connu pareil scénario. Personne n'aurait pu l'imaginer, pas même les scénaristes de Netflix qui ne reculent pourtant devant rien pour surprendre et interpeller l'attention des téléspectateurs. Si ce nouveau départ représente une chance pour certains, on pense notamment aux blessés Mehdy Metella et Mathilde Cini, il constitue un sacré casse-tête pour d'autres, en particulier les athlètes qui avaient

prévu de prendre leur retraite dans la foulée des Jeux japonais. Cette seconde saison olympique n'en demeure pas moins une occasion unique de tout remettre à plat avant de s'attaquer à un calendrier qui a de quoi donner le tournis. Alors qu'ils auraient dû disputer les championnats du monde en grand bassin de Fukuoka (Japon) et les championnats d'Europe en petit bassin de Kazan en 2021, l'élite de la natation française devra se coltiner les championnats d'Europe en grand bassin de Budapest (10-23 mai 2021), les Jeux olympiques de Tokyo (23 juillet-8 août 2021), les championnats d'Europe de Kazan en petit bassin (2-7 novembre 2021) et les championnats du monde en petit bassin à Abu Dhabi (13-18 décembre 2021). Les championnats du monde en grand bassin de Fukuoka étant, quant à eux, reportés à l'été 2022. C'est donc une situation inédite qui attend les Bleus avec pas moins de deux compétitions majeures en bassin de 50 mètres et deux autres rendez-vous internationaux en bassin de 25 mètres. Il leur faudra, en outre, conserver de l'énergie pour disputer les ►►





Franck Esposito à l'heure de la reprise.

« SE REMETTRE EN MODE HAUT NIVEAU. »

championnats de France et les meetings nationaux et internationaux qui ne manqueront pas de s'intercaler dans ce programme aux allures de marathon. Pour l'heure, il importe de retrouver des sensations et une forme physique digne de ce nom. « *Musculairement, c'est difficile* », témoigne Marc-Antoine Olivier, médaillé de bronze olympique du 10 km à Rio en 2016. « *Même si on a fait de la musculation et de la préparation physique pendant le confinement, les sensations*

dans l'eau sont complètement différentes. Je souffre au niveau des épaules et je manque de foncier. » Pour Damien Joly, c'est « *un peu la catastrophe. Physiquement, j'ai mal aux dorsaux. J'ai l'impression d'être un robot, d'avancer de façon mécanique. Je n'arrive pas à me sentir aussi bien qu'avant et je pense qu'il va me falloir du temps avant de retrouver une nage correcte et du plaisir à glisser*

dans l'eau. » David Aubry, médaillé mondial de bronze sur 800 m nage libre en 2019 (Gwangju, Corée du Sud), est également en difficulté : « *J'ai surtout perdu au niveau des épaules. Il me manque de la force et du coup, j'ai tendance à m'enfoncer dans l'eau. Au niveau foncier, je savais que j'allais perdre puisque dès que je m'arrête ne serait-ce qu'une semaine, je le ressens. Il va me falloir un mois ou deux pour que tout rentre dans l'ordre* ». Franck Esposito,

entraîneur du groupe élite au CN Antibes, ne s'attendait pas à autre chose : « *Il faut se rappeler que lorsque le confinement a été décrété (le mardi 17 mars), nous étions à trois semaines des championnats de France de Chartres qualificatifs pour les JO. Les nageurs étaient sous tension, en phase finale de préparation. Une fois les Jeux reportés, il y a eu un gros relâchement. Il faut maintenant se remettre en mode haut niveau. Même si le préparateur physique du club a adressé des exercices*

aux nageurs, ça ne remplacera jamais le contact avec l'eau, surtout pour les athlètes qui sont habitués à nager beaucoup. Passer de plusieurs kilomètres par jour à rien du tout, ça pose forcément des problèmes. Il va falloir tout reconstruire jusqu'à la fin août, puis leur accorder quelques jours de vacances avant d'aborder cette seconde année olympique. » Dans ce contexte, pas question de se précipiter. « *On reprend en douceur* », abonde l'ancien papillonneur vedette de

l'équipe de France. « *Les nageurs ont commencé par réaliser un travail de réathlétisation en salle avant de retrouver progressivement leurs appuis dans l'eau. Je pense que ça va permettre de tout reprendre à la base. Nous allons prendre le temps de parler et d'ajuster les séances pour que chacun s'y retrouve.* » Du temps, les Bleus n'en manquent pas. Les prochaines compétitions devraient se disputer en fin d'année 2020 et les Jeux olympiques ne se tiendront qu'en juillet 2021. Certains techniciens n'ont cependant pas attendu pour imposer un rythme soutenu à leurs poulains. Ainsi, Philippe Lucas a programmé dès le mois de mai deux entraînements quotidiens avec deux séances de musculation et une de course à pied. « *On a effectivement repris assez fort* », livre l'expérimenté Marc-Antoine Olivier. « *Je pense que Philippe a peur qu'on ait pris trop de retard et il veut qu'on le rattrape rapidement pour ne pas être à la rue quand les compétitions reprendront.* » « *On a du temps avant les Jeux, il n'y a rien qui presse et il faut prendre son mal en patience* », réagit Damien Joly. « *Par rapport à nos séances habituelles, ce n'est pas si difficile, mais après neuf semaines d'arrêt, ça pèse forcément. Il faut qu'on se remette dans le rythme progressivement.* » Un avis que partage David Aubry : « *On repart de zéro, mais je ne me fais pas trop de soucis. On a le temps d'ici les Jeux. J'essaie de voir ça comme une chance de progresser. D'autant que Philippe est un vrai passionné. Il avait hâte de reprendre. La natation, c'est toute sa vie et c'est également mon cas. Je lui fais entièrement confiance.* » Les mois qui se profilent à l'horizon s'accompagnent malgré tout de nombreuses interrogations. « *Il est difficile de s'organiser et de prévoir à long terme* », confirme la nageuse tricolore Anaïs Arlandis depuis Montréal, où elle s'est expatriée pour ses études. « *Les piscines commencent à rouvrir, mais je ne sais pas quand je pourrai m'y remettre à plein temps.* » Cet avenir incertain, les athlètes de haut niveau sont bien obligés de faire avec. « *Le plus important, c'est que cette incertitude ne pèse pas sur notre bien-être mental et notre motivation* », fait remarquer le brasseur australien Zac Stubblety-Cook via les réseaux sociaux. D'autant que ce quotidien chamboulé a offert à certains une bouffée d'oxygène qui pourrait se révéler précieuse. Ainsi, Marie Wattel déborde d'envie. Pendant le confinement, la papillonneuse de 23 ans s'est surprise ►

(KMS/STÉPHANE KEMINARE)

« GARDER MA RAGE DE VAINCRE »

Après deux ans d’arrêt, Matthieu Rosset a d’abord repris le plongeon en s’attaquant à un Everest : le High Diving depuis des tremplins situés à 27 mètres. Mais lors de ces entraînements à 10 mètres, le plus titré des plongeurs français s’est vite aperçu qu’il avait une carte à jouer pour une qualification olympique. Compétiteur dans l’âme, il a donc décidé de saisir cette opportunité et de tenter de décrocher un ticket pour ses troisièmes Jeux olympiques. En 2021, le Lyonnais fera tout pour se rendre à Tokyo et peut-être décrocher la dernière médaille qui manque à son incroyable palmarès.

COMMENT AS-TU VÉCU LA FERMETURE DE L'INSEP ?
Quand ils ont fermé l’INSEP, ça a marqué un coup d’arrêt pour moi ainsi que pour tous les sportifs. Nous avons alors pris conscience de la gravité de la situation. On ne s’en rendait pas trop compte dans notre petite bulle. Personnellement, j’avais prévu d’avoir une semaine de vacances la première semaine de confinement (16-22 mars) parce que j’ai réussi un bon début de saison et atteint tous mes objectifs. Au final, je n’ai donc pas été pénalisé par le fait de ne pas pouvoir m’entraîner. En revanche, je me suis vite demandé de quelle manière j’allais bien pouvoir m’organiser dans les semaines à venir.

TU AS DONC COMPLÈTEMENT COUPÉ LA PREMIÈRE SEMAINE DE CONFINEMENT ?
J’ai fait un peu d’activité physique, mais pas de véritables séances. C’était simplement pour rester actif. J’en ai surtout profité pour bien me reposer après ce début de saison.

DE QUELLE MANIÈRE AS-TU ORGANISÉ LES SEMAINES SUIVANTES ?
Je suis plutôt d’un tempérament à voir venir au jour le jour. J’ai donc profité de ces semaines de confinement pour me reposer et couper un peu même si ça n’a pas été

évident puisque sur les réseaux sociaux nous avons recevons beaucoup de questions sur notre pratique en cette période ou le report des Jeux olympiques. J’ai préféré rester dans ma bulle le plus longtemps possible et mettre ces questions de côté pour ne pas m’imposer de pression supplémentaire.

A-T-IL ÉTÉ DIFFICILE DE SE GARDER TON CALME ET TON SANG-FROID ?
Ce n’est jamais évident de se gérer tout seul, alors si en plus tout le monde y va de son avis et de ses commentaires, ça devient très vite pesant. D’autant que la décision d’un report des Jeux olympiques ne dépendait pas de nous. Quoiqu’il se passe, les athlètes doivent s’adapter et trouver des solutions pour performer. Voilà ce qui est réellement en notre pouvoir. Pour le reste, c’est aux instances internationales de s’organiser pour ne pas pénaliser les compétiteurs et le public. En attendant, j’ai tout fait pour garder un esprit de compétiteur et ma rage de vaincre. Le but sera toujours d’être meilleur que les autres. À Tokyo, c’est celui qui se sera le mieux adapté qui montera sur la boîte.

« QUOIQU’IL SE PASSE, LES ATHLÈTES DOIVENT S’ADAPTER ET TROUVER DES SOLUTIONS POUR PERFORMER. »

D'AUTANT QU'EN PLONGEON, VOUS AVEZ L'HABITUDE DE VOUS ADAPTER, NOTAMMENT EN RAISON DU MANQUE D'INSTALLATIONS.
C’est sûr qu’il est impératif de se savoir s’adapter. C’est même la première condition pour tous ceux et toutes celles qui veulent s’investir durablement dans la discipline. Cette situation, c’est un peu comme une épine dans le pied, mais on ne peut rien faire. Là-encore, ça ne dépend pas des athlètes. Il faut surtout penser à rester en bonne santé, à s’entraîner sérieusement et à ne pas perdre d’énergie avec ces problématiques.

N'AS-TU MALGRÉ TOUT PAS REDOUTÉ QUE CE CONFINEMENT TE PÉNALISE,

TANT PHYSIQUEMENT QUE PSYCHOLOGIQUEMENT ?
J’ai pris ça dès le début comme un obstacle à franchir pour transformer cette épreuve en challenge motivant. Vous savez, j’ai arrêté le plongeon pendant deux ans et j’ai réussi un très bon retour en début de saison 2019-2020 au cours duquel j’ai atteint tous les objectifs que je m’étais fixé. Ce ne sont pas quelques semaines de confinement qui vont tout remettre en cause. Je sais pourquoi je suis revenu et où je veux aller. J’ai fait en sorte de garder ça en tête tout au long du confinement pour rester fort. Et si je reviens moins fort, si ces semaines finissent par peser sur mon mental, je travaillerai trois fois plus. Le monde ne va pas s’arrêter de tourner définitivement et je ne m’arrêterai pas de plonger.

CET ARRÊT DE DEUX ANS TE DONNE-T-IL D'AVANTAGE CONFIANCE ?

Tous les sportifs font à un moment ou à un autre cette expérience, que ce soit pour faire une pause ou en raison d’une blessure, qui dure parfois plus longtemps qu’un confinement. Le but sera de revenir le plus rapidement possible au niveau physique et mental. Je ne vois pas ça comme un arrêt total, mais plutôt comme une pause. Au retour, les deux premières semaines risquent d’être compliquées, mais après la saison reprendra son cours.

IL Y A ENCORE QUELQUES MOIS, TU ÉTAIS EXCLUSIVEMENT CONCENTRÉ SUR LE 27 MÈTRES. AUJOURD'HUI, TON OBJECTIF EST LA QUALIFICATION OLYMPIQUE SUR 10 MÈTRES. QUELLE A ÉTÉ TA RÉFLEXION ?
Quand j’ai repris le tremplin à 10 mètres, je ne pensais pas atteindre un tel niveau aussi rapidement. Du coup, j’ai intégré la course pour les JO alors que ce n’était pas prévu à

la base. Au début, on en discutait un peu avec Benjamin (Auffret) et on se disait que ce serait sympa de faire du synchro à 10 mètres. Il n’y a que quatre plongeurs à faire. Et ensuite, j’ai vu que je progressais assez vite et que j’avais sûrement une carte à jouer en individuel. Il fallait travailler deux plongeurs de plus. J’ai vite basculé d’un à deux entraînements par jour.

PARTAGER CETTE AVENTURE AVEC BENJAMIN AUFFRET QUI EST DANS LE TOP 8 MONDIAL DEPUIS QUATRE ANS EST-IL UN AVANTAGE ?
Bien sûr ! Ça aide parce que le 10 mètres ce n’est pas du tout ma spécialité. Quand j’ai repris l’entraînement, j’ai bien observé Benjamin pour m’inspirer et reprendre ses départs pour le synchro. C’est sûr que c’est important de vivre ça à ses côtés. Une fois à 10 mètres, on se soutient énormément ! »



L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE AU SERVICE DE LA PERFORMANCE

À une époque où une performance peut être décortiquée sous tous les angles, les athlètes olympiques comme les nageurs lambdas ont de plus en plus recours aux innovations technologiques pour évaluer leur progression. Mais l'Intelligence Artificielle peut-elle réellement aider les entraîneurs à améliorer les performances de leurs athlètes ou même à détecter les nageurs qui brilleront aux Jeux Olympiques de Paris en 2024 ?

Depuis quelques années, les smartphones et les tablettes ont remplacé les carnets et les stylos. Si – pour le moment – les sportifs et les entraîneurs n’ont pas encore été remplacés par des robots, l’utilisation des chronomètres recule et les yeux sont de plus en plus souvent secondés par l’écran de la tablette pour analyser des détails techniques. Rien d’étonnant, nombre d’applications permettent d’effectuer des ralentis ou d’obtenir des données statistiques utiles dans la planification de l’entraînement. Si on connaît avec précision la distance parcourue, on peut également mesurer l’efficacité des mouvements ainsi que les réactions physiologiques d’un sportif. Mais si, parfois, certains chiffres sont impressionnants et mettent en avant l’intensité d’une séance, à quoi servent-ils concrètement et comment sont-ils utilisés pour optimiser les performances des athlètes ? Pour Arthur Leroy, chercheur français spécialisé sur la data, « il y a un problème de méthode. On ne peut pas demander aux sportifs de s’improviser mathématiciens et, en même temps, il y a très peu de véritables spécialistes de la data investis dans le milieu sportif. » Conséquence : « Plus de 50% des résultats en recherche sont à jeter, par manque de méthodologie statistique pour transmettre un résultat fiable. » En résumé, les outils et les données ne manquent pas, mais les spécialistes pour les analyser, oui.

« L'utilisation de l'Intelligence Artificielle dans le sport marque le début d'une ère nouvelle. Les chercheurs en biomécaniques ou dans d'autres disciplines ne sont pas à l'aise pour traiter ces données et on ne peut pas le leur reprocher. Ils n'ont pas été formés dans ce sens. Le vrai problème, c'est le manque de spécialistes. » Soit, mais avec davantage d’experts pourrait-on détecter le futur Michael Phelps, ou optimiser les qualités d’un nageur afin de le conduire au plus haut niveau ? Selon Arthur Leroy, « la mise en relation d’un certain nombre de données devrait permettre de détecter des athlètes à fort potentiel. C’est sans doute ce type de recherche qui a été mené en Grande-Bretagne avec le brasseur Adam Peaty. Il dispose autour de lui d’un staff qui a l’ambition d’optimiser et d’imaginer ses performances futures ». Ce n’est pas Robin Pla, Conseiller Technique National à la Fédération Française de natation qui prétendra l’inverse. « Au Royaume-Uni, en Australie ou aux États-Unis, parler d'Intelligence Artificielle ne choque pas les sportifs. C'est bien intégrer dans les mœurs. Lorsqu'on voit les résultats des nageurs britanniques aux Jeux de Rio, on est obligé d'admettre que l'utilisation des données technologiques a un impact positif. En France, nous ne pouvons malheureusement pas nous aligner sur les moyens financiers déployés par les Anglo-saxons. » Pour Arthur Leroy, la solution est simple : « Si le lien entre chercheurs en Intelligence Artificielle et entraîneurs pouvait se mettre en place, nous pourrions espérer des améliorations au niveau de la détection des talents et dans l'idéal une amélioration des performances. »

Si la passerelle n’est pas encore tendue, la FFN s’intéresse de plus en plus à l’utilisation de ces nouvelles technologies. Ainsi, le service recherche de l’instance fédérale a organisé en 2018 une journée de présentation du dispositif « Triton », un boîtier disposé sous le bonnet des nageurs qui permet de recueillir en temps réel nombre d’informations. De nombreux entraîneurs et cadres techniques avaient d’ailleurs tenu à assister à cette démonstration en présence d’Alain Bernard, friand de nouvelles technologies. « La détection commence très tôt et disposer de ce genre d’outils permet de passer les bons messages auprès de la nouvelle génération qui est extrêmement connectée », estime le champion olympique 2008. « Ce sont des atouts qui vont nous permettre

« LORSQU'ON VOIT LES RÉSULTATS DES NAGEURS BRITANNIQUES AUX JO DE RIO, ON EST OBLIGÉ D'ADMETTRE QUE L'UTILISATION DES DONNÉES TECHNOLOGIQUES A UN IMPACT POSITIF. »

de suivre nos athlètes et de voir comment ils évoluent. Nous pourrions également réaliser une analyse plus fine des résultats en compétition. » Le dispositif « Triton » n’est toutefois pas l’unique outil dont dispose la natation tricolore. Dans le cadre de sa thèse intitulée « La comparaison entre un modèle traditionnel de planification avec un modèle polarisé chez les nageurs de haut niveau », Robin Pla a exploré un champ

complètement nouveau. En partenariat avec la société Body Cap, il a testé lors de l’Open de France une gélule connectée permettant d’enregistrer en temps réel la température du corps d’un athlète. Une expérience destinée à mesurer les variations lors de l’échauffement, du temps d’attente avant la course et pendant l’épreuve, lors de la récupération et durant la digestion. En mesurant ces fluctuations de température, quel que soit les conditions météorologiques, il est possible ensuite d’affiner la stratégie d’échauffement. Les résultats de cette étude permettent également de voir comment un nageur d’eau libre réagit et se comporte dans une eau froide ou chaude. A ce titre, Robin Pla a constaté que la température du corps d’un nageur

variait entre 36 et 38°C lors de l’échauffement. Un écart qui permet de distinguer des différences physiologiques entre les athlètes qui n’auront donc pas besoin du même équipement et du même temps d’échauffement avant une course. Le but de ces technologies, vous l’aurez compris, vise à individualiser les séances d’entraînements. Pour de nombreux acteurs du sport, c’est en s’adaptant aux spécificités de chacun qu’un athlète se sentira valorisé et réussira à exprimer tout son potentiel. Une véritable relation humaine en somme, bien loin des idées préconçues qui voudraient que l’Intelligence Artificielle remplace les sportifs et entraîneurs par des robots ■

JONATHAN COHEN & ANNE-ELISABETH LIEBMANN (AVEC A. C.)





VOYAGE ENTRE LES LIGNES ET SUR LES ONDES

Avec les Jeux de Tokyo, désormais programmés en 2021, la natation va profiter d’une exposition médiatique accrue. Un rythme régulier qui s’était largement emballé entre les Jeux d’Athènes en 2004 et ceux de Rio en 2016. Mais les médias ont différentes manières de prendre la vague ou de tenter de la reprendre à mesure que le grand rendez-vous olympique approche. Nous sommes partis à la rencontre de journalistes en charge de l’actualité aquatique.

Gratter quelques lignes dans la presse généraliste pour causer lignes d’eau peut s’apparenter à un vrai sport. François Artigas, longtemps journaliste pigiste pour le Nouvel Observateur et Télé Obs, le supplément de l’hebdomadaire consacré à la petite lucarne, en sait quelque chose : « J’ai le souvenir d’avoir réussi à « arracher » une double page dans le Nouvel Observateur pour un portrait de Roxana Maracineanu à la fin des années 90 après son titre mondial en dos, c’était dans la rubrique « Les uns, les autres » quelques pages après l’éditorial de Jean Daniel. A l’époque, le rédacteur en chef m’avait dit : « Vous avez de la chance, deux pages dans l’Obs pour une nageuse, ça ne se reproduira pas souvent ». Une phrase qui résonne encore dans sa mémoire. Pourtant, François Artigas, reporter depuis le milieu des années 70, en avait déjà vu bien d’autres : « La natation a toujours eu l’étiquette de « petit » sport même si ça a forcément bougé dans les années 2000 avec Laure Manaudou et Alain Bernard, mais personnellement, je n’ai jamais eu à me forcer pour défendre ce sport que j’adore ». A la manière d’un Georges Pérec, ses « fragments » de souvenirs autour des bassins s’enchaînent, en effet, et font valser les époques : « Je me souviens », dit-il, « de Kiki Caron à la piscine des Tournelles au début des années 70 pour un championnat de

France. Je n’étais encore qu’un étudiant passionné de cinéma et de sport, mais on pouvait être tout près d’elle au bord de la piscine. Je me souviens aussi d’une conférence d’entraîneurs américains dans cette même piscine de la Porte des Lilas, c’était impressionnant pour moi d’être là. » Egalement correspondant à Paris pour les quotidiens régionaux Ouest-France et La Presse de la Manche entre la fin des années 1980 et le début des années 2000, François Artigas constatera au rythme de l’alternance des Mondiaux et des Jeux, un regain d’attention pour les nageurs et nageuses à mesure que les grands rendez-vous internationaux se rapprochaient : « Même si c’est un peu différent en presse régionale où les champions locaux sont toujours un peu plus suivis, il y a toujours davantage de place pour les nageurs et les nageuses au moment où le couperet de la qualification olympique approche ». Devenu un peu plus tard, le journaliste spécialiste du sport dans les pages de Télé Câble Sat Hebdo, magazine lu par près de deux millions de lecteurs au mitan des années 2010, François Artigas va continuer de voguer sur « la vague people ouverte autour de la natation par le personnage de Laure Manaudou » après son titre olympique sur 400 m nage libre à Athènes en 2004 : « J’avais des lecteurs qui me demandaient de parler un peu plus de sport et rien que de sport, mais Télé Câble, c’était du

glamour et du très connu ! Et peu importait si on était ou non en année olympique. Et puis, finalement, comme Laure Manaudou et son entraîneur Philippe Lucas étaient devenus des personnalités courtisées par les télévisions, ça a malgré tout servi la cause de la natation. Au moins, on en parlait ». Voilà comment il se retrouve en 2011 à jouer les chaperons du premier papier de l’ex-Miss France Laury Thilleman questionnant Philippe Lucas au bord de la piscine du Racing Club de France : « Ils avaient même fait la couverture », se remémore



(MOS/STÉPHANE KEMPINARE)

« IL Y A TOUJOURS DAVANTAGE DE PLACE POUR LES NAGEURS AU MOMENT OÙ LE COUPERET DE LA QUALIFICATION OLYMPIQUE APPROCHE. »

Charlotte Bonnet en interview lors de l’édition 2018 de l’Open de France à Chartres.

François Artigas. « Comme ils rejoignaient Eurosport, l’une en charge des interviews au bord des bassins, l’autre comme consultant, ça nous avait évidemment facilité la tâche. » Eurosport, détenteur des droits de la natation, se charge alors de mettre la presse télé dans ses petits papiers pour booster ses audiences : « La chaîne a eu l’intelligence de nous inviter sur plusieurs événements et de nous faciliter le contact avec les nageurs. Lorsqu’on vient d’un média généraliste, ça aide et surtout ça peut convaincre des médias de

s’intéresser à un sport quand leurs journalistes, contrairement à moi, n’ont pas forcément un tropisme prononcé pour les piscines. » Car, ne tournons pas autour du plot trop longtemps, le suivi de la natation dans les médias est souvent une affaire d’affinités personnelles. Sollicité pour prendre le

relais de Stéphane Joby, longtemps chroniqueur attiré des compétitions de natation nationales et internationales et plume distinguée en 2013 pour un article sur Jérémy Stravius^(*), Damien Burnier avoue sans détours qu’il ne s’est pas vraiment coulé dans l’eau de son premier grand bain : « Moi, j’ai besoin de voir des visages en action, des émotions qui transparaissent, pour rentrer dans un sport et c’est loin d’être le cas en natation. Donc, j’ai eu du mal à appréhender la discipline. Évidemment, »



« NE JAMAIS BAISSER LES BRAS »

La très populaire « Kiki », chouchou du public français dans les années 1960, n'a pas oublié l'édition olympique de Tokyo en 1964. Bien que le report des Jeux ait été annoncé fin mars par le CIO, l'ancienne dossiste de l'équipe de France a pris le temps de nous faire partager ses souvenirs. Présente en janvier dernier à l'Institut Lumière de Lyon dans le cadre du festival « Sport, Littérature et Cinéma », Christine Caron a témoigné, ainsi qu'elle aime le faire, de son expérience au pays du Soleil levant.

QUEL A ÉTÉ VOTRE PARCOURS DEPUIS LA FIN DE VOTRE CARRIÈRE SPORTIVE ?

J'ai fait un disque dont les chansons ont été écrites par Antoine et Pascal Sevran et j'ai chanté pendant un mois au cabaret « La Tête de L'art » avenue de l'Opéra, un lieu où tous les artistes passaient avant de se produire à l'Olympia. Mais je ne me suis jamais prise pour une grande chanteuse (*sourire*)... J'ai tourné un film en Italie, « Le lys de mer » d'après un livre d'André-Pierre de Mandiargues, qui fut loin d'être un chef-d'œuvre (*sourire*)... J'ai également fait des défilés de mode, de la relation publique dans divers domaines, beaucoup de rallies, celui de l'Atlas, le Dakar, du circuit à Spa et au Mans. J'ai fait plein de trucs différents parce que j'étais connue et qu'on me les proposait. J'avais vingt ans et j'étais curieuse de tout. Et puis, avec une entreprise nantaise, nous avons développé un concept de piscines pour particuliers. Elles étaient baptisées « Christine Caron ». Ça a très bien marché et cette belle association a duré une trentaine d'années, jusqu'à ma retraite.

QUELS SOUVENIRS CONSERVEZ-VOUS DES JEUX OLYMPIQUES DE 1964 À TOKYO ?

Je me rappelle que je faisais partie des favorites. Je détenais le record du monde du 100 m dos, je survolais le niveau européen, mais c'était la première fois que je prenais part à une compétition d'un niveau mondial aussi élevé. Il faut comprendre que c'était une époque où les instances fédérales étaient beaucoup moins pointues qu'aujourd'hui. Heureusement que Suzanne Berlioux, mon entraîneur, était omniprésente jusque dans les domaines extra-sportifs. Elle a été pour moi plus qu'un entraîneur. Elle était presque une seconde maman. Pour le reste, mon souvenir de Tokyo est évidemment très bon. En natation, j'ai été la seule Française médaillée. C'était le début des olympiades des temps plus modernes. Quand on se replonge dans ces années-là, on mesure tout le parcours accompli...

C'EST-À-DIRE ?

Les retransmissions télévisées en direct n'existaient pas encore. Les gens écoutaient les courses à la radio. Pour moi, Tokyo a représenté la découverte d'une grande compétition mondiale omnisports. Je n'avais encore jamais rencontré les nageuses américaines et australiennes qui détenaient presque tous

« JE NE SUIS PAS FÉMINISTE, JE SUIS FEMME... POINT ! »

les records mondiaux. L'année suivante, j'ai participé au championnat des États-Unis, une compétition open, et j'ai été la première Française à être championne des États-Unis.

Les championnats du monde n'existaient pas à l'époque et le niveau sportif de ces épreuves en était un peu l'équivalent. Suzanne Berlioux a fait en sorte que je puisse participer à ces compétitions et ainsi progresser. Le duo que nous formions moi, jeune fille de Français moyens, et elle, a beaucoup intrigué dans le monde entier. Nous avons ouvert une voie nouvelle vers la place de la

femme dans le sport jusque-là largement focalisé sur les performances masculines. Je fais partie des précurseurs en ce domaine et je le revendique. De plus, ces voyages étaient pour moi une formidable découverte du monde.

QUATRE ANS PLUS TARD, À MEXICO, VOUS AVEZ ÉTÉ PORTE-DRAPEAU DE LA DÉLÉGATION FRANÇAISE. QUE RETENEZ-VOUS DE CETTE EXPÉRIENCE ? C'était un honneur d'être la première Française nommée porte-drapeau dans ce « club » réservé aux hommes ! Mais aussi une récompense pour mes performances déjà accomplies. Plus tard, on a attendu

très longtemps avant qu'une autre femme soit honorée de la sorte (Marie-José Pérec à Atlanta en 1996 et Laura Flessel à Londres en 2012, ndlr). C'était un symbole de faire une plus grande place aux femmes dans le sport. C'est une époque où le monde évoluait, où l'accès à l'information commençait à se développer. Aujourd'hui, ça fait un peu partie de l'histoire de France, tout était mêlé. Les jeunes ont sans doute du mal à appréhender ce qu'étaient les choses à l'époque. Je ne suis pas féministe, je suis femme... point ! Mais je suis fière d'avoir, par ce geste, ouvert en quelque sorte une voie nouvelle aux femmes. J'ai aussi été l'une des premières sportives à

sortir du champ médiatique purement sportif et à illustrer les couvertures de presses et à faire la « Une » des magazines.

QU'EST-CE QUI A, SELON VOUS, CHANGÉ DANS LES JEUX OLYMPIQUES, DANS LEUR ESPRIT ET DANS LE SPORT EN GÉNÉRAL ?

Nous, on faisait du sport en noir et blanc, tandis qu'eux, ils font du sport en couleur (*sourire*)... C'est une image, bien sûr, mais c'est beaucoup cela quand même. Nous étions au démarrage de l'évolution du sport vers le modernisme. Mais ce qui a changé les choses, c'est que le sponsoring est arrivé. J'étais au début de ce phénomène, ➤



Christine Caron lors de l'inauguration du nouveau bassin de l'INSEP en octobre 2015.

© J. P. PONGENTY

je recevais des monceaux de courriers. A l'époque, il n'y avait qu'une chaîne, donc quand on venait filmer mes courses et mes entraînements on ne pouvait pas zapper. Tout a changé, il m'est arrivé de nager dans des piscines non chauffées. Je ne faisais pas de musculation. Je m'entraînais avec le public, je n'avais pas de ligne dédiée. Le suivi médical et la préparation mentale n'existaient pas. C'est mon entraîneur seul qui me faisait évoluer.

QUEL REGARD PORTEZ-VOUS SUR LES JEUNES ATHLÈTES, ET EN PARTICULIER LES JEUNES NAGEURS ACTUELS ?

Les athlètes d'aujourd'hui ont plus de facilités pour pratiquer leur sport, ce qui ne veut pas dire que c'est plus simple ! Les sports-études se sont multipliés, il y a plus de clubs. Le suivi médical est aussi un atout. Il y a plus de meetings, de rencontres internationales, beaucoup de sportifs sont professionnels, les aides sont plus importantes. Maintenant, que ce soit à n'importe quelle époque, lorsque l'on a de grandes ambitions, il faut se donner les moyens pour y parvenir. La clé, c'est le travail ! Il ne faut jamais baisser les bras. Devenir un champion dans n'importe quelle discipline n'a jamais été un long fleuve tranquille, mais c'est tellement fort comme sensation, comme challenge, que faire des sacrifices en vaut vraiment la peine. Personnellement, je ne regrette rien, j'ai aimé tout ce que le sport m'a apporté.

POUEZ-VOUS NOUS PARLER DE L'ÉQUIPE DE FRANCE ACTUELLE DE NATATION ? QUELS SONT SELON VOUS SES ATOUTS, SES CHANCES POUR LES JEUX DE TOKYO REPORTÉS EN 2021 ?

Je suis de loin les performances des Bleus et je ne vais pas non plus assister aux compétitions. Je sais néanmoins que les nageurs tricolores ont signé des résultats intéressants aux derniers championnats d'Europe en petit bassin (Glasgow, décembre 2019). A présent, ma vie ne tourne pas qu'autour du sport, mais j'adore suivre les épreuves à la télévision car les images sont toujours magnifiques. En revanche, j'ai croisé plusieurs fois Florent Manaudou à la piscine de la Croix-Catelan, où j'ai moi-même l'habitude de nager. Il vient parfois s'y entraîner lorsqu'il est de passage à Paris. Ça me permet de voir cette puissance qu'il développe dans l'eau. C'est en plus quelqu'un de très poli et de très agréable.

REGRETTEZ-VOUS QUELQUE PART DE NE PAS ÊTRE COMPÉTITRICE AUJOURD'HUI ?



« LORSQU'ON ENTREPREND QUELQUE CHOSE, IL FAUT D'ABORD DÉFRICHER. »

J'ai adoré mon époque, mais ce que j'aurais aimé, c'est avoir les facilités qu'ils ont aujourd'hui, tel le sport-étude. Il a fallu beaucoup se bagarrer pour avoir ce qu'on a, mais c'est normal. Lorsqu'on entreprend quelque chose, il faut d'abord défricher. Et parmi les choses que j'ai le plus aimées, ce sont mes découvertes, mon ouverture au monde. Cathy Ferguson (nageuse américaine double médaillée d'or aux Jeux olympiques de Tokyo en 1964, ndlr) est devenue une copine. On s'écrivait, ça me faisait travailler mon anglais. Je lui ai fait découvrir Paris. C'était aussi une perpétuelle ouverture sur le monde de s'imprégner des cultures des pays où nous conduisaient les compétitions.

QUEL MESSAGE SOUHAITEZ-VOUS TRANSMETTRE AUX JEUNES ATHLÈTES D'AUJOURD'HUI ?

Je leur souhaite tout d'abord de profiter pleinement de cette chance qu'ils ont de pouvoir participer à de grands événements, mais aussi de penser à leur reconversion. J'observe, en effet, que dans le monde du sport actuel beaucoup d'athlètes qui ont bien représenté la France éprouvent encore beaucoup de difficultés à trouver une reconversion. La situation s'est sûrement améliorée, mais il reste beaucoup de choses à faire dans ce domaine. Plus largement, je souhaite également que la France ait davantage de piscines. Cela répond à un réel besoin dans le but de développer plus largement l'apprentissage de la natation ■

RECUEILLI PAR LAURENT THUILLIER



FOURNISSEUR OFFICIEL



JE SUIS PLUS PERFORMANT ,

GRÂCE AU MEILLEUR ENTRAÎNEMENT ET À LA MEILLEUR TECHNOLOGIE

La Fédération de Natation s'associe à Tanita, leader mondial de l'analyseur de composition corporelle.

Identifiez rapidement les besoins spécifiques de vos athlètes pour un entraînement personnalisé et suivez leurs progrès **au quotidien.**



50 % des blessures dans les sports de haut niveau peuvent être évitées.

Améliorez les performances de vos athlètes grâce à une analyse de la répartition de la masse musculaire, du taux d'hydratation, de la masse grasseuse et bien plus encore.



Tanita crée un environnement d'excellence en vous offrant:

- Un suivi personnalisé pour chacun de vos athlètes
- Une plus grande cohésion d'équipe
- Une meilleure relation entraîneur-athlète
- De meilleures performances plus constantes



MC780 MAS :

Assure en quelques secondes une analyse complète de la condition physique d'un athlète et permet un suivi de performance optimal. Cet appareil est transportable, idéal pour les déplacements en championnat.

Bénéficiez dès maintenant de **15 % de réduction** sur notre produit phare la MC780 MAS ainsi que sur l'ensemble du site **Tanita.fr** avec le code **TANITAXFFN**

www.tanita.fr