

RENCONTRES OLYMPIQUES

Une série d'entretiens avec des olympiens

« La compétition, c'est vraiment ce qui me motive »

Christophe Lemaitre (Athlétisme, 2012, 2016)

Né le 11 juin 1990 (31 ans) à Annecy

- Double médaillé olympique (bronze au relais 4 x 100 m aux JO de Londres 2012 ; bronze au 200 m aux JO de Rio).
- Double médaillé aux Championnats du monde (argent en relais 4 x 100 m et bronze sur 200 m à Daegu en 2011).
- Huit médailles aux Championnats d'Europe avec 4 titres (dont un triplé à Barcelone en 1992).
- Vingt fois champion de France.
- Recordman de France sur 200 m (19''80)



Comment es-tu venu à l'athlétisme ?

Je suis venu à l'athlé à quinze ans, en allant à une fête du sport à Belley dans l'Ain. J'ai couru un 50 m sur gravier. Le coach qui me chronométrait m'a demandé de recommencer pour vérifier ma performance. J'ai recouru et amélioré encore un peu mon temps. Il m'a alors dit de me mettre au sprint parce que j'avais des capacités. C'était le meilleur chrono de la journée !

Quel(s) souvenir(s) gardes-tu de tes cours d'EPS au collège ?

En général, c'était mes cours préférés. Même si pour moi, le collège a été une époque compliquée. Dans les sports collectifs, j'étais toujours le dernier choisi pour faire les équipes. Mais dans les sports individuels, ça allait bien.

Peux-tu évoquer une émotion forte de ta jeunesse sportive ?

Je ne sais pas parce que j'ai toujours fait du sport depuis que je suis gamin. J'ai commencé le sport en club quand j'étais en CE 1. Mon père faisait de la natation et de la boxe, mes deux frères jouaient au foot.

Dans quelles conditions quittes-tu ta famille ?

À dix-huit ans, je rentre en lycée professionnel à Aix-les-Bains. La semaine, j'allais en cours, puis à l'entraînement. Et je rentrais chez mes parents le week-end. J'ai vraiment déménagé à vingt ans pour avoir mon propre chez moi. Cela n'a pas été trop dur. Cela s'est fait assez naturellement.

Quelle est la personne qui t'a profondément marqué dans ta vie d'athlète.

Pierrot Carraz. Avec Thierry (Tribondeau), ce sont les seuls entraîneurs que j'ai eus. Pierrot c'est celui avec qui je suis resté tout le temps.

Quel est l'athlète le plus fort que tu aies rencontré ?

Bolt, il n'y a pas de doute ! Lorsqu'il bat pour la première fois le record du monde, ça me marque vraiment. Même si après, je me suis habitué à courir contre lui.

Quelle est la plus grosse joie de ta vie d'athlète de haut niveau ?

Ma médaille de bronze sur 200 m à Rio. Ce sont les Jeux olympiques. Elle vient après des années de performances mitigées et a donc une saveur particulière. Elle dépasse largement la médaille de Londres (bronze sur relais 4 x 100 m) et le triplé de Barcelone aux championnats d'Europe.

Quelle est la plus grosse désillusion de ta vie d'athlète de haut niveau ?

C'est lors des Jeux de Londres sur 200 m. J'arrive bien avec un chrono de moins de vingt secondes réalisé un mois avant. Et aux Jeux, je ne fais que sixième. C'est vraiment une grosse déception.

Qu'est-ce que t'apporte l'athlétisme ?

La rencontre avec énormément de monde. Mais aussi la découverte de nouveaux lieux. L'athlétisme m'a permis de sortir de mon cocon d'Aix-les-Bains. J'ai pu m'exprimer davantage, affronter ma timidité, aller vers les autres.

Comment vis-tu la célébrité ?

Il y a du bon et du moins bon dans la célébrité. Je la vis normalement. Je ne me prends pas la tête. Je ne me prends pas pour une célébrité ou une star quelconque. Des fois, c'est presque comme si rien ne s'était passé.

Quel est ton principal « moteur motivationnel » d'athlète de haut niveau ?

C'est la compétition. Quand arrive la fin de saison, je suis content d'arrêter. Mais dès que l'entraînement reprend, j'ai envie de courir, de retrouver la compétition, de me mesurer aux autres et forcément de gagner. Je pars du principe que l'objectif est de donner le meilleur de soi-même, d'essayer de gagner quelle que soit l'adversité. C'est pour moi évident. La compétition, la confrontation, c'est vraiment ce qui me motive.

Comment envisages-tu ton après-carrière sportive ?

À trente-et-un an, cette réflexion occupe une place de plus en plus importante dans ma vie. Je me dis que je ne sais pas quand cela va s'arrêter ; bientôt ou dans quelques années. Cela va dépendre de la motivation et du physique. J'ai Paris 2024 dans la tête parce que les Jeux seront à la maison et j'ai envie d'y participer. Je ne sais pas si ce seront mes derniers. Il y a quand même des sprinteurs qui durent assez longtemps. En tout cas, je ne suis pas du tout émoussé en terme de motivation.

Est-ce que tu pratiques d'autres activités que l'athlétisme ?

Je ne fais que de l'athlé. Et c'est déjà beaucoup !

Quel est ton rapport avec l'île de la Réunion ?

On sent vraiment l'atmosphère des îles. C'est une autre ambiance que celle de la métropole. C'est atypique pour des gens comme nous. Je m'y sens bien, même s'il fait quand même bien chaud (*on est en décembre, en plein été austral ; la température est de 30°*). Au final, le contraste est quand même fort avec Aix-les-Bains.

Une anecdote que tu n'as (presque) jamais racontée

Aux championnats du monde à Pékin en 2015, je fais un entraînement juste avant la compétition pour tester des nouvelles pointes avec mon équipementier. Mais ils se plantent et me donnent une chaussure de pointure 46 (normal) et l'autre de 44 ! Impossible de rentrer dedans. Alors avec le kiné, on a pris une paire de ciseau et on a coupé le devant de la chaussure pour que je puisse m'entraîner.

Mes Jeux olympiques

Qu'est-ce que tu ressens quand tu apprends que tu es sélectionné pour les Jeux olympiques ?

Pour Londres 2012, c'était un objectif clair. Je savais que j'en étais capable. J'avais fait les chronos pour. Du coup, cela n'a pas été une surprise et de toute façon, ce n'était pas une fin en soi.

Pour Rio, c'était plus incertain, même si j'avais fait les minimas. Je suis parti avec beaucoup de questions, d'autant que j'avais loupé les championnats d'Europe pour blessure. Je ne savais pas où j'en étais. Heureusement, le 100 m m'avait mis dans de très bonnes dispositions pour le 200 m.



Qu'est-ce qui t'a marqué lors de tes séjours olympiques ?

À Londres, les tribunes étaient remplies H24, que ce soit pour les qualifications du poids en matinée ou lors des grosses finales du soir. Je découvrais aussi le village olympique et c'était quelque chose d'incroyable. Il y avait plein de monde. On était entre sportifs, entre personnes qui se comprennent. On était bien. Il y avait toutes les nationalités du monde, tous les sports olympiques. Au village, t'es dans ton truc. Pareil à Rio. Quand tu pars et que ça s'arrête, cela te donne un coup de massue au moral parce que tu te dis ça y est, c'est fini. Les Jeux, c'est terminé. Retour à la maison, retour à la vie normale.

