

Sports → Berry

NATATION / AC BOURGES ■ Double championne de France (toutes catégories et junior) du 5 km indoor à Sarcelles

Caroline Jouisse : « J'ai saisi ma chance »

Après sa victoire à la coupe de France de nage en eau libre, l'an passé, Caroline Jouisse (19 ans) a confirmé ses aptitudes sur les longues distances. Elle est devenue championne de France du 5 km indoor non seulement de sa catégorie d'âge (junior), mais également en toutes catégories. Une première pour elle et pour son club, l'AC Bourges !

Raphaël Rochette

raphael.rochette@centrefrance.com

Pour Caroline Jouisse, la saison en cours pourrait être celle de la confirmation. Après s'être immiscée parmi les meilleures nageuses françaises d'eau libre, l'an passé, la Berruyère, étudiante en BTS, a attaqué très fort 2014 : en décrochant deux médailles d'or aux championnats de France du 5 km indoor, à Sarcelles.

Caroline a été la seule nageuse à descendre sous l'heure (59'21"68), pour sa première véritable expérience sur la distance.

En plus du titre junior, la sociétaire de l'AC Bourges, 19 ans, a su mettre à profit l'absence des deux ténors tricolores des longues distances, Aurélie Muller et



SOURIRE. Caroline Jouisse, tout sourire, avec de l'or autour du cou. Il lui manque une médaille ; elle l'a donnée à son père !

Morgane Rthon, pour inscrire aussi son nom au palmarès en toutes catégories. C'est sa deuxième médaille d'or FFN chez les "grandes", après sa victoire à la coupe de France de nage en eau libre 2013. Mais son premier titre national en bassin. ■

■ **Ce titre en toutes catégories, est-ce ce que tu l'espé-**

rais vraiment ? Car ton entraîneur Christophe Cleuziou, avait seulement évoqué un podium... Oui, il n'y avait pas les meilleures, donc je visais l'or. Je sais très bien que si Aurélie (Muller) et Morgane (Rthon) avaient été présentes, je n'aurais pas fini première. J'ai saisi ma chance.

■ **Pour la première fois, tu**

t'es présentée à une compétition avec le meilleur temps d'engagement. Comment as-tu géré le fait d'être la fille à battre ? Ce statut de favorite, je l'ai bien vécu, mais ça m'a fait stresser un peu. J'avais peur avant la course. La veille, je n'avançais pas à l'entraînement. Je ne nageais pas à l'allure que je voulais. Je n'étais donc pas très confiante. Ceci dit, je ne voulais pas me faire battre par la nageuse du Plessis (Charlyne Secrestat, 3^e en toutes catégories, apparemment pas son amie NDLR). Ah ça, non ! Ça m'a donné une motivation supplémentaire.

« Je me suis éclatée »

■ **Pour ton club et pour toi également, c'est le tout premier titre national...** C'est ce qu'on m'a dit : "C'est ton premier titre de championne de France". Mais j'avais eu aussi l'or en coupe de France (de nage en eau libre, l'an passé, NDLR). C'est différent, mais moi je vois ça pareil. La coupe de France, c'est sur plusieurs étapes, mais au final c'est un titre aussi. C'est mon point de vue.

■ **Ta carrière s'accélère vraiment depuis l'an passé, avec**

des podiums nationaux en eau libre et là ces deux titres du 5 km indoor... Disons que je rattrape les (bonnes) années que je n'ai pas eu. J'ai perdu deux ans avant d'arriver à Bourges (en juin 2011 NDLR). Un an à Chalon, ma deuxième saison là-bas, et puis un an à Dunkerque. Je n'ai pas eu de résultats, ces années-là, rien du tout... Ce sont des expériences qui m'ont forgé le caractère.

■ **Une heure de course, ça t'a semblé très long ou est-ce que finalement c'est passé vite ?** J'avais déjà fait des 5 km à l'entraînement, l'an dernier et il y a deux ans, et c'était long ! Ce n'est pas pareil qu'en course, car il n'y a rien au bout. Là, je n'ai pas trouvé le temps long, franchement pas du tout. C'est même passé super vite. J'ai vraiment aimé cette course. Je me suis éclatée !

■ **5 km, c'est cent longueurs de bassin. Tu les as comptées ? Tu savais où tu en étais ?** À peu près, oui. Je comptais par cent mètres, de un à dix. Et une fois à dix, je repartais de zéro pour le millier suivant. Mais je me suis quand

même trompée, au deuxième mille mètres. J'avais demandé à Christophe (Cleuziou, son entraîneur NDLR) de me faire signe aux derniers 500 m, mais il a oublié. Ça m'a un peu paniquée. Je me suis dit : "Mince, il me reste plus que 500 m !" J'ai pensé que je m'étais encore trompée. Mais après, j'ai vu son signe aux 300 m. Il m'a fait un *trois* avec les doigts. Ça m'a rassurée... à peu près.

■ **Ce double titre devrait te booster pour la suite de la saison. C'est de bon augure, non ?** Je l'espère, on verra. Je vais essayer de faire de bons chronos au meeting de Tours, le 8 mars, sur 800 et 1.500 m. Puis aux France N1 à Chartres, mon ambition sera de me rapprocher du temps de qualification, sur 1.500 m, pour aller aux championnats d'Europe (toutes catégories) sur le 25 bornes. Il faut faire 16'45". Mon meilleur temps en est loin : c'est 17'17", établi l'an dernier, aux N1 de Rennes. Il me faut gagner deux secondes par 100 m. Je ne pense pas pouvoir le faire, mais j'aimerais, au moins, passer sous les 17 minutes... ■