

JEUDI 4 AOÛT 2016 COURRIER PICARD

JEUX OLYMPIQUES

« Stravius, un pilier des relais »

Directeur technique de la natation française, Jacques Favre assume sa liste pour les JO et compte énormément sur le Picard Jérémy Stravius

Mardi, l'équipe de France était de passage au club France. L'occasion de faire le point avec son DTN, Jacques Favre.

► **Quelles sont vos premières impressions par rapport à l'équipe de France ?**

Elle est encore dans la déconne mais ça va se durcir. Ils sont bien, ils sont dans le bon état d'esprit, c'est une équipe. C'est ce qu'on voulait depuis le début.

► **Ne regrettez-vous pas d'avoir été aussi généreux par rapport aux critères de sélection ?**

Je ne pense pas avoir été généreux. On a construit une équipe qui fait que chacun est concerné par l'autre et à l'arrivée, c'est ce qui fait souvent la différence. Je considère la natation comme un sport collectif.

► **Un sport collectif ?**

C'est la réalité. Une équipe, c'est un puzzle qu'il faut assembler avec des personnalités différentes qui n'ont pas forcément les mêmes objectifs, mais en réalité tous les objectifs s'emboîtent et quand la magie opère, cela peut faire la différence.

► **Quels objectifs ont été fixés ?**

Je n'ai pas fixé de nombre de médailles à obtenir. Essayons de faire aussi bien à Londres où ils avaient mis la barre très haute.

► **Vous ne voulez pas mettre de pression supplémentaire ?**

Cela ne sert à rien. Chacun sait ce qu'il a à faire. Les journalistes et nous. Donc ça suffit.

► **Comptez-vous beaucoup sur Jérémy Stravius ?**

Il sera au centre de deux voire des trois relais. Il a un gros programme pendant la semaine et on espère qu'il sera en forme car on aura besoin de lui pratiquement tous les jours. Stravius, c'est un pilier des relais.

Propos recueillis par RACHID TOUAZI



« Essayons de faire aussi bien qu'à Londres », avance Jacques Favre. (Photo FH)

LES AUTRES POINTS

L'ouverture sans les nageurs

Comme aux JO à Londres en 2012, l'équipe de France de natation, staff et encadrement (dont les Picards Michel Chrétien et Stéphane Lecat) compris, ne participera pas à la cérémonie d'ouverture des JO demain soir, car les compétitions débutent dès le lendemain. Pas question de rester des heures et des heures à attendre, généralement debout, le passage de l'équipe de France.

Henique, marseillaise après les JO

Au club France à Rio, où elle vise une place en demi-finale du 50 m nage libre, Mélanie Henique a annoncé qu'elle quittera le club d'Amiens Mé-

tropole Natation, pour signer au Cercle des nageurs de Marseille. « Je vais signer à Marseille. Je quitte le club en bons termes. Je n'en veux à personne mais je pense qu'il est important de signer dans le club où on s'entraîne. Même si cela ne m'empêche pas d'être toujours amiénois. L'année prochaine, je serai marseillaise. »

Pas de village pour Stefanczyck

Né à Amiens, Bruno Stefanczyck, kiné de l'équipe de France de natation et de Jérémy Stravius, n'est pas logé au village olympique. Sélectionné parmi trois kinés, sachant qu'il en fallait deux pour les JO, il réside en dehors avec un autre kiné et ne peut circuler au village que jusqu'à 21 heures.

JEUX OLYMPIQUES NATATION

Pour voir Stravius, il faudra se lever dès potron-minet



Jérémy Stravius et son entraîneur Michel Chrétien ont anticipé l'horaire tardif de certaines finales prévues à Rio.

Cinq heures de décalage entre Paris et Rio de Janeiro, c'est peu et beaucoup à la fois. Afin de s'y préparer, l'INSEP avait accueilli, du 15 au 20 décembre 2015, un stage de préparation pour le Brésil organisé par la Fédération Française de natation en collaboration avec le département de la recherche de l'institution parisienne.

Objectif : simuler le décalage horaire pour rester performant en soirée en prévision des Jeux olympiques. Six nageurs du groupe du club d'Amiens Métropole natation y avaient participé, dont Jérémy Stravius, en compagnie de son entraîneur Michel Chrétien, pendant cinq jours avec un accompagnement scientifique pour étudier les perturbations générées par le décalage horaire. Car les finales des épreuves de natation ne se dérouleront pas avant 22 heures, heure locale.

Se lever tôt... ou se coucher tard

Le programme de cette préparation, découpée en activités de 9 h 45 à 2 heures du matin, devait simuler les conditions particulières et l'environnement que les nageurs retrouveront à Rio, avec des entraînements nocturnes (22 heures), des séances de luminothérapie, des repas décalés, etc. « On a justement profité du stage pendant plus de huit jours à Porto Allegre pour mettre en place progressivement le rythme d'échauffement et de compétition qui nous attend, confirme Michel Chrétien. On

« On en a profité pour dissiper le décalage horaire de cinq heures. Même s'il n'est pas très lourd, il fallait le prendre en considération ainsi que les entraînements tardifs car c'est ce qui nous attend pendant une semaine. »

s'est entraîné de 11 heures à 13 heures et de 18 heures à 20 heures. On en a également profité pour dissiper le décalage horaire de cinq heures. Même s'il n'est pas très lourd, il fallait le prendre en considération ainsi que les entraînements tardifs car c'est ce qui nous attend pendant une semaine. »

L'entraîneur d'Amiens Métropole Natation espère que Jérémy Stravius se sera ajusté à l'heure brésilienne. « L'échauffement est prévu de 21 heures à 23 heures et les finales de 23 heures à 1 heure du matin, heure locale, précise-t-il. Donc, il faut ajouter cinq heures de plus pour la France et nos fans devront se lever tôt. Vers trois heures du matin pour voir les finales. »

R.T.

SON PROGRAMME

200m NL Séries le 7 août, demi-finales le 8 août, finale le 9 août
Relais 4x200m NL Séries le 7 août, finale le 8 août
Relais 4x200m NL Séries le 9 août, finale le 10 août
100m NL Séries le 9 août, demi-finales le 10 août, finale le 11 août
100m papillon Séries le 11 août, demi-finales le 12 août, finale le 13 août

Escrime : Peeters, le DTN de l'Oise

Y a-t-il un Picard dans la délégation française d'escrime ? A première vue, non, mais en grattant un peu, il y en a un qui a un lien indirect avec la Picardie : Christian Peeters (62 ans), le DTN ! « Avant, j'étais entraîneur de l'équipe de France de sabre messieurs. En fait, le club où je travaillais était à Gisors, dans l'Eure, juste à côté de la Picardie où j'habite désormais, dans un petit village à côté de Chaumont-en-Vexin. Mon choix était de vivre à la campagne. Je suis prêt du Val d'Oise, de la Normandie et proche de Paris. » Alors quel objectif a-t-il fixé pour ces JO ? « On est partis sur une base de quatre médailles et un titre. On peut avoir plus mais on espère ne pas renouveler ce qu'il s'est passé à Londres. » A savoir, aucune médaille, une première pour l'équipe de France d'escrime.



R.T. Le DTN de l'escrime tricolore réside dans l'Oise. (Photo R.T.)

JEUX OLYMPIQUES

Myriam Lignot, c'est synchro

La Laonnoise s'est forgée un joli palmarès en natation synchronisée avec notamment une belle médaille de bronze, décrochée en duo aux JO 2000 à Sydney.

PALMARÈS

MYRIAM LIGNOT. Née le 9 juillet 1974 à Laon.
CLUB : FC Laon
 Internationale senior de 1990 à 2000
 Internationale espoir en 1988 et 1989
 Médaille de bronze en duo et quatrième par équipe aux JO de Sydney 2000
 Championne d'Europe en duo et 3^e par équipe aux championnats d'Europe 2000 à Helsinki
 Vice-championne d'Europe en duo et par équipe en 1993 à Istanbul
 Médaille de bronze en duo et cinquième par équipe aux championnats du Monde 1998 à Perth
 Vice-championne d'Europe en duo et par équipe en 1996 à Séville
 Vainqueur par équipe et médaillée d'argent en duo à la Coupe d'Europe 1996
 Cinquième par équipe aux JO d'Atlanta 1996
 Vice-championne d'Europe en duo et par équipe en 1995 à Vienne
 Vice-championne d'Europe par équipe en 1993
 Vice-championne d'Europe juniors en solo et duo en 1992 à Oulu
 Trois fois championne de France jeunes (1991, 1989, 1987)

■ Myriam Lignot - Virginie Dedieu, un sacré duo. Ensemble, elles ont décroché le bronze en duo en Australie, juste après avoir été championnes d'Europe en Finlande. Troisième à l'issue du programme libre, les Françaises ont su assurer une médaille historique. « Elles nous ont offert un beau cadeau, la première médaille de l'histoire de la natation synchronisée. Mais Dieu que c'était éprouvant à suivre », confiait sur le coup Odile Petit, leur entraîneur.

Dans le bassin de Sydney, les Françaises ont brillé : « Quatre minutes, ce n'est rien. Mais elles sont parties avec le plaisir d'aller nager. Elles étaient toutes les deux très excitées, mais pas stressées. C'est une tension positive qui les animait et cela s'est vu, puisqu'elles ont



Myriam Lignot (à droite) et Virginie Dedieu ont décroché la première breloque française de l'histoire de la natation synchronisée.

La famille Lignot, ça baigne dans l'eau

Francis Lignot a entraîné sa sœur Myriam au début de sa carrière en natation sportive. « Jusqu'en 3^e, précise Francis Lignot. Myriam a su nager, avant d'avoir 3 ans. Sa spécialité était le 200 m dos. Elle a d'ailleurs été finaliste aux championnats de France sur cette distance. Elle continue à faire des compétitions avec le club de Laon lors des championnats interclubs des maîtres. » Annie Lignot a aussi été l'entraîneur de sa sœur Myriam, mais en natation synchronisée, et ce jusqu'à

l'entrée de Myriam à l'Insep. Annie est de la génération de Muriel Hermine (la natation synchronisée a été popularisée en France par Muriel Hermine) qui a été treize fois championne de France, quatre fois championne d'Europe. Cette dernière a aussi été médaillée de bronze au Mondial 1986 de Madrid. Sous la houlette d'Annie, Myriam a été plusieurs fois sacrée reine de France jeunes. Quant à Annie, elle a notamment été trois fois championne d'Europe par équipe.

très bien exécuté leur chorégraphie. On a senti beaucoup de complicité entre elles. Après, il fallait attendre le résultat des Américaines. »

Seize ans plus tard, Francis Lignot, le frère de Myriam, livre son sentiment sur le passage du duo tricolore : « Pour nous, c'était le meilleur programme. Elles étaient très rythmées, très hautes sur l'eau. En plus de ça, Myriam et Virginie étaient gracieuses. De belles athlètes. Une valeur ajoutée en plus. »

« C'est l'Everest du sport ! »

Cette médaille de bronze a constitué le moment fort de la carrière de Myriam Lignot. Un moment fort aussi pour la famille qui a suivi ses exploits devant sa télévision en France. « Ma femme (Pascale) était folle. Elle était debout sur la table. Et au moment du podium, c'était émouvant. On avait la chair de poule, rapporte Francis Lignot. Avoir quelqu'un de sa famille qui fait une médaille aux JO, c'est extraordinaire. C'est l'Everest du sport ! »

À 25 ans, Myriam Lignot se retirait des bassins sur ce très joli coup d'éclat. « À un haut niveau, la natation engendre beaucoup de sacrifices. Je pense en avoir fait énormément pour en arriver là. Ma décision d'arrêter est irrévocable et se sait depuis longtemps. Il y a Sydney, et ensuite, ce sera la retraite sportive. C'est vrai qu'en disant cela, alors que je n'ai que 25 ans, ça peut paraître bizarre. Mais il faut aussi savoir tourner la page », confiait Myriam Lignot, peu avant le début des Jeux olympiques de Sydney.

Virginie Dedieu, qui possédait la particularité de nager sans pince-nez, car « avec j'étouffe », aurait aimé que sa partenaire continue un an de plus : « Je l'ai comprise, Myriam voulait passer à autre chose, après douze années en équipe de France. Mais on aurait pu devenir championnes du Monde ! Je regrette de ne pas avoir insisté. »

NICOLAS SANSON

NATATION - JO2016 JérémY Stravius se lance cinq défis

PUBLIÉ LE 04/08/2016

Courrier picard



ARTAGER



WITTER

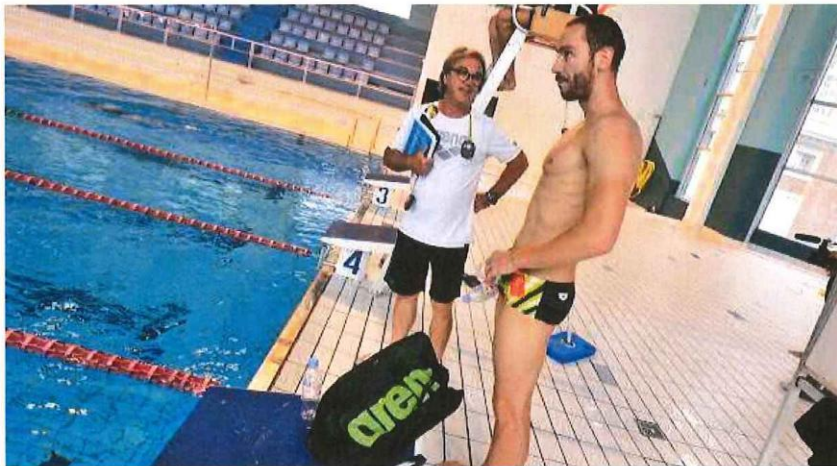


GOOGLE+

Réagir

Le journal du jour
à partir de 0,75 €

Le nageur picard va essayer de relever un pari incroyable que cautionne son entraîneur Michel Chrétien.



| - A + |

La pression monte et Michel Chrétien est bien décidé à ne pas en rajouter avant le début des compétitions. « Non il n'y a pas de pression. On va prendre les choses comme elles viennent, en allant, et j'espère qu'on aura beaucoup de joie. »

L'entraîneur de JérémY Stravius approuve sa décision de s'engager sur cinq épreuves : « Il a un programme chargé et normalement JérémY devrait nager tous les jours et même parfois, trois fois par jour lorsqu'il y aura les relais. On va voir. C'est la première fois qu'on tente un truc comme ça et je crois que c'est la première fois qu'un nageur français se trouve dans cette situation. » Non, aucun ! Sera-t-il à sa manière le Michaël Phelps de la Natation Française. Lors des Jeux olympiques de Pékin, en 2008, l'Américain était entré dans la légende de la natation en remportant huit médailles d'or sur les huit épreuves où il s'est aligné, en battant au passage sept records du monde et un record olympique. Il détient le record du nombre de titres gagnés lors de mêmes Jeux, dépassant la performance du nageur Mark Spitz (sept titres) établie en 1972.

JérémY Stravius va devoir se démultiplier en montant en puissance au fil des courses où il va s'aligner. Un pari osé mais manifestement, il aime surprendre et se surprendre depuis qu'il a renoncé au 100m dos pour s'aligner sur le 100m nage libre. « On va essayer, avance Chrétien. Il s'est qualifié dans trois épreuves individuelles sans parler des relais. On va aller au bout et on verra ce qu'il se passera tout simplement. »

Rachid Touazi