

NATATION • Trois Liégeois en route pour les championnats du monde Masters

Ils n'ont pas raccroché le maillot

Anne-Thérèse Dalimier, Chantal Grimard et Pascal Balancier, tous trois du club de natation d'Embourg, représenteront la Belgique aux USA.

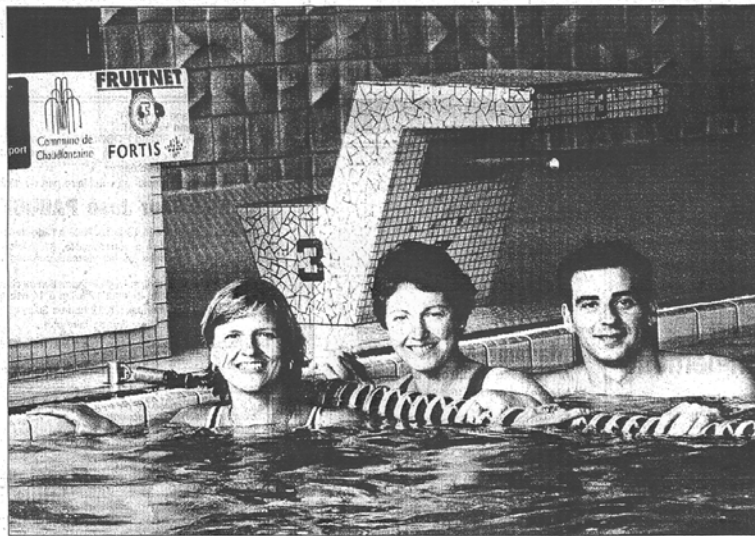
LA STANFORD UNIVERSITY servira de décor aux championnats du monde masters qui se tiendront du 1^{er} au 17 août à San Francisco.

C'est dans ce magnifique cadre que trois Liégeois pourront s'adonner à cœur joie à leur discipline de prédilection. Les conditions seront idéales en Californie, et nos trois nageurs et nageuses ont vraiment des fourmis dans les jambes.

Ils ont hâte d'y être. Ils ne souhaitent qu'une chose : atterrir le plus vite possible et plonger. Comme les 5400 participants de tous âges qui seront aussi de la fête dans une quinzaine de jours aux States. « Et j'espère y rencontrer Mark Spitz, déclare tout de go, Chantal Grimard, l'aînée de la délégation. C'est lui qui m'a donné envie de nager. »

Chantal a, comme lui, participé aux Jeux. Mais elle n'a pas ramené de médailles au pays. Juste de bons souvenirs. Mais n'espérez pas qu'elle prenne sa revanche lors de ces masters. Cela ira encore trop vite pour elle. « Le record du monde dans ma catégorie est de 1'02" sur 100 m nage libre. Or, j'espère décrocher un chrono entre 1'08" et 1'10". »

Il ne faut pas croire que nos Liégeois manquent d'ambition. Au contraire. Mais ils ne peuvent évidemment bénéficier des conditions et des heures d'entraînement de leurs collègues américains, par exemple.



Anne-Thérèse Dalimier (à g.), Chantal Grimard (au centre) et Pascal Balancier (à dr.), tous trois du club de natation d'Embourg, se réjouissent de quitter les bassins belges pour se mesurer à la crème mondiale de leur catégorie. Vivement août à Stanford University.

« Effectivement, poursuit Chantal, certains Américains s'entraînent deux fois par jour. Et puis, ils disposent d'infrastructures adaptées. Nous, à Liège, on n'a pas un seul bassin olympique. Il faut aller à Serainvilliers. Or, il vient d'être fermé pour réfection. »

Qu'à cela ne tienne, notre trio a mis tous les atouts de son côté pour faire bonne figure aux USA. Ils n'ont pas rechigné

à la tâche. Ils ont nagé sans relâche pour être en forme lors de cet événement auquel 80 pays prendront part.

« Mais évidemment, il y a des temps limites, souligne Anne-Thérèse Dalimier. Sinon, cela ressemblerait très vite au Club méd. » Et comme l'expliquait Chantal et comme le confirme Pascal, ce n'est pas parce qu'on est masters qu'on avance nettement moins vite.

Au contraire. « La catégorie masters est donc ouverte à des nageurs de 30 à 60 ans, voire plus, qui pratiquent fréquemment cette discipline. Or, les performances enregistrées entre 40 et 50 ans peuvent étonner. Il n'est pas rare de voir des nageurs aller plus vite que dans leur jeunesse. Cela élargit les perspectives et cela donne d'excellentes informations aux entraîneurs de jeunes. »

Anne-Thérèse, Chantal et Pascal nageront donc les 5 et 6 août. Nage libre pour les trois (100 m et 200 m), papillon pour Chantal (50 m) et dos pour Anne-Thérèse (200 m). Pascal sera sur la brèche le lundi aussi. Son programme comprend en plus le 50 m nage libre, le 50 m et le 100 m papillon.

Bonne trempette.

Jérôme JACOT

L'ELA les a fait avancer

ELA, trois lettres pour Association Européenne contre les Leucodystrophies, une maladie génétique orpheline qui détruit la gaine des nerfs et du système nerveux central.

Lorsque cette gaine est abîmée, le courant ne passe plus et les messages nerveux sont interrompus. Perte des mouvements et de l'équilibre, perte de la vision et de l'ouïe, perte de la parole et de la mémoire : les leucodystrophies paralysent toutes les fonctions vitales.

Or, chaque semaine en Europe, 20 à 40 enfants naissent en étant atteint de cette maladie.

« On va évidemment se battre pour nous-mêmes, souligne Anne-Thérèse Dalimier, pour le club, pour le pays mais aussi et surtout pour ELA. Cette cause nous a poussés à nous surpasser, à nous motiver pour la compétition. C'est un excellent soutien et nous les aiderons également financièrement. Prochain objectif : faire nager Guillaume, un gamin atteint de cette maladie. »

On l'aura compris, notre trio a aussi le cœur sur la main. Il profite qu'il peut, lui, s'adonner à une pratique sportive sans l'once d'un problème pour en faire profiter ceux qui n'ont pas cette facilité-là.

Bon pour le moral... et la santé

LA COMPAGNIE créée le chantait si bien. Et dans la pratique de la nage, Chantal, Anne-Thérèse et Pascal ont retrouvé les mêmes vertus curatives. Pourtant, il faut se motiver pour prendre son sac trois à six fois par semaine pour accomplir ses 10 à 15 km hebdomadaires. Surtout quand, dehors, il fait froid, il fait noir et il pleut.

« C'est un sport ingrat, avoue Chantal, d'autant qu'on est tout le temps la tête sous l'eau, qu'on ne peut parler à personne. Parfois, c'était difficile mais ces championnats constituaient une belle carotte. Et puis, une fois sorti du bassin, il fallait bien admettre qu'on était réveillée. »

Anne-Thérèse et Chantal sont mères de famille. Une preuve qu'à 40 ans, il y a encore moyen de se bouger et de pratiquer un sport pour le plaisir. Elles veulent être des exemples et en appellent à la révolte des femmes.

« La natation, comme le jogging, est une excellente alternative pour lutter contre l'obésité ou la consommation d'antidépresseurs. La Belgique, dans ce domaine, est championne d'Europe. Or, après 45 minutes à une heure d'effort en natation, 20 minutes en jogging, le corps libère des endorphines.

Fin du stress et de la déprime... et de façon naturelle qui plus est.

Même si Chantal a fait du sport de haut niveau, elle se sent encore apte à relever le défi. Des athlètes contre qui elle concourait il y a trente ans ne peuvent pas en dire autant.

« Mon corps et mon esprit n'ont pas été cassés par cette époque où certaines trichaient avec eux-mêmes et avec les autres évidemment. Le sport, et le sport loisir que nous pratiquons aujourd'hui, est avant tout une hygiène de vie. »

Mens sana in corpore sano, en quelque sorte.

J.J.

Chantal GRIMARD
Liège, 46 ans

Aux JO de Montréal

Chantal Grimard a été la première nageuse belge à nager sous la minute au 100 m nage libre (59"8 en 1974). Son meilleur chrono sera de 59"2 un an plus tard. En 1976, elle est sélectionnée pour les JO de Montréal, où elle terminera 10^e sur 4x100 m nage libre. Son palmarès renseigne également une participation aux championnats d'Europe (1974) et une aux championnats du monde (1975). Elle a remporté la bagatelle de 14 titres nationaux entre 1974 et 1977 et a amélioré à 50 reprises des records de Belgique.

Anne-Thérèse DALIMIER
Beyne, 41 ans

Un podium national

Très jeune, Anne-Thérèse s'illustre déjà puisqu'elle décrochera le titre de championne de Belgique... benjamine sur 100 m dos. On la retrouvera également en 1980 sur le podium national du 800 m nage libre, où elle s'empare de la 3^e place. Cette année-là, elle participera à un stage d'un mois à Austin (Texas). Elle sera sélectionnée pour les championnats d'Europe juniors à Nancy. Elle possède aujourd'hui le record de Belgique Masters sur 100 m dos.

Pascal BALANCIER
Hamoir, 31 ans

12 titres en masters

Ce Liégeois d'origine est, en 1990, champion francophone cadet sur 1500 m nage libre. L'année précédente, toujours en cadet, il réalise le 3^e meilleur temps sur 1500 m nage libre. Il a aussi obtenu le record du district Liège-Namur-Luxembourg en 4x100 m nage libre et ce, de 1994 à 1997. Dans la catégorie masters, il est déjà à 12 reprises champion de Belgique et trustee aussi les lauriers en France, via le club de Millau puisque, cette année, il a décroché le titre en 4x50 m nage libre et 4x50 m quatre nages.