

# A PRESSE

## DE LA MANCHE

Mercredi 22 août 2018 - N° 22589

# Lauriane a traversé la Manche à la nage !



**Onze heures et douze minutes** : c'est le temps qui s'est affiché lorsque le chrono s'est arrêté à l'arrivée de Lauriane Bonnamant, Cherbourgeoise d'adoption, sur la plage d'Audinghen, dans le Pas-de-Calais. La jeune femme est donc allée au bout de son rêve, traverser la Manche à la nage, entre les côtes anglaises et françaises. Page 3

**AVENTURE.** Elle a traversé, hier, la mer de la Manche à la nage en 11 heures et 12 minutes

## Lauriane Bonnamant a réussi son pari !

**ÇA Y EST,** elle l'a fait ! Lauriane Bonnamant s'entraînait depuis près de trois ans avec cet objectif. Elle a hier soir réussi sa traversée de la mer de la Manche en nage libre. Exploit accompli en 11 heures et 12 minutes exactement.

À son arrivée sur la plage d'Audinghen, dans le Pas de Calais, juste à l'est du cap Gris-Nez, il y avait de nombreuses personnes venues féliciter la nageuse, et beaucoup d'émotion. « J'ai pleuré », partageait hier soir Lauriane, déjà sur le chemin du retour vers Douvres, en Angleterre, à bord de son bateau suiveur. « La fin, déjà, a été un peu longue. On voit les côtes françaises, mais on n'arrive pas... Dix minutes paraissent deux heures ! Il y a donc de l'énerverment et puis c'est les nerfs qui lâchent. Je me suis d'abord mise par terre et j'ai pleuré, avant d'aller embrasser les gens qui étaient venus me voir. »



→ Sur près de la moitié de la traversée, Lauriane Bonnamant a dû nager sous un ciel brumeux.

### 34 kilomètres

Le plus court chemin reliant l'Angleterre à la France représente 34 kilomètres de nage. Une distance qui, avec l'influence des courants et des marées, peut s'allonger de plusieurs kilomètres.

Depuis des jours, Lauriane a le moral qui passe par tous les états. Le défi était de taille, il faut dire. Pour ne rien arranger, la veille encore, elle ne savait pas si on l'autoriserait à se lancer, à cause de la météo.

Le départ s'est fait au pied des falaises de Douvres, à 6 h 30 du matin hier (7 h 30 en France), depuis la plage de Samphire Hoe, sous un ciel gris, brumeux, une mer à 17,8 °C, et avec une légère houle. Sur elle, Lauriane n'a qu'un maillot de bain, un bon-

net et des lunettes. C'est la seule tenue autorisée pour l'homologation.

Le début n'a pas été des plus faciles. Impossible de manger les premières heures, ni même de boire. Lauriane vomissait. Mais les choses ont fini par s'arranger. La nageuse a évolué à une vitesse moyenne et sur une distance qu'il faut encore se faire confirmer par le juge présent à bord.

« Il note tout et prend des photos », partageait en cours de traversée le père de la na-

geuse, Thierry. Il faisait partie de ses accompagnateurs à bord du bateau Viking Princess, un bateau de pêcheurs anglais également habillés à accompagner et guider des nageurs inscrits auprès de Channel Swimming Association, une des associations qui valident, ou non, la traversée.

Contacté une première fois hier matin vers 9 h 30 (heure française), Thierry Bonnamant nous disait que tout allait bien. Dans l'après-midi, vers

16 heures (heure française), les nouvelles étaient toujours bonnes, et même très bonnes : « elle a une bonne cadence. On a retrouvé le soleil en plus, il n'y a plus de brouillard et on voit très bien les côtes françaises. Lauriane nage depuis 8 h 20 maintenant, il y a environ 29 kilomètres de fait. On a pris une direction plein sud. La marée nous oblige à descendre. On pourrait arriver dans trois heures si elle ne change pas de cadence. On croise les doigts. »

### 143 ans après le premier

Et effectivement, Lauriane, originaire de Lorraine, Cherbourgeoise d'adoption, a posé pieds sur la côte française à 18 h 42. Elle devait finir sa traversée debout sur ses deux pieds et les bras levés, pour stopper le chrono et voir son exploit validé.

Un exploit accompli 143 ans après le premier à avoir fait cette traversée à la nage, le britannique Matthew Webb, en 21 heures et 45 minutes, les 24 et 25 août 1875.

Avant Lauriane Bonnamant, quatre femmes françaises ont marqué ces traversées. Juste avant elle, le 24 juin, Marine Leleu l'a faite, mais en combinaison et dans le cadre de l'Enduroman. La première femme à se lancer dans ce défi avait été l'Américaine Gertrude Ederle, le 6 août 1920, en 14 h 39.

G. L.

## 312 traversées

Selon la préfecture maritime, 312 nageurs ont tenté la traversée de la mer de la Manche en 2017, un chiffre stable. À la fin juillet, 153 nageurs avaient déjà pris le départ, « ce qui représente une forte hausse en comparaison à l'an passé », indique la préfecture maritime.

### Des défis sportifs réglementés

Les départs pour ces traversées en nage libre sont interdits au départ de la France mais autorisés depuis les côtes britanniques. La réglementation y est cependant importante : il est obligatoire de passer par l'une des associations désignées par les autorités britanniques pour l'organisation. « 600 nageurs traversent chaque jour sur la Manche, garantir la sécurité des usagers de la mer est primordial. Les informations relatives aux traversées sont transmises au CROSS Gris-Nez, qui assure ensuite la surveillance des eaux françaises », indique la préfecture maritime.

## « Une sacrée gamine ! »



→ Lauriane avait avec elle une précieuse équipe d'accompagnateurs.

**SUR LE VIKING PRINCESS,** l'équipe était là pour guider Lauriane. Mais aussi quatre précieux acolytes pour assurer son ravitaillement, pour l'encourager, s'occuper de la communication... Il y avait Oliver White, qui lui aussi a fait la traversée, en 2005, et qui domine Lauriane Bonnamant depuis le début. Il y avait aussi Patrick Gastou, ancien directeur technique de la Fédération française de natation, le neveu

de Lauriane, Séverine, et leur père, Thierry, également ancien président de Verzon Natation. Il a suivi en particulier toute l'évolution de Lauriane dans l'univers de la natation sportive, et a été un précieux conseil pendant ce défi de la traversée de la mer de la Manche. C'est un père forcément fier de sa fille, que l'on a interviewé hier soir : « C'est la première chose que je lui ai dite à son arrivée. Bien sûr, oui, je



→ Il y avait du monde pour la soutenir à l'arrivée aussi !

suis fier d'elle. C'est une sacrée gamine ! Elle s'est préparée pendant deux ans et demi, deux ans et demi de souffrance et de sacrifices qu'elle s'est infligés. »

Mais il retrouve bien là le caractère de sa fille, dont elle faisait déjà preuve en compétition en bassin : « C'était une très bonne nageuse, qui n'aimait que les difficultés, et qui ne rechignait pas à l'entraînement. Quand elle a envie de faire

quelque chose, elle le fait jusqu'au bout. Ce matin, dans la houle et le brouillard pourtant, je me suis dit : « Ma pauvre gamine ! ». Elle s'y est pourtant mise tout de suite et avec un rythme de croisière qu'elle n'a jamais eue. Même si elle a été la dernière à partir, on avait devant nous six ou sept bateaux, elles les a tous remontés, sauf un, celui qui était parti en premier, bien avant. »

## « Des années de travail »

**STÉPHANE LECAT** est directeur de l'eau libre à la Fédération française de natation. Mais avant cela, il s'est lui-même illustré dans cette discipline, médaillé lors des championnats du monde en 2001 et lors de précédents championnats d'Europe.

À la fin de sa carrière internationale, en 2003, il s'est lancé dans la traversée de la mer de la Manche. « Cette épreuve m'a redonné l'Éveil de la natation, une vraie référence, celle l'ancien champion. On ne se lance pas dans une telle aventure comme ça, c'est l'aboutissement d'années de travail. Il y a moins de 50 % de réussite, ce qui atteste de sa durée. »

La résistance au froid, sans combinaison, dans une eau proche des 15 °C, l'endurance sont autant d'éléments à travailler. « La préparation est vraiment technique et nécessite d'enchaîner les séances de

longue durée. Le jour J, il faut gérer son alimentation, c'est très important pour tenir jusqu'au bout. »

### Des conseils

La Fédération française de natation peut, si les nageurs ou les entraîneurs affiliés à la fédération les sollicitent, dispenser ses conseils et proposer des séances adaptées au profil du sportif. Et qui de mieux pour les guider qu'un nageur ayant déjà réussi ce défi ?

« Au moment où j'ai tenté la traversée, j'étais nageur professionnel, ce qui change la donne, admet Stéphane Lecat, qui a beaucoup régné en un peu plus de 8 heures. J'ai dû contourner un navire qui tractait une autre embarcation derrière, j'ai fait un détour de 5 kilomètres... Cela fait partie de l'épreuve. »

C. L.G.