



TYR
VENIZO
— BATTLE BORN —

DISPONIBLE SUR LE SITE WWW.TYR.EU

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

NATATION

MAGAZINE

NUMÉRO 200
YANNICK AGNEL
RÉDACTEUR EN CHEF EXCEPTIONNEL

L'ENTRETIEN
MEWEN TOMAC
PAGE 10

EAU LIBRE
L'EDF AQUA
CHALLENGE
À L'HEURE
DU BILAN
PAGE 36



EN EAU INCONNUE

www.ffnatation.fr

L'EAU, SOURCE D'ÉNERGIE DEPUIS TOUJOURS.

1^{er} producteur d'énergie hydraulique*, EDF est fier d'être partenaire de l'Équipe de France de natation.

Devenons l'énergie qui change tout.



Facebook: EclaironsLeSport
Instagram: EclaironsLeSport
Twitter: @SportEDF

NATATION MAGAZINE

N°200 - Octobre 2020

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 :
0924 G 78176 – Dépôt légal à parution

Directeur de la publication
Gilles Sézionale

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

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

Ont collaboré à ce numéro
Yannick Agnel,
Jean-Pierre Chafes,
Sophie Greuil,
Christiane Guérin,
Issam Lachehab,
Philippe Pongenty,
Claire Robert

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



AVEC PRUDENCE ET PASSION

La saison estivale terminée, la rentrée 2020 a été synonyme de prudence pour nous tous. Les activités vont reprendre avec toutes les contraintes qui accompagnent la crise sanitaire que nous traversons depuis la fin de l'hiver. Je sais que chacun a hâte de retrouver le chemin des piscines et c'est pourquoi nous avons souhaité vous accompagner au mieux en publiant le guide de *Recommandations pour la rentrée* (www.ffnatation.fr). Cette nouvelle saison sportive sera forcément particulière. Nous espérons toutefois que nos athlètes pourront réaliser leur rêve olympique au Japon. Difficile pour eux de reprendre l'entraînement sans espérer vivre cette expérience exceptionnelle. J'ai défendu activement le report des Jeux d'une année et je souhaite, à présent, que nous puissions emmener nos équipes de France en toute sérénité vers ce rêve de médailles. La vie fédérale c'est aussi un regard sur d'autres disciplines. La Natation Santé s'est réunie cette année dans l'Allier afin de partager à nouveau le fruit de ses nombreuses et enrichissantes expériences dans les Ligues. Par ses actions de bienveillance et d'éducation aux bonnes pratiques, cette discipline est reconnue de tous. Je remercie la qualité et l'investissement des équipes qui œuvrent en région pour la réputation de nos enseignements.

Toutes nos activités reprennent progressivement et mon attention se porte bien entendu sur la vie de nos clubs. L'Agence Nationale du Sport qui nous a une fois de plus confié la gestion de la campagne du Projet Sportif Fédéral dans les Ligues, les départements et les clubs, a validé l'ensemble de nos dossiers. Cette approbation est bien le gage de la reconnaissance de la qualité du service rendu par la Fédération à ses Ligues et ses clubs. Je remercie sincèrement le service « Développement et Accompagnement du réseau fédéral » pour son travail et sa mobilisation au cœur de l'été. Dans ce numéro de rentrée, vous pourrez découvrir un bilan de la tournée de l'EDF Aqua Challenge en eau libre qui fait suite à celle du Water-Polo Summer Tour. Malgré toutes les difficultés liées à l'épidémie de COVID-19, nous avons pu animer en toute sécurité les sites restés ouverts. A ce titre, je salue le travail et le professionnalisme des Ligues et des clubs engagés dans ce défi. La vie continue et nous allons faire en sorte que chacun puisse pratiquer sa discipline de cœur avec passion et sérénité.

Bonne saison à tous !

Gilles Sézionale



Début septembre, le bassin de la Villette, à Paris, a accueilli pour la quatrième année consécutive une étape de la tournée nationale d'eau libre.

L'énergie est notre avenir, économisons-la!

*Au sein de l'Union Européenne. Source : document de référence 2018 d'EDF, page 37, paragraphe 1.4.1.5.

NATATION

MAGAZINE

www.ffnatation.fr

OCTOBRE 2020 NUMÉRO 200



SOMMAIRE

6. ARRÊT SUR IMAGE

Yannick Agnel rédacteur en chef

8. ARRÊT SUR IMAGE

L'EDF Aqua Challenge relève le défi

10. L'ENTRETIEN

Mewen Tomac :
« J'ai encore les moyens de progresser »

18. EN BREF

20. LE CHIFFRE DU MOIS

22. REVUE DE TWEETS

24. EN COUVERTURE

En eau inconnue

32. DÉVELOPPEMENT

Campagne Projets Sportifs Fédéraux 2020 « en progression de 20% »

36. EAU LIBRE

Pari gagné pour l'EDF Aqua Challenge

40. INNOVATION

Un sprint à couper le souffle

44. HORS LIGNES

Steve Stievenart, un aller-retour dans l'histoire

48. RENCONTRE

Samantha Davies :
« Je puise ma force dans la natation artistique »

CE QU'IL FAUT RETENIR ★ Yannick Agnel, double champion olympique, est le rédacteur en chef exceptionnel de ce numéro 200 du Natation Magazine ★ L'entretien accordé par le jeune dossiste tricolore Mewen Tomac qui est devenu à Rome le quatrième meilleur performeur français de tous les temps sur le 100 m dos ★ L'ascension du Mont-Blanc réussi par le dossiste dijonnais Pierre-Yves Desprez ★ La présentation des nouveaux critères de sélection en natation course ★ En cette année olympique, les nageurs français disposeront de deux périodes de qualification pour décrocher leur billet pour Tokyo ★ La campagne Projets Sportifs Fédéraux en progression de 20% ★ Le succès rencontré par la troisième édition de l'EDF Aqua Challenge ★ Malgré les conditions sanitaires et les annulations, la tournée a proposé six étapes partout en France ★ La préparation expérimentale du nageur paralympique David Smetanine ★ Pour aborder ses cinquièmes Jeux olympiques, le Grenoblois de 45 ans travaille en apnée ★ Le « Two-Way » réalisé par le Français Steve Stievenart ★ À 43 ans, le Nordiste est devenu le premier tricolore à boucler cet aller-retour dans la Manche ★ La skippeuse Samantha Davies nous a accordé un entretien à l'aube du Vendée-Globe ★ Elle évoque notamment son amour pour la natation artistique.



PERFORMANT
PAR NATURE

OFFRE
LICENCIÉS / CLUBS

-20%

avec le code **FFN**
sur www.stc-nutrition.fr*



ARÔMES
NATURELS

ANTI
DOPAGE
NORME
AFNOR*

Trouvez la solution STC NUTRITION® adaptée à vos objectifs
en pharmacie, parapharmacie, magasin spécialisé et sur www.stc-nutrition.fr*

STC NUTRITION® est une marque déposée des Laboratoires Ineldea.

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. WWW.MANGERBOUGER.FR



YANNICK AGNEL, RÉDACTEUR EN CHEF

C'était l'occasion ou jamais. Solliciter un illustre ancien de l'équipe de France pour coiffer, à l'occasion d'un numéro 200 que nous voulions exceptionnel, la casquette de rédacteur en chef de Natation Magazine. Yannick Agnel ne s'est pas fait prier. Bien au contraire. L'idée l'a immédiatement séduit et nous l'avons retrouvé le mardi 8 septembre (accompagné de son meilleur ami Nathan) dans un troquet du 8^e arrondissement de Paris, proche du très sélect Hôtel du Collectionneur, rue de Courcelles. La suite, c'est une discussion à bâton rompu d'un peu plus d'une heure au cours de laquelle le double champion olympique 2012 (200 et 4x100 m nage libre, ndr) nous aura régalié de sa verve naturelle, de son sens de l'humour et de sa vision toujours aussi affûtée de la natation et du sport en général. Yannick était un nageur passionné et atypique, du genre à disputer les championnats de France de Montpellier en 2009 en maillot de bain alors que tous les autres enfilaient des combinaisons en polyuréthane (les fameuses). Il est devenu un homme de 28 ans curieux de tout – à commencer par la littérature qui semble occuper une place toujours plus importante dans sa vie –, mais aussi soucieux des autres et de ce qui l'entoure, définitivement attachant.

ADRIEN CADOT

« J'AI ENCORE LES MOYENS DE PROGRESSER »

À tout juste 19 ans (il les a fêté le 11 septembre 2020), Mewen Tomac a donné un peu de relief à la natation tricolore dans un été privé de rendez-vous olympique. En août dernier, lors du Meeting des Sept Collines organisé à Rome, l'Amiénois a, en effet, remporté le 100 m dos en 53"29. Un temps canon qui en fait le quatrième français le plus rapide de l'histoire sur la distance. Un chrono qui permettrait surtout au jeune dossiste de décrocher sa qualification olympique dès le mois de décembre aux championnats de France de Saint-Raphaël (10-13 décembre). Une progression fulgurante qui n'a pourtant rien de surprenant. Médaillé d'argent du 200 m dos aux championnats d'Europe juniors et bronzé sur la même distance aux Mondiaux juniors, Mewen Tomac entend désormais confirmer à l'étage supérieur.

M EWEN, À QUEL ÂGE AS-TU DÉBUTÉ LA NATATION ?

Mes parents nous ont mis à la natation assez tôt pour apprendre à nager. Ma grande soeur a ensuite débuté la compétition et j'ai eu envie de l'imiter. Je réalisais de bons chronos, même si je n'en avais pas vraiment conscience à l'époque. Je nageais pour le plaisir. En classe de quatrième, j'ai participé à mes premières séries nationales. C'est à ce moment-là que j'ai décidé de m'investir dans la discipline.

EST-IL PLUS FACILE DE S'IMPLIQUER DANS UN SPORT LORSQUE LES RÉSULTATS SONT AU RENDEZ-VOUS ?

Bien sûr ! Quand on voit qu'on a des aptitudes pour une discipline et qu'on obtient des résultats sans être pour autant dans une démarche de haut niveau, ça donne envie de travailler sérieusement et de tenter sa chance à un échelon supérieur.

UNE PERSONNE T'A-T-ELLE PERMIS DE TE RENDRE COMPTE DE TES APTITUDES ?

Ce n'est pas forcément une personne, mais régulièrement, quand j'étais au collège, on venait me voir pour me dire que je réalisais de bons chronos pour mon âge et que c'était prometteur. Je ne m'intéressais pas encore tellement à la natation et je n'avais pas l'impression de m'entraîner si dur que ça. Pourtant, ça fonctionnait ! Au fur et à mesure, j'ai fini par me dire qu'il y avait peut-être quelque chose à réaliser.

ALORS QUE TU RÉALISES TES PREMIÈRES LONGUEURS EN COMPÉTITION, L'ÉQUIPE DE FRANCE S'ILLUSTRE AU MÊME MOMENT DANS LES PLUS GRANDES COMPÉTITIONS PLANÉTAIRES. DEUX NAGEURS EN PARTICULIER ONT MARQUÉ L'HISTOIRE DE LA DISCIPLINE : LES DOSSISTES JÉRÉMY STRAVIUS ET CAMILLE LACOURT SACRÉS CHAMPION DU MONDE EX-AEQUO DU 100 M DOS À SHANGHAI EN 2011. EST-CE QUE CELA A JOUÉ SUR TA MOTIVATION ?

Pour être tout à fait honnête, je ne suivais pas du tout la natation à l'époque...

PAS DU TOUT ?

On peut même dire que je débarquais dans ce milieu sans connaître les grands champions ni même les principaux résultats. Je n'y connaissais pas grand-chose et je n'ai jamais été fan de qui que ce soit en particulier. Ce sont vraiment mes performances qui m'ont donné envie de m'impliquer davantage.



© KIM/SOPHIE KEMPINARE

D'AUTANT QUE TU ÉTAIS PERFORMANT DANS LES QUATRE NAGES. ÉTAIS-TU DÉJÀ SPÉCIALISTE DU DOS À TES DÉBUTS ?

J'ai toujours nagé un peu de tout. Je me suis concentré sur le dos à la suite des séries nationales en classe de quatrième, mais j'aime vraiment toutes les nages. C'est d'ailleurs pour cette raison que j'ai choisi de poursuivre ma progression à Amiens.

PENSES-TU QU'IL VA ÊTRE IMPORTANT POUR LA SUITE DE TA CARRIÈRE DE TE SPÉCIALISER ?

Forcément, en année olympique, je privilégie davantage le dos, mais à l'entraînement je

peux très bien, en accord avec mon entraîneur (Mathieu Neuillet), faire une séance de crawl pour varier les plaisirs. Si on prend l'exemple de Jérémy Stravius, il a réussi tout ce qu'il a entrepris dans chacune des quatre nages. J'aimerais bien suivre cet exemple, même si je pense me concentrer sur les épreuves de dos en individuel et sur des épreuves de crawl en relais. J'adorerais intégrer le 4x100 ou le 4x200 m nage libre.

PUISQUE TU ÉVOQUES JÉRÉMY STRAVIUS, AS-TU EU L'OCCASION DE LE CROISER À AMIENS ?

Lorsque je suis arrivé à Amiens en classe de seconde, j'étais dans le groupe juste en

dessous de lui. Je le regardais avec des yeux émerveillés parce que c'est quand même étrange de s'entraîner avec un champion du monde. Jérémy est quelqu'un de très ouvert et de très accessible. Si on a une question, il répond sans aucun problème. Il a toujours été présent pour aider les plus jeunes.

EN 2018, MICHEL CHRÉTIEN A REJOINT L'INSEP AVEC QUELQUES-UNS DE SES NAGEURS AMIÉNOIS. POURQUOI AS-TU DÉCIDÉ DE RESTER EN PICARDIE AVEC MATHIEU NEUILLET ?

J'ai toujours été dans le groupe d'entraînement de Mathieu et ça s'est

« UN DÉCLIC MENTAL LORS DES CHAMPIONNATS D'EUROPE JUNIORS DE 2019. »

toujours très bien passé. J'avais de bons résultats et sa méthode me convenait. Il était donc logique que je reste à Amiens avec lui. Pour être tout à fait honnête, il n'a jamais été question que je suive Michel Chrétien à l'INSEP.

TU FAIS PARTIE D'UNE GÉNÉRATION DE DOSSISTES TALENTUEUX À L'IMAGE DE YOHANN NDOYE BROUARD, STANISLAS HUILLE, MAXENCE ORANGE OU ENCORE PAUL-GABRIEL BEDEL. PAREILLE ÉMULATION EST-ELLE STIMULANTE ?

C'est vrai que plus les années passent, plus nos résultats sont intéressants. On le constate d'ailleurs lorsqu'on se retrouve tous ensemble en finale des championnats de France. Cette émulation nous tire tous vers le haut. C'est important parce qu'on ne peut jamais se reposer sur nos acquis.

CELA PERPÉTUE ÉGALEMENT LA TRADITION DU DOS EN FRANCE.

Même si, comme je l'ai dit tout à l'heure, je ne suivais pas tellement la natation au départ, quand tu es jeune et que tu vois des Français remporter des médailles dans les plus grandes compétitions, ça donne envie de faire pareil. Ce que Camille (Lacourt) ▶



CHLOÉ MCCARDEL, LE VIRUS DANS SA MANCHE

L'Australienne de 35 ans a réussi sa trente-cinquième traversée de la Manche, soit plus qu'aucun homme. Le plus dur, ce ne fut cependant pas ses 10 heures et 40 minutes de nage, mais bien de franchir les obstacles qui se sont dressés sur sa route. Chloé McCardel a d'abord dû passer outre l'interdiction de voyage de son gouvernement suite aux mesures sanitaires liées à la pandémie de COVID-19 avant de respecter une quatorzaine pour revenir chez elle sur les plages du nord de Sydney. « Au final, la trente-cinquième traversée de ma carrière était presque anecdotique ! Représenter ainsi mon pays alors que le monde entier ne peut voyager était un honneur et une chance unique pour le faire briller. Et surtout, j'ai nagé en pensant aux personnes victimes de violences conjugales partout dans le

monde. C'est une cause qui est très chère à mon cœur ». Détentrice de la plus longue nage en océan sans assistance aux Bahamas (124 kilomètres) et d'une triple traversée de la Manche (36 heures et 12 minutes), l'Australienne n'a pas été arrêté par l'épaisse brume accompagnant son challenge : « Nager à l'aveugle a construit la renommée de ce défi ». Entre deux traversées, elle anime des camps en Australie et aux Etats-Unis pour des gourmands d'eau libre. En 2006, l'Anglais Kevin Murphy avait aligné sa trente-quatrième traversée. Le record à battre est celui de l'Anglaise Alison Streeter avec ses quarante-trois traversées. « Désormais, je l'ai en tête », avoue la nageuse de Sydney. « Pourquoi pas, alors, une par an comme une bougie en plus sur mon gâteau d'anniversaire ».

SOPHIE GREUIL

DISPARITION

L'emblématique entraîneur Guennadi Touretski s'est éteint le vendredi 7 août dernier dans un hôpital suisse (après un accident vasculaire cérébral qui avait poussé les médecins à le plonger dans le coma trois jours plus tôt). L'homme avait célébré ses soixante et onze ans le 17 juillet 2020. Il restera comme un technicien d'exception dont les nageurs auront multiplié les records du monde (vingt-sept au total) entre 1992 et 2001. Parmi les athlètes qu'il a coachés dans sa longue et fructueuse carrière figure – évidemment – le Tsar Alexander Popov. Celui-ci l'a rejoint à Volgograd en 1990 avant d'être sacré, deux ans plus tard, champion olympique des 50 et 100 m nage libre au Jeux de Barcelone. Fin 1992, Touretski accepte l'offre de l'institut des sports australien à Canberra. Popov va le suivre, battre le record du monde de l'aller-retour en 1994 (48"21) et conserver ses couronnes olympiques aux Jeux d'Atlanta de 1996.

PAROLES DE COACHES



Depuis le 1^{er} septembre, la Fédération Française de Natation vous propose de télécharger gratuitement en format digital sur sa librairie Calaméo, son site grand public www.ffnatation.fr et l'ensemble de ses réseaux sociaux le numéro spécial Paroles de Coaches (72 pages) consacré à cinq entraîneurs emblématiques de la natation tricolore. A cette occasion, Fabrice Pellerin (Olympic Nice Natation), Lionel Horter (Mulhouse Olympique Natation), Denis Auguin (Cercle des Nageurs d'Antibes), Michel Chrétien (INSEP) et Julien Jacquier (Cercle des Nageurs

de Marseille) ont accepté de lever le voile sur différentes thématiques incontournables de leur activité : la formation, les outils technologiques, la pédagogie, le rapport entraîné-entraîneur, la dualité entre l'expérience du terrain et la théorie, l'entraînement et la performance, l'échec et le succès. A ne pas manquer !



FANTINE LESAFFRE REJOINT LE CN ANTIBES

Championne d'Europe 2018 du 400 m 4 nages, Fantine Lesaffre portera désormais les couleurs du Cercle des nageurs d'Antibes, où elle s'entraîne depuis deux ans sous la férule de Franck Esposito. « Franck, entraîneur en chef du club, et Fantine ont accompli de belles choses ensemble depuis deux ans. Cela nous a donné l'envie d'aller encore plus loin en proposant à Fantine un projet sportif ambitieux sur quatre ans, qui devrait l'amener à son meilleur niveau à

Paris en 2024 », a livré Denis Auguin, directeur général du CN Antibes, à nos confrères du journal L'Equipe. Une motivation partagée par Fantine Lesaffre, qui représentait jusqu'alors le Stade de Vanves : « Je suis fière de rejoindre un club aussi prestigieux, qui a amené de nombreux nageurs sur les podiums des plus grandes compétitions internationales. J'espère perpétuer cette tradition de belle réussite au plus haut niveau ».

PÉRIODE DE QUALIFICATION OLYMPIQUE

CHAMPIONNATS DE FRANCE DE NATATION SAINT-RAPHAËL

10 • 13 DECEMBRE 2020

SUIVEZ NOUS SUR ffnatation.fr f t i d YouTube

PARTENAIRE PRINCIPAL: edf

PARTENAIRES OFFICIELS: TYR, GROUPE AON

PARTENAIRES MÉSAGE: beIN SPORTS, C NEWS, RMC

LE CHIFFRE DU MOIS

30

C'est le nombre d'heures qu'il aura fallu au dossiste bourguignon Pierre-Yves Desprez (multiple finaliste aux championnats de France Elite) pour gravir le Mont-Blanc les 1^{er} et 2 septembre. Au total, le nageur d'Éric Rebourg aura parcouru 28 km aller-retour pour relever ce défi. Au départ, tout est parti d'une plaisanterie. « *Le mec qui s'occupait du fitness au club avait mis le Mont Blanc sur sa To-do-list. Jeune et insouciant, on a dit Ok* », rigole celui qui est par ailleurs étudiant en Staps à l'Université de Bourgogne. Pas question cependant de s'élancer bille en tête. Les compères prennent rapidement contact avec un guide de haute montagne. Une date est fixée. Elle sera repoussée de quelques jours en raison des conditions météorologiques. L'expédition débute finalement le premier jour de septembre. « *On ne savait pas ce qui nous attendait* », se rappelle Pierre-Yves. « *Au bout de quatre heures et demie, on arrive au refuge à 3 800 mètres. Le guide est étonné car on faisait des blagues.* » Il reste 1 000 mètres de dénivelé pour atteindre le Graal, mais avant il faut reprendre des forces dans un dortoir collectif. A 3h50, le petit-déjeuner avalé, il faut repartir. « *Tu marches de nuit, il fait encore plus froid, le vent est fort. Cette fois, le guide ne nous entend plus. Plus on marche et plus on voit les lueurs du jour. C'est magnifique.* » Pierre-Yves Desprez et les siens arrivent au sommet à 7h10. Malgré les conditions extrêmes (-24°C, vent de 50 km/heure), les Bourguignons en prennent plein les yeux. « *Ça caille, le vent souffle, ça fait mal, les flocons sont comme des grains de sable qui te fouettent. On est resté six minutes en haut, j'ai encore les images en tête, on a immortalisé ce moment (...)* C'est en redescendant qu'on s'est rendu compte du parcours. C'était dur, mais on l'a fait. Sur la soixantaine de personnes qui étaient avec nous au refuge, une quinzaine est montée en haut en comptant les guides. Un de nos amis est rentré héliporté car brûlé à la cornée. En tout, on a dû voir cinq-six fois l'hélicoptère qui effectuait la liaison montagne-hôpital ».

CLAIRE ROBERT



INSOLITES

EAU LIBRE DANS LES RUES DE PARIS

Alors que les amoureux de natation en milieu naturel ont pu plonger dans le bassin de la Villette début septembre à l'occasion de l'EDF Aqua Challenge de Paris, un homme n'a pas attendu cet événement organisé par la Fédération Française de Natation pour réaliser quelques longueurs dans la capitale. Alors que la Ville-Lumière a été touchée par la canicule en août dernier, de violents orages ont également éclaté, au point d'inonder la chaussée avec l'équivalent d'une semaine de précipitations en seulement vingt minutes. Il n'en fallait pas plus pour qu'un homme décide de réaliser quelques mouvements

de brasse en plein Boulevard Edgar-Quinet dans le quatorzième arrondissement de la capitale. Une prouesse immortalisée par une internaute qui a partagé la vidéo sur la Toile.

UN SEPTUAGENAIRE VEUT S'ATTAQUER A LA MANCHE

Jean-Jacques Savin, un nom que vous avez déjà entendu si vous êtes un lecteur assidu de Natation Magazine. Nous vous avons raconté l'exploit de ce septuagénaire qui avait traversé l'Atlantique à la dérive dans un tonneau en 2019. Et bien figurez-vous qu'il s'appête à relever un nouveau défi de taille : traverser la Manche à la nage et rejoindre le cercle fermé des Tricolores qui ont réussi cet exploit ! Si le Girondin vient à bout de cet Everest aquatique et boucle cette traversée de 32 kilomètres, il deviendrait

le nageur le plus âgé de l'histoire à relever pareil challenge, devançant le sud-africain Otto Thaning âgé de 73 ans et 177 jours en 2014 lors de sa traversée de la Manche.

UNE PISCINE QUI DONNE LE VERTIGE

À l'arrêt en raison du confinement décrété en France pour lutter contre la pandémie de Covid-19, le chantier de transformation en hôtel quatre étoiles de la Tour Pleyel située à Saint-Denis (Île-de-France) a repris fin mai. Des travaux gigantesques qui permettront à l'établissement de devenir le premier business resort du Grand Paris avec 700 chambres. Par ailleurs, l'équipement disposera d'espaces de restauration, d'un lounge bar et, pour les amoureux de joutes aquatiques, d'une piscine panoramique au 40^e étage, à 140 mètres de hauteur.

NOUVEAU
ROUGE
Artist



LIPBRUSH
INSPIRATION
LIPSTICK
REVOLUTION

COULEUR INTENSE
EFFET LISSANT
HAUTE PRECISION

MAKE UP
FOR EVER
PROFESSIONAL PARIS

*Rouge à lèvres révolutionnaire inspiré d'un pinceau

EN EAU INCONNUE

Il est parfois bon de sortir de ses habitudes, de rompre avec l'ordinaire pour plonger dans l'inconnu, élargir son horizon et repousser ses limites. C'est le virage que vient de prendre la natation tricolore à l'initiative du DTN Julien Issoulié. Cette saison, pour la première fois, le championnat de France organisé traditionnellement au printemps ne sera pas l'unique juge de paix pour se qualifier aux Jeux olympiques de Tokyo repoussés en juillet 2021 suite à la pandémie de COVID-19. Dans les prochains mois, les nageurs français pourront se qualifier *via* une première phase qui s'étendra des championnats de France grand bassin de Saint-Raphaël (10-13 décembre) au FFN Golden Tour Camille Muffat de Marseille (19-21 mars 2021) à condition de réaliser le huitième temps mondial calculé sur la base des trois dernières éditions olympiques. La seconde phase se tiendra lors des championnats de France de Chartres qui se tiendront du 15 au 20 juin 2021, à un mois des Jeux nippons (23 juillet-8 août 2021). En Eure-et-Loir, il faudra réaliser un temps le matin (Standard B FINA) et un temps plus exigeant le soir en finale (Standard A FINA).

« L'ENVIE DE CHANGEMENT ÉTAIT PARTAGÉE »

Dévoilés en juin dernier lors d'une conférence de presse en ligne – crise sanitaire oblige –, les critères de sélection olympique imaginés par le Directeur technique national Julien Issoulié, son équipe, les entraîneurs nationaux et nombre d'acteurs fédéraux ont remporté une large adhésion. Au-delà de standards chronométriques internationaux, ce sont toutes les habitudes de la natation tricolore qui ont été revues.



YANNICK AGNEL, RÉDACTEUR EN CHEF

« De nombreux pays ont adopté des critères de qualification différents. Aux Etats-Unis, par exemple, les sélections sont toujours très rapprochées des compétitions internationales. En France, la difficulté a toujours été de se préparer pour deux pics de forme : celui des championnats qualificatifs et celui du rendez-vous estival annuel. Le risque étant de casser sa dynamique de progression. Je me rappelle qu'en 2012, nous n'avions quasiment pas coupé pour les championnats de France de Dunkerque, avec les résultats que l'on connaît quelques mois plus tard aux Jeux de Londres (médaille d'or pour Yannick sur 200 m nage libre, médaille d'or pour Camille Muffat sur 400 m nage libre et titre avec le relais 4x100 m nage libre pour Clément Lefert et Yannick Agnel, ndr). Décaler les France à la fin juin me semble une très bonne chose. Pour ce qui est de la première phase de qualification entre décembre 2020 et mars 2021, je ne sais pas. Il faudra mesurer l'impact de ces nouveaux critères sur le long terme. »

(F. MADRIEN ROZES)

DE QUELLE MANIÈRE SE JOUERA LA QUALIFICATION DES NAGEURS TRICOLORES POUR LES JEUX OLYMPIQUES CETTE SAISON ?

Pour se qualifier aux Jeux, les nageurs français doivent réaliser un standard A dans une compétition validée par la FINA. Ça, c'est le principe de base. En France nous allons continuer à nous appuyer sur le championnat de France avec des étapes classiques au sein de celui-ci, mais cette année, nous avons toutefois relevé notre niveau d'exigence en ajoutant une nouvelle modalité...

LAQUELLE ?

Nous avons déterminé une période qui va de décembre 2020 à fin mars 2021, plus précisément des championnats de France de Saint-Raphaël (10-13 décembre 2020) au Golden Tour de Marseille (19-21 mars 2021), au cours de laquelle les nageurs tricolores pourront réaliser un temps supérieur au standard A et ainsi pour le/la plus rapide par épreuve au-delà de ce chrono, se qualifier pour les Jeux olympiques de Tokyo. Pour être tout à fait complet, j'ajouterai que nos athlètes pourront également dans cette fenêtre de tir réaliser ces temps élevés de qualification dans des meetings étrangers, à condition, comme je l'ai signalé précédemment, qu'ils figurent au programme de la FINA.

PASSÉ LE GOLDEN TOUR DE MARSEILLE, FIN MARS, QU'ADVIENDRA-T-IL DES NAGEURS NON QUALIFIÉS ?

Nous avons prévu une seconde voie plus classique. Fin juin 2021, l'élite de la

natation disputera un championnat de France en grand bassin. A cette occasion, les nageurs tricolores disposeront d'une dernière chance de décrocher leur ticket pour Tokyo. Lors de cette échéance, il faudra réaliser un temps fixé sur les standards B de la FINA dans les séries matinales, puis signer un chrono de standard A en finale et finir premier ou dans les deux premiers (si aucun nageur n'a déjà pris une place dans l'épreuve lors de la période hivernale de qualification, ndr). Ce qu'il y a d'intéressant dans cette manière de procéder, c'est l'émulation que cela va créer entre les nageurs.

PEUT-ON EN DÉDUIRE QUE CES CRITÈRES À « DEUX VITESSES » SONT UN PEU UNE MAIN TENDUE VERS LA RELÈVE ?

Je ne dirais pas « deux vitesses », mais plutôt « deux axes ». Lors des nombreux échanges que j'ai eus avec les entraîneurs ces derniers mois, il a bien évidemment été question de notre relève et notamment de la préparation des Jeux de 2024. A ce titre, on peut considérer que le second axe de qualification leur est plutôt destinée, sachant que nos meilleurs nageurs auront sans aucun doute validé leur ticket olympique lors de la première phase (décembre 2020-mars 2021). Pour ce qui est des jeunes, il me semble que plus on leur laissera de temps et plus ils seront sérieux et déterminés, plus ils seront capables d'amener de la concurrence et plus ils auront de chance de rejoindre

« IL EST PARFOIS BON DE ROMPRE AVEC SES HABITUDES. »

l'équipe de France à l'issue du championnat de France disputé fin juin 2021. On verra ce que ça donne, nous innovons, mais je reste persuadé qu'entre 16 et 20 ans, l'enjeu est suffisamment

alléchant pour se saisir de l'opportunité qui se présente.

CE NOUVEAU SYSTÈME A ÉGALEMENT LE MÉRITE DE RESPONSABILISER LES ATHLÈTES.

Absolument ! Il ne tient qu'à eux de faire des choix de préparation et d'adopter la stratégie adéquate pour atteindre leur objectif. J'ajouterai que cela responsabilise aussi les entraîneurs et que cela casse le rythme habituel des saisons de la natation française. Il est parfois bon de rompre avec ses habitudes. Cela permet de se remettre en question et de s'aventurer hors des sentiers battus. Je suis d'ailleurs certain que nous allons avoir de très bonnes surprises cette saison car tout est à réinventer. Les plus audacieux vont vraiment s'éclater.

C'EST AUSSI UNE MANIÈRE DE MULTIPLIER LES RENDEZ-VOUS TOUT AU LONG DE LA SAISON ET DE CRÉER UN SEMBLANT DE SUSPENSE ?

C'est effectivement quelque chose qui peut être bénéfique pour la discipline, mais on peut aussi se dire qu'en juin prochain nos meilleurs nageurs seront d'ores et déjà qualifiés pour les JO et qu'ils seront donc plus disponibles pour les jeunes et l'équipe de France.

PRÉCÉDEMMENT, VOUS AVEZ ÉVOQUÉ LES « NOMBREUX ÉCHANGES AVEC LES ENTRAÎNEURS DE LA NATATION TRICOLERE ». POUVEZ-VOUS NOUS EN DIRE UN PEU PLUS SUR LA GENÈSE DE CES CRITÈRES ?

Contrairement à ce que j'entends par-ci par-là, ces modalités de sélection n'ont pas été uniquement imaginées et conçues avec les entraîneurs nationaux. Ils y ont bien évidemment contribué, mais ils n'ont pas été les seuls. Dès le départ, j'ai souhaité associer mon équipe ainsi que tous les acteurs fédéraux. Ce qu'il y a de certain, c'est que nous avons profité du

confinement pour prendre le temps d'échanger. Rapidement, je me suis rendu compte que nous étions nombreux à vouloir bousculer nos habitudes. A partir de là, tout a été plus simple puisque l'envie de changement était partagée.

SELON VOUS, À QUOI TIENT CETTE « ENVIE DE CHANGEMENT » ?

Je crois que ces dernières années, beaucoup de formules ont été inaugurées sans véritablement révolutionner notre manière de procéder. Au-delà de la forme, c'est davantage au fond que j'ai voulu m'attaquer. Quand Claude Fauquet a lancé ses critères au début des années 2000, cela répondait à une nécessité. Je dirais même que notre natation en avait besoin. Sans cela, jamais nous n'aurions franchi ce palier qui nous a permis de tutoyer l'élite mondiale. Aujourd'hui, le contexte a changé et les enjeux ne sont plus les mêmes. Il m'a donc semblé opportun de proposer autre chose.

EN QUOI LE CONTEXTE ET LES ENJEUX ONT-ILS CHANGÉ ?

Aujourd'hui, nous disposons d'un réseau de clubs très structuré avec un encadrement de qualité. Ce qui importe désormais, c'est bien le projet olympique, car s'entraîner c'est une chose, mais c'est le travail, l'engagement et la détermination qui feront la différence. Les médias ont également pris plus de place, sans parler des réseaux sociaux. Nos sportifs ont adopté de nouveaux comportements. Il importe donc de s'adapter à ce nouvel environnement. Avec ces modalités de qualification, nous allons créer plusieurs rendez-vous dans la saison, mettre nos nageurs en concurrence, les amener à faire des choix de préparations, développer une saine émulation au sein du collectif national et faire vibrer les passionnés de toutes aquatiques ■

RECUEILLI PAR ADRIEN CADOT

PARI GAGNÉ POUR L'EDF AQUA CHALLENGE

Perturbé par la pandémie de COVID-19, l'EDF Aqua Challenge a malgré tout vu six de ses étapes se dérouler en s'adaptant aux obligations sanitaires du moment (cf. page 38). De quoi mettre du baume au cœur de Loïc Branda, coordonnateur du circuit, qui a également trouvé du réconfort dans les retours positifs des participants.

CETTE ÉDITION 2020 DEVAIT CONSACRER LA MONTÉE EN PUISSANCE DE L'EDF AQUA CHALLENGE.

Effectivement, l'engouement pour l'EDF Aqua Challenge n'a cessé de grandir depuis sa création en 2018 et le nombre de candidatures pour intégrer le circuit n'avait jamais été aussi élevé que cette année. Ce qui nous avait d'ailleurs incité à faire passer le nombre d'étapes à 13 cet été (contre 5 en 2018 et 10 en 2019), plus neuf autres organisations que nous avons labellisées.

MALHEUREUSEMENT, LA CRISE SANITAIRE EN A DÉCIDÉ AUTREMENT.

Beaucoup d'organismes ont, en effet, décidé d'annuler – ou plutôt de reporter à 2021 – leur événement. En premier lieu ceux qui comme Cannes, Toulouse ou Bordeaux étaient programmés au mois de juin et n'avaient aucune visibilité sur la date de fin du confinement, ni sur ce qui allait

se passer ensuite. Il y a eu aussi ceux qui – comme Millau ou Annecy, par exemple – ont considéré au vu des procédures sanitaires exigées qu'ils n'avaient pas les ressources nécessaires ou les assurances suffisantes de la part des autorités pour les maintenir. Il y a ceux enfin dont l'étape n'a pu avoir lieu en raison d'interdictions liées à des situations locales particulières. C'est le cas de Quiberon, qui avait pourtant déplacé sa date de juillet à août, ou de Nice.

LA TENUE DE SIX ÉTAPES VOUS A TOUT DE MÊME RENDU LE SOURIRE, NON ?

C'est vrai qu'il n'y a pas eu que des mauvaises nouvelles cet été. Je tiens d'ailleurs à remercier les organisateurs des étapes de Savines-le-Lac, de Vaulx-en-Velin, de Vichy, de Paris, de Six-Fours et de Marseille ainsi que partenaires privés et institutionnels, villes, départements, régions, comités, ligues, qui les ont soutenus. Je tiens également à les féliciter pour leur pugnacité et la qualité de leur organisation dans des conditions pourtant compliquées et malgré des contraintes inhabituelles pour ce type d'événements de plein-air.

CES CONTRAINTES DONT VOUS PARLEZ, CE SONT LES PROCÉDURES MISES EN PLACE PAR LES ORGANISATEURS POUR RESPECTER LES CONSIGNES SANITAIRES ?

Tout à fait ! Les organisateurs ont apporté une attention scrupuleuse au respect des gestes barrières. Avec,

« L'EDF AQUA CHALLENGE A CAPITALISÉ DU SAVOIR-FAIRE. »

en particulier, la mise à disposition de gel hydroalcoolique et la distribution gratuite de masques, parfois floqués aux couleurs de l'événement comme à Vichy. Des masques que les concurrents ont dû porter dès l'entrée dans les villages EDF Aqua Challenge et jusqu'au moment du départ, puis une fois sortis de l'eau jusqu'à ce qu'ils quittent les sites. Les mesures de distanciation sociale ont également été respectées. Avec une limitation du nombre de participants à Savines-le-Lac ou à Vaulx-en-Velin, des départs échelonnés ou des podiums de grande dimension à Vichy ou l'annulation pure et simple des cérémonies protocolaires à Paris.

QUELS SONT VOS AUTRES SUJETS DE SATISFACTION À L'ISSUE DE CETTE ÉDITION ?

La première étape de l'EDF Aqua Challenge 2020 s'est tenue sur le lac de Serre-Ponçon, un plan d'eau créé par EDF.

Il y en a principalement deux. Le premier, c'est que cette édition 2020 nous aura permis de « découvrir » quatre nouveaux sites particulièrement adaptés pour accueillir l'EDF Aqua Challenge : le lac de Serre-Ponçon pour l'étape de Savines-le-Lac, le Grand parc de Miribel-Jonage et le lac des Eaux Bleues pour celle de Vaulx-en-Velin, le lac d'Allier pour Vichy et la plage de Bonnegrâce pour Six-Fours. Le deuxième, ce sont bien évidemment les sourires et les remerciements des participants. A chaque étape et malgré – encore une fois – les contraintes qui leur étaient imposées, ils nous ont dit et montré leur plaisir de pouvoir nager. Et ça, c'est un grand bonheur pour tous les organisateurs.

A QUOI PEUT-ON S'ATTENDRE POUR L'ÉDITION 2021 ?

Beaucoup de choses vont dépendre évidemment de l'évolution de la situation



Loïc Branda, coordonnateur du circuit, lors de l'étape parisienne de l'EDF Aqua Challenge.



YANNICK AGNEL, RÉDACTEUR EN CHEF

« D'une certaine manière, je trouve que l'EDF Aqua Challenge répond au besoin des gens de « se faire mal ». C'est à mettre en corrélation avec les marathons, Ironman et autres trails. La notion collective me semble également importante. L'idée, c'est vraiment de souffrir ensemble, de se challenger entre amis ou en famille en plein air. Moi ce qui me plaît dans l'émergence des sports outdoor, c'est que les gens sortent de chez eux. Dans un monde de plus en plus sédentarisé, ça me paraît un excellent contre-pied. Sans plus tarder, notre équipe de France d'eau libre est actuellement au sommet de la hiérarchie mondiale et que ses athlètes sont non seulement performants mais aussi attachants. »



UN SPRINT À COUPER LE SOUFFLE

A un an des Jeux de Tokyo, David Smetanine, 45 ans, neuf médailles paralympiques au compteur, s'est lancé un ultime défi. Pour se donner toutes les chances de briller au pays du Soleil-Levant, le Grenoblois a innové en s'astreignant à des séances en apnée supervisées par Stéphane Tourreau, vice-champion du monde de la spécialité. Sur 50 m nage libre, sa distance de prédilection, David ambitionne de grappiller « une demi seconde » à la faveur seulement de trois respirations « contre six ou sept d'ordinaire ». Une innovation qui ne manquera pas de faire des émules.

« David, si tu relâches tes épaules, tu relâches ton corps. Si tu relâches ton corps, tu consommeras moins d'oxygène. Laisse l'acide lactique s'accumuler », conseille Stéphane Tourreau d'une voix douce en scrutant les réactions de son élève. « T'es capable de le faire. Accroche-toi ! Allez, pendant ta récupération, tu ventiles. Allez, ventiles. Expire à fond. Inspire à fond. » A l'horizon de sa cinquième série de 8x50 m avec les quinze derniers mètres en apnée entrecoupés de quarante secondes de récupération, David Smetanine sent ses bras « comme du chewing-gum ». « C'est de la survie », glisse-t-il en faisant la grimace. « Plus tu avances, plus tu meurs ». Encore trois longueurs. « Allez, David, tu dois taper là-dedans, dans le rouge. Allez, encore 25 mètres en apnée. Allez, ne te pose pas de questions, ton corps s'ouvrira. Tes muscles vont s'habituer à bosser à l'économie ». Cette grosse série a débuté par 3x50 m en apnée lente entrecoupés de trois minutes de récupération. Elle se clôturera de la même façon. Dans la douleur.

Comme la première, cette seconde séance organisée début août se déroule dans la grande piscine de la copropriété de Stéphane Tourreau, 33 ans et vice-champion du monde d'apnée en poids constant monopalmé en 2016. A taille humaine, sa surface scintillante sous un soleil qui cogne comme dans un four à pain permet une proximité et une intimité complices dans un calme déjà liquéfiant. Là, David Smetanine mouline, se désunit de longueur en longueur hachées d'apnées : « Comme je n'ai pas mes jambes, je n'ai pas de moteur, pas de gouvernail. Chaque respiration est une bonne occasion de ne plus avoir la tête dans l'axe. Donc, je dois les limiter ». Son sprint apprend à manquer d'air. Ces séances d'ordinaire faciles lui coupent désormais le souffle : « Si tu continues à bosser ainsi, tu vas t'envoler », affirme Stéphane Tourreau, travaillant, aussi, avec des biathlètes, des descendeurs ou des grimpeurs. L'un, champion de natation sans jambes vise « un 37-38 secondes » sur 50 m nage libre aux prochains

« PLUS TU AVANCES, PLUS TU MEURS. »

Jeux paralympiques de Tokyo. L'autre, champion d'apnée vaut 113 mètres de profondeur. Il y a peu, les deux se croisent sur un colloque. Leurs échanges conduisent à ce partage de compétences, à cette approche pionnière en natation. Leur objectif ? « Regardez les sprinteurs en athlétisme, leurs visages filmés en gros plan, ils sont totalement relâchés. Regardez Usain Bolt avant le départ, son unique objectif est de se relâcher. En course, c'est pareil, il cherche un relâchement total. Il y puise toute sa force », relève, admiratif, voire envieux, le nageur. « Mon but, pour la dernière course internationale de ma carrière à Tokyo, c'est atteindre ce relâchement. Pour y arriver, il n'y a pas de secret : il faut lâcher prise et apprendre à gérer ses efforts donc à s'économiser, au sens propre comme au sens figuré. L'apnée est la meilleure voie ». A ses côtés, Stéphane Tourreau confirme : « Avec un bon travail en apnée, on peut décupler ses efforts ». En brasse, pour gagner ses profondeurs, l'Annécien s'applique « à ne pas vivre chaque mouvement comme une crispation. Sinon, je perds une fraction de seconde à chaque fois. Comme moi, David doit maximaliser chaque mètre dans le relâchement ». Sous sa houlette, David Smetanine apprend donc à ne pas manquer d'air : « Stéphane, ce que j'ai comme air dans la bouche, je le garde ou pas ? », demande l'élève à son maître. Acquiescement de ce-dernier. David reprend l'exercice. Il apprend à ventiler, hyper-ventiler, gérer son CO², repousser son envie de respirer « me donnant l'impression, après vingt-deux ans de haut niveau d'être un novice dans un sport où respirer est à la base de notre apprentissage et de notre technique. Là, je dois briser les automatismes, les repères et les certitudes. Il faut tout repenser, se réinventer ». A douze mois des Jeux de Tokyo (« laps de temps idéal pour m'approprier correctement ces apnées. Avec moins, ça n'aurait pas été possible », précise le Grenoblois), ce nouveau terrain de jeu l'intrigue et l'excite : « En fait, parfois, je me demande pourquoi nous n'avons pas pensé à travailler plus tôt sur cet aspect ? ». Son guide répond : « Les sports classiques, communs, fonctionnent, depuis toujours, de manière très assistée, voire trop encadrée, sans grosse remise en question, autonomie d'envie de recherches, d'innovations. Les quelques initiatives personnelles sont »



Echange de compétences entre le nageur David Smetanine en compagnie de l'apnéiste Stéphane Tourreau.



« JE PUISE MA FORCE DANS LA NATATION ARTISTIQUE »

Nageuse synchro jusqu'à ses 17 ans, Samantha Davies est devenue, discrètement, mais sûrement, la figure de proue féminine de la voile dans le sillage de ses pionnières Florence Arthaud, Isabelle Autissier et Ellen MacArthur. Le 8 novembre prochain, la plus bretonne des Anglaises (46 ans), skipper du monocoque Initiatives Cœur, prendra le départ de son troisième Vendée Globe, le mythique tour du monde en solitaire. Après une quatrième place en 2009 et un abandon en 2016 (avarie quelques jours après le départ), elle ambitionne de devenir la première femme à remporter l'épreuve emblématique de la voile moderne.

IL EST ÉTONNANT D'APPRENDRE QUE VOUS AVEZ ÉTÉ NAGEUSE SYNCHRO DE 11 À 17 ANS.

RACONTEZ-NOUS ?

Comme mes parents naviguaient beaucoup, j'ai su nager avant de marcher et marcher sur un bateau avant de savoir marcher sur terre. Dans l'eau et sur l'eau, je me suis tout de suite sentie dans mon élément. Rapidement, j'ai demandé à nager en club. Un jour, un entraîneur me voyant, sans doute, endurante, facile en apnée et souple des épaules, m'a proposée d'essayer la natation artistique. De suite, j'ai adoré parce que c'était bien plus ludique et plus complet que la natation, parce que c'était possible seule ou en équipe, un peu comme la voile. J'ai d'ailleurs pu goûter aux joies du solo, duo et ballet.

AVIEZ-VOUS DÉJÀ UN GOÛT PRONONCÉ POUR LA COMPÉTITION ?

J'ai toujours aimé participer à des compétitions de natation artistique, mais je n'envisageais absolument pas d'en faire en

voile. Pour moi, la navigation c'était d'abord un plaisir familial, l'occasion de faire des voyages et de partager des moments avec mes proches. J'ai très vite eu un bon niveau régional, mais j'ai raté d'une place ma qualification en équipe nationale d'Angleterre. Ma sœur cadette, en revanche, a fait une belle carrière (elle entraîne désormais aux Etats-Unis, ndlr). Moi, j'ai arrêté dans la foulée. Après, de rencontres en opportunités, je me suis mise à la voile sur tout type de bateau et de course. A 22 ans, j'ai eu l'opportunité de participer à un tour du monde avec un équipage exclusivement féminin. Me voilà vingt-cinq ans après sur le point de repartir pour un tour du monde (sourire)...

L'EAU RESTE UN ÉLÉMENT VITAL POUR VOUS ?

Oui, complètement ! En arrêtant la natation artistique, je n'ai absolument pas arrêté de nager. Dès que j'en ai l'occasion, je nage en mer, à quelques mètres de chez moi, en Bretagne.



YANNICK AGNEL, RÉDACTEUR EN CHEF
 « La culture voile est très développée en France. En général, je suis les grandes courses au large, mais c'est un univers qui m'est étranger. Je viens de Nice. Là-bas, on met les pieds dans l'eau, à la limite on se baigne, mais on ne navigue pas tant que ça (sourire)... Ce qui me fascine dans le Vendée Globe, c'est l'aventure humaine. C'est devenu rare à notre époque. Il reste encore quelques « vrais » aventuriers comme Mike Horn, mais ils ne sont pas nombreux. J'aimerais apprendre à naviguer avec ce genre de « fou furieux », pourquoi pas sur une traversée de l'Atlantique ? »

Le projet Initiatives Cœur associe mécénat humanitaire et sponsoring sportif au profit de l'association « Mécénat chirurgie cardiaque » permettant de faire opérer des enfants du monde entier atteints de malformation.

VOUS AIMEZ TOUJOURS AUTANT NAGER ?

C'est mon truc ! Et puis, ces séances de natation sont une excellente préparation physique pour la voile. Au Pôle France Finistère de Port-la-Forêt, nous avons une séance hebdomadaire de natation avec d'autres skippers comme Franck Cammas ou François Gabart. Comme la voile m'a abîmée les genoux, je ne peux plus courir. La natation est donc devenue mon salut (sourire)...

QU'EN EST-IL DE VOS ENTRAÎNEMENTS AVEC VOS COLLÈGUES SKIPPERS ?

Je dois dire que mon passé de nageuse m'avantage énormément (rires)... Je suis

assez facile en crawl et en dos. C'est quelque chose d'assez naturel pour moi. Dès que je peux, j'aime également participer à des petits triathlons en Bretagne. D'ailleurs, la veille d'accoucher de mon fils né sous le signe du poisson, je disputais un triathlon (sourire)... Parfois, je vais encourager ma sœur inscrite à des compétitions plus importantes comme l'Ironman. A l'université, j'ai également pratiqué un peu de water-polo. C'était facile pour moi parce que j'étais endurante et que je savais bien rétro-pédaler,

mais j'étais nulle en coordination, pas très adroite avec le ballon et donc pas forcément efficace en attaque (rires)...

« DANS L'EAU ET SUR L'EAU, JE ME SUIS TOUT DE SUITE SENTIE DANS MON ÉLÉMENT. »

CE PASSÉ EN NATATION ARTISTIQUE VOUS AIDE-T-IL AUJOURD'HUI DANS VOTRE ACTIVITÉ DE SKIPPER ?

Dans une course comme le Vendée Globe, j'en tire un avantage quotidien. Bien plus que la natation, la synchro, discipline particulièrement exigeante, m'a forgée un mental à toute épreuve. J'ai appris à dépasser ma douleur et mes

souffrances en les cachant avec un sourire. A bord, quand je galère, je me mets en mode synchro...

C'EST-À-DIRE ?

Je serre les dents en me forçant à avoir le sourire, en me disant que j'adore ce que je fais, que je ne dois pas pleurer sur mes malheurs, mes douleurs ou mes souffrances. Me forcer à sourire les détourne, les rend plus facile à passer, à dépasser, à oublier et à vaincre. Et puis, physiquement, la synchro m'a permis de rester en forme et d'avoir de bonnes postures. Après vingt-cinq ans de voile, j'ai les genoux abîmés, mais je n'ai aucun problème de dos ou d'articulations, ►



Samantha Davies prendra le départ de son troisième Vendée Globe le 8 novembre 2020.

INITIATIVES CŒUR

à la grande surprise de mes entraîneurs et kinés.

PARVEZ-VOUS À SUIVRE L'ACTUALITÉ DE LA NATATION ?

Dès que j'en ai l'occasion, je regarde les compétitions à la télévision. Je suis toujours aussi fascinée par l'impression de glisse et de vitesse que dégagent les nageurs. C'est un spectacle dont je ne me lasse pas ! Quand je vois la réussite de Laure Manaudou après des heures et des heures d'entraînement, de souffrance et de sacrifices pour gagner des poussières de secondes, je suis totalement admirative.

« JE SUIS TOUJOURS AUSSI FASCINÉE PAR L'IMPRESSION DE GLISSE ET DE VITESSE QUE DÉCAGENT LES NAGEURS. »

mener toute mon équipe à terre sans laquelle je ne serai rien ; athlète aussi parce que la compétition est longue et rude avec des manœuvres très physiques ; météorologue pour bien étudier les cartes sans aide extérieure interdite ; informaticienne ; mécanicienne pour réparer telle ou telle avarie ; ingénieur en hydraulique ; cuisinière ; médecin au cas où je me blesse ; maître-voilier pour réparer mes voiles ; femme de ménage ; bonne communicante pour donner des informations sur mes journées, tourner des vidéos et répondre à des interviews ; sauveteur-secouriste pour aller aider, si besoin, un concurrent en détresse...

VOUS REPARTEZ LE 8 NOVEMBRE PROCHAIN POUR UN TROISIÈME NE CRAIGNEZ-VOUS PAS DE VOUS ENNUYER PENDANT LES 80 JOURS DE NAVIGATION EN SOLITAIRE ?

C'est peut-être difficile à imaginer, mais je n'aurais absolument pas le temps de m'ennuyer. Donc non, ça ne m'inquiète pas du tout ! Sur un bateau, il y a mille-et-unes choses à faire, à surveiller et à prévoir. Je dois être tout à la fois : chef d'entreprise pour trouver des sponsors en amont, puis

SANS PARLER DE VOTRE RÔLE DE MAMAN ET D'ÉPOUSE. UNE ÉPOUSE QUI RETROUVERA D'AILLEURS SON MARI (ROMAIN ATTANASIO, L'UN DES 35 ENGAGÉS) SUR LA PROCHAINE ÉDITION DU VENDÉE GLOBE.

Il faut savoir tout faire dans ce métier (rires)... Mon fils de 8 ans restera avec mes parents en Bretagne et me suivra au fil d'un travail pédagogique avec sa classe. En rentrant, j'aurais une foule de belles histoires à lui raconter. Avec mon mari, via

la radio, on se donnera quelques petits conseils, mais la compétition, c'est la compétition (sourire)... Ce qu'il y a de certain, c'est qu'ils vont tous les deux me manquer. Et puis, je ne vais pas nager pendant trois mois. Ça aussi ça va me manquer (rires)...

QU'EST-CE QUE ÇA CHANGE D'ÊTRE UNE FEMME SUR CE GENRE DE COURSE ? EST-CE UN AVANTAGE OU UN INCONVÉNIENT ?

Nous menons des bateaux conçus pour un équipage de six personnes au minimum, mais une femme n'est pas désavantagée. Bien au contraire. Ne sommes-nous pas capables, à l'inverse des hommes, de gérer plusieurs choses à la fois ? Il en va d'ailleurs de même en natation artistique...

COMMENT ÇA ?

Il faut nager, pédaler, enchaîner les apnées, danser et sourire le temps d'une chorégraphie, c'est-à-dire à peine quelques minutes... ■

RECUEILLI PAR SOPHIE GREUIL

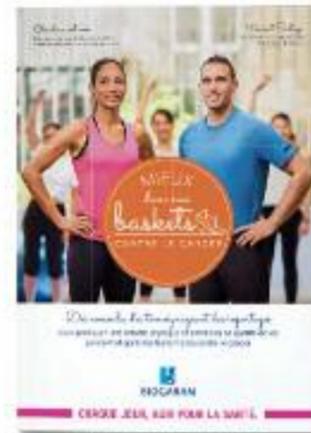
(*) Le Vendée Globe est une course autour du monde en solitaire sans escales sans assistance ayant lieu tous les quatre ans sur des monocoques de 60 pieds. En 2017, Armel Le Cléac'h a remporté la huitième édition en 74 jours et 3 heures, un record.



LA VICTOIRE CONTRE LE CANCER SE JOUE SUR TOUS LES TERRAINS

Christine Arron, Détentrice du record d'Europe du 100 m Championne du monde du relais 4 x 100 m

© 2020 Biogaran - Photos: @shutterstock



Votre pharmacien et votre équipe soignante vous accompagnent chaque jour pendant et après vos traitements contre le cancer !

Découvrez des conseils, des témoignages et des reportages pour pratiquer une activité physique et améliorer votre qualité de vie pendant et après votre traitement avec « Mieux dans mes baskets contre le cancer »*.

* Disponible gratuitement jusqu'à épuisement des stocks dans les pharmacies et auprès des équipes soignantes participant à l'opération.

Contre le cancer #onfaitequipe



Pour découvrir le livre, scannez le QR code

CHAQUE JOUR, AGIR POUR LA SANTÉ.

