



SOMMAIRE

- **Le team Arena aux Championnats d'Europe.** page 2
- **Communication : onze athlètes en scène. Les visuels.** page 3
- **Face à face : Alain Bernard/Cesar Cielo.** pages 4 et 5
- **Le Who's who du team Arena France à Budapest.** pages 6 à 16
 - Alain Bernard, pages 6 et 7
 - Camille Lacourt, pages 8 et 9
 - Camille Lacourt par son entraîneur Romain Barnier, page 10
 - Décryptage du dernier 100m dos de Camille Lacourt par Simon Dufour, page 11
 - Boris Steimetz, pages 12 et 13
 - Boris Steimetz par Alain Bernard et Denis Auguin, page 14
 - Mylène Lazare, page 15
 - Mylène Lazare par Denis Auguin, page 16
- **Trois technologies pour une réponse personnalisée.** pages 17 et 18
- **Arena la marque qui fait corps avec l'eau.** page 19
- **Arena la compétition dès l'origine.** page 20
- **Innovations, le turbo d'Arena.** pages 21 et 22
- **Team Elite Arena.** page 23



ARENA LOUNGE BUDAPEST Un espace dédié aux journalistes du 9 au 15 août 9h-20h30

- Pendant les Championnats d'Europe, Arena aménage un espace dédié aux journalistes pour rencontrer les nageurs du team. L'Arena Lounge se situera sur la terrasse à côté du bassin de récupération et sera proche de l'espace presse.
- Chaque jour, des athlètes membres du team Arena feront escale à l'Arena Lounge pour aller à la rencontre des journalistes.
- Cristiano Portas, CEO d'Arena International et Giuseppe Musciacchio, Directeur marketing seront sur place du 9 au 15 août.
- Nicolas Préault, DG d'Arena France, sera présent du 11 au 14 août.

Pour obtenir un pass d'accès à l'Arena Lounge contacter sur place :

- **Vincent Leroyer**, responsable du service promotion sportive d'Arena France
Port. : +33 (0)6.07.56.54.10
- **ou Cristina Cantoni**
sport sponsoring manager
Arena Group
Port. : +39.334.687.9249

**Vous pouvez télécharger les photos en haute def libres de droits et aussi des sonores mp3
d'interviews de nageurs et d'entraîneurs sur le site
www.mediaconseilpresse.com, salle de presse Arena**



Les engagements du Team Arena aux Europe du 4 au 15 août

• EAU LIBRE

(du 4 au 8 août)

MERCREDI 4

10KM

Thomas LURZ (Ger)
Damien CATTIN VIDAL (Fra)
Julien CODEVELLE (Fra)

5KM

Larisa IICHENKO (Rus)
Ophélie ASPORD (Fra)

JEUDI 5

5KM

Thomas LURZ (Ger)
Julien CODEVELLE (Fra)

10KM

Larisa IICHENKO (Rus)
Ophélie ASPORD (Fra)

SAMEDI 7

25KM

Joanes HEDEL (Fra)

DIMANCHE 8

25KM

Célia BARROT (Fra)

• PLONGEON

(du 9 au 15 août)

MARDI 10

1mètre dames

Fanny BOUVET (Fra)

MERCREDI 11

1mètre messieurs

Damien CELY (Fra)
Mathieu ROSSET (Fra)

JEUDI 12

3 mètres synchro messieurs

Damien CELY (Fra)
Mathieu ROSSET (Fra)

10 mètres dames

Audrey LABEAU (Fra)

VENDREDI 13

10 mètres synchro dames

Audrey LABEAU (Fra)

3 mètres messieurs

Damien CELY (Fra)
Mathieu ROSSET (Fra)

• NATATION COURSE

(du 9 au 15 août)

LUNDI 9

Femmes

200m dos

Anastasia ZUEVA (Rus)

50m papillon

Francesca HALSALL (UK)
Therese ALSHAMMAR (Swe)

4x100m NL

Mylène LAZARE (Fra)

Hommes

400m NL

Paul BIEDERMANN (Ger)

100m dos

Camille LACOURT (Fra)

100m brasse

Alexander DALE OEN (Nor)
Kristopher GILCHRIST (UK)

4x100m NL

Alain BERNARD (Fra)
Boris STEIMETZ (Fra)
Paul BIEDERMANN (Ger)

MARDI 10

Femmes

100m brasse

Sara NORDENSTAM (Nor)
Yulia EFIMOVA (Rus)

100m NL

Francesca HALSALL (UK)

Hommes

200m NL

Paul BIEDERMANN (Ger)

200m 4N

Laszlo CSEH (Hun)

MERCREDI 11

Femmes

100m dos

Anastasia ZUEVA (Rus)

800m NL

Lotte FRIIS (Den)

Hommes

200m papillon

Pawel KORZENIOWSKY (Pol)

200m brasse

Alexander DALE OEN (Nor)
Kristopher GILCHRIST (UK)

50m dos

Camille LACOURT (Fra)

JEUDI 12

Femmes

200m brasse

Sara NORDENSTAM (Nor)
Yulia EFIMOVA (Rus)

100m papillon

Francesca HALSALL (UK)
Therese ALSHAMMAR (Swe)
Sara SJÖTRÖM (Swe)

4x200m NL

Sara SJÖTRÖM (Swe)
Mylène LAZARE (Fra)

Hommes

100m NL

Alain BERNARD (Fra)
Stefan NYSTRAND (Swe)

VENDREDI 13

Femmes

200m NL

Sara SJÖTRÖM (Swe)

50m dos

Anastasia ZUEVA (Rus)

1500m NL

Lotte FRIIS (Den)

SAMEDI 14

Femmes

50m brasse

Yulia EFIMOVA (Rus)

50m NL

Therese ALSHAMMAR (Swe)

Hommes

50m NL

Alain BERNARD (Fra)
Stefan NYSTRAND (Swe)

4x200m NL

Paul BIEDERMANN (Ger)

DIMANCHE 15

Femmes

4x100m 4N

Sara SJÖTRÖM (Swe)
Yulia EFIMOVA (Rus)
Anastasia ZUEVA (Rus)

Hommes

400m 4N
Laszlo CSEH (Hun)

Les autres engagements du team Arena pendant l'été

• 1^{er} Jeux Olympiques de la Jeunesse, Singapour (du 12 au 20 août)
Mathilde CINI

• Coupe des trois nations, Victoria (7 et 8 août)
William DEBOURGES
Dorian GANDIN
Joris HUSTACHE
Léo GIRAUDON
Magali ROUSSEAU

* Milorad Cavic (Serbie) et Inge Dekker (Pays-Bas) sont forfaités pour blessure.



Onze athlètes en scène dans la communication Arena

Les yeux revolver du Français Alain Bernard, la plastique surmaternelle de l'Allemand Paul Biederman, le regard farouche de la Suédoise Therese Ashammar, la rage de vaincre du Brésilien Cesar Cielo... La nouvelle campagne de l'équipementier Arena joue du physique comme du tempérament des athlètes de son team. Elle met en scène une équipe internationale de onze nageurs à compter du 9 août. Preuve que dans ce sport individuel, l'esprit de groupe est de nature à transcender l'humain...



Alain Bernard (France) : « Je me sens comme un gladiateur. Le bassin est mon arène ».



Paul Biedermann (Allemagne) : « Je connais le secret pour changer l'eau en or ».



Therese Alshammar (Suède) : « Je ne peux pas marcher sur l'eau. Alors je vole ».

Repères :

- Directeur marketing Arena International : Giuseppe Musciacchio

- Agence : Young and Rubicam

- Photographe de la campagne : Joan Garrigosa
www.garrigosastudio.com

- Lancement : 9 août 2010 en Europe, aux Etats-Unis, en Asie

- La nouvelle campagne sera diffusée en presse magazine, dans les points de vente, sur Internet, dans les catalogues et les brochures consommateurs.

- Giuseppe Musciacchio, Directeur marketing Arena International : « Nous avons simplement demandé à nos nageurs de jouer leur propre rôle, d'effectuer les gestes qu'ils font habituellement lorsqu'ils s'entraînent à la piscine. Cette nouvelle campagne exprime leurs motivations profondes et témoigne de leur sacrifice quotidien pour atteindre leurs objectifs sportifs. Et le résultat est bluffant de vérité et d'émotions. ».

- Les onze athlètes de la campagne : Alain Bernard (FRA), Cesar Cielo (BRA), Paul Biedermann (GER), Lotte Friis (DEN), Milorad Cavic (SRB), Ousama Mellouli (TUN), Aaron Peirsol (USA), Eric Shanteau (USA), Rebecca Soni (USA), Thérèse Alshammar (SWE), Francesca Halsall (UK).

Pour découvrir les autres visuels de cette campagne, rendez-vous sur [www.mediaconseilpresse.com/salle de presse Arena/économie & communication](http://www.mediaconseilpresse.com/salle-de-presse-Arena/economie-et-communication)



Alain Bernard/Cesar Cielo

Face à face entre deux géants du sprint

L'un sera à Budapest du 9 au 15 août, l'autre entrera en scène à Irvine (Californie) pour les Jeux du Pacifique du 18 au 22 août. Alain Bernard et Cesar Cielo se sont croisés à l'Open EDF de natation à Paris en juin dernier. Pour nous, ils se sont prêtés au jeu de l'interview croisée.



© LaPresse

Alain Bernard



© LaPresse

100m. C'est très intime.

Quels sentiments au départ d'un 50m NL ?

Etre le plus agressif possible. L'envie de bouffer tout le monde !

Et sur 100m NL, est-ce différent ?

J'ai le sentiment d'être dans la précision, de prendre le temps de tout faire correctement. La gestion est complètement différente. Sur 50m, il faut tout faire à fond.

Si vous deviez résumer par une image un 100m NL ?

C'est quelque chose qui est très difficile à décrire ; il n'existe rien de concret pour comparer un

Quel ressort utilisez-vous pour rentrer dans une course ?

J'utilise la force acquise à l'entraînement pendant des mois et des années de travail. Je pense aux bons comme aux moins bons moments. C'est ce qui m'a permis de me construire au fil des années.

Qu'est ce qui vous rapproche de Cielo ?

Les épreuves de sprint.

Quel avantage a-t-il sur vous ?

Il est plus jeune.

Quel handicap a-t-il par rapport à vous ?

Il est plus jeune !

Est-ce que l'école du sprint américain a quelque chose à vous apprendre ?

Je pense que l'on a toujours à apprendre de ses adversaires, de ses concurrents et même de ses partenaires d'entraînement... Je suis quelqu'un de très curieux mais pas un espion pour autant.

Le podium du 100m NL aux JO de Londres ?

Trop loin encore...

Nager sous les 48' au 100m NL, pour quand ?

Pour très bientôt je l'espère.

La question que vous avez envie de poser à Cielo ?

Combien de fois s'entraîne-t-il par semaine ? Est-ce qu'il échange beaucoup avec d'autres nageurs ?

Cesar Cielo

Quels sentiments au départ d'un 50m NL ?

J'essaie de ne pas trop penser, juste de me concentrer sur le starter. Je ne pense à rien de particulier avant une course. Je fais le vide.

Et sur 100m NL, est-ce différent ?

Non. Quand je suis au départ d'un 50m je ne pense pas vraiment que je fais un 50m mais surtout à aller le plus vite possible, à faire d'abord ce que je peux. Sur un 100m je vais penser à être plus offensif sur les 50 premiers mètres, à la façon dont je veux tourner etc. Il y a plus de travail à ce niveau là sur cette distance. Le 100m NL, c'est beaucoup de douleur durant les 10 derniers mètres, et beaucoup d'adrénaline. C'est la course la plus dure. Et la plus cool à gagner.

Quel ressort utilisez-vous pour rentrer dans une course ?

J'essaie plutôt de me concentrer sur moi-même et de faire du mieux que je peux. D'une certaine façon j'y arrive, mon ouverture est bonne mais ce n'est pas systématique.

En quoi vous sentez-vous différent d'Alain Bernard, hormis vos quatre ans d'écart ?

Derrière le plot tout le monde veut gagner, on est tous égaux. Je pense que la principale différence est que je suis plus beau que lui (je plaisante) ! Alain Bernard a plus d'expérience que moi. Il a participé à davantage de compétitions. Mais ça ne compte pas derrière le plot. L'âge ne fait pas de différence. Que tu aies 18 ou 29 ans, ce qui compte c'est d'aller chercher la médaille d'or.

Et sur le plan humain ?

Je ne connais pas bien Alain Bernard en dehors des bassins. Je sais que c'est un très bon athlète. Il a beaucoup de respect envers les autres. De ce que je sais, Bernard est un mec bien, j'essaie d'apprendre de lui en voyant la façon dont il agit hors des bassins.

Qu'est-ce qui vous rapproche ?

La vitesse. La vitesse dans l'eau.

Quel avantage avez-vous sur Alain Bernard ?

Mon départ. Mon départ est un petit peu meilleur.



© LaPresse



Alain Bernard/Cesar Cielo (suite) Face à face entre deux géants du sprint

Cesar Cielo



Cesar Cielo Filho : « J'ai mis moins de 47 secondes pour réaliser mon rêve ».



Alain Bernard (France) : « Je me sens comme un gladiateur, le bassin est mon arène ».

Quel avantage Alain Bernard a-t-il sur vous ?

Je ne sais pas. Il a peut-être un petit peu plus d'endurance que moi ce qui lui permet de mieux nager les plus longues distances. Il est aussi peut-être plus résistant que moi.

Qu'est-ce qui vous distingue ?

Il fait plus de rotations de bras que moi. C'est sûr ! Il est plus faible en ondulation sous l'eau. Même si, pour ma part, je voudrais encore progresser en coulée au niveau du départ et en sortie de virage. Notre principale différence se situe sous l'eau et au niveau du nombre de rotation de bras pendant la course.

Est-ce que l'école du sprint français a quelque chose à vous apprendre ?

Absolument, je pense que les Français font ça comme personne. J'ai pu le constater avec Fred (Bousquet) à Auburn et avec Bernard aujourd'hui. Je pense que c'est la meilleure école du sprint du monde. Je pense que leur type d'entraînement est différent d'auparavant. Honnêtement, nous apprenons chacun les uns des autres. Je pense que l'entraîneur est le principal facteur de succès en vitesse.

Le podium du 100m NL aux JO de Londres ?

A Londres ! (temps de réflexion). 1er Cielo, 2ème Bernard, 3ème Phelps...

Nager sous les 48' au 100 m NL, c'est pour quand ?

Pendant les Pan Pacific Games, peut-être le 19 août. C'est ce jour-là que ça va se passer.

La question que vous avez envie de poser à Bernard ?

(Rires)... Je ne sais pas. Peut-être, à quoi ressemble sa vie hors des bassins en France ? Après Manaudou, tout ça. Il est sûrement une grande star en France.



Alain Bernard

Il a été l'un des rares sprinters français à avoir rempli tous ses objectifs lors des Championnats de France 2010. Crédité de la meilleure performance mondiale de l'année du 100m NL (48''32) lors des demi-finales à Saint-Raphaël, Alain Bernard se prépare pour les Jeux Olympiques de 2012, son objectif majeur. Qualifié sur 50m et 100m NL, ainsi que sur 4x100m NL aux Europe, il s'impose comme le chef de file de la natation française. Il entend bien défendre son titre de champion d'Europe acquis à Eindhoven en 2008.

Alain Bernard, tu es sélectionné sur 50 et 100m NL et au relais 4 x 100m NL. Tu as rempli ton contrat pour les Europe ?

Oui bien sûr le contrat pour les France était de me qualifier sur 50 et 100m NL pour les Championnats d'Europe et aussi de participer au relais 4x100m NL. De ce côté là c'est rempli. Chronométriquement, si on m'avait dit que je réaliserais ces temps, aux France, j'aurais signé tout de suite. Je suis un peu déçu de ne pas avoir gagné en finale du 100m NL. Mais il ne faut pas oublier l'essentiel, c'est la qualification. L'objectif est d'être fort aux Championnats d'Europe de Budapest.

Moins de 48 secondes, c'est l'objectif cette saison ?

Oui ce serait bien surtout dans le contexte où je fais cela. En début de saison, de septembre à décembre c'était surtout de l'entretien, on n'a pas développé de qualité de travail. On a juste fait un gros stage en janvier/février. J'ai eu un gros contrecoup ensuite, un coup de fatigue. J'avais un peu le moral dans les chaussettes à dire vrai. Faire ces temps là aux Championnats de France 2010, cela me rassure. Cela fait du bien à la tête.

Certains ont vu dans ta stratégie après Rome une sorte de pré-retraite. Cela t'agace ?

Oui cela m'agace. Ce n'est pas une pré-retraite, c'est une gestion de carrière, c'est complément différent. On parle de pré-retraite quand on donne une date de fin. A Londres, en 2012, ce sera quasiment la fin pour moi, du moins sur le plan international. Pourquoi parler de retraite trois ans avant l'échéance qu'on se fixe ! C'est assez dur. Cela dit, certaines personnes doivent comprendre qu'on ne peut pas être au top à chaque sortie, tout au long de l'année. Avec l'arrêt des combis on pensait que les perfs seraient beaucoup plus en deça. Malgré tout on voit qu'on arrive à sortir des chronos intéressants.

Tu voulais prouver, à Saint-Raphaël, qu'on l'entendrait un peu vite ?

Oui, c'est vrai, c'est comme cela que je l'ai ressenti.

Mais je suis resté concentré sur moi. Par chance ça a bien marché sur le 50 puisque je me qualifie pour les Europe. C'est le but. En finale du 100m NL j'ai un peu plus nagé sur les nerfs, avec une fatigue nerveuse. Je n'ai pas réussi à concrétiser, à remporter le titre. Cela dit, j'ai rempli tous les critères. C'est un sentiment de satisfaction qui domine car il y a eu des mois difficiles, cela n'a pas été rose tous les jours. On a beaucoup travaillé. Je me rends compte que je ne suis pas largué, loin de là.

La concurrence en sprint rajoint avec les Agnel, Meynard et même Steimetz. Tu as à cœur de montrer que tu es toujours le patron ?

Non, pas montrer que je suis le patron. Mais je n'aime pas perdre. C'est dans ma nature surtout quand je sais que je suis capable de faire quelque chose et que je n'arrive pas à le concrétiser. Cela me frustrer un peu. Si j'en suis arrivé là aussi parce que j'ai emmagasiné énormément d'expérience les années précédentes. C'est ce que les jeunes comme William, Boris, et Yannick sont en train de faire, prendre un maximum d'expérience. On apprend beaucoup d'une finale comme celle qui a eu lieu aux France 2010 sur 100m NL. Il y avait le vice champion du monde, le vice champion olympique du relais sur les plots. Tout le monde a répondu présent. On apprend encore même quand on est champion olympique.

Tu as tout prouvé au plan international. Qu'est ce qui te motive encore ? Denis Auguin ton entraîneur parle d'épanouissement personnel. Cela veut dire quoi ?

Ma motivation tient au sentiment de progression technique et plus concrètement à l'envie de nager toujours plus vite. De progresser, de se sentir exister, d'être acteur de sa propre vie. La natation occupe une place très importante dans ma vie. Quelle que soit ma reconversion plus tard elle restera très importante dans mon coeur. Le but est de repousser mes limites. Et plus on progresse, plus c'est dur de progresser. Il faut se donner des échéances et se tenir à cette rigueur qu'impose le rythme d'entraînement



(c) Stéphane Kempinaire

Alain Bernard

spécialités 50m et 100m NL

27 ans (01/05/83 à Aubagne)

1m96 - 90kg

Deux sœurs plus âgées, Sandrine et Christine

club Cercle des Nageurs d'Antibes

coach Denis Auguin

kiné Loïc Dechainé

ostéo Bruno Olivier

prépa. physique Nicolas Marietan

directeur sportif Franck Esposito

agent Robert Leroux

avocat Patrick Leroux

agent proximité Roland Trabaries

palmarès

Jeux Olympiques de Pékin 2008 :

Or sur 100m NL en 47''21

Argent au 4 x 100m NL

Bronze sur 50m NL en 21''49

Championnats d'Europe à Eindhoven 2008 :

Or sur 100m NL en 47''50

Or sur 50m NL en 21''66

Championnats du monde à Rome 2009

Argent 100m NL

Bronze relais 4 x 100m NL

Championnats de France 2010

Argent sur 100m NL

Bronze sur 50m NL

meilleures performances

2008 : 47''20 sur 100m NL (1/2 finales JO Pékin) (Record d'Europe)

2008 : 21''49 sur 50m NL (finale JO Pékin)

2010 : 48''32 sur 100m NL (demi-finale des France 2010)



Alain Bernard (suite)

du haut niveau. C'est un rythme contraignant. De cette contrainte il faut en faire un plaisir. C'est la difficulté que j'ai rencontrée l'an dernier, après les Jeux. Je vivais cette vie plus comme une contrainte qu'un épanouissement. J'ai retrouvé du plaisir dans la recherche de la perfection.

C'est dans le dialogue avec Denis, dans le travail ?

On échange toujours autant avec Denis Auguin. Le piège c'est de ne pas se comprendre. On a vite identifié les problèmes l'an passé, certains traumatismes de l'après JO. J'avais des difficultés à l'entraînement, à accepter certaines contraintes. J'avais des réactions bizarres. J'apprends encore et toujours à me connaître et à m'approprier. On ne sort pas indemne de cette aventure, surtout quand on a envie de continuer. C'est notre force avec Denis. On sait très bien qu'on ne peut pas calquer notre travail, tout ce qu'on a fait jusqu'à présent pour réitérer l'exploit des JO de Pékin. J'ai fait des choses extraordinaires dans ma carrière. C'est arrivé assez tardivement. Cela s'est enchaîné très vite, de façon très dense, très condensée. Maintenant je prends tout cela comme du bonus parce que je me dis que je n'ai rien à perdre. J'ai toujours le désir de bien faire.

Tu protèges ta vie privée avec Coralie Balmy au bord des bassins comme en dehors.

Oui c'est vrai. Tant que je fais du sport de haut niveau je ne veux pas faire des choses qui ne me correspondent pas car cette vie exige beaucoup de rigueur. Avec Coralie on se protège pas mal de l'extérieur pour vivre notre vie comme la plupart des gens. On ne s'affiche pas parce que c'est ce qu'il y a de plus vrai, de plus sain. On essaye de rester nous-mêmes.

C'est un choix, c'est ce qui nous correspond le mieux. C'est un grand bonheur de partager tout ce qu'on fait avec quelqu'un qui est capable de comprendre parce qu'il est dans le même milieu.

Quelle est ta plus grosse marge de progression ?

Mes principaux points faibles restent les parties départs et virages. Nous les travaillons tous les jeudis matin avec l'aide de Gérard Vialette (entraîneur d'athlétisme de Bouloris).

Ton statut de nageur de haut niveau a-t-il changé quelque chose dans ta vie ?

Mon statut pas beaucoup mais ma notoriété me permet de faire beaucoup de choses sympas. Mais il y a parfois des moments plus contraignants...

As-tu un palmarès à la hauteur de tes attentes ?

Carrément !

Tes vrais potes dans la natation ?

Mes partenaires d'entraînements, Boris, Yoris, Christophe, Mymy et Fab.



(c) LaPresse

Parcours sportif :

J'ai appris à nager à Aubagne. J'y suis resté jusqu'en septembre 99 pour rejoindre le Cercle des Nageurs de Marseille afin de concilier les études et l'entraînement. J'y ai rencontré Denis avec qui nous avons fait de gros progrès et pas seulement en termes de performances. Notre relation a beaucoup évolué lorsqu'il s'est fait licencié de Marseille. Je l'ai suivi à Antibes en septembre 2006... Depuis nous échangeons de plus en plus en quête de perfection. Tout cela dans une ambiance saine et positive.



Camille Lacourt

Il est le tombeur d'Aaron Piersol, l'Américain champion du monde et champion olympique du 100m dos, mais aussi du Britannique, champion du monde du 50m dos, Liam Tancock. Sa domination impériale des meilleurs mondiaux, ses victoires successives sur 50 et 100m dos ce printemps, font de lui l'un des nageurs Français très attendus aux Championnats d'Europe.

Du côté des bassins...

Tu mesures 2m pour 85 kg. Tu es filiforme. Ton gabarit est-il un avantage en dos ?

Oui je pense. Il me manque un peu de force pour être vraiment performant sur les autres nages, surtout en papillon et en crawl. Le dos c'est une nage où on n'a pas forcément autant besoin de puissance que dans les autres disciplines. Cela m'aide d'avoir le physique approprié à la nage.

Quelles sont les qualités d'un bon dossiste ?

Je dirais qu'il faut aller très vite sous l'eau en ondulation. Ensuite, comme dans toutes les nages, il faut être un athlète. Après c'est au feeling, avec l'entraîneur.

Justement, quels sont tes points forts ?

Les ondulations et la rapidité en nage. Je vais très vite sans trop forcer par rapport à la vitesse que je demande. C'est une qualité que j'ai acquise à l'entraînement. Je continue de travailler là-dessus aujourd'hui.

Pendant les France, tu as affirmé que tu voulais être le patron du dos au niveau mondial. Tu assumes toujours ?

Oui. Cela n'a rien de prétentieux. Mais c'est vrai, j'ai envie d'être le meilleur dossiste mondial. Je travaille tous les jours, je me lève à 6h du matin pour y parvenir. Après, je n'ai pas envie que cela me monte à la tête. Je m'entraîne pour être à mon meilleur niveau. Et si mon meilleur niveau n'est pas le meilleur niveau mondial, je n'éprouverai aucun regret. Et si ça peut l'être, ce ne sera que du bonheur.

Qu'est-ce qu'il te manque justement pour être le numéro un mondial ?

Il me manque encore de la force. Je ne suis pas au niveau international de ce côté-là.

Tu as dit que les Championnats du monde de Rome (en 2009) avaient été un déclic pour toi...

Oui c'est vrai. Je m'entraînais tous les jours, je me levais déjà à 6 heures du matin, mais ce n'était pas pour le même objectif. J'ai constaté à Rome que je pouvais être dans les meilleurs

mondiaux. Cela a transformé mon état d'esprit. Quand on sait que l'on peut faire une médaille aux Championnats du monde, se hisser dans les trois premiers mondiaux, on se prend plus au sérieux, sans faire enfler les chevilles. Cela me donne envie d'arriver au bout de mon potentiel, ce qui change vraiment la motivation, l'état d'esprit et l'attitude.

En quoi ton attitude a-t-elle changée depuis ton retour de Rome ?

On s'est plus orienté sur le 200m dos, pour faire un très bon 100m dos déjà. On voulait que le 100m soit fort. Aujourd'hui, je ne nage plus pour être dans les meilleurs français, mais pour être dans les meilleurs mondiaux. Ça change vraiment l'état d'esprit quand on arrive à l'entraînement.

L'engagement est différent ?

L'engagement, la motivation et tout ce qu'il y a à côté comme l'hygiène de vie. Tout s'engage naturellement. Ce n'est plus des sacrifices qu'on fait, c'est juste normal, donc ça passe beaucoup plus facilement.

Quelle est ta plus grosse marge de progression ?

La force et les départs. Je fais beaucoup de musculation.

Quel est ton meilleur souvenir en natation et ton plus mauvais ?

Le meilleur, les demi-finales et finale aux Championnats du monde de Rome 2009.

Le mauvais : les qualifications pour les JO 2008 où j'étais blessé.

Tes vrais potes dans la natation ?

Yan de Toulouse et Julien ancien nageur, ils se reconnaîtront.

Le sport que tu ne pratiqueras jamais, pourquoi ?

Le patinage, je n'aime pas la glace.



Camille Lacourt

spécialités 50m, 100m et 200m dos
25 ans (22/04/85 à Narbonne)

2m - 85 kg

Un frère

club CN Marseille

coach Romain Barnier

lieu d'entraînement Marseille

statut étudiant

palmarès

9 titres sur 50m et 100m dos en PB et GB
Championnats de France 2010

Or sur 50m (24'87) et 100m (53'29) dos

Bronze sur 200m dos

meilleures performances

50m dos : 24"44

5ème aux Monde, juillet 2009 à Rome

sélections

Sélection aux Championnats d'Europe PB
2007, 2008 et 2010

Sélection Monde Rome 2009 GB

ce qui t'a marqué en 2009

les Championnats du Monde de Rome

objectifs 2010

une médaille aux Europe sur 50 et 100m
dos.



Camille Lacourt (suite)

Du côté perso...

Décris-toi.

J'ai un caractère assez facile, un peu têtu.

Que fais-tu les jours sans ?

J'attends que ça passe, je sais que ça ne va pas durer.

Premier geste le matin, comment te réveilles-tu ? Thé ou café ?

Je me frotte les yeux et café.

Phobie ?

Les serpents.

Ton idole dans le sport, dans la vie ?

Alex Popov.

Ton plat préféré ?

La tarte aux framboises.

En dehors de tes affaires de sport, que glisses-tu dans ton sac en déplacement ?

Mon Ipod.

Ta console vidéo préférée et les jeux ? La console, seul ou à plusieurs ?

Playstation 3 à plusieurs. Jeux de foot.

Tes films et artistes préférés ?

Le Grand Bleu. Le Da Vinci Code. Will Smith.

Le site Internet que tu as mis en favori sur ton ordinateur ?

Ma boîte mail et Youtube.

Ta voiture, celle que tu voudrais posséder ?

Une Fiat Punto. Celle que je voudrais posséder : BMW X6.

Couleur préférée ?

Bleu.

Entraîneurs : Martinez, Lucas, Barnier, le hasard fait bien les choses

« C'est le hasard qui m'a amené à Font Romeu quand j'étais jeune avec mes parents, raconte Camille Lacourt. Richard Martinez m'a appris à nager. J'ai fait mes premiers pas dans l'eau avec lui à 5 ans. Toute la première partie de ma carrière, je l'ai faite avec lui, jusqu'à 19 ans. J'avais plutôt envie de m'amuser à l'entraînement avec les copains que d'accéder au haut niveau. Lui avait détecté mon potentiel de haut niveau. Il y a eu un petit clash à ce niveau-là. Je suis parti en froid avec Richard. Maintenant ça va beaucoup mieux. Je l'apprécie beaucoup. Je sais que c'est grâce à lui que j'en suis là. Il m'a beaucoup appris, beaucoup apporté. Mais quand j'étais à Font Romeu, je n'étais pas encore prêt à vivre le haut niveau. Quand je suis parti, Philippe Lucas s'installait à Canet, à une heure de la maison. Encore une opportunité. Un entraîneur comme Philippe Lucas, c'est plaisant, surtout avec un groupe composé de Laure Manaudou, Esther Baron, Pierre Henry, c'était vraiment intéressant d'y aller. J'y suis resté deux ans. Le niveau de l'entraînement ne m'a pas forcément convenu mais cela m'a apporté beaucoup d'expérience et de maturité. J'ai grandi dans ma tête, appris à nager sur du long, du très long, parce qu'avec Philippe on nage énormément de kilomètres. Cette expérience m'aide aujourd'hui avec Romain à Marseille. La relation avec Romain est très sympa. Il y a toujours le respect entraîneur/entraîné, on parle beaucoup ensemble, on échange, on se dit ce que l'on pense. Il n'existe pas de non-dit entre nous. Il me fait aussi partager son expérience du haut niveau. Moi je suis encore jeune sur ce plan. Il est très à l'écoute des nageurs ce qui est très surprenant ».



(c) LaPresse



(c) LaPresse



(c) LaPresse



Sonore
clicquez sur
le titre

Camille Lacourt

Le point de vue de Romain Barnier, son entraîneur

Romain Barnier est l'entraîneur de Camille Lacourt, CN Marseille. Décryptage d'un talent en devenir sur la scène internationale.

Romain Barnier, vous êtes l'entraîneur du dossiste Camille Lacourt. Il gagne à chacune de ses sorties sur 50 et 100 m dos depuis les France, y compris devant le meilleur mondial, Aaron Peirsol. Comment expliquez-vous ses progrès ?

Romain Barnier : ses progrès se sont faits tout au long de l'année. L'année dernière il a terminé 5ème aux Championnats du monde sur 50m dos. Il n'avait pas pu participer au 100m dos car il ne s'était pas qualifié malgré de bons Championnats de France l'hiver. Depuis le début de la saison, il a vraiment mis l'accent sur le 100m dos. Je crois que c'est un travail de fond, régulier qu'il accomplit depuis deux ans. Le déclic s'est produit lors des Championnats du Monde à Rome. Il a commencé à croire en lui, en ses chances de réussite. C'est vrai que depuis le début de l'année, il s'est encore plus impliqué. Je pense qu'il récolte encore plus les fruits des entraînements lors des compétitions.

Même face à son idole, l'Américain Aaron Peirsol, il ne perd pas ses moyens. C'est un signe de maturité ?

Je crois que c'est plutôt quelque chose qu'on a ou qu'on n'a pas. Je me souviens avoir découvert Camille lors d'une coupe du Monde à New-York voici cinq ou six ans. Lors de la finale, il fait mieux qu'en séries. Aux Championnats de France à Saint Raphaël en 2007, il remporte les 50 et 100m dos lors de courses serrées contre Benjamin Stasiulis. C'est le signe que ce garçon sait se transcender au bon moment. Il sait utiliser les finales pour aller chercher des performances supérieures. Aujourd'hui ses résultats sont plus en phase avec son talent et son implication à l'entraînement. Et puis, il a acquis de la confiance. Plus le niveau s'élève, plus il a envie d'aller vite.

Quelles sont les principales qualités de Camille ?

L'explosivité est sa première qualité. Il possède un peu les qualités de Frédéric Bousquet en crawl. C'est-à-dire qu'il est capable de tourner très vite les bras tout en gardant beaucoup de contrôle. Il conjugue explosivité, technique extraordinaire et une vraie intelligence pour mener son entraînement. Camille sait ce dont il a besoin pour optimiser ses séances. Il bénéficie aussi d'un gabarit hors norme : il a le dos complètement à plat, ses genoux sont inversés ce qui facilite le travail d'ondulation. En résumé gabarit physique, intelligence à l'entraînement et explosivité musculaire.

Justement, il s'entraîne dans un groupe essentiellement composé de sprinters, c'est une chance pour lui ?

Camille est un vrai sprinter au départ, un nageur explosif. Il manquait de développement athlétique. Il avait du mal à s'exprimer à cause d'un manque de force et de poussée au mur sur 50m dos. Aujourd'hui il a bien compensé cela. Il a encore une grande marge de progression sur ces parties techniques. Aux Championnats du Monde l'an dernier, sur la vitesse nagée, il est clairement au niveau du champion du monde. La différence chronométrique se fait sur le temps de poussée et la force au niveau des ondulations. Cette saison, l'écart s'est réduit. A Monaco, il bat Aaron Peirsol, le champion et recordman du monde du 100m dos. A Canet-en-Roussillon puis à l'Open Edf, il épingle Liam Tancock, le recordman du monde du 50 dos. C'est parfait dans le parcours de Camille.

Camille Lacourt dit qu'il manque encore de force sur 200 m dos. Comment allez-vous travailler pour qu'il devienne aussi leader sur cette distance ?

Il faudra faire un bilan à la fin de l'année. A la fin de l'année dernière, il n'arrivait pas à finir fort ses courses de 100m. Cette année, ce n'est plus le cas. Il bénéficie de l'un des meilleurs retours du monde du plateau. On a énormément progressé sur ce secteur-là. Pour l'instant, les signaux disent qu'il gagne de la force à chaque séance de travail ce qui lui permet de s'exprimer de mieux en mieux. Il n'est pas encore compétitif sur 200m dos. On va continuer ce qu'on a entrepris pour petit à petit, par le gain athlétique, par le gain de force, par le savoir-faire qu'il est en train d'acquérir, s'occuper un petit peu plus du 200m. On se posera le problème si en avril 2011 il n'a pas réussi à nager 1'57 ou 1'58 en grand bain. Il a fait deux minutes cette année. En revanche si son 100m dos continue à progresser de manière si flagrante, on se positionnera. Pour l'instant ça fonctionne, il progresse dans tous les secteurs, vitesse, sur 100m et même sur 200m même si cela se voit moins que sur 50 et 100m dos où il est sur le devant de la scène. On ne va pas lâcher le 200m pas plus que le 50m en année olympique. Car la vitesse est quand même le moteur de Camille, SA clé de réussite.

Sonore
cliquez sur
le titre

Camille Lacourt

Analyse d'un 100m dos par Simon Dufour

Afin de comprendre les atouts du dossiste marseillais nous avons demandé à Simon Dufour de décrypter le dernier 100m dos de Camille Lacourt avant les Europe. C'était le 26 juin dernier lors de l'Open EDF à Paris. Simon, spécialiste du dos, ancien membre de l'équipe de France, 3ème aux Championnats du Monde en 2003 sur 200m dos, commente la course en direct et détaille les qualités et les progrès de Camille Lacourt.

« Nous allons vivre la finale du 100m dos où est engagé Camille Lacourt. Ce matin il s'est brillamment qualifié en 55.33. Il a nagé assez relâché en séries. Il est parti moins vite que ces derniers temps. C'est une tactique différente de celle qu'il a appliquée pendant les meetings des Mare Nostrum de juin où il partait très fort dès les séries le matin, sans se poser de questions. Ce matin, à l'Open de Paris, il a un peu plus déroulé pour se qualifier. On va voir ce soir s'il est vraiment en forme comme il nous l'a montré ces derniers temps. Il est actuellement à la ligne 3. À côté, Jérémy Stravius a réalisé un meilleur temps que Camille ce matin. Cela va être un bon test pour lui et nous allons voir s'il confirme sa grande forme du moment.

Camille est un nageur très très grand par rapport aux autres, il mesure un peu plus de deux mètres. Depuis toujours il est jugé par les spécialistes comme quelqu'un qui bénéficie de grandes qualités. Il a réussi depuis peu, à Marseille, à prendre conscience que toutes les aptitudes qu'on voyait en lui, étaient entre ses mains. Il a acquis cette confiance avec Romain Barnier, son entraîneur au CN Marseille.

Voilà le départ est donné. On attend de lui qu'il sorte devant. C'est un signe de forme en général. Il sort un petit peu derrière. Il reste légèrement en retrait, après Jérémy qui est parti plus vite et est sorti devant. Mais tout de suite il se

met en action. Il prend les devants et accélère un peu. Il semble un peu mal à l'aise dans la ligne d'eau. On a l'impression qu'il manque de repères en extérieur. En dos on ne voit pas toujours où l'on se situe dans la ligne. Mais il a pris les devants. Il vire premier au virage des 50 m. Même s'il a l'air de se balader dans la ligne, on voit qu'il produit son effort dans le deuxième 50. Il est en train de les exploser ! Il va gagner avec un mètre d'avance sur ses adversaires (le Français Jérémy Stravius, l'Américain David Russell, le Britannique Liam Tancock). Il confirme bien sa forme actuelle en 53.73. C'est énorme ! Il est sur un nuage en ce moment.

Ce matin, il s'est qualifié facilement. Ce soir il nous a montré qu'il est dans une forme vraiment olympique. Dommage que nous ne soyons pas en année olympique. On va attendre de grandes choses de sa part aux Championnats d'Europe de Budapest en août. Il est à l'aise, il est haut sur l'eau, il est puissant. C'est tout ce qui lui manquait en fait. Jusqu'à présent on avait l'impression qu'il ne savait pas quoi faire de ses grands membres. Il avait de très bons départs, de bons virages, et une belle technique, mais il y a apporté puissance et maturité par le travail. Romain lui a apporté la confiance et ça passe vraiment bien. C'est trop beau ».

Simon Dufour en bref

Né le 20/02/1979

- 3 sélections aux Jeux Olympiques (Sydney 2000, Athènes 2004, Pékin 2008)
- Médaillé de Bronze du 200m dos aux Championnats du monde en 2003
- Médaillé de Bronze du 200m dos aux Championnats d'Europe en 2004
- 17 titres de champion de France depuis 1996
- Record de France du 200m dos à Barcelone en 2003 en 1'57''90
- Aujourd'hui, membre du service de promotion sportive d'Arena France



(c) LaPresse



(c) LaPresse



(c) LaPresse



(c) LaPresse



Boris Steimetz

C'est un coeur tendre qui retrouve sa place dans le relais 4x100m NL masculin aux Europe. Boris Steimetz sera entre autres aux côtés de son camarade d'entraînement, Alain Bernard. Une histoire magique, une joie immense pour ce nageur.

Du côté des bassins...

C'est une grande joie et aussi un grand soulagement de retrouver sa place dans le relais ?

Un soulagement oui, c'est vrai. La joie, je la vis tous les jours à faire ce sport sinon j'aurais arrêté depuis un moment. Parfois on a des périodes de doute, mais quand on vit des moments comme cela c'est incroyable. Cette place au sein du relais compte vraiment beaucoup pour moi. C'était ma première équipe. Un peu une histoire d'amour. Une histoire magique, une histoire d'émotions, de sensations extraordinaires. De revivre ça et savoir que je vais repartir avec Alain, c'est une joie immense et un bonheur.

Comment abordes-tu tes courses ?

D'habitude j'ai tendance à regarder les autres car ce sont des nageurs de haut niveau, de très haut niveau. Je n'ai pas l'habitude de nager avec de tels athlètes. C'est vrai j'ai encore du mal à me voir comme sportif de haut niveau, à considérer que j'ai vraiment ma place. Ne faire qu'un avec moi-même, d'y aller en tant qu'entité réelle, ce n'est pas évident car je n'ai vécu qu'une seule équipe à ce jour, celle des Jeux Olympiques en 2008. Après je n'ai rien eu. Aux JO cela ne s'est pas bien passé pour moi. Rebondir là dessus, ce n'était pas évident. Aux Championnats de France 2010, j'ai vu qu'en faisant ce que je sais faire, j'y arrive. Je sais maintenant où je vais et ce que je veux réaliser.

Nageur, as-tu choisi ?

Pas vraiment... Du moins au début de mon parcours. J'ai même voulu arrêter plusieurs fois. Mais ma mère m'a poussé à continuer. C'est à 17 ans, lors des Championnats de France Cadets que j'ai réellement découvert le plaisir de la compétition... et la joie de gagner ! J'ai été champion de France cadet sur 50m NL. Ce fut l'élément déclencheur. En revanche, l'année de mon bac, j'ai vécu une période assez difficile. J'ai donc décidé de venir m'entraîner en France

et goûter au haut niveau ! Guy Giacomoni m'a donné ma chance en m'accueillant au pôle France. Aujourd'hui, je peux donc dire que j'ai réellement choisi de devenir « Nageur ».

Quelle est ta plus grosse marge de progression ?

Les parties non-nagées principalement. Pour le moment, nous avons mis en place une séance de départ le jeudi matin avec un coach spécialisé dans les départs d'athlétisme.

Quel est ton meilleur souvenir en natation et ton plus mauvais ?

Meilleur : les JO.

Mauvais : les Championnats de France (N1) de Montpellier en 2009. En partie à cause de la polémique sur les combinaisons.

Acceptes-tu de perdre ?

Oui et c'est une grande source d'apprentissage. C'est au travers des échecs et déceptions que je me construis, que je me renforce et que je m'auto-analyse.

Ton statut de nageur de haut niveau a-t-il changé quelque chose dans ta vie ?

Oui, un peu. Cependant, il n'y a pas d'avantage réel dans la vie de tous les jours. Mais grâce à mon statut, je peux étudier en ostéopathie, depuis deux ans maintenant, à l'école ATMAN de Sophia Antipolis.

Dans quel autre sport ou activité aurais-tu aimé t'exprimer ?

Le surf.

De quoi es-tu le plus fier ?

Au niveau personnel : de me dire que j'en suis arrivé là en grande partie grâce aux épreuves difficiles de ma vie, qu'il m'a fallu surmonter. Ma plus grande force vient de ces divers apprentissages.

Nager longtemps, c'est du plaisir ou un travail ?

Cela dépend de comment on se sent moralement.



Boris Steimetz

spécialités 50m et 100m NL

23 ans (27/07/87 à Saint Denis de la Réunion)

1m91 - 81kg

Un frère, Stephen et une demi-sœur, Laura

club CN Antibes

coach Denis Auguin

lieu d'entraînement Antibes

statut étudiant en 2ème année d'ostéopathie

meilleures performances

2008 : 48"96 sur 100m NL à Dunkerque

2009 : 22"10 sur 50m NL à Montpellier

sélections

JO de Pékin 2008, relais 4x100m NL

Universiades à Belgrade en 2009

palmarès

Vice champion olympique du relais 4x100m NL

Vice champion du Monde sur 50m NL

3ème aux Universiades sur les relais

4x100m NL et 4x100m 4 nages

Championnats de France 2010

4ème en finale du 100 m NL et sélectionnée aux Europe 2010 au titre du relais 4x100m NL

exploit

ma qualification aux Jeux Olympiques de Pékin 2008



Boris Steimetz (suite)

La compétition, un plaisir ou un travail ?

Un énorme plaisir. C'est pour cela que l'on s'entraîne si dur.

Ton meilleur lieu de stage jusqu'à présent ?

L'Australie reste l'une des plus belles destinations, même si ça n'a pas été mon stage le plus réussi.

As-tu un palmarès à la hauteur de tes attentes/engagement/talent ?

Oui, pour l'instant je m'en satisfais. Cependant, je fais tout mon possible pour qu'il évolue assez rapidement.

Tes vrais potes dans la natation ?

La plupart sont de vrais amis dans la vie. Ils sont comme une deuxième famille.

Le sport que tu ne pratiqueras jamais, pourquoi ?

La danse classique, pas assez souple!!!

Du côté perso...

Décris-toi.

Grand, énergique, joyeux, souriant, sociable, impatient et exigeant.

Que fais-tu les jours sans ?

Je dors et me renferme.

Premier geste le matin, comment te réveilles-tu ?

J'embrasse ma chérie puis je bois un chocolat chaud.

Ton idole dans le sport ?

Alexander Popov.

En dehors de tes affaires de sport, que glisses-tu dans ton sac en déplacement ?

Mon Ipod, mon pendentif et mes origines.

Sortie en boîte ou une soirée entre copains ?

Soirée entre copains qui peut se terminer en boîte...

Le top 3 de tes films préférés ?

Le Grand Bleu, le cinquième élément et Matrix.

Qui aimerais-tu avoir comme colocataire parmi les people ?

Dany Boon.

Ta plus grosse honte ?

Je me suis pris un yaourt sur la tête par la plus belle fille de l'école. C'était au collège, en 5ème. Et bien sûr, j'étais amoureux...

Tes vacances préférées ?

Bali avec mon frère.

Ta voiture, celle que tu voudrais posséder ?

Une daube, mais elle roule. J'aimerais avoir une Audi (S5 ou Q5).

Couleurs préférées ?

Bleu et blanc.

L'endroit où tu te sens le mieux ?

A la Réunion, les pieds dans le sable.



(c) LaPresse



Sonore
cliquez sur
les titres

Boris Steimetz

L'œil de son partenaire d'entraînement, Alain Bernard



Alain, tu vas retrouver Boris Steimetz, ton camarade d'entraînement, en relais 4X100 m NL aux Championnats d'Europe de Budapest. Heureux ?

Alain Bernard : Carrément, je suis super content pour Boris. C'est quelqu'un qui le mérite vraiment. Cette place il ne l'a pas volée. Il est allé la chercher. Il s'est qualifié de justesse pour la finale du 100m NL aux Championnats de France de Saint-Raphaël. Et comme chacun le sait, en finale tout peut arriver. A la ligne d'eau N°8, il a terminé quatrième de la finale. Ce qui fait de lui un titulaire pour le relais 4X100m NL. Je suis extrêmement heureux car on s'entraîne ensemble au jour le jour. Boris a un train de vie pas évident. Il continue ses études d'ostéopathie. Cela le contraint à s'entraîner seul. La natation est un sport individuel, certes, mais on a besoin de la cohésion du groupe. Le soir, il nage souvent tout seul à faire des séries contraignantes, sans repères à côté de lui. L'hiver, il s'entraîne de nuit, sous la pluie, dans le froid. Je suis vraiment content pour lui. Il s'en est donné les moyens. Il ne doit cette qualification qu'à lui-même.

Boris Steimetz dit que tu l'as bien aidé à analyser son échec en série du 100m NL lors des Championnats de France d'avril dernier...

Oui, on a pas mal discuté. Boris est dans une démarche où il faut qu'il accepte de franchir le pas de devenir un grand, de ne pas être dans la masse. Il essaie de se démarquer mais ce n'est pas évident. Il s'est fait piéger en séries du 100 m NL aux France car sa série a nagé un peu plus lentement que la nôtre. Du coup il n'a pas fait les minimas en individuel. Mais il a très bien compris que les portes du relais ne s'étaient pas fermées et il en a bien profité.

Boris Steimetz

Le point de vue de Denis Auguin, son entraîneur



Boris Steimetz n'est plus le même nageur qu'en 2008. En quoi a-t-il changé ?

Denis Auguin : Ce qui a changé chez Boris, c'est le regard des gens tout simplement. En 2008, j'ai envie de dire qu'il est arrivé, il a plongé, il a nagé, il s'est qualifié aux Jeux. L'année dernière a été un peu plus compliquée pour lui. Il y a d'abord eu les problèmes de combinaison puisqu'il a refusé de nager avec des combinaisons en polyuréthane. Il n'a donc pas pu intégrer l'équipe de France pour aller à Rome. Il a bien nagé l'été dernier aux Universiades. Il faut qu'il apprenne à nager en étant un petit peu attendu et surveillé. Cela fait partie de l'expérience.

Quels conseils pouvez-vous lui donner avant d'aborder une course?

Il ne faut pas qu'il tienne compte des noms qui sont à côté de lui. On ne nage pas contre des noms, on nage contre des hommes. Peu importe le palmarès des gens à côté. Il a la chance de s'entraîner tous les jours avec un garçon qui est champion olympique. Ce n'est pas parce qu'Alain est champion olympique qu'il doit le laisser passer tous les jours à l'entraînement. Il sait le faire donc il faut qu'il fasse la même chose en compétition.



Mylène Lazare

C'est la quatrième sélection de Mylène Lazare au plan international. Elle sera l'une des 4 relayeuses du 4x200m NL et du 4x100m NL à Budapest. Au CN Antibes, elle évolue au sein d'un groupe de sprinters composé uniquement d'hommes. Une motivation supplémentaire pour atteindre son objectif : une médaille à Budapest au titre du relais et une qualification en 2012 pour Londres en individuel.

Du côté des bassins...

Ton parcours sportif :

J'ai commencé la natation à 7 ans dans un petit club de Seine-et-Marne (LSM Natation).

En 6ème, je suis entrée en sport études aux Dauphins de Créteil. C'est à ce moment-là et grâce à mon entraîneur de l'époque, Eric Rateau, que j'ai vraiment décidé de faire de la natation à haut niveau. En 2000, je suis partie à Montpellier rejoindre l'ASPTT pour m'entraîner avec Bruno Dumas. Il m'a apporté un autre regard sur la natation, une motivation différente. J'ai vraiment adoré ces années passées dans le bassin de l'ASPTT Montpellier.

En 2007, je suis rentrée au pôle France d'Antibes avec Guy Giacomoni. J'ai alors découvert ce qu'était l'entraînement de haut niveau, la musculation, l'esprit de groupe, etc. Le changement a été brutal, mais Guy a toujours été présent dans les moments difficiles.

Aujourd'hui, je découvre encore une fois une autre dimension de l'entraînement avec mon coach actuel : Denis Auguin. Et ça me plaît vraiment !

Nageuse, as-tu choisi ?

À deux ans et demi je savais déjà nager. C'est donc naturellement et avec beaucoup d'envie que j'ai commencé la natation en club à l'âge de 7 ans.

Dans quelle autre activité aurais-tu aimé t'exprimer ?

La danse. Je le ferai peut-être après la natation !

As-tu des regrets dans ta carrière, dans ta vie ?

Non je n'ai pas de regrets. Les erreurs que j'ai faites, je m'en sers pour l'avenir.

La compétition, un plaisir ou un travail ?

Un plaisir ! C'est enfin le moment où l'on peut s'exprimer après tout le travail accompli.

Ton meilleur lieu de stage jusqu'à présent, pourquoi ?

L'Australie. J'y suis allée deux fois. C'est un pays magnifique où la natation est un sport presque national... et ça se ressent.

As-tu un palmarès à la hauteur de tes attentes ?

Non pas encore. Mais je m'entraîne pour qu'il soit à la hauteur de mes attentes.

Du côté perso...

Ta recette de cuisine ?

Un super moelleux au chocolat, mais la recette, je la garde ! J'ai mis du temps à la trouver.

En dehors de tes affaires de sport, que glisses-tu dans ton sac en déplacement ?

Mon téléphone portable ! Il ne me quitte jamais.

Sortie en boîte ou une soirée entre copains ?

Les deux !

Tes vacances préférées ?

À Montpellier, où je retrouve mes amis et ma famille. Je peux profiter de la plage, des sorties, du shopping...

Couleurs préférées ?

Le bleu et le noir.

L'endroit où tu te sens le mieux ?

Dans l'eau !



(c) Stéphane Kempinaire

Mylène Lazare

spécialités 100m et 200m NL

22 ans (20/11/87 à Lagny-sur-Marne, 77)

1m84

Une sœur et deux frères

club Sarcelles, 95

coach Denis Auguin

lieu d'entraînement Antibes

statut Elite/BEESAN

sélections

1 sélection aux Europe PB sur 200m NL (2007)

1 sélection aux Europe GB sur 100m et 200m NL et sur le 4x200m NL (2008)

1 sélection aux Championnats du Monde en 2009

1 sélection aux Europe GB sur 4x200m NL en 2010

meilleures performances

100m NL : 55''40 à Montpellier avril 2009

200m NL : 1'59''42 à Rome juillet 2009

palmarès

Championne d'Europe du relais 4x200m NL (08) à Eindhoven

Championnats de France 2010

sélectionnée aux Europe au titre du relais 4x200m NL

ce qui t'a marquée en 2009

Les Championnats du monde à Rome vus de l'intérieur.



Sonore
cliquez sur
le titre

Mylène Lazare

Le point de vue de Denis Auguin, son entraîneur



Comment Mylène Lazare a-t-elle gagné sa place en équipe de France ?

Denis Auguin : C'est une jeune fille qui est arrivée au Pôle France d'Antibes pendant la saison 2006/2007. Elle avait un bon niveau national, limite finale aux Championnats de France. Petit à petit, elle a gravi des échelons, même si elle n'a pas participé aux Jeux Olympiques. Elle a été sélectionnée aux Championnats d'Europe d'Eindhoven en 2008 puis aux Championnats du monde de Rome l'année dernière. Là, elle participe au relais 4x200m NL aux Championnats d'Europe de Budapest en ayant pour ainsi dire, progressé dans la hiérarchie française, puisqu'elle termine cette année troisième au 200m NL aux France.

Qu'attendez-vous d'elle ?

Dans un premier temps, qu'elle soit performante au sein de ce relais. Dans les années à venir, j'attends qu'elle se qualifie à titre individuel sur les grands événements.

Il y a dans votre groupe au CN Antibes, peu de filles. Qu'apporte Mylène à votre groupe de sprinters ?

C'est en effet la seule fille chez les sprinters. Elle apporte un côté féminin qui équilibre un petit peu le groupe. D'un autre côté, elle apprécie l'entraînement avec les garçons. C'est un atout pour elle et elle se sent à l'aise dans un groupe entouré de garçons. C'est un bon équilibre et c'est assez intéressant. Elle est toujours tirée vers le haut. Les sprinters avec lesquels elle s'entraîne sont plus performants qu'elle, mais cela ne la dérange pas, au contraire, elle s'accroche. Je pense aussi que le fait qu'il n'y ait pas de concurrence entre filles, est un avantage. Cela lui permet de mieux s'exprimer.

C'est agréable de travailler avec elle, c'est quelqu'un de très souriant au quotidien. Elle participe à la bonne humeur du groupe. C'est quelqu'un de très important dans notre groupe de sprinters.

Il s'agit de sa quatrième sélection au plan international, que peut-elle apporter aux relais 4x200m NL et 4x100m NL ?

Elle peut apporter son expérience. Elle a progressé chronométriquement, donc elle va apporter ses propres progrès aux filles de l'équipe de France. Elle ne sera plus perçue comme les années précédentes mais comme un élément très solide dans le 4x200 m NL et le 4x100m NL, dans l'optique des Jeux Olympiques de Londres.



Compétition : trois technologies pour une réponse personnalisée

Arena entretient un dialogue permanent et fécond avec ses athlètes et leurs coaches. Cette coopération nourrit sa recherche et ses innovations. Arena met trois technologies différentes et complémentaires à leur disposition. La marque reste ainsi fidèle à sa philosophie : équiper chaque athlète, homme et femme, avec le produit répondant précisément à ses attentes. Les critères morphologiques comme les contraintes liées à chaque discipline ou distance sont pris en compte. Zoom sur les trois technologies.

POWERSKIN R-EVO

PowerskinR-EVO

Taillés dans une matière hydrophobe, l'Hydro-Stealth, le cycliste et la combishort sont extrêmement légers (99g/m²). Cette matière exclusive est obtenue grâce à une technique de tissage chaîne et trame qui permet d'utiliser des fils d'une grande finesse. L'Hydro-Stealth possède un pouvoir de contension musculaire remarquable au niveau des cuisses et du bassin ce qui renforce la stabilité de la nage.

Cette matière high-tech se double de procédés de fabrication qui garantissent une contension et une glisse maximales :

- taillée dans un seul morceau de tissu pour réduire au maximum les coutures.
- aucune couture de face pour diminuer les frottements.
- contension musculaire des cuisses et du bassin grâce à la forte teneur en élasthanne.



Cesar Cielo Filho (Brésil), membre du Team Elite Arena International

- tissu hydrophobe grâce au traitement déperlant. Les gouttes glissent sur le tissu.
- matière ultra fine permettant de présenter le cycliste le plus léger au monde (moins de 100g pour toutes les versions R-EVO).
- une seule couture thermosoudée entre les jambes pour garantir l'étanchéité du produit et sa fiabilité.



Le jammer PowerskinR-EVO modèle homme



La combishort PowerskinR-EVO modèle dame



Alain Bernard avec le cycliste PowerskinR-EVO
© Stéphane Kempinaire

Alain Bernard Le point de vue de l'expert

« Bien sûr en combinaison, les sensations étaient bien différentes et le niveau de contension bien supérieur, confie Alain Bernard. Avec un cycliste, le maintien s'opère sur les cuisses et le bas du dos. Pour m'entraîner, j'opte pour le cycliste PowerskinST, très doux. Il n'est pas coupé comme les deux autres technologies et comprime moins les muscles.

En compétition, les deux technologies PowerskinXP et PowerskinR-EVO se valent. J'ai une préférence pour la dernière car le tissu est super agréable. La texture est extraordinaire. Chaque goutte glisse, je dirais même fuit instantanément du tissu, ce qui prouve ses qualités hydrodynamiques. Et puis la coupe est aussi high-tech, sans aucune couture. L'effet de cette coupe ? Une contension homogène des muscles. On ressent un grand confort... ».



Compétition : trois technologies pour une réponse personnalisée (suite)

POWERSKIN XP

PowerskinXP

PowerskinXP optimise la vitesse de nage grâce au tissu Z-Raptor+. Cette matière de haute technologie et ultra-légère rend la combishort et le jammer plus lisses et plus hydrodynamiques.

- la matière Z-Raptor+ est 100% élastique à l'horizontale comme à la verticale. Elle assure une contention optimale sur l'ensemble du corps du nageur tout en offrant une liberté de mouvement maximale.
- le tissu Z-Raptor+ d'Arena pèse 125g/m².
- PowerskinXP réduit considérablement la résistance de frottement grâce à sa coupe, ses coutures optimisées et sa couche de Teflon®.



La combishort PowerskinXP
modèle dame



Le jammer PowerskinXP
modèle homme



Rebecca Soni (USA) membre du Team Elite
Arena International

POWERSKIN ST

PowerskinST

Le cycliste et la combishort PowerskinST ont leurs adeptes. Ces deux produits emploient la matière X-Raptor, une maille laquée douce au toucher et légère (190g/m²) qui sèche très vite. Elle a été retravaillée pour garantir en prime une excellente résistance au chlore.

- la forte teneur en Lycra (29%) confère au jammer et à la combishort PowerskinST des qualités d'élasticité remarquables.
- matière résistante aux ultraviolets et au chlore.



La combishort PowerskinST
modèle dame



Le jammer PowerskinST
modèle homme



Francesca Halsall (Royaume-Uni) membre du
Team Elite Arena International



Arena, la marque qui fait corps avec l'eau

Née chez Adidas, Arena a su gagner son indépendance et devenir une marque à part entière. Elle est aujourd'hui un acteur majeur dans la natation.

- **1971** : Horst Dassler, fils du fondateur d'Adidas et P.D.G d'Adidas France, a l'idée de fonder une marque de maillots de bain. L'homme est en effet passionné par la natation. Les sept médailles d'or remportées par Mark Spitz aux Jeux Olympiques de Munich en 1972 transforment le rêve en réalité. Horst Dassler propose au champion de devenir l'ambassadeur mondial d'Arena.
- **1973** : naissance d'Arena au sein d'Adidas France. Au départ, seule une ligne de maillots de bain homme est proposée avec le lancement d'une collection à l'effigie de Mark Spitz. Les compétences du département R&D, associées à l'expérience, au talent et à la sensibilité du plus grand champion de natation de tous les temps donnent naissance à un tissu révolutionnaire: Skinfit®. Ce bijou de technologie, au poids de 18 grammes seulement, adhère au corps « comme une seconde peau ». Arena devient le partenaire privilégié de la Fédération Française de Natation.
- **1974** : Arena signe un accord de coopération avec la championne australienne Shane Gould. Elle donne son nom à un maillot de bain Arena.
- **1976** : Jeux Olympiques de Montréal. La marque lance sa première ligne de bonnets de bain et de lunettes de compétition. Cette année-là, elle crée un groupe d'athlètes internationaux. Baptisé « Arena Elite Team », il recense dix champions. Ils sont sélectionnés pour fournir des éléments de travail et collaborer avec l'équipe Arena R&D. Il se compose de : Novella Calligaris (Italie), Mark Spitz (USA), Don Schollander (USA), Steve Furniss (USA), David Wilke (R-U), Shirley Babashoff (USA), Gary Hall (USA), Klaus Dibiasi (Italie), Ulrika Knape (SWE) et Miki King (USA).
- **1980** : Arena lance sa première collection de beachwear.
- **1983** : Arena lance ses premières collections de fitness et de gymnastique.
- **1988** : Arena lance sa première collection de surfwear.
- **1992** : Messieurs Chesi (Arena Italie) et Peemoller (Arena Allemagne) et la Bayerische LanderBank rachètent au groupe Adidas les droits de la marque Arena. De son côté, Descente achète les droits de distribution pour l'Asie.
- **1993** : création à Libourne près de Bordeaux du nouveau siège commercial d'Arena France. Il fait face à l'unique unité de production d'Arena International.
- **1995** : Arena France est partenaire de la Fédération Française de Triathlon et lance une ligne spécifique Triathlon.
- **1996** : Arena France devient partenaire de la Fédération Française de Gymnastique.
- **1999** : Arena lance ses premières collections «Sports Performance & Sports Lifestyle».
- **2000** : Arena France met un terme au contrat de partenariat avec la Fédération Française de Gymnastique et avec la Fédération Française de Triathlon.
- **2001** : Arena décide de s'adosser à un fond de placement international, Investitori Associati pour poursuivre son développement. Le fond de placement choisit de s'appuyer sur le comité de management existant. Investissement BS Investimenti, un des principaux opérateurs en Italie, dans le secteur du capital-risque, acquiert 100 % du Groupe Arena, acteur mondial du marché sport dans le waterwear.
- **2002** : Arena France ne reconduit pas son contrat de partenariat avec la Fédération Française de Natation. La filiale décide de concentrer ses investissements sur les nageurs et les clubs de natation. Le groupe Arena décide quant à lui de développer le concept de waterwear. Il se recentre sur son cœur de métier : le bain. Il décide de partager tous les plaisirs de l'eau avec son public masculin, féminin et juniors. De la pratique la plus exigeante à la plus ludique. De la piscine à la mer.
- **2003** : Arena France signe un contrat avec Laure Manaudou jusqu'en 2008. La championne est membre du team Arena depuis 2001.
- **2004** : Arena International renouvelle pour quatre ans son contrat de partenariat avec la LEN (Ligue Européenne de Natation).
- **2006** : BS Private Equity acquiert 100 % du Groupe Arena, leader mondial du marché du sport dans le domaine du waterwear. Certains managers du Groupe, avec à leur tête le CEO Cristiano Portas, ont été associés au rachat.
- **2007** : le Groupe Arena décide d'arrêter ses activités de production et de fermer ATDP, son unique site de production basé à Libourne. En effet, le marché mondial stagne. Il est aussi marqué par une concurrence acharnée et multiple entre les différents acteurs : marques de sport, distributeurs, spécialistes du bain... Pour résister aux tensions du marché du bain, Arena doit pouvoir investir massivement en recherche et développement, marketing et présence commerciale. Ces investissements sont nécessaires pour assurer la pérennité de la marque.
- **2008** : Alain Bernard signe un contrat avec Arena. Cette signature poursuit l'engagement d'Arena auprès de l'élite internationale de natation.
- **2009** : Arena France ouvre ses premières boutiques en propre. La France a été choisie comme pays test par le groupe Arena, avant l'ouverture d'autres magasins en Europe. La marque ouvre un corner aux Galeries Lafayette à Paris (février), un magasin d'usine à Corbeil (91) (avril), une boutique en propre à Toulouse (octobre) et à Lyon (novembre).
- **2010** : Arena France ouvre un Arena shop en mai à Marseille et un magasin d'usine au Marques Avenue de Romans (26).



Arena, la compétition dès l'origine

Arena rime avec compétition. Depuis toujours la marque accompagne les exploits des nageurs dans le monde entier. Cette histoire s'est enrichie avec la constitution d'un team international d'exception ces derniers mois.

- **1974** : David Wilkie (GB) inaugure le maillot de bain Skinfit® lors des Championnats du monde à Belgrade et remporte le titre (200m brasse). Il devient par la suite recordman du monde et champion olympique en Skinfit® et décide de l'utiliser lors de toutes les compétitions. L'entrée d'Arena dans le monde de la compétition est remarquée.
- **1974** : Shane Gould, la célèbre nageuse australienne, signe un accord de coopération avec Arena, et donne son nom à la première collection de maillots de bain femme Arena.
- **1976** : JO de Montréal. Le team Arena est créé et regroupe dix nageurs, de Mark Spitz à Gary Hall.... Cette « dream team » décroche 44 médailles olympiques et 83 records.
- **1978** : Championnats du monde à Berlin. La nageuse Chris Tracey Caulkins (USA) remporte cinq médailles d'or avec le maillot de bain Flyback®. Il s'agit du premier maillot au monde ouvert au niveau des épaules et du dos. La plupart des équipes nationales, dont le Canada, l'Allemagne de l'Ouest, la France, le Royaume-Uni, l'URSS, la Hongrie, la Pologne et la Tchécoslovaquie sont parrainées par Arena. Les athlètes portant la marque aux trois diamants sur leur équipement de natation totalisent 62 médailles (près de 75 % des médailles disponibles) et établissent 9 nouveaux records mondiaux.
- **1980** : JO de Moscou. La marque lance le SuperFlyback®, un maillot de compétition pour femmes encore plus échancré au niveau du dos et des cuisses que le Flyback®. Objectif : offrir une plus grande amplitude au mouvement de battement des jambes et éliminer les tensions qui s'exercent sur le tissu au niveau du dos afin d'offrir une totale liberté de mouvements au niveau des bras. Arena sponsorise le « Duke Kahanamoku Surfing Classic » à Hawaï et lance sa première collection beachwear.
- **1983** : Arena sponsorise les principales équipes mondiales de gymnastique : la Chine, la Hongrie, l'Italie et l'URSS.
- **1984** : Arena est fournisseur officiel de maillots de bain aux Jeux Olympiques de Los Angeles.
- **1988** : Jeux Olympiques de Séoul. Matt Biondi (USA), sponsorisé par Arena, gagne sept médailles dont cinq d'or (50m et 100m NL). Arena sponsorise la prestigieuse compétition mondiale, les "Surf Masters", à Biarritz.
- **1992** : Jeux Olympiques de Barcelone. Alexander Popov (CIS), parrainé par Arena, gagne deux médailles d'or aux Jeux Olympiques de Barcelone avec le SkinFit® (50m et 100m nage libre).
- **1996** : Jeux Olympiques d'Atlanta. Alexander Popov (Russie) gagne deux médailles d'or en Aquaracer® (50m et 100m nage libre).
- **1998** : Championnats du monde de Perth. Roxana Maracineanu remporte la médaille d'or en X-Flat® avec le dos Fast Back® (200m dos).
- **2000** : Jeux Olympiques de Sydney. Roxana Maracineanu remporte l'unique médaille (argent) de l'équipe de France de natation en Powerskin® sur 200m dos.
- **2003** : Arena France est partenaire de 60% des clubs de natation de haut niveau en France et de 45 nageurs. Aux Championnats du monde Arena s'offre des podiums d'anthologie. L'époustouflant Popov domine à nouveau le sprint mondial de sa classe en s'offrant le doublé 50 et 100m nage libre. A 31 ans, il redevient le nageur le plus rapide du moment. Entre 2000 et 2004, il décroche huit médailles d'or en Powerskin®. Chez les Français, on applaudit le carré magique formé par Sicot, Gilot, Bousquet et Barnier, qui décroche le bronze en relais 4 X 100m nage libre. Au total le team Arena International décroche 81 médailles à Madrid, soit 26 médailles d'or, 27 d'argent et 28 de bronze.
- **2004** : Arena France montre sa supériorité pour la troisième année consécutive lors des Championnats de France à Dunkerque, ses nageurs obtiennent 51 % des médailles. Le team Arena France obtient quatre médailles aux Jeux Olympiques d'Athènes. Une médaille d'or, deux médailles d'argent et une médaille de bronze qui s'ajoutent aux autres médailles françaises et permettent à la natation française de battre un record historique depuis 1954.
- **2005** : Les membres du team Arena France totalisent 61 podiums aux Championnats de France GB à Nancy (seize d'or, vingt-deux d'argent et vingt-trois de bronze). Laure Manaudou est sacrée championne du monde du 400m NL à Montréal.
- **2006** : Championnats d'Europe de Budapest. Laure Manaudou bat le record du monde du 400 m NL et remporte quatre médailles d'or et trois médailles de bronze.
- **2007** : Championnats du monde de Melbourne. Laure Manaudou obtient deux médailles d'or, deux médailles d'argent et une médaille de bronze. Cette moisson exceptionnelle se double d'un record du monde du 200m NL. Le team Arena France totalise 63 médailles aux Championnats de France de Saint-Raphaël, soit 53 % des podiums (23 or, 20 argent, 20 bronze).
- **2008** : Arena renforce son Team avec les champions olympiques Alain Bernard (25 ans) et Cesar Cielo Filho (22 ans), respectivement médaille d'or au 100m et au 50m nage libre à Pékin. Soulignons aussi l'arrivée du Hongrois Laszlo Cseh (24 ans), trois fois médaillé d'argent (200m, 400m 4 nages et 200m papillon) et recordman d'Europe dans les trois disciplines.
- **2009** : Championnats du monde de Rome : les membres du Team Arena totalisent 52 médailles soit 43% des podiums. Arena est le sponsor en titre de la Coupe du monde de natation FINA-ARENA et le partenaire historique de la LEN (Ligue Européenne de Natation). Arena est aussi le partenaire équipementier de quatorze fédérations de natation dans le monde. Citons : la Russie, la Hongrie, l'Ukraine, la Biélorussie, la Norvège, l'Afrique du Sud, la Nouvelle-Zélande, la Roumanie, la République tchèque, la Lituanie et l'Estonie auxquelles s'ajoutent depuis 2009 la Pologne, la Croatie et la Suède.
- **2010** : Arena devient l'équipementier de l'Anglaise Francesca Halsall, des Suédoises Sarah Sjöström et Therese Alshammar et de la Zimbabwéenne, Kirsty Coventry. La marque signe aussi un contrat avec l'Université de Californie.



Innovations, le turbo d'Arena

Des matières qui résistent au chlore et aux entraînements intensifs. Des coupes qui épousent parfaitement le corps et l'accompagnent en pleine action. Des fils qui séchent en un clin d'œil. Depuis trente ans, Arena rivalise d'ingéniosité pour satisfaire chaque pratique. Certaines innovations matières introduites pour la compétition de haut niveau se reconvertissent dans le loisir telle l'Aquaracer®.

- **1973 : lancement du Skinfit® d'Arena, lors des championnats d'Europe à Berlin. Une matière ultra légère, un bijou technologique pour l'époque (18g pour le slip de bain homme).**

Auparavant les maillots de bain étaient en 100 % Polyamide, un tissu d'une extensibilité limitée en largeur et très rigide en hauteur. Les maillots de bain Skinfit®, constitués de 80 % Polyamide et 20% Elasthanne « collent à la peau comme une deuxième peau ». Grâce à un tissage réalisé en chaîne et trame (une première pour un maillot de bain), ce tissu donne autant d'extensibilité en hauteur qu'en largeur et s'adapte parfaitement à la morphologie de chacun.

- **1978 : suivant la devise « l'ennemi c'est le poids », Arena lance un nouveau modèle de maillot de bain féminin conçu sans tissu dans le dos et dans une matière composée de 82 % Polyamide et 18% elasthanne. Une ouverture en goutte d'eau et un faisceau de bretelles se rejoignent entre les omoplates formant un papillon. Cette coupe est baptisée Flyback®. Unique au monde, elle est brevetée à l'échelle internationale.**

- **1980 : les Jeux Olympiques de Moscou voient apparaître au bord des bassins une nouvelle évolution dans la coupe des maillots de bain Arena pour femmes. Il s'agit du Superflyback®. C'est une évolution du Flyback®. La coupe est plus échancrée au niveau des cuisses pour libérer le mouvement des jambes et le dos construit en un seul tenant, limite les prises d'eau et libère le mouvement des bras. Ce nouveau maillot est conçu dans un tissu Jersey très léger bi-extensible en polyamide et elasthanne. Plus léger et moins sensible aux agents chimiques et à la transpiration, il devient un grand classique de la collection Arena.**

- **1995 : Arena met au point une nouvelle matière, l'Arena Stretch 150®, pour sa gamme Entraînement. Ne contenant pas d'élastomère, son poids est plus faible que celui d'une matière traditionnelle. La fibre PBT (Polybutylène) qui le compose est extrêmement extensible. Ce qui assure un réel confort. Parallèlement, grâce à cette fibre, les élasticités horizontale et verticale de l'Arena Stretch 150® s'équilibrent et permettent au tissu de garder toujours ses formes. Cette matière bénéficie, en outre, d'une durée de vie supérieure à la moyenne puisqu'elle résiste parfaitement au chlore, à la lumière du soleil, aux UV et aux nombreux lavages.**

- **1995 : Arena introduit une nouvelle matière, l'Aquaracer® (72% polyamide/28% elasthanne), pour sa gamme Compétition à l'occasion des Championnats d'Europe de Vienne.**

Cette matière qui absorbe peu d'eau offre d'excellentes qualités hydrodynamiques. Sa légèreté et son toucher très doux la rendent très agréable à porter. Les 28% d'élasthanne qui composent l'Aquaracer® assurent un maintien parfait tout en laissant une liberté de mouvement. Il sèche deux fois plus vite qu'une matière traditionnelle. Enfin, il exalte les couleurs et permet de décliner des imprimés lumineux et expressifs.

- **1998 : Arena innove encore avec le X-Flat® aux Championnats du monde de natation à Perth. Ce tissu novateur (72% polyamide/28% elasthanne) indémaillable, bénéficie d'un toucher très doux et très léger. Le corps est parfaitement maintenu sans être compressé autorisant une entière liberté de mouvements. N'absorbant que très peu d'eau, il possède d'excellentes qualités hydrodynamiques. Le X-Flat®, un tissu extra-fin (0,29 mm), opaque et extra-léger (146g/m²) est laqué sur les deux faces. L'intérieur adhère à la peau tandis que la face externe lui confère une glisse extrême qui permet d'améliorer les performances. Mouillé, il n'absorbe que 40% de son poids, d'où un temps de séchage très court. Il offre une résistance à l'eau inférieure à 4,8 % par rapport à la peau. Ces maillots high-tech proposent, pour la ligne femme, un nouveau dos, le Fast Back®. Cette coupe hydrodynamique, avec des bretelles plates, permet de réduire également la résistance dans l'eau.**

- **2000 : Arena lance le Powerskin®. Un tissu révolutionnaire conçu pour une nouvelle génération de combinaisons et de maillots de bain pour les JO de Sydney. Avec un frottement pratiquement nul, ce matériau ultra-léger (125g/m²) a des qualités inégalées. Il absorbe 15% en moins d'humidité que tout autre matériau conçu pour le bain. Il offre donc un minimum d'absorption de l'eau et une réduction maximale de la friction. Plat, ultra-léger, hydrophobe, élastique dans tous les sens, le Powerskin® d'Arena a su évoluer depuis son avènement en 2000. Lors des Championnats d'Europe à Madrid en 2003, Arena présente la septième génération de Powerskin®. Cette quête de perfection perpétuelle est menée en étroite collaboration avec les nageurs du team Arena. En revanche, elle profite à tous les athlètes. Plus de 60% des nageurs étaient en Powerskin® lors des championnats de France de natation en 2004. Arena France totalise 51% des médailles à cette occasion. Le Powerskin® se décline en maillot de bain mais aussi en combinaison. Pour les femmes : une pièce, combinaison jambes courtes, combinaison jambes longues. Pour les hommes : slip, pantalon et cycliste, combinaison jambes courtes, combinaison jambes longues.**



Innovations, le turbo d'Arena (suite)

• 2002 : Arena introduit une nouvelle matière pour l'entraînement et l'aquaform : le Waternity®.

Composition : 57% polyester et 43% PBT, nouvelle génération de fibre de téréphtalate de polybutylène. Il garantit une résistance plus longue au chlore et à la lumière du soleil. La maîtrise des techniques d'impression sur cette nouvelle matière permet une large déclinaison de couleurs. Le Waternity® offre également confort et élasticité, qualités essentielles pour une pratique régulière. Cette matière associée à des coupes et des dos techniques assure un maintien idéal en pleine action. Les gammes Entraînement et Aquaform d'Arena bénéficient de la matière Waternity®.

• 2004 : Arena lance le Powerskin® Xtreme® Matière high-tech et modèle intelligent, une alchimie parfaite pour Arena qui intègre et adapte une technologie qui a déjà fait ses preuves dans l'aéronautique et la construction navale. Le fabricant introduit une matière nervurée sur ses deux faces. Plongées dans un liquide, les nervures emprisonnent des molécules d'eau microscopiques. Résultat : la matière en mouvement n'est en contact avec l'eau que sur les crêtes des nervures réduisant considérablement la surface de frottement. Cette technologie réduit les trois niveaux de résistance : le frottement, la pression et la traînée induite.

• 2006 : Arena pense aux femmes et leur fait la promesse de maillots qui sculptent la silhouette avec le Waterfeel Power®

Avec le Waterfeel Power®, Arena donne aux femmes le pouvoir d'être belles et bien. Son secret ? Une matière structurante et bien compacte qui gaine et redessine la silhouette. Sur certains maillots de bain, cet atout est renforcé par une doublure intérieure en filet tricoté serré qui produit l'effet ventre plat. Composition Waterfeel Power® (80 % polyamide et 20 % élasthanne).

• 2008 : Le dialogue qu'entretient Arena avec ses athlètes et leurs coaches conduit la marque à mettre à disposition trois technologies différentes aux nageurs sélectionnés aux JO de Pékin. Ce choix est conforme à la démarche historique de la marque : équiper chaque athlète avec le produit répondant précisément à ses attentes. Les critères morphologiques comme les contraintes liées à chaque discipline ou distance sont pris en compte. Les trois technologies qui seront mises à disposition des nageurs :

- Powerskin®1
- Powerskin®R-évolution
- Powerskin®R-évolution+ (avec plaques de polyuréthane validée par la FINA le 3 juin 2008).

• 2009 : Arena introduit la Powerskin X-Glide, combinaison 100% polyuréthane.

Les combinaisons de compétition Arena se sont avérées être le choix préféré des nageurs du monde entier. Les résultats exceptionnels obtenus lors des compétitions majeures en 2009 en sont la preuve.

Aux Championnats du monde - Rome 2009

Nombre total de médailles remportées par des nageurs portant une combinaison Arena Powerskin X-Glide : 52 sur 120 (43%)

Médailles d'or : 18 sur 40 (45%)

Médailles d'argent : 21 sur 40 (53%)

Médailles de bronze : 13 sur 40 (33%)

Nombre total de records du Monde établis par des nageurs portant une combinaison Arena : 15

Aux Championnats d'Europe d'Istanbul 2009 (PB)

Nombre total de médailles remportées par des nageurs portant une combinaison Arena Powerskin X-Glide : 72 sur 114 (63 %)

Médailles d'or : 24 sur 40 (60 %)

Médailles d'argent : 25 sur 36 (70 %)

Médailles de bronze : 23 sur 38 (60 %)

Nombre total de records établis par des nageurs portant une combinaison Arena :

Records du Monde : 11

Records d'Europe : 19

• 2010 : Suite à la nouvelle réglementation au 1er janvier 2010 et à l'interdiction des combinaisons par la FINA, Arena propose trois technologies en tissu sous forme de jammers pour les hommes et de combi- shorts pour les dames :

PowerskinR-EVO

PowerskinXP

PowerskinST

voir descriptif technique pages 17 et 18



Team Arena Elite International

Prénom + Nom	Nationalité	Date de naissance	Palmares	Année	Lieu
Roland SCHOEMAN	Afrique du Sud	03/07/1980	Champion olympique relais 4x100m NL Champion du monde 50m nage libre Champion du monde 50m papillon	2004 2005 2007	Athènes Montréal Melbourne
Cameron VAN DER BURGH	Afrique du Sud	25/05/1988	Champion du monde 50m brasse	2009	Rome
Thomas LURZ	Allemagne	28/11/1979	5 fois champion du monde du 5km. 3 fois champion du monde du 10km Champion d'Europe 5km PB Champion d'Europe 10km PB Bronze Jeux Olympiques 10km	2004 à 2009 2004-2006-2009 2006 2006 2008	 Budapest Budapest Pékin
Paul BIEDERMANN	Allemagne	07/08/1986	Champion du monde 200m NL Champion du monde 400m NL	2009 2009	Rome Rome
Cesar CIELO FILHO	Brésil	10/01/1987	Champion olympique 50m NL Champion du monde 50m NL Champion du monde 100 NL	2008 2009 2009	Pékin Rome Rome
Lotte FRIIS	Danemark	09/02/1988	Bronze Jeux Olympiques 800m NL Championne du monde 800m NL Argent Championnats du monde 1500m NL	2008 2009 2009	Pékin Rome Rome
Alain BERNARD	France	01/05/1983	Champion olympique 100m NL Champion d'Europe 100m NL Argent Championnats du monde 100m NL	2008 2008 2009	Pékin Eindhoven Rome
Laszlo CSEH	Hongrie	03/12/1985	Argent Jeux Olympiques 200m 4 nages Argent Jeux Olympiques 400m 4 nages Argent Jeux Olympiques 200m papillon Champion du monde 400m 4 nages Argent Championnats du monde 200m 4 nages	2008 2008 2008 2009 2009	Pékin Pékin Pékin Rome Rome
Alexander DALE OEN	Norvège	21/05/1985	Bronze Championnats du monde 100m brasse PB Argent Jeux Olympiques 100m brasse Champion d'Europe 200m+100m+50m brasse	2006 2008 2008	Shanghai Pékin Eindhoven
Inge DEKKER	Pays-Bas	18/08/1985	Championne olympique relais 4x100m NL Championne du monde relais 4x100m NL	2008 2009	Pékin Rome
Pawel KORZENIOWSKY	Pologne	09/07/1985	Argent Championnats du monde 200m papillon	2009	Rome
Kristopher GILCHRIST	Royaume-Uni	03/12/1983	Bronze Championnats d'Europe 200m brasse PB Champion du monde 200m brasse PB	2006 2008	Budapest Manchester
Francesca HALSALL	Royaume-Uni	12/04/1990	Championne d'Europe relais 4x100m 4 nages Argent Championnats du monde 100m NL Argent Championnats du monde relais 4x100m 4 nages	2008 2009 2009	Eindhoven Rome Rome
Evgeny KOROTYSHKIN	Russie	30 avril 1983	Champion du monde petit bassin 4x100m 4 nages Champion d'Europe 100m papillon Champion d'Europe petit bassin 100m papillon Champion d'Europe petit bassin 4x50m 4 nages	2008 2008 2009 2009	Manchester Eindhoven Istanbul Istanbul
Milorad CAVIC	Serbie	31/05/1984	Argent Jeux Olympiques 100m papillon, Champion d'Europe 50m papillon Champion du monde 50m papillon Argent Jeux Olympiques 100m papillon,	2008 2008 2009 2009	Pékin Eindhoven Rome Rome
Stefan NYSTRAND	Suède	20/10/1981	Champion d'Europe relais 4x100m NL	2009	Rome
Sarah SJÖSTRÖM	Suède	17/08/1993	Championne d'Europe 100m papillon Championne du monde 100m papillon	2008 2009	Eindhoven Rome
Thérèse ALSHAMMAR	Suède	26/08/1977	Championne du monde 50m papillon Bronze Championnats d'Europe 50m NL Argent Championnats du monde 50m NL	2007 2008 2009	Melbourne Eindhoven Rome
Oussama MELLOULI	Tunisie	16/02/1984	Champion olympique 1500m NL Champion du monde 1500m NL	2008 2009	Pékin Rome
Aaron PEIRSOL	USA	23/07/1983	Champion olympique 100m dos Champion olympique relais 4x100m 4 nages Champion du monde 200m dos Champion du monde 100m dos Champion du monde relais 4x100m 4 nages	2008 2008 2009 2009 2009	Pékin Pékin Rome Rome Rome
Eric SHANTEAU	USA	01/10/1983	Champion du monde relais 4x100m 4 nages Argent Championnats du monde 200m brasse Bronze Championnats du monde 200m 4 nages	2009 2009 2009	Rome Rome Rome
Rebecca SONI	USA	18/03/1987	Championne olympique 200m brasse Argent Jeux Olympiques 100m brasse Argent Jeux Olympiques relais 4x100m 4 nages Championne du monde 100m brasse Argent Championnats du monde 50m brasse	2008 2008 2008 2009 2009	Pékin Pékin Pékin Rome Rome
Kirsty COVENTRY	Zimbabwe	16/09/1983	Championne Olympique 200m dos Argent Jeux Olympiques 200m 4 nages Bronze Jeux Olympiques 400m 4 nages Championne du monde 200m dos Argent Championnats du monde 400m 4 nages	2008 2008 2008 2009 2009	Pékin Pékin Pékin Rome Rome e