

Il les guide vers les sommets

NATATION Thomas Sammut, préparateur mental du CNM, tient un rôle important auprès des champions marseillais, qui démarrent les Mondiaux dimanche. Rencontre



Ce Nantais de 39 ans fait partie du staff technique dirigé par Romain Barnier depuis 2009.

/ PHOTO A.JAC.

L'écusson du CNM est soigneusement floqué sur son polo blanc. La couleur du logo, en or, n'a pas été choisie par hasard. La devise, "Algo más que un club" ("Bien plus qu'un club"), reprend celle du mythique Barça. Ce haut symbolique, les membres du Cercle des Nageurs de Marseille qui assisteront aux Mondiaux à partir de dimanche au Palau Sant Jordi, vont le porter souvent la semaine prochaine. Parmi ces fidèles accompagnateurs, figure Thomas Sammut, travailleur de l'ombre, qui occupe depuis 2009 la fonction de préparateur mental au sein du staff dirigé par Romain Barnier.

Si, contrairement à l'été 2011, ce Nantais de 39 ans n'a pas été intégré à une délégation nationale (il était alors parti à Shanghai avec l'Algérie de Nabil Kebbab), sa présence sera néanmoins importante dans l'enceinte catalane, même en simple spectateur. Depuis trois ans et demi, il encadre en effet les champions du CNM dans leur développement personnel, en travaillant avec eux sur trois axes : la connaissance de soi, le potentiel interne et l'environnement du sportif. Un boulot de longue haleine, qui ne peut pas se faire du jour au lendemain et qui doit constamment être revu et corrigé. "À partir du moment où, avec le travail mental, les nageurs évoluent, il y a une adaptation régulière, décrypte celui qui est également formateur

"Le William Meynard de 2013 n'est plus du tout le même que celui de 2011. Il n'a jamais été aussi bien dans sa tête et dans ses baskets, il est en harmonie avec lui-même. Il a fait un énorme boulot sur les plans physique et mental. Je suis hyper satisfait."

en entreprise (*). Par exemple, le William Meynard de 2013 n'est plus du tout le même que celui de 2011. Il n'a jamais été aussi bien dans sa tête et dans ses baskets, il est en harmonie avec lui-même. Il a fait un énorme boulot sur les plans physique et mental. Je suis hyper satisfait."

Le Marseillais n'a jamais pris autant de plaisir dans l'eau que cette saison. "Tout ce que je demande aux nageurs, c'est qu'ils s'éclatent en étant eux-mêmes, détaille Sammut. Le but, c'est de tra-

L'OM s'est intéressé à son profil

En France, les staffs qui intègrent un préparateur mental sont extrêmement rares, contrairement aux pays anglo-saxons, où le poste est classique. Le constat est valable en natation, mais aussi en football. Ces derniers mois, l'OM a pourtant songé à innover (même si Sauveur Lombardo a furtivement occupé une fonction de ce type au début des années 2000). Thomas Sammut avait ainsi rencontré Henri Stambouli, ancien directeur du centre de formation du club, intéressé par son profil et sa méthode. Une collaboration avec le coach du CNM avait alors été évoquée au niveau de l'encadrement des jeunes, notamment ceux âgés de 17 à 19 ans. Mais la piste s'est refroidie depuis le départ de l'ex-entraîneur istréen. Le dossier n'a pas - encore ? - été réactivé par son successeur, Thomas Fernandez, arrivé le 1^{er} juillet.

A.Jac.

vailler sur le côté humain." Il faut par exemple gérer le retour à un quotidien normal après un triomphe (comme l'a fait Florent Manaudou à la suite de son titre olympique, lire ci-dessous).

"C'est de l'interactivité"

Il faut aussi savoir repartir de l'avant après un échec. C'est le cas actuellement de Camille Lacourt, rentré bredouille des Jeux l'été dernier. "Il a toujours été motivé, tient à préciser le préparateur mental. Je le dis haut et fort : c'est nous, le staff technique, qui n'avons pas su lui apporter satisfaction. Nous n'avons pas réussi à le rendre performant. Nous nous sommes donc remis en question. Il a gardé sa motivation, la confiance qu'il a en lui. Du coup, ça se passe vraiment mieux. On verra ce qu'il est en capacité de fai-

"Tout ce que je demande aux nageurs, c'est qu'ils s'éclatent en étant eux-mêmes"

re durant les Mondiaux car il n'a repris qu'en janvier. Mais il est davantage en phase avec lui-même par rapport à ce qu'on lui propose, il est heureux de venir s'entraîner. Lorsqu'on amène un athlète à un certain niveau, le plus dur est qu'il continue à progresser."

Au CNM, les nageurs le feront encore longtemps aux côtés de Thomas Sammut, puisqu'il a prolongé son contrat et figurera dans le staff de Romain Barnier jusqu'aux Jeux de Rio, en 2016.

"Romain est un technicien hors-pair, souligne-t-il. Si les journées faisaient 28 heures, il bosserait 28 heures ! Il est rigoureux et, en même temps, il donne suffisamment de liberté aux nageurs pour qu'ils se sentent responsables. Ils doivent arriver à être autonomes et à se prendre en main. C'est notre pédagogie. Ce n'est pas à nous de leur dire tous les jours ce qu'ils doivent faire. On a besoin de leur retour. C'est de l'interactivité."

Alexandre JACQUIN

ajacquin@laprovence-presse.fr

(*) www.thomas-sammut.com

LEUR COLLABORATION A ÉTÉ IMPORTANTE POUR GÉRER L'ANNÉE POST-OLYMPIQUE

Des liens forts avec Florent Manaudou

Quand la Marseillaise retentit et l'or scintille, les flashes se mettent tout à coup à crépiter. Les sollicitations extérieures se multiplient, les contrats publicitaires abondent mais la surexposition médiatique peut parfois jouer de vilains tours. Notamment sportivement, lorsque le temps du retour au dur labeur quotidien arrive.

Ce 3 août 2012, personne n'attendait réellement Florent Manaudou sur le podium du 50 m des JO, à Londres. Encore moins sur la plus haute marche. Il y est pourtant monté, en devançant l'Américain Cullen Jones et le Brésilien Cesar Cielo, deux monuments.

L'existence du jeune sprinteur du CNM n'est plus tout à fait la même depuis cette soirée historique vécue à l'Aquatics Centre de Stratford. Son statut a changé. Et c'est précisément sur cette gestion de l'après que Thomas Sammut et le champion olympique ont travaillé cette saison. "Je l'ai vu le plus rapidement possible après les Jeux, pour savoir comment il digérait sa performance, raconte le préparateur mental du Cercle. Je voulais être franc vis-à-vis de lui : en France, les sportifs qui gagnent, soit aux championnats du monde, soit aux Jeux Olympiques, chutent l'année d'après dans 90% des cas. Dans notre pays, on a du mal à gérer ça, on apprend à peine à gagner et on ne sait pas perdurer dans le temps. Nous avons donc réfléchi ensemble à une solution pour éviter ce piège. On a monté une stratégie qui lui permettait de garder sa motivation."

L'enfant de Loyes (où la famille Manau-



Depuis son sacre à Londres, le sprinteur du CNM, chevalier de la Légion d'honneur, n'a pas manqué de sollicitations.

/ PHOTO PATRICK NOSETTO

dou est établie, dans l'Ain) n'a que 22 ans. Mais il a déjà remporté le titre suprême. Ce qui ne doit pas l'empêcher d'être toujours ambitieux. "Il a encore beaucoup de choses à apprendre même s'il est champion olympique", poursuit Sammut, particulièrement satisfait du travail réalisé par le jeune homme cette saison. "Il a été au cœur de toutes les décisions. Plus les mois ont passé, plus j'ai eu en face de moi quelqu'un qui savait où il voulait aller. Il veut continuer à progresser. Maintenant, il faut qu'il y ait une concrétisation aux Mondiaux. Ça va être très dur parce qu'il y a une concurrence de fou. Il a le 3^e temps mondial de l'année (en 21"86, derrière l'Australien Magnussen et Cielo). Il

n'est pas favori, il a plus de chances de perdre que de gagner. Il l'a compris. Mais en France, on s'est maintenant rendu compte que sa médaille d'or n'était pas un miracle. Son niveau, c'est celui des Jeux. Il l'a maintenu, c'est déjà une sacrée victoire pour une année post-olympique."

"Il écoute énormément, observe et percuté très rapidement"

Dans sa quête d'un nouveau sacre international, Florent Manaudou pourra compter sur le soutien de Thomas Sammut, qui sera présent dans les tribunes du Palau Sant Jordi à partir de dimanche. Au fil des mois, les deux hommes ont tissé des liens très forts. "Il y a une confiance mutuelle, ça ne fait qu'avancer plus rapidement les choses, apprécie le coach mental. Flo est quelqu'un de très intelligent, nous n'avons pas besoin de nous voir tous les jours. Si on parle ensemble de quelque chose qui va le rendre plus performant, il va l'intégrer aussitôt et le mettre en place dans la foulée. Il y a un gain de temps énorme, il comprend très vite. Il y a le personnage qu'on voit à la télé et le personnage qu'il est vraiment. Il écoute énormément, observe et percuté très rapidement. Avec lui, c'est direct, cash. Si ça ne lui plaît pas, il va zapper ; par contre, si ça l'intéresse, il accroche tout de suite." À deux jours du début des championnats du monde à Barcelone, il semble dans les meilleures conditions psychologiques pour aller droit au but.

A.Jac.

DOPAGE

Laurent Jalabert assume sans avouer

Laurent Jalabert a déclaré "assumer les responsabilités", hier, au lendemain de la publication du rapport de la commission d'enquête sénatoriale dont les éléments permettent de déterminer les coureurs qui ont eu recours à l'EPO au Tour 1998.

"Son nom est cité. Il prend acte de cet état de fait", réagit son avocat dans un communiqué. "Conformément à ses déclarations devant la commission d'enquête sénatoriale, il renouvelle avoir suivi les prescriptions de l'encadrement médical de ses équipes successives", rappelle l'avocat de l'ancien numéro un mondial. "Bien qu'aucun élément de droit ne lui ait été officiellement notifié, Laurent Jalabert en assume aujourd'hui la responsabilité et en supporte les conséquences", souligne le communiqué.

Porte-drapeau du cyclisme français dans les années 1990 et au début des années 2000, le Tarnais a dû renoncer à ses activités de consultant sur France Télévisions et RTL pendant le dernier



Jalabert dit avoir "suivi les prescriptions médicales de ses équipes". / PHOTO S.S.I.

Tour de France, en raison des accusations de dopage révélées fin juin par le journal L'Équipe sur la base de tests rétroactifs datant de 2004. Toujours très populaire auprès du public, le Mazamétain est l'un des coureurs dont les numéros d'identification figurent sur les bordereaux du Tour 1998 permettant de conclure qu'il a eu recours à l'EPO.

Thierry Adam : "Il en souffre énormément"

Il devait commenter le Tour avec lui, mais les résultats de l'enquête sénatoriale et les révélations concernant son présumé dopage sur la Grande Boucle 1998 ont évidemment changé la donne fin juin. Journaliste à France Télévisions, Thierry Adam a donc fait équipe avec Cédric Vasseur, "tout en pensant souvent à Laurent Jalabert, qui est davantage qu'un partenaire de télé ; c'est un ami."

Un ami avec qui Adam entretient "une relation naturelle et, dès lors, pour très bien le connaître, j'ai veillé à ne pas le déranger ces dernières semaines." Même quand le Tour de France a fait étape, le 6 juillet, à Castres, près de Mazamet, où vit Jalabert. "Je suis persuadé que Laurent n'a pas regardé le Tour, confie le journaliste. C'était trop dur à vivre pour lui." Comme le rapport de la Commission sénatoriale dans lequel son nom apparaît parmi 16 autres coureurs condamnés pour dopage à l'EPO sur les Tours de France 98 et 99. "Il en souffre énormément, lâche Thierry Adam qui ne sait pas s'il collaborera encore avec Jalabert sur France Télévisions. On n'a aucune nouvelle pour l'instant." L.B.

LE ZOOM Nicolas a officié pour ASO

"L'autre" Jalabert était sur le Tour de France

D'emblée, il pose les bases. "Si c'est pour me parler de mon frère, ce n'est pas la peine de me poser des questions..."

Quand on vient le solliciter, Nicolas Jalabert préfère prévenir : ceux qui seraient tentés de le faire réagir sur la situation de son frère aîné, Laurent, qui, selon le rapport du Sénat a eu recours à l'EPO sur le Tour 1998, peuvent passer leur chemin.

Nous n'avons pas tourné les talons. À défaut de récolter des nouvelles de "Jaja" via son cadet, on a cherché à savoir ce que devenait ce dernier. Car le contexte est assez cocasse : si Laurent Jalabert, qui aurait été confronté à une situation intenable, a judicieusement décidé de ne pas officier comme consultant sur France Télévisions durant le Tour 2013, Nicolas, lui, a œuvré sur cette même Grande Boucle en tant que chauffeur pour Amaury Sport Organisation (ASO). "Je me suis reconverti en tant que commercial au sein d'une société spécialisée dans les accessoires cycles, et ce, à travers vingt départements, indique l'ancien coureur pro (1995-2009) passé notamment chez Cofidis, la Once, CSC, Phonak et Agritubel. Comme beaucoup, j'aurais aimé gagner davantage de courses, mais je suis fier d'avoir accompli ce que j'ai fait."

"Davantage Contador que Froome"

Vainqueur notamment de la Coupe de France en 1997, Nicolas Jalabert est donc passé dans une autre vie. "Parallèlement à mon nouveau travail, et en accord avec mon employeur, j'ai piloté une voiture d'invités sur le Tour pour la troisième année consécutive, apprécie-t-il. Mais c'était davantage pour le plaisir de retrouver les copains."

Retiré du peloton professionnel depuis trois ans et demi seulement, "l'autre" Jalabert a conservé des repères précis dans ce milieu. "Je n'ai pas encore remarqué d'énormes changements, note le Tarnais (40 ans) qui a côtoyé en course nombre de coureurs engagés sur le Tour 2013, dont un certain Alberto Contador. Lui, je l'adore ! Attention, je n'ai rien contre Froome, mais bon, je préfère Contador par rapport à son personnage et à son comportement en course notamment. Avec lui, on est tranquille quand on est téléspectateur, on sait qu'il va attaquer. C'était peut-être en vain, sur ce Tour 2013, mais pour le public, c'était super !"

Laurent BLANCHARD



Le frère cadet de Laurent s'est reconverti en commercial.

/ PHOTO ÉRIC CAMOIN