

Natation

MAGAZINE

Numéro 227 - Janvier-Février 2025 - 5 euros

2024 l'année LÉON

L'ENTRETIEN
LES SOEURS TREMBLE

Page10

ACTU
INTERVIEW EXCLUSIVE
DE SUMMER MCINTOSH

Page38

www.ffnatation.fr

 **FÉDÉRATION FRANÇAISE**
NATATION

POUR LE CLIMAT, TOUTES LES ENERGIES NE SE RESSEMBLENT PAS.

Choisir l'électricité d'EDF produite à près de 98 % sans émission de CO₂*, c'est faire le choix d'une énergie plus respectueuse de l'environnement.



RCS PARIS 552 081 317

L'énergie est notre avenir, économisons-la!

* L'électricité d'EDF est à près de 98 % sans émission de CO₂ en France. Émissions directes, hors analyse du cycle de vie des moyens de production et des combustibles - chiffre 2023, périmètre EDF SA, source : edf.fr/climat.

Une Natation pour tous !

Décembre 2024 a clôturé une olympiade incroyable marquée par des Jeux olympiques historiques. Place maintenant à une nouvelle ère où tout est à construire. Je remercie tous les clubs de m'accorder encore leur confiance pour confirmer et développer, avec mon équipe, les orientations de notre fédération.

Tous ensemble, nous allons mettre en place les étapes de notre projet dont vous avez eu connaissance en fin d'année.

L'équipe de France de natation courses est revenue des championnats du monde en bassin de 25m à Budapest avec 5 médailles. Félicitations à Béryl Gastaldello (2 argent et 1 bronze), Maxime Grousset (1 argent) et Mewen Tomac (1 bronze) et bravo à toute l'équipe pour l'ensemble de leurs résultats. Ces championnats étaient de très haut niveau et nul doute qu'ils auront apporté de l'expérience à nos nageurs.

Les plus jeunes se sont retrouvés à Massy pour les juniors et à Dunkerque pour les benjamins, l'occasion de belles performances qui présagent de belles choses pour cette relève.

La natation artistique a fait de même en orga-

nisant des sélections juniors à Saint Amand les eaux et les équipes féminines et masculines de water-polo ont participé à la World cup respectivement à Istanbul et à Bucarest.

Les championnats de France d'eau glacée se sont déroulés à Megève avec un fort taux de participation de courageux pour nager dans une eau à 5°. Les plongeurs se sont retrouvés comme chaque année au Meeting des Lumières pour offrir un beau spectacle.

Après les fêtes de fin d'année, tous nos licenciés retrouvent le chemin des bassins qu'ils soient compétiteurs, nageurs loisir ou nageurs santé. C'est bien la magie de notre sport qui concerne tous et notre fédération veille à ne laisser personne sur le chemin.

La nouvelle équipe qui m'accompagne sera là au plus près de chaque pratiquant.

Je remercie encore les clubs qui contribuent à enrichir nos offres de pratiques, les départements et les ligues pour leur travail de proximité.

Bonne année et belle saison à tous ! ★

| GILLES SÉZIONALE |

NATATION
MAGAZINE

NATATION MAGAZINE N°227
JANVIER-FÉVRIER 2025

Edité par la Fédération Française de Natation, 104, Rue Martre, CS 70052 - 92 583 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

Numéro ISSN
1268-631X

Directeur de la publication
Gilles Sézional

Rédacteur en chef
Jonathan Cohen
(jonathan.cohen@ffnatation.fr)

Journaliste
Louis Delvinquière
(louis.delvinquiere@ffnatation.fr)

Ont collaboré à ce numéro
Jean-Pierre Chafes,
Christiane Guérin,
Antoine Grynbaum,
Solène Lusseau

Abonnement
+ 33 (0)1 41 83 87 70
104, Rue Martre, CS 70052
92583 Clichy Cedex

Photographies
Agence KMSP

Couverture
Illustrasport/Olivier Dupin

Maquette et réalisation
Teebird Communication /
Sandra Vanelslande

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

Régie publicitaire
Eva Laithier
(eva.laithier@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

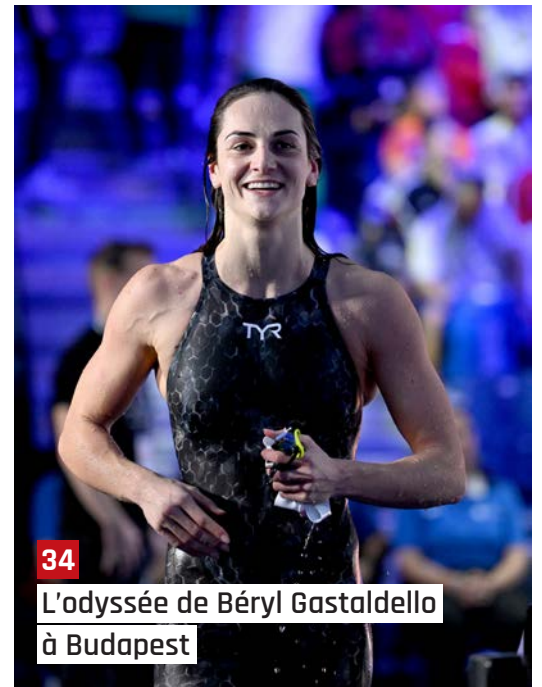




10
Charlotte et Laura Tremble :
« Terminer à Paris, c'était fort en émotion »



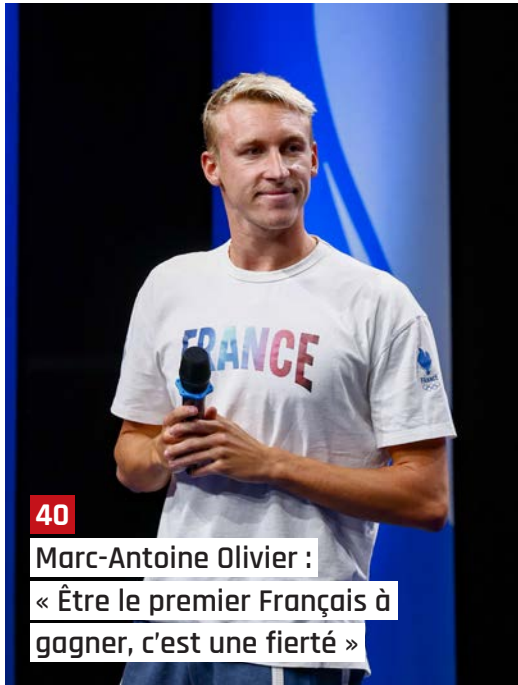
28
2024 : L'année Marchand



34
L'odyssée de Béryll Gastaldello à Budapest



38
Summer McIntosh :
« Les Jeux de Paris ont changé ma vie »



40
Marc-Antoine Olivier :
« Être le premier Français à gagner, c'est une fierté »



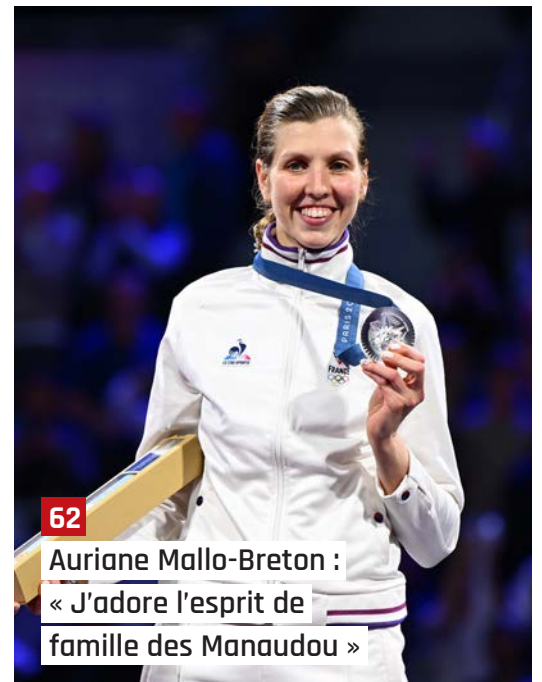
42
Natation artistique : Les JO de Paris 2024 comme socle pour construire le nouveau collectif



46
Avec Aqualib, l'ambition de révolutionner l'accès aux piscines



48
Les Français et le rêve américain



62
Auriane Mallo-Breton :
« J'adore l'esprit de famille des Manaudou »

S O M M A I R E

6 ARRÊT SUR IMAGE

Les Lilloises confirment leur hégémonie

8 ARRÊT SUR IMAGE

Le CN Marseille s'offre un nouveau titre

10 L'ENTRETIEN

Charlotte et Laura Tremble : « Terminer à Paris, c'était fort en émotion »

20 EN BREF

22 AGENDA

La Coupe du monde de natation artistique dans un lieu mythique de Paris

23 ACTU DES RÉSEAUX

24 PARTENARIAT

Initiatives

26 PARTENARIAT

Mondial Piscine

27 PARTENARIAT

Smooon

28 EN COUVERTURE

2024 : L'année Marchand

30 EN COUVERTURE

Les chiffres fous de l'année Marchand

32 EN COUVERTURE

L'année Marchand en images

34 ACTU

L'odyssée de Béryl Gastaldello à Budapest

38 ACTU

Summer McIntosh : « Les Jeux de Paris ont changé ma vie »

40 ACTU

Marc-Antoine Olivier : « Être le premier Français à gagner, c'est une fierté »

42 ACTU

Natation artistique : Les JO de Paris 2024 comme socle pour construire le nouveau collectif

46 ACTU

Avec Aqualib, l'ambition de révolutionner l'accès aux piscines

47 HOMMAGE

Philippe Dumoulin : une vie au service du sport de haut niveau

48 HORS LIGNES

Les Français et le rêve américain

54 À LIRE/ À VOIR & RADIO RÉDAC

56 MON CLUB

Soissons Natation Sportive à la croisée des chemins

58 DEVELOPPEMENT DES PRATIQUES

Préparez vos activités estivales avec la FFN

60 SHOPPING

62 RENCONTRE

Auriane Mallo-Breton : « J'adore l'esprit de famille des Manaudou »

CE QU'IL FAUT RETENIR

Le Trophée Pierre Garsau et Alice Milliat s'est tenu à Montpellier mi-janvier ★ Chez les filles, les Lilloises se sont imposées, tandis que le Cercle des Nageurs de Marseille a remporté la compétition masculine ★ Les soeurs jumelles Charlotte et Laura Tremble nous ont accordé une interview ★ L'occasion de revenir sur les Jeux olympiques de Paris, leur fin de carrière et leurs projets futurs ★ La Coupe du monde de natation artistique revient à Paris du 28 février au 2 mars 2025 ★ Ce premier numéro de l'année 2025 a été l'occasion de nous replonger dans la folle année de Léon Marchand ★ Avec des chiffres et des photos, nous vous proposons de revivre les plus grands moments de son épopée 2024 ★ L'équipe de France de natation course a achevé son année 2024 avec les championnats du monde de Budapest ★ Les Bleus ont ramené cinq médailles de Hongrie dont trois pour la seule Béryl Gastaldello ★ La triple championne olympique canadienne Summer McIntosh était à Font-Romeu pour effectuer un stage avec Fred Vergnoux et son groupe demi-fond/ eau libre ★ Nous avons donc été à sa rencontre pour un entretien exclusif ★ Dans ce numéro, nous nous sommes également intéressés à ces Français qui ont décidé de vivre le rêve américain ★ Enfin, nous avons rencontré l'escrimeuse Auriane Mallo-Breton, médaillée d'argent aux Jeux olympiques de Paris.

« TERMINER À PARIS, C'ÉTAIT FORT EN ÉMOTION »

Laura et Charlotte Tremble sont devenues des figures incontournables de la natation artistique française et comptent un palmarès impressionnant. Elles ont commencé dans un petit club de Picardie, qui avait principalement une approche loisir, idéal pour apprendre les bases de cette discipline exigeante. Leur rencontre avec Corinne Rousselin, entraîneur à Rueil-Malmaison, a marqué un tournant décisif dans leur progression. Par la suite, Pascale Meyet a également joué un rôle clé, en leur ouvrant les portes de l'INSEP, où elles ont pu atteindre le haut niveau. Véritable tournant, l'INSEP est synonyme de leur entrée en équipe de France qu'elles ne quitteront plus et avec laquelle elles participeront à deux Jeux olympiques (Tokyo 2020 et Paris 2024) et plusieurs championnats du monde. Membres clé de l'équipe, elles ont également contribué à plusieurs podiums européens, avec cinq médailles remportées entre 2018 et 2022. C'est après les derniers Jeux olympiques que les sœurs Tremble ont mis un terme à cette carrière faite de persévérance, de quête de l'excellence, de victoires et de défaites.







Gilles Sézional réélu Président de la FFN

A l'issue de l'assemblée générale électorale de la FFN, la liste «*Pour une Natation forte et performante*» dont la tête de liste est M. Gilles Sézional, a été élue avec 622 votes favorables (698 votants) représentant 245 869 voix. Avec les championnats d'Europe organisés en France en 2026 et les Jeux olympiques de Los Angeles 2028 en ligne de mire, le Président de l'instance fédérale veut s'appuyer sur dix grands piliers et plus de 100 mesures concrètes pour installer son projet «*Pour une natation forte et performante*».

À l'issue d'un mandat qui s'est achevé de fort belle manière sur un plan sportif avec sept médailles dont quatre en or aux Jeux olympiques de Paris (record de Londres égalé), le Président de la Fédération Française de Natation Gilles Sézional a été réélu pour la prochaine olympiade. Durant son précédent mandat, la FFN a connu quelques avancées significatives en augmentant notamment de 33 % son nombre de licenciés depuis 2017, avec un accent particulier sur la modernisation, les performances sportives et l'héritage durable pour les générations futures notamment grâce au lancement de l'Académie de la Natation et à l'acquisition

de 23 bassins mobiles pour des initiatives comme «*J'apprends à nager*».

Pour cette nouvelle olympiade, le Président Gilles Sézional et son équipe souhaitent positionner la France dans le Top 4 mondial avec de réelles ambitions de médailles dans les cinq disciplines fédérales aux JO de 2028. Le projet de cette nouvelle mandature met également en avant la volonté de consolider la gouvernance et le réseau fédéral, l'ambition de promouvoir une fédération exemplaire et également l'enjeu de fidéliser les licenciés et atteindre la barre des 500 000 d'ici 2028. Sans oublier le développement des pratiques ou encore la construction d'une maison de la natation. ★



WORLD
AQUATICS

WORLD AQUATICS

ARTISTIC SWIMMING WORLD CUP
PARIS 2025



COUPE DU MONDE NATATION ARTISTIQUE

28 FÉV - 2 MARS
PARIS 20^E
PISCINE
GEORGES VALLEREY

worldaquatics.com

SUIVEZ-NOUS SUR

ffnatation.fr



GLOBAL PARTNERS



SONY

NATIONAL PARTNERS



NATIONAL SUPPLIER



EVENT SUPPLIER





(KMP/STÉPHANE KEMPINARE)

La Coupe du monde de natation artistique dans un lieu mythique de Paris

La Coupe du monde de natation artistique revient à Paris, du 28 février au 2 mars, dans la piscine fraîchement rénovée de Georges Vallerey. Pour lancer le circuit Coupe du monde, c'est une équipe de France remodelée et axée sur la jeunesse qui se présentera devant un public français attendu, comme toujours, en nombre.

Du tout beau, tout neuf, pour une équipe de France renouvelée. C'est le programme de la Coupe du monde de natation artistique qui accueillera, du 28 février au 2 mars, la première étape du circuit mondial. Dans l'écrin rénové et moderne de Georges Vallerey, dans le nord-est parisien, les Bleues de la natation artistique auront à cœur de briller. Récentes quatrièmes des Jeux olympiques de Paris 2024, c'est une équipe jeune mais déjà ambitieuse qui performera. Dépourvu des sœurs Tremble qui ont rangé le maillot, tout comme Manon Disbeaux, le groupe France aura toujours de sérieux atouts à faire valoir avec sa voltigeuse, Eve Planeix, sa capitaine Ambre Esnault ou encore les autres olympiennes, Anastasia Bayandina, Laelys Alavez, Romane Lunel et Laura Gonzalez. De ce noyau déjà dur, l'équipe de France juniors est venue renforcer ce groupe au nouveau visage. Romane Temessek, championne du monde juniors, ou d'autres médaillées européennes jeunes comme Prune Tapié, Lou Thuillier, Marine Perea ou encore Angéline Bertinelli, sont venues renforcer ce collectif France en route vers Los Angeles 2028.

Cette étape sera aussi l'occasion d'effectuer un premier test pour le comité d'organisation des championnats d'Europe de Paris 2026, qui profitera de l'événement pour des premiers réglages organisationnels avant le grand jour qui, lui, aura lieu au Centre aquatique olympique. ★

Le programme du week-end :

Vendredi 28 février :

- Solo technique (F) | 10h00
- Duo technique (F) | 15h00
- Solo technique (H) | 18h00
- Équipe libre (F) | 19h30

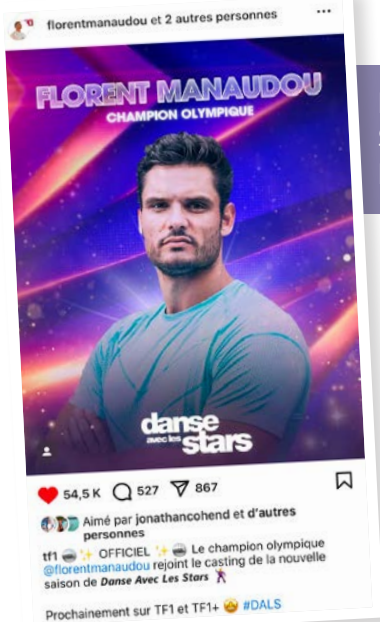
Samedi 1^{er} mars :

- Duo libre (F) | 10h00
- Duo technique mixte | 15h00
- Équipe technique | 18h30

Dimanche 2 mars :

- Solo libre (H) | 10h00
- Solo libre (F) | 13h00
- Duo libre mixte | 16h30
- Équipe acrobatique | 18h00
- Gala | 19h30

La compétition sera diffusée
intégralement sur
FFNATATION.TV



**FLORENT MANAUDOU
SUR LE PARQUET DE
DANSE AVEC LES STARS**

**L'ÉQUIPE DE FRANCE D'EAU
LIBRE ET DE DEMI-FOND
EN STAGE À FONT-ROMEU
(AVEC SUMMER MCINTOSH)**



**LÉON MARCHAND EST ARRIVÉ EN
AUSTRALIE POUR S'ENTRAÎNER
AVEC DEAN BOXALL**



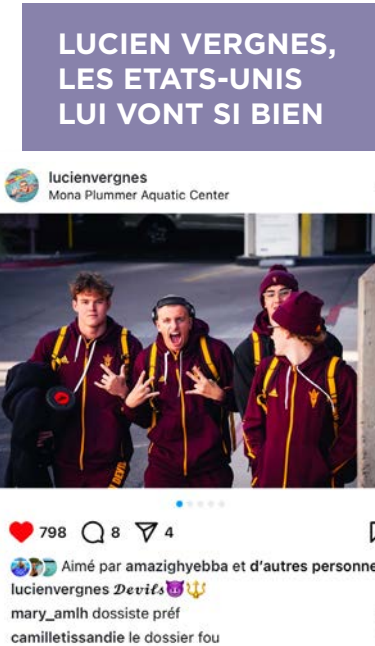
**L'ÉQUIPE DE FRANCE
DE WATER-POLO
S'EST RETROUVÉE
APRÈS LES JEUX
OLYMPIQUES**



**L'ÉQUIPE DE FRANCE DE
NATATION ARTISTIQUE
NOUVELLE GÉNÉRATION :
DIRECTION LOS ANGELES
2028**



**ALEXIS JANDARD
PARRAIN DE NAÏS
GILLET AUX ÉTOILES
DU SPORT À TIGNES**



**LUCIEN VERGNES,
LES ETATS-UNIS
LUI VONT SI BIEN**

2024 : L'année Marchand





Pour ne pas avoir entendu parler de Léon Marchand en 2024, il fallait se trouver dans un endroit très reculé de la planète sans aucune connexion internet et aucun accès à la télévision. Le nageur tricolore a été l'une des personnalités les plus marquantes de cette année 2024 grâce à ses performances lors des Jeux olympiques de Paris. Quatre titres olympiques accompagnés de quatre records olympiques, une cinquième médaille remportée avec ses coéquipiers du relais 4x100 m 4 nages, des cartons d'audience à chacune de ses apparitions, un rôle de porteur de flamme lors de la cérémonie de clôture, des victoires à la pelle lors des étapes de coupe du monde à l'automne et un titre de meilleur nageur du monde décerné par World Aquatics. Rien que ça ! En ce début d'année 2025, nous avons voulu nous replonger dans ce millésime en chiffres et en images. En attendant de pouvoir de nouveau profiter des futurs exploits de Léon Marchand à l'été 2025.

| SUJET RÉALISÉ PAR JONATHAN COHEN |

L'odyssée de Béryl Gastaldello à Budapest

| SUJET RÉALISÉ PAR LOUIS DELVINQUIÈRE
ET JONATHAN COHEN |



(KMSP/LIONEL HAHN)

J -1

PRUDENCE EST MÈRE DE SÛRETÉ

Veille de compétition, une salle feutrée au fond de l'hôtel des Bleus, les athlètes enchaînent les conférences de presse. Jusqu'à Béryl Gastaldello. Fraîchement nommée capitaine de l'équipe de France, elle apparaît avec un col roulé, d'une voix rarement neutre pour son caractère, cheveux encore mouillés de la reconnaissance de la piscine. Elle est concentrée, mais ne sait pas trop à quoi s'attendre vu le climat actuel. « *Le but est de prendre du plaisir, profiter de notre passion* », exprime-t-elle simplement en prélude. Et d'ajouter en guerrière à venir : « *Et d'aller un peu tuer les adversaires au passage, si possible* ». L'ambition est simple pour celle qui, quelques jours avant, a signé dans son nouveau club de Montpellier Métropole Natation et a rejoint le groupe d'entraînement de l'INSEP : « *Le but est d'aller chercher d'autres podiums, mes meilleures performances personnelles, car de toute façon, je ne peux pas faire mieux que ça. En général, si je fais ça, à un certain niveau, ça peut devenir intéressant.* » Un dernier salut aux journalistes, un mot d'encouragement pour ses coéquipiers, et Béryl file dans sa chambre. Un ultime songe avant de plonger dans le petit bain.



(KNSP/LIONEL HAHN)

J1

UNE OUVERTURE DE BAL RÉUSSIE

Si c'est à la fin du bal que l'on paye les musiciens, sans artiste, la fête n'a même pas lieu d'être. Dès le début, malgré des qualifications du 50 m papillon quelque peu en deçà de ce qu'elle espérait (qualifiée avec le 8e temps en 25''36), Beryl Gastaldello n'a pas attendu longtemps avant de régler la mire. Comme elle l'entend, comme souvent. En demi-finale, alors que la pénombre s'est déjà bien emparée de la capitale hongroise embaumée d'un froid sec d'hiver, elle détonne et se qualifie avec le deuxième temps en finale du 50 m papillon, établissant ainsi la quatrième meilleure performance de tous les temps sur l'épreuve (24''67). Derrière l'immense Gretchen Walsh, autrice d'un record du monde le matin et qui semble intouchable, elle se positionne comme la première des humaines. « *C'est déjà pas mal de faire la finale* », sourit la capitaine. « *On verra si je peux refaire mon meilleur temps demain, mais faire mon meilleur temps, là, c'est top. C'est ce que je suis venue chercher. Donc, par rapport à ce matin, je gagne six dixièmes comme ça, ce n'est pas rien et il y a encore des choses sur lesquelles je peux m'améliorer.* » Vivement la suite des festivités.

J2

LA FUSÉE LIBÈRE SON PREMIER ÉTAGE

Au bon matin d'un premier lendemain de premiers bains, Beryl a renfilé la combi pour son épreuve. En série du 100 m nage libre, affûtée comme une lame de couteau à sa ligne d'eau numéro 4, la néo-protégée de Michel Chrétien a fait mieux qu'assurer, en validant son ticket pour les demies avec le sixième temps (52''47). « *C'est exactement ce que je voulais* », résume-t-elle. Sans trop tarder, séchage, habillage, retour hôtel et un brin de repos avant sa première finale. La Duna Arena brille de mille feux, bien que dépourvue de spectateurs déchaînés. En demi-finale, le bonnet blanc Gastaldello est intenable. La Française l'emporte devant Kate Douglass, signe le deuxième temps des finalistes derrière Gretchen Walsh, avec la septième performance française (51''56). Le temps de lâcher un sourire, profiter de sa performance, qu'il faut retourner au bassin de récupération, attendre quelques dizaines de minutes avant la grande finale du 50 m papillon. Les gladiatrices lâchées, l'Américaine prend les devants, Beryl Gastaldello lui colle aux basques. Comme une évidence, la capitaine décroche la première médaille française des Mondiaux en remportant l'argent avec un record de France canon à la clé (24''43). Mine brillante, sourire aux oreilles et gratitude : la médaillée débarque en zone mixte le cœur encore rempli, les émotions toujours vives. « *J'ai du mal à le croire, franchement, c'est incroyable. Je suis super contente !* », savoure-t-elle. « *C'est beaucoup d'émotions : record de France, médaille individuelle. [...] En tant que capitaine, faire la première médaille de l'équipe de France, c'est aussi une belle histoire. J'ai aussi beaucoup pensé à mes parents, pour me rappeler que je suis en vie, j'ai de la chance d'être là, en bonne santé. Et c'est de la gratitude, de la lumière. Je pense à ça dans les derniers moments, quand je le sens.* »



(KNSP/LIONEL HAHN)

« Les Jeux de Paris ont changé ma vie »

Présente à la surprise générale sur les hauteurs pyrénéennes de Font-Romeu, la triple championne olympique de Paris 2024, Summer McIntosh, a participé au stage de l'équipe de France d'eau libre et de demi-fond. Superstar de la natation, la Canadienne, rare dans les médias occidentaux, a accordé à Natation Magazine un entretien exclusif.

C'est assez surprenant de te voir présente ici à Font-Romeu sur un stage de l'équipe de France. Peux-tu nous expliquer la raison de ta venue ?

Avec mon coach, nous avons décidé de changer des choses cette année et essayer de découvrir de nouvelles méthodes d'entraînement. Fred (Vergnoux) m'a vraiment accueillie les bras ouverts et grâce à un lien que j'avais avec un coéquipier des «Sharks» de Sarasota (où elle s'entraîne), je peux avoir une tête familière dans ce stage. J'adore être ici, c'est assez incroyable. Fred est un grand entraîneur et c'est sympathique d'être avec un groupe d'entraînement différent pour changer de mes habitudes.

Qu'est-ce que ça t'apporte de venir en altitude ici ?

C'est une opportunité incroyable. J'essaie juste de changer quelques détails dans mon entraînement. Ici c'est plus de l'entraînement pour de la distance. Il y a plus de kilomètres à l'entraînement et l'altitude rend définitivement l'entraînement encore plus dur. Ce n'est que ma deuxième fois en altitude donc il faut que je m'y habitue. C'est beaucoup de plaisir mais aussi beaucoup de travail. Je suis le processus et ça paiera pour sûr à la fin.

As-tu remarqué une « French touch » dans les entraînements ici ?

Chaque groupe d'entraînement est différent. Celui-ci est plus axé sur la distance et c'est cool, car j'ai été une nageuse de ce type. Donc, revenir à ce genre de travail est bien pour mon aérobic et mon endurance à l'approche de la saison. C'est aussi dans une langue différente, donc j'essaie d'apprendre quelques mots en français, les nombres, les couleurs et plein d'autres choses. C'est assez sympa aussi d'apprendre une autre langue et d'être en immersion. C'est une belle expérience d'apprentissage.



Tu es venue seule ici, comment arrives-tu à gérer cette solitude ?

C'est une adaptation au début, mais en même temps je suis entourée de plein de nouveaux visages et un qui est un très bon ami. L'équipe a été très accueillante avec moi, donc ça a beaucoup aidé. A part ça, je reste en contact avec mes amis et ma famille par téléphone, avec des visios pour garder le lien et qu'ils ne me manquent pas trop. Je sais que je suis là pour mon aérobic et mon endurance et je sais que je l'aurais avec Fred. Aussi, ce n'est que le début de l'année et je ne vais faire que m'améliorer. C'est toujours mon objectif d'aller de l'avant, de devenir une meilleure nageuse, peu importe que ce soit une année olympique ou non.

Ton retour en France a dû te rappeler quelques bons souvenirs de l'été dernier à Paris...

Oui, vraiment. La France est une de mes destinations préférées et j'ai beaucoup de souvenirs à Paris, plus spécialement depuis cet été. Ça paraît encore irréel pour être honnête, mais ça appartient désormais au passé. Je me concentre maintenant sur ce nouveau cycle olympique en travaillant de nouvelles choses à l'entraînement car tout va venir assez vite.

Et qu'est-ce qui te plaît le plus en France ?

J'adore les croissants, définitivement. On m'a aussi fait découvrir le riz au lait. C'est devenu l'un de mes



desserts préférés, nous n'avons pas ça en Amérique du Nord. J'adore aussi la nourriture française en général, donc c'est génial d'être ici.

Qu'est-ce que les Jeux olympiques de Paris 2024 ont changé dans ta vie ?

Comme je m'entraîne aux Etats-Unis, je ne suis pas tant reconnue que ça. Mais quand je retourne au Canada et que je marche dans la rue ou que je suis dans les magasins, des personnes me reconnaissent et je trouve ça cool de pouvoir leur parler. Les entendre me dire que je les ai inspirés, qu'ils m'ont regardée à la télé et qu'ils m'ont encouragée, ça représente beaucoup pour moi. C'est incroyable de se sentir soutenue par tous les Canadiens. Paris a accueilli des Jeux merveilleux, c'était une expérience incroyable et ça a définitivement changé ma vie.

A seulement 18 ans, tu es triple championne olympique et multiple recordwoman du monde. Ressens-tu quelque chose qu'on appelle la pression ?

La pression vient avec le métier de nageur. Et au stade où j'en suis de ma carrière, je ne fais pas trop attention ça. Je pense que je me mets tellement de pression, que je ne réalise pas celle des autres, parce que la mienne est tellement haute (rires). J'essaie juste de m'amuser. Le but est de toujours s'améliorer et profiter du proces-

sus. La raison pour laquelle je continue est que j'adore faire la course et la vie quotidienne que j'ai. On s'y habitue juste avec le temps.

À Paris, tu as eu trois médailles d'or et une en argent sur le 400 m nage libre derrière Ariarne Titmus. As-tu des regrets sur cette course ?

Peu importe la course, je ressors toujours avec quelque chose que j'ai appris, peu importe si j'ai l'or, l'argent ou autre. Il y a toujours des choses sur lesquelles travailler. Je venais pour l'or, je n'ai pas réussi à l'avoir, mais je pense que ça m'a aussi conditionnée et préparée pour les courses suivantes. J'ai eu l'argent et je ne voulais plus jamais sentir ce sentiment de nouveau et toucher le mur en première position. Cela m'a appris une leçon. J'aurais peut-être préféré que ce ne soit pas aux Jeux olympiques (sourire), mais tout se passe pour une raison. Je continue de travailler cette course pour retrouver mon rythme de croisière et avancer. ★

| PROPOS RECUEILLIS À FONT-ROMEU PAR LOUIS DELVINQUIÈRE |

« C'est assez sympa aussi d'apprendre une autre langue et d'être en immersion. C'est une belle expérience d'apprentissage. »

Les JO de Paris 2024 comme socle pour construire le nouveau collectif

Après un cycle olympique, et d'autant plus après celui de Paris 2024, les équipes de France se renouvellent et doivent refaire corps. La natation artistique française ne fait pas exception. Si une grande moitié du collectif olympique a retrouvé les bords du bassin de l'INSEP (Institut national du sport de l'expertise et de la performance ndlr), l'équipe doit également se reformer avec sept nouvelles nageuses fraîchement arrivées du Centre national relève situé à Aix-en-Provence. Entre reprise sportive, transmission et nouveaux objectifs, découvrons cette nouvelle équipe de France.

Après une saison aussi exceptionnelle que celle ponctuée par Paris 2024, la rentrée se doit, elle aussi, d'être atypique. En effet, les nouvelles nageuses ont alterné entre galas avec les anciennes et la préparation physique spécifique à une entrée dans la cour des grandes. Laure Obry, entraîneure du collectif confirme que « *c'était une rentrée inédite et cool. Inédite par le nombre de déplacements et de galas et cool sur le plan de la synchro, car elles étaient que neuf (sept nouvelles et deux nageuses de l'année dernière qui n'ont pas été sélectionnées dans le collectif final des JO ndlr). On a pu permettre leur bonne adaptation à l'INSEP et on s'est servi des ballets gala pour faire passer des messages et de voir quel temps d'apprentissage il faut à chaque nageuse.* »

Toutefois même si les nageuses olympiques ont pu prendre quelques semaines de vacances supplémentaires, cela n'a pas été le cas pour les coaches qui ont accueilli leurs nouvelles nageuses. Julie Fabre, aussi entraîneure du collectif, témoigne de cette entrée en demi-teinte : « *En septembre, j'étais un peu abattue à cause des nouveaux changements de règlements cumulés à l'effet de descente post JO. J'ai eu plus de recul, les chouettes moments étaient là, mais l'aigreur de la 4e place l'était aussi. Heureusement, j'ai pu reprendre un moment de vacances après la rentrée ce qui m'a permis d'être en forme aujourd'hui en étant aussi portée par une super ambiance de travail avec*

« Les filles ont appris les bons comportements dans le travail. Elles doivent progresser sur leur rigueur individuelle et je mesure le chemin qu'il va falloir faire et le temps que cela va prendre. »

des filles qui sont très fraîches et motivées. »

Le mois de septembre a donc été une véritable transition et un nouveau départ pour les jeunes nageuses. Nageuses et entraîneurs sont unanimes : l'ambiance de travail est excellente. « *Les filles ont appris les bons comportements dans le travail. Elles doivent progresser sur leur rigueur individuelle et je mesure le chemin qu'il va falloir faire et le temps que cela va prendre* », observe Laure. De plus, la transition est facilitée par la mise en place, il y a quelques années, du centre national relève à Aix-en-Provence. Sorte de succursale de l'INSEP, le pôle permet de préparer des groupes de nageuses prometteuses et selon Laure Obry ça marche : « *Comme elles viennent toutes du CNR, elles ont toutes déjà nagé ensemble et on sent qu'elles ont déjà des automatismes. Ça rend le travail plus fluide* ». Les jeunes ont donc fait preuve d'adaptation, d'intégra-



tion, mais surtout de motivation palpable en permanence. Leur nouvelle capitaine Ambre Esnault, qui a représenté la France au JO de cet été, témoigne de leurs arrivées avec bienveillance : « Elles ont dans les yeux les petites étoiles que nous avons toutes lorsque nous arrivons à l'INSEP, ça fait plaisir à voir ».

Les nouvelles ont pu compter sur les deux nageuses qui ont vécu l'année olympique et qui ont pu témoigner de l'exigence requise et leur donner quelques conseils : « Des messages ont été passés par Oriane (Jaillardon) et Claudia (Janvier) qui ont super bien gérées la transition dans le groupe en leur donnant les règles de vie, de montrer comment se passe l'entraînement ici et quelles sont les attentes », explique Laure. En filigrane, les galas et événements ont permis aux anciennes de partager leur expérience avec les plus jeunes et de démystifier les « filles des Jeux ». « Ça n'a

pas empêché d'avoir quelques regards impressionnés des nouvelles en voyant nager les anciennes. Il n'y a pas le côté fan des plus jeunes, mais plutôt une vraie envie de leur ressembler via une sorte de mimétisme hyper intéressant », analyse Laure. Ambre ressent la responsabilité que les nageuses olympiques ont auprès des nouvelles. Au-delà du rêve qu'elle conte, il s'agit aussi de « mettre au service tout le travail fait les années précédentes pour construire un groupe solide et de confiance en transmettant les valeurs, la façon de travailler les unes avec les autres ». Ce nouveau collectif peut donc se construire sur un héritage fort d'un moment sportif unique vécu par plusieurs de ses éléments. Julie Fabre nous raconte ce que l'été dernier change dans cette rentrée : « C'est sûr qu'on n'est pas comme quand on reprend avec une équipe qui se n'est pas qualifiée. L'héritage, c'est que le rêve a été vécu

Avec Aqualib, l'ambition de révolutionner l'accès aux piscines

À l'occasion du Salon des maires, mercredi 20 novembre 2024, la Fédération française de natation, en partenariat avec Dream On Sport, A26 Building Harmony, BioHome Tech et pwc, a lancé le projet «Aqualib». Annoncé en présence de son ambassadeur et capitaine de l'équipe de France, Florent Manaudou, le projet se veut novateur dans un univers de la piscine en difficulté, notamment au niveau des coûts d'exploitation.



«Aqualib» a pour projet d'offrir sur tout le territoire l'accès aux piscines au plus grand nombre et de simplifier son utilisation. Entre créneaux réservés, séances connectées et solution économique et simplifiée pour les communes, le projet veut voir loin et grand. «Aqualib est une solution facile», résume sobrement le sextuple médaillé olympique Florent Manaudou. Et d'ajouter : «Je me rends compte en ayant fait beaucoup de piscines en France, que ça coûte cher et qu'elles ferment car le coût d'exploitation est très élevé.» Et c'est là que le projet apporte une solution nouvelle, avec un modèle qui s'appuie sur celui des salles de sport modernes comme Basic Fit. «Ce projet est né pour répondre aux retours des utilisateurs, des élus et des usagers des piscines de France. Il y a plusieurs points : 1, une piscine coûte cher, 2, il y a des difficultés à trouver des maîtres-nageurs et 3, c'est dur de garder les piscines avec une haute qualité de service», note Laurent Ciubini, Directeur général de la Fédération française de natation.

À chaque problème sa solution alors, avec un projet réfléchi depuis quelque temps dans cette collaboration. «Nous voulons revenir, avec Aqualib, à quelque chose de beaucoup plus compact et revenir à la racine : l'occupation. Les taux varient d'heure en heure, mais tout le monde veut souvent nager à la même heure. L'idée est de remplir au maximum les créneaux en ayant de nouveaux modèles, digitalisés.» À l'ère du tout numérique et de l'importance de l'optimisation d'une expérience usager, «Aqualib» arrive à point nommé sur le territoire français qui a vécu de nombreuses fermetures de piscines ces dernières années

et qui, dans ses constructions, a souvent vu trop grand et donc trop cher à entretenir. L'enjeu principal de l'installation des bassins reste sociétal, avec l'apprentissage de la natation dès le plus jeune âge. Gilles Sezionale, Président de la FFN : «Quand on pense à la piscine, c'est souvent du côté loisir, ludique, ou performance, mais il y a aussi un rôle sociétal en apprenant à nager», explique-t-il. «Aussi, il manque plus de 2000 piscines en France pour arriver à donner accès au plus grand nombre et ainsi diminuer drastiquement les noyades, cause de mortalité infantile la plus importante.» Le projet, qui veut diminuer les coûts de gestion pour les collectivités, est aussi pratique et éco-responsable. «La force de ce projet réside dans la facilité d'utiliser les infrastructures engagées, sur le patrimoine existant. Les piscines Aqualib peuvent venir s'installer sur une ancienne piscine ou un lieu qui existe déjà pour y installer la nouvelle infrastructure. Au niveau de l'environnement aussi, le projet est responsable car les bassins sont réversibles», précise Hubert Montcoudiol, Président de Dream On Sport. «Le coût de fonctionnement d'une piscine est d'environ 1M€/an actuellement», détaille Laurent Ciubini. «Avec Aqualib, il n'y a plus d'investissement initial, mais un investissement annuel de 500K€/an avec un budget de fonctionnement de 0€.» ★

« Ce projet est né pour répondre aux retours des utilisateurs, des élus et des usagers des piscines de France. »

| LOUIS DELVINQUIÈRE |



(FFN)

Une vie au service du sport de haut niveau

Au mois d'août dernier, la natation française a perdu l'un de ses grands serviteurs. Philippe Dumoulin, ancien directeur technique national adjoint de 2001 à 2009 auprès de Claude Fauquet est décédé des suites d'une longue maladie à l'âge de 68 ans.

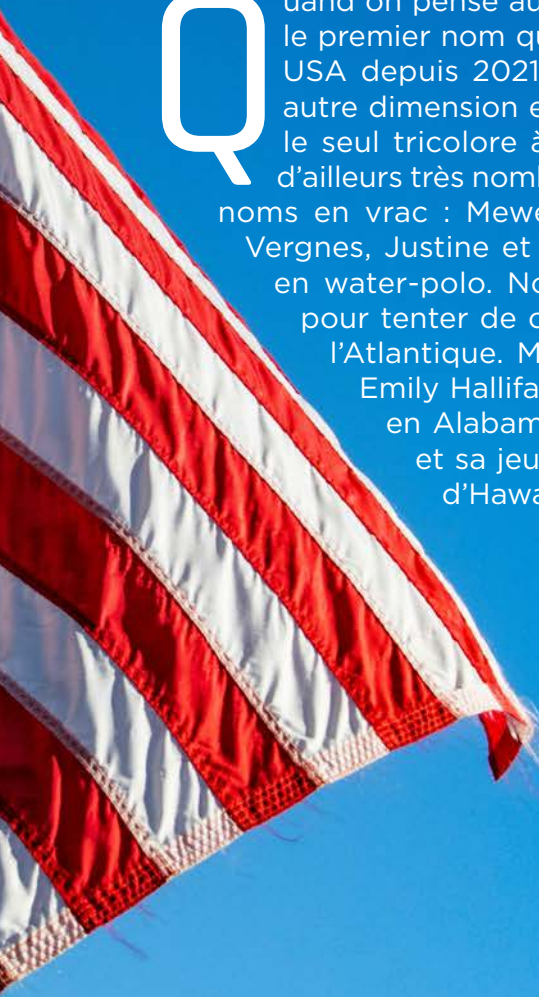
Directeur technique national adjoint auprès de Claude Fauquet de 2001 à 2009, Philippe Dumoulin a contribué au renouveau de la natation française avec cette génération dorée des Manaudou, Bernard, Bousquet, Gilot ou encore Leveaux. Sa disparition laisse donc un grand vide dans le monde aquatique français, mais son héritage demeure gravé dans les mémoires de ceux qui ont eu le privilège de travailler à ses côtés ou de bénéficier de son expertise. Homme de passion, de rigueur et de vision, Philippe Dumoulin a marqué de manière indélébile la natation française. Il a dédié une grande partie de sa vie au développement de la natation en France. Son parcours est celui d'un homme profondément engagé dans le haut niveau, mais aussi dans la formation et l'accompagnement des jeunes talents. Diplômé en éducation physique et sportive, il a d'abord fait ses armes sur le terrain en tant qu'entraîneur de nageurs, avant de rejoindre l'encadrement de la FFN, où il est devenu un acteur clé du système de développement sportif. En tant que directeur technique national adjoint, il a su allier une grande expertise technique à un sens de l'écoute et de l'accompagnement humain. Philippe Dumoulin avait cette capacité unique à déceler le potentiel de chaque athlète, tout en comprenant l'importance de leur développement global, que ce soit sur le plan physique, mental ou psychologique. Son action en tant que directeur technique national adjoint a été marquée

par une volonté de structurer et de moderniser la formation des nageurs, tout en développant des synergies avec d'autres disciplines sportives. Il a ainsi œuvré pour renforcer la préparation physique des nageurs, mais aussi pour la mise en place de centres de formation de haut niveau et d'encadrement technique. Il a joué un rôle essentiel dans la mise en place du pôle France, qui a permis à de nombreux athlètes de se préparer dans les meilleures conditions possibles en vue des compétitions internationales. Au-delà de ses compétences techniques et stratégiques, Philippe Dumoulin était avant tout un homme de valeurs. Sa bienveillance, son respect pour l'humain et son intégrité sont des qualités qui l'ont rendu respecté et aimé de tous. Ses relations avec les athlètes, les entraîneurs et l'ensemble des acteurs de la natation étaient marquées par une grande écoute et un profond respect des individus. Il prônait l'excellence, certes, mais toujours dans un esprit de cohésion et de soutien. Ses interlocuteurs, qu'ils soient jeunes nageurs ou coaches expérimentés, savaient qu'ils pouvaient compter sur lui, non seulement pour leur apporter des conseils techniques, mais aussi pour leur offrir un cadre humain de confiance. La Fédération Française de Natation et tous ceux qui ont croisé sa route continueront de s'inspirer de son exemple et de son dévouement. ★

| J. C. |



Les Français et le rêve américain



Quand on pense aux États-Unis et aux athlètes français qui s'y entraînent, le premier nom qui vient à l'esprit est celui de Léon Marchand. Exilé aux USA depuis 2021, le quadruple champion olympique a pris une toute autre dimension et s'est façonné un palmarès déjà XXL. Mais il n'est pas le seul tricolore à avoir fait ce choix de traverser l'Atlantique. Ils sont d'ailleurs très nombreux cette année à s'entraîner aux États-Unis. Quelques noms en vrac : Mewen Tomac, Lilou Ressencourt, Nans Mazellier, Lucien Vergnes, Justine et Lucie Delmas en natation mais aussi Juliette Dhaluin en water-polo. Nous avons donc souhaité interroger trois d'entre eux pour tenter de comprendre les raisons qui les ont poussés à traverser l'Atlantique. Mary-Ambre Moluh s'entraîne à Berkeley en Californie, Emily Hallifax plonge depuis les tremplins et plateformes d'Auburn en Alabama et enfin Ema Vernoux est partie apporter sa fougue et sa jeunesse à l'équipe féminine de water-polo de l'université d'Hawaii.

| PROPOS RECUEILLIS PAR LOUIS DELVINQUIÈRE ET JONATHAN COHEN |

Soissons Natation Sportive à la croisée des chemins

Franchir le cap des 150 adhérents sur lequel le SNS butte depuis plusieurs années : tel est l'objectif que se sont fixé les dirigeants du club soissonnais. Ils ont pour y parvenir une histoire de la natation longue de près d'un siècle, un complexe aquatique de construction récente et surtout des idées.

L'histoire de la natation locale débute au début des années 1930 quand la municipalité décide de doter la sous-préfecture de l'Aisne d'un complexe aquatique dernier cri. Alors que la tendance de l'époque est de construire un seul bassin avec une profondeur croissante, les édiles soissonnais font le choix de deux bassins, un bassin sportif de 33m x 14 avec plongeoir et, perpendiculairement à lui, un bassin d'apprentissage de 12,5m x 6 avec 0,7m de profondeur. Inaugurés le 1^{er} juin 1932, les « Bains froids » (les bassins découverts, alimentés par la rivière Aisne, ne sont pas chauffés) sont tout de suite plébiscités par les Soissonnais, tandis que le gérant des lieux, Marcel Nibourel, crée le Nautic Club Soissonnais qui réunit nageurs, plongeurs, poloïstes et synchros et qui devient en 1968 une section du club multisports l'ACS.

Aux « Bains froids », les années 1970 sont marquées par toute une série de transformations. D'abord avec la création d'un nouveau bassin nordique de 25m x 12,5m, puis en février 1976 avec l'ouverture d'une piscine couverte comportant elle-aussi deux bassins, les Soissonnais pouvant ainsi s'adonner à la natation toute l'année. De juillet à septembre en extérieur, de septembre à juillet en intérieur ! En tout cas jusqu'en 2015 où Grand Soissons Agglomération, gestionnaire des installations depuis 2006, décide de ne plus utiliser les bassins nordiques devenus obsolètes. En mars 2018, c'est la totalité du site de la rue du Mail qui ferme. Un mois plus tard, toutes les activités - de la communauté d'agglomération comme celles des clubs - sont transférées aux « Bains du lac », un complexe aquatique flambant neuf installé sur la petite commune de Mercin-et-Vaux, aux portes de Soissons. C'est là que s'écrit désormais l'histoire de la natation soissonnaise. Et en particulier celle du SNS et de ses

quelque 150 adhérents. Un chiffre qui peut paraître étonnamment bas, surtout si on le met en perspective avec la population de l'agglomération (45 000 habitants) et l'absence de piscines à proximité immédiate (les plus proches sont à Laon et Château-Thierry à une vingtaine de minutes), mais auquel Olivier Lecuppre voit plusieurs explications. Et surtout, plusieurs solutions. À commencer par la volonté du club de se rendre plus visible auprès des habitants du Soissonnais, en s'appuyant en particulier sur la presse et le sponsoring pour toucher un plus large public qu'actuellement. « Pour des raisons de non concurrence avec les « Bains du Lac », nous ne pouvons en effet accueillir les enfants que lorsqu'ils sont capables de nager 25 mètres. Notre école de natation, environ 80 enfants cette année, a donc la mission de les amener à la maîtrise des quatre nages. Et ensuite, pour ceux qui le souhaitent, on les dirige vers les groupes avenir (une dizaine de nageurs), pré-compétition (une dizaine aussi, essentiellement des avenir), compétition (une quinzaine, des avenir aux juniors), voire perfectionnement ados », confirme le tout nouveau président du SNS, lui-même l'un des 27 nageurs du groupe maîtres.

Et directement confronté à ce titre à l'autre problématique que rencontre le SNS aux « Bains du lac », celui des créneaux. « On exprime nos besoins à chaque début de saison et la direction des « Bains du Lac » nous les valide ou demande des aménagements en fonction des horaires et des lignes d'eau qu'il souhaite se réserver pour leurs propres activités et pour l'accueil du public et également en fonction des demandes des autres clubs ». Toute autre possibilité afin d'avoir des lignes complémentaires sera étudiée.

Résultat : Soissons Natation Sportive dispose majoritairement de 2 lignes d'eau de 25 mètres (sur les 10 que compte le bassin sportif des « Bains du lac ») de 17h à 19h30 le lundi, mardi, jeudi et vendredi. Et le mercredi de 13h à 18h ainsi que le samedi de 9h à 15h30. Quant aux compétitions, le SNS doit se contenter d'une journée par an, pour pouvoir en organiser. « En 2023, on a obtenu deux jours, samedi et dimanche, pour accueillir et organiser les championnats régionaux benjamins. Et de ce fait, aucun événement n'a été possible en 2024 », regrette d'ailleurs

« Soissons
Natation
Sportive a de
quoi grandir. »



(SNS)

Olivier Lecuppre. Le club garde malgré tout la volonté que « la SNS ne devienne pas un simple club de loisir ». Fort de l'exemple de François Labouglier, finaliste B des championnats de France juniors sur 400 m 4 nages en avril dernier à Chalon-sur-Saône et pensionnaire depuis septembre du Centre national d'entraînement de Font-Romeu, le président du club picard et ses collègues du Conseil d'administration ont même fait du développement du pôle compétition l'une des priorités des saisons à venir.

L'autre projet qui tient à cœur aux dirigeants locaux est d'« accueillir, grâce à des partenariats avec différentes associations du Soissonnais, des personnes en situation de handicap » pour leur faire découvrir la natation. La SNS possédant en effet avec Benjamin Pauws, titulaire du certificat de qualification handisport natation, la personne appropriée. Un projet considéré comme d'autant plus important par Olivier Lecuppre qu'il devrait permettre au club de casser un

plafond de verre. Et pas des moindres. « Cet effectif de 150 adhérents qui est le nôtre depuis quelques années et qu'on n'arrive pas à franchir représente en effet un seuil critique dans le sens où notre budget annuel de 70 à 80000€, dont près de 50% provient des cotisations, ne nous permet pas d'embaucher un deuxième entraîneur plein temps pourtant nécessaire si on veut pouvoir se développer ». Arrivé en novembre 2023 du club voisin de Château-Thierry et bien qu'il soit épaulé depuis le début de la saison par Arthur Clair, un ancien nageur du SNS en apprentissage dans le cadre de sa formation BEPJEPS, Benjamin Pauws a effectivement en charge tous les groupes. Une situation dont le club axonais souhaiterait sortir. « Soissons Natation Sportive a de quoi grandir », confirme d'ailleurs Olivier Lecuppre en guise de conclusion. ★

| JEAN-PIERRE CHAFES |

« J'adore l'esprit de famille des Manaudou »

Double médaillée olympique d'argent à l'épée (individuel et par équipe), Auriane Mallo-Breton, qui a fait de la natation de 5 à 15 ans en loisirs à la piscine Garibaldi de Lyon, raconte ses Jeux de l'intérieur, de cette première journée de compétition le 27 juillet à sa médaille par équipe, encore imprégnée de cet engouement populaire qui a accompagné Paris 2024. Entretien d'un spontané rare avec une trentenaire heureuse de revenir sur une parenthèse enchantée.

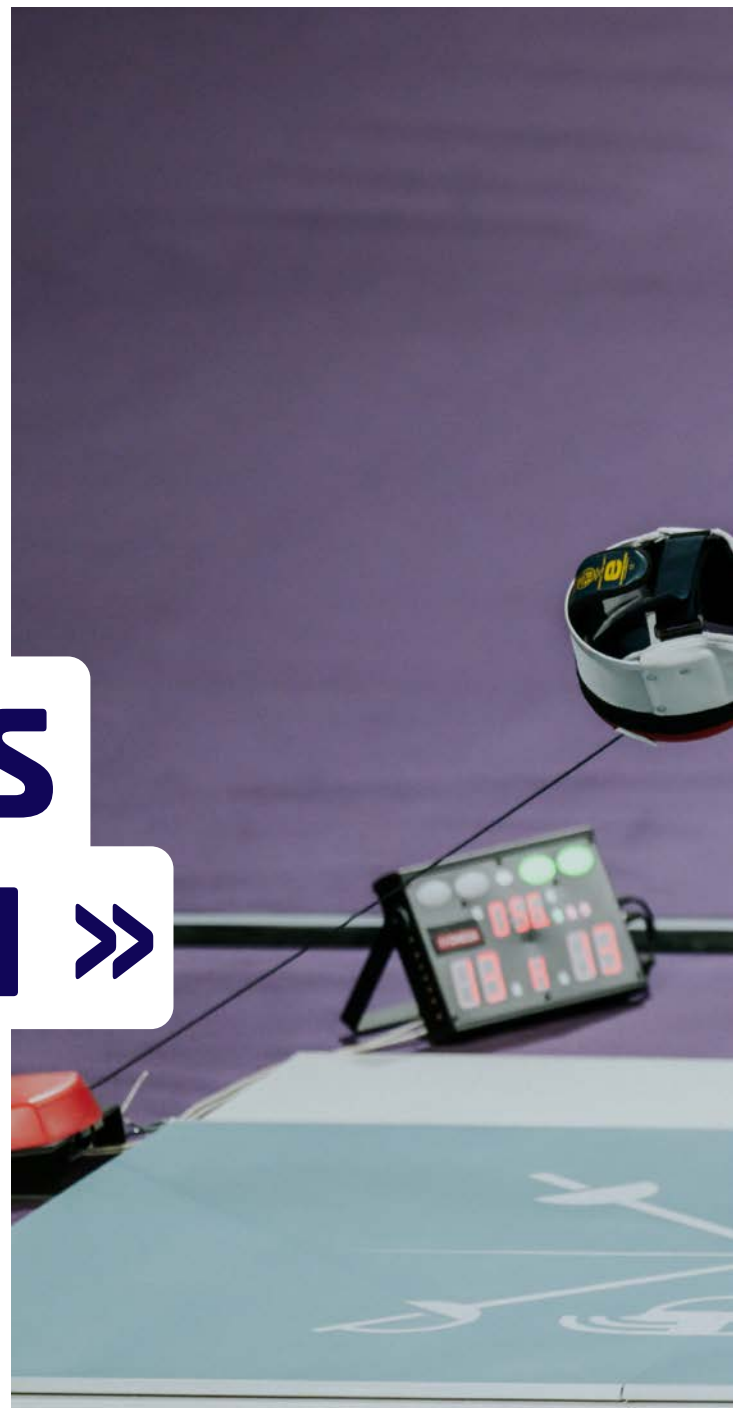
Plusieurs mois après, quel est le souvenir le plus marquant qu'il vous reste des JO ? Mes médailles (rires), c'est déjà pas mal, des souvenirs plein la tête, le Grand Palais (où a eu lieu la compétition), de la joie, de la fierté, une vraie réussite personnelle et collective. Après, le moment qui m'a le plus touchée, a eu lieu quand je mets la dernière touche de la demi-finale par équipe contre la Pologne, et toutes les filles qui me sautent dessus. « Ça y est, on a la médaille ! » On sait que l'on est en finale des Jeux, et c'est vraiment dingue. Là, on parle de réussite de tout notre groupe, au-delà de nous quatre, mais en pensant aussi aux filles qui nous ont entraîné, toutes les personnes partie prenante de ce projet. De mes 18 ans à aujourd'hui, on a vécu des hauts et des bas, on a grandi toutes ensemble (Coraline Vitalis, Marie-Florence Candassamy, Alexandra Louis-Marie), on avait échoué par équipe en quarts de finale aux Jeux de Rio, et là, on était très fière d'avoir cette médaille.

Ce moment vous a-t-il plus marqué que l'individuel ?

Ma médaille en individuel, je ne l'échangerais contre rien au monde mais c'est incomparable. Le soir, après ma finale en solo, je ne peux pas célébrer. L'escrime est un sport individuel, mais j'ai besoin d'être challengée par mes adversaires pour progresser, et l'on doit aussi accepter la supériorité de ses partenaires d'équipe. Et ce n'est pas simple : d'un côté, il faut prendre sur soi, et de l'autre former un groupe. C'est dur d'être une sparring-partner : il y a la déception de ne pas aller aux Jeux, et il faut en plus entraîner les filles qui se sont qualifiées.

On en revient toujours à l'équipe.

Moi, j'ai été forte par équipe avant de performer en individuel. Vous savez, en solo, cela faisait 3 ans que j'étais derrière Marie-Florence Candassamy, et j'ai explosé en individuel après la naissance de mon fils : je me suis dit que j'avais le droit d'être forte, de briller,





« J'ai enfin
compris que je
pouvais briller
en individuel,
sans que ce soit
mauvais pour
autrui, et la
maternité m'a
donné cette
confiance-là. »

et sans les autres. C'était un peu une question d'éducation : avec mes frères (qui ont aussi fait de l'escrime), on était des leaders d'équipe. Cela nous correspondait bien, d'aller vers les autres, essayer de s'élever collectivement et non de rabaisser les autres pour m'élever toute seule. J'ai enfin compris que je pouvais briller en individuel, sans que ce soit mauvais pour autrui, et la maternité m'a donné cette confiance-là.

Après votre première finale, on vous a d'ailleurs vu prendre votre fils de 3 ans dans vos bras.

Une maman-athlète, cela offre de belles images et j'étais heureuse de prouver que l'on peut être maman et performante en même temps. Dans les années 2000, les femmes pensaient à faire des enfants après leur retraite sportive. Maintenant, on arrive à le faire pendant notre carrière, à revenir et à être encore plus forte malgré la logistique et l'impact physique d'une maternité. C'est plus simple aujourd'hui et on est de plus en plus nombreuse dans ce cas. Même enceinte

avant les JO de Tokyo, je m'étais fixée comme objectif de célébrer Paris 2024 au Grand Palais avec mon fils. Le retour de grossesse, d'entendre que je repartais de zéro, tout n'a pas toujours été simple, mais je me suis donnée les moyens à l'entraînement, et mentalement, j'étais prête à surmonter tous les obstacles.

En finale individuelle, vous êtes à 12 partout face à votre adversaire, Vivian Kong. Vous devez en passer par la mort subite : la 1^{ère} qui touche l'autre est championne olympique. Vous avez face à vous la numéro 1 mondiale, et si c'était à refaire, que changeriez-vous ?

J'aurais pris plus de temps avant la touche. Je me suis trop vite mise en garde. Avant la dernière touche, j'aurais dû pendre plus de temps, faire une petite introspection, mieux respirer, et je ne l'ai pas fait, accaparée par l'ambiance, alors que j'avais su le faire lors de mon premier match où je gagne à la mort subite. En finale, j'étais fatiguée, le match était programmé tard le soir, ➡

TYR®



DÉCOUVREZ NOTRE GAMME DE BASKETS CXT-2

Conçues pour passer de la salle sport
aux bassins en toute fluidité!