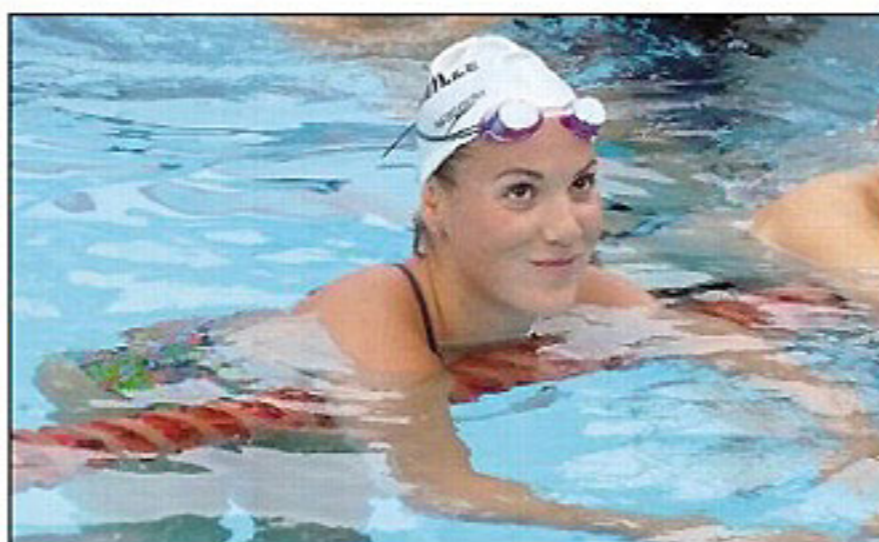


Sports → Le portrait du jeudi



TRICOLORE. Avec ses partenaires de l'équipe de France eau libre (Caroline est à droite), à Istanbul, pour une coupe d'Europe.



DANS L'EAU. A l'écoute des consignes, à l'entraînement, dans le grand bassin du centre nautique, son habituel terrain de jeu.



COMPLICITÉ. Elle est évidente entre Caroline et son coach, Christophe Cleuziou. Et c'est la base de leur réussite commune.

NATATION / AC BOURGES ■ Caroline Jousse s'est fait une spécialité de nager sur de longues distances en eau libre

« Traverser la Manche, ça m'amuserait »

Caroline Jousse fait partie du très petit nombre de nageuses de grand fond. La spécialiste berruyère de l'eau libre se verrait bien traverser la Manche à la nage.

Raphaël Rochette
raphael.rochette@centrefrance.com

Elles ne sont guère plus d'une poignée. Les nageuses, qui, comme Caroline Jousse, de l'Aquatic club de Bourges, ont osé s'aligner sur le 25 km, aux championnats de France en eau libre, le 7 juin dernier, à Gravelines. Il y avait huit filles au départ et sept à l'arrivée, autant que de garçons, alors que la course masculine a enregistré neuf abandons.

Blessée, elle a quand même nagé le 25 km

« On est plus résistantes que les gars », fait remarquer Caroline, pas peu fière de prouver que les filles comme elles sont de sacrées guerrières. « On a plus de mental qu'eux », constate la Berruyère qui a fini cette course marathon à la 3^e place, après 5 heures et 31 minutes à nager dans une eau à 18°...

Du mental, du caractère, de la volonté, appelez ça comme vous voudrez, Caroline en a revendu. « Si-



« BRONZÉE ». Caroline Jousse a décroché deux fois le bronze aux récents France en eau libre, sur 25 km et 5 km contre-la-montre. Contrat rempli pour la Berruyère, à Gravelines. « Mon objectif était de ramener une médaille et j'en ai eu deux », savourez-t-elle. PHOTO RAPHAËL ROCHETTE

FIDÈLE À L'ACB

Si elle décroche son BTS, l'année prochaine, Caroline a le projet de poursuivre ses études, à Paris. Elle quittera Bourges mais pas son club de natation. Elle y est attachée. « Mine de rien, c'est ma 5^e année à l'ACB. L'esprit y est familial. » Son entraîneur, Christophe Cleuziou, compte aussi beaucoup pour elle. « Avec Christophe, ça a tout de suite fonctionné. On a une bonne relation. Il est à l'écoute », précise-t-elle au sujet de celui qui l'a relancée, au sortir d'une saison catastrophique au pôle France jeunes de Dunkerque.

non, je ne ferai pas ça, dit-elle. Il y a longtemps que j'aurais arrêté... »

Cette force de caractère, qui la pousse à se dépasser, elle en a encore fait montre, à Gravelines, en prenant le départ du 25 km malgré « une grosse inflammation aux deux épaules ».

Amoindrie, la sociétaire de l'ACB n'en a pas moins mené la course jusqu'au 10^e kilomètre. « J'ai fait les quatre premiers tours devant, mais j'avais trop mal. Je me suis arrêtée. Dix secondes sur 5 heures, c'est rien ! Quand je suis repartie, j'étais troisième. Je suis repassée devant mais après je les ai laissées s'en aller (Charlyne Secrestat,

vainqueur en 5h26' et Célia Barrot, 2^e en 5h30', ndlr). Je savais que je finirai troisième. Le but, pour moi, c'était de finir », relate la Berruyère, qui se sentait capable de remporter son premier titre national en toutes catégories, sans cet handicap physique.

« J'étais trop bien dans l'eau »

« Franchement, je le pense, confie-t-elle. Je le dis sans me lancer des fleurs. Je suis dégoutée d'avoir eu mal aux épaules, car j'étais très en forme ce jour-là. J'étais trop bien dans l'eau. »

Devenue en deux ans seulement l'une des grandes spécialistes du grand

fond, trois fois internationale junior en eau libre, Caroline tentera le coup l'année prochaine.

Pour plus tard, elle nourrit un autre projet. Encore un peu plus fou. « Je tenterai bien la traversée de la Manche, avance-t-elle. Ça doit être sympa à faire. La distance n'est pas énorme, c'est 33 km. Franchement, ça m'amuserait vraiment de le faire. »

Ce défi l'attire, mais c'est sa mise en place qui pourrait la freiner. « C'est trop d'organisation, évalue-t-elle. Il faut demander des autorisations, être suivie en bateau... »

Elle ne rejoindra peut-être jamais l'Angleterre à la nage. En revanche, elle espère bien fêter en juin 2016 l'obtention d'un BTS Muc (management des unités commerciales) qu'elle prépare depuis septembre 2013 à l'Institut d'Enseignement Supérieur Sainte-Marie, rue Jean-Baffier, à Bourges.

Un BTS « étalé sur trois ans pour pouvoir nager »

« Je l'ai étalé sur trois ans pour pouvoir nager », explique la leader de l'ACB. « Sur deux ans, cela aurait été possible, mais plus compliqué. En mars et en avril, j'ai raté l'équivalent d'un mois de cours, avec les compétitions. Entre les N2, les France universitaires et les N1. Mais vu qu'il me reste encore l'année prochaine à étudier, ce n'est pas trop grave. »

Cet aménagement de son emploi du temps lui permet de nager deux fois par jour, en semaine. Le matin, son réveil sonne à 6 heures et elle est à l'eau dès 7h30, jusqu'à 9 heures.

L'après-midi, après les cours, retour à la piscine, pour deux autres heures d'entraînement. « Je nage en gros 10 km par jour, ce n'est pas énorme, quand on compare avec ce qui se fait dans d'autres clubs. À Dunkerque, je nageais plus, ainsi qu'à Chalon... »

Ses journées sont quand même bien remplies. Le samedi, son programme est allégé : « Je n'ai pas cours et j'ai entraîné qu'une fois, à 9h30. » Du coup, le lever est repoussé, à 8 heures. Enfin, il y a le dimanche et là, « c'est repos ». La seule grasse mat' de la semaine. Un luxe.

« Le dimanche, c'est journée flemme, je ne fais rien », avoue-t-elle. Du repos, oui mais pas trop, non plus. « Car les journées sont longues (sans natation), je m'emmerde. J'ai besoin de faire du sport pour me défouler. » Heureusement qu'il n'y a qu'un dimanche par semaine... ■

BIO EXPRESS

26 mai 1994
Naissance à Saint-Mandé (Val de Marne)

1999
Caroline débute la natation à Versailles. Et gagne sa première coupe. « C'était un 25 m, du dos », se souvient-elle.

Septembre 2008
Elle fait sa rentrée de 3^e à Chalon/Saône, qu'elle rejoint pour nager dans « un bon club ».

Septembre 2010
Elle intègre le pôle France jeunes de Dunkerque, où elle est échec.

Juin 2011
En quête d'une nouvelle structure pour se relancer, elle arrive à Bourges. Elle rejoint la section Creps de l'ACB, dirigée par Christophe Cleuziou.

Décembre 2011
Première médaille FFN : le bronze du 1.500 m aux France jeunes en petit bassin à Boulogne/Mer.

Juin 2012
Elle obtient le bac S après une terminale effectuée au lycée Alain-Fournier.

Juin 2012 (bis)
Sa première médaille FFN en eau libre : le bronze du 5 km en ligne junior à Pierrelatte.

Juin 2013
Premier podium national en toutes catégories : la 3^e place du 5 km contre-la-montre en eau libre, au Canet-en-Roussillon.

Juillet 2013
Deux sélections en équipe de France d'eau libre, sur des épreuves de coupe d'Europe, en Turquie et en Allemagne.

Fin 2013
Vainqueur de la coupe de France d'eau libre.

Juillet 2014
5^e place sur l'étape stambouliote de la Coupe d'Europe en eau libre

Juin 2015
Double médaillée de bronze aux France en eau libre, à Gravelines.