

Sports

L'info en +

■ Le Football olympique Plaisiols recherche un graphiste, en alternance ou bénévole, capable de réaliser des documents, d'animer les réseaux sociaux et de refondre la charte graphique. Rens. au 06 79 54 31 99 ou par e-mail : sylvain.barbaud@gmail.com

■ NATATION

CHAMPIONNAT DE FRANCE ELITE. Stanislas Huille : « J'avais besoin de voir autre chose »

Tête d'affiche de la délégation yvelinoise qui va participer en fin de semaine au Championnat de France Elite grand bassin, Stanislas Huille (SN Versailles), 21 ans, sera aligné sur le 50 m et 100 m dos ainsi que sur le 50 m et 100 m papillon. Entretien.

Ce deuxième confinement semble avoir été différent du premier pour vous, comme pour tous les sportifs de haut niveau ?

« Oui, c'est sûr que ce n'était pas comme lors du premier où on n'avait pas pu nager pendant 8 ou 9 semaines. Là, on a continué nos entraînements comme en temps normal. La piscine était ouverte que pour nous. En revanche, les compétitions prévues ont été annulées comme les Interclubs qui devaient se faire début novembre. On devait aussi partir deux semaines en stage en altitude, à Tignes. Cela n'a pas pu se faire mais on s'est adaptés.

En juin, vous avez décidé de quitter le centre national d'entraînement de l'INSEP. Que reprenez-vous de vos six ans là-bas ?

J'y suis resté de 15 à 21 ans. Cela a été un sacré changement de passer d'une section sportive scolaire (au collège Jean-Philippe-Rameau de Versailles) à une structure fédérale comme celle-ci. Vivre sur un campus avec plein de sportifs, j'ai adoré. Cela m'a permis de m'ouvrir un peu plus aux autres, d'être un peu moins introverti. Il y a eu des hauts et des bas mais c'est le cours d'une carrière. J'ai eu différents entraîneurs avec des approches divergentes. Cela m'a permis de bien progresser.

Pourquoi ce choix de partir vous entraîner au sein du



Stanislas Huille (SN Versailles) s'entraîne désormais au sein du groupe Elite du Cercle nautique de Marseille.

groupe Elite du Cercle nautique de Marseille ?

C'est un club réputé depuis plusieurs années. Il y a un savoir-faire en matière de développement des qualités de sprint et au niveau de la musculation. Ils savent très bien comment faire pour développer la force chez un sprinteur. Cela m'a fait beaucoup de bien de changer. J'avais

besoin de voir autre chose.

Qui sont vos partenaires d'entraînement les plus connus ?

Mehdy Metella et Clément Mignon. Tous les deux sont vice-champions olympiques du 4 x 100 m nage libre. C'est extraordinaire de pouvoir s'entraîner au quotidien à leurs côtés.

Au début, lorsqu'on arrive, on observe. On échange ensuite. Ils m'apportent leur expérience. C'est très enrichissant et c'est surtout une source de motivation supplémentaire. Je m'entraîne surtout avec Paul-Gabriel Bedel qui est dossiste (nageur de dos crawlé) comme moi. On fait à peu près les mêmes temps. Cela nous pousse l'un et l'autre, tous les jours, à nous dépasser.

Dans une interview, vous avez récemment dit : « Je découvre un entraînement très différent de celui auquel j'étais habitué ». Qu'entendez-vous par là ?

Ces deux dernières saisons, c'était une approche classique de l'entraînement. Il n'y a rien de péjoratif lorsque je dis ça. L'entraînement était plus tourné vers l'aérobie. Aujourd'hui, on entretient toujours ça tout au long de l'année mais il y a une approche beaucoup plus technique. On fait un point sur la nage à chaque séance pendant une dizaine de minutes.

Une journée type d'entraînement ressemble à quoi ?

La première séance commence à 8h et se termine vers 10h. Après, on a une bonne phase de récupération. Je rentre souvent chez moi notamment pour suivre mes cours à distance (Ndlr : il est étudiant à Sciences Po). Le deuxième entraînement débute vers 16h. Soit on nage deux heures, soit on a d'abord

une heure de physique puis on nage de 17h à 19h. Le mercredi et le samedi, on a seulement l'entraînement l'après-midi.

Comment avez-vous vécu cette année très pauvre en compétitions ?

Avoir aussi peu de départs, c'est assez étrange même si cela ne m'a pas trop gêné. Quand je suis arrivé à Marseille fin juin, tous les vendredis, on faisait jusqu'à la période des vacances une course à fond. Un 100 m ou un 200 m. En octobre, le club a organisé aussi une prise de temps. Il y avait les nageurs de Saint-Raphaël et d'Aix. On a ainsi pu se confronter.

Vous allez participer au championnat de France du 10 au 13 décembre. On imagine votre impatience de pouvoir retrouver la compétition...

Surtout de retourner en compétition en étant préparé ! Il y a forcément un peu d'excitation qu'il faut réussir à bien gérer car sinon cela peut jouer en notre défaveur. On risquerait de partir trop vite sur une course. En tout cas, j'ai envie de prouver que le travail fait ces derniers mois fonctionne.

Quelles sont vos ambitions ?

On ne peut pas se fixer d'objectifs car on ne sait pas vraiment ce que l'on vaut. L'ambition est là en tout cas. La concurrence sera rude. Et puis c'est un plaisir

de retourner à Saint-Raphaël car c'est dans cette piscine que je remportais le titre sur le 100m dos en 2018. J'en garde forcément de bons souvenirs.

Ce rendez-vous marque aussi le début de la première période de qualification olympique. Être du voyage à Tokyo l'été prochain, est-ce réalisable ?

C'est clairement un objectif. Jusqu'au meeting de Marseille en mars, on aura plusieurs compétitions qualificatives. Le chrono à réussir est plus dur. Mon record qui date de 2018 est à 54"39. Les minima sont fixés à 53"34 pour la première période puis à 53"85 lors des championnats de France en juin. Par discipline, il y a deux places au maximum.

A plus long terme, les Jeux de Paris 2024 doivent déjà être dans un coin de votre tête...

Oui évidemment. J'aurai 25 ans. Cela arrivera à un moment clé de ma carrière. C'est l'endroit où il faudra être à ce moment-là. Des Jeux à domicile, ce serait quelque chose d'incroyable. Je me souviens qu'en 2012, dès qu'un nageur anglais entrait pour une finale, il y avait une effervescence démentielle. On le ressentait devant le téléviseur alors je n'imagine même pas ce que cela devait être sur place.

Propos recueillis par Basile Regoli

■ CROSS-COUNTRY

Le championnat départemental fin janvier

Depuis le 28 novembre et les mesures d'assouplissement du confinement, les clubs d'athlétisme ont pu reprendre les entraînements en extérieur. Ce retour s'articule autour d'un protocole renforcé qui prévoit notamment que les groupes ne doivent pas excéder quinze personnes sur le stade, et six dans l'espace public où la pratique collective n'est autorisée, pour l'heure, que pour les mineurs.

Selon les informations communiquées par la fédé-

ration française d'athlétisme, il ne devrait pas être possible d'organiser des compétitions avant le 20 janvier.

Une compétition sur deux jours

C'est donc pour cette raison que le comité des Yvelines a été contraint de décaler son championnat départemental de cross-country de quinze jours. Initialement prévu le 10 janvier, il aura lieu à l'île de loisirs des Boudes de Seine, à

Moisson-Mousseaux, en principe le week-end du 23 et 24 janvier.

En raison du contexte sanitaire, les dirigeants yvelinois ont trouvé plus judicieux de scinder ce rendez-vous en deux : les jeunes de l'école d'athlétisme, les poussins, les benjamins et les minimes le samedi 23 en début d'après-midi, puis les cadets, juniors, espoirs, seniors et masters le dimanche 24. Les épreuves de cross court et de cross long se feront, donc, ex-

ceptionnellement cette saison, le même jour.

Les dates des championnats régionaux et interrégionaux n'ont pas encore été communiquées par la Ligue d'Ile-de-France mais ces deux compétitions se dérouleront entre le 31 janvier et le 21 février. Les championnats de France, eux, ont déjà été décalés au week-end du 13 et 14 mars, et se feront à Montauban (Tarn-et-Garonne).

Basile Regoli



La compétition se déroulera en principe les 23 et 24 janvier.