

## LA PERFORMANCE, FRUIT DU HASARD ?

**Personne ne devient champion olympique par hasard...  
tirons quelques enseignements des JO 2012.  
Derrière le champion et sa performance, dans la durée,  
on retrouve les mêmes constantes...  
Quels sont ces invariants?**

### ► 01 **Un projet porteur de sens**

**« L'honnêteté c'est d'aligner son investissement à hauteur de sa quête »** répète Fabrice Pellerin à ses nageurs en quête de titres, Camille Muffat, Yannick Agnel... Et les autres.

**L'engagement à long terme suppose une vision du long terme : quel est mon projet, qu'est-ce que je vise, au nom de quoi je m'engage ?**

**Pour « encaisser » autant de sacrifices, de travail et d'efforts... dans le plaisir, ces champions et ces équipes performantes sont portés par une vision heureuse de l'avenir : un projet porteur d'espoir.**

(Pour aller plus loin : cf. News Letter Neom n° 2 : un projet porteur d'espoir)

Le projet n'est pas virtuel mais visuel : *« nous n'avons jamais pu visualiser la défaite, tout le travail consenti par les nageurs de Nice cette année n'avait qu'un but : rendre inéluctable la possibilité de gagner »* Fabrice Pellerin.

**Ce projet peut être de deux ordres :**

- **Un titre, un sacre** : *« mon rêve d'enfance »* comme le dit Lucie Decosse ou le rêve de tout sportif de haut niveau : une médaille aux Jeux,
- **Un projet de vie** : *« devenir une légende dans ma discipline »* répète Usain Bolt. C'est-à-dire laisser une trace ; c'est ce que produit l'équipe de France de handball : imposer au monde un style de jeu, une marque...

## ► 02 Une exigence obsessionnelle de la maîtrise

**Tous les grands performers sont obsédés par la recherche du progrès, du geste parfait, du détail maîtrisé. Les gens exceptionnels dans un domaine sont habités par leur activité.**

Roger Federer suit tout, lit tout, observe tout autour de lui sur le tennis.  
Teddy Rinner est obsédé par la précision, au millimètre.

**Les champions ne sont jamais tranquilles, toujours en déséquilibre : leur activité les occupe 100% de leur vie, les rendant souvent asociaux.**

« *La quête de la perfection ne s'arrête qu'avec la fin de sa carrière* » dit Tony Estanguet.

« *Quatre jours de vacances cette année* » dit Lucie Défosse.

« *Il pense perche, mange perche, dort perche* » dit le frère de Renaud Lavillenie, à la fois amoureux et stakhanoviste. Jean Galfione le surnomme le psychopathe de sa discipline, tant il travaille, même chez lui à Pérignat-Lès-Sarliève où il continue à passer la barre du fond de son jardin.

**Aligner l'investissement sur la quête...**

« *Tu veux être champion olympique ? Tu bosses comme tu imagines que Phelps travaille* » insiste Fabrice Pellerin.

Ou encore :

« *Je suis prêt à entendre tous les désirs mais mon rôle est de leur dire le travail à mettre en face... si demain, Camille parce qu'elle est championne olympique, veut réduire la distance, elle fera fausse route, je lui dirai et elle ne fera pas fausse route longtemps...* ».

T. Riner : « *Les jours fériés, je ne connais pas ; quant aux soirées avec les amis, il faut faire souvent une croix dessus ; la nourriture toujours équilibrée et le sommeil à privilégier... si tu veux réussir, il faut bosser* ».

**...et anticiper pour réduire l'enjeu et l'aléatoire.**

« *Contre l'avis de la DTN, nous sommes allés repérer les installations en février pour tout anticiper : la circulation, ne pas rater le bus, connaître les bassins, retrouver son chemin dans le village... et ainsi tout est devenu banal : les enjeux, les lieux, les adversaires. Là est la grande réussite de notre travail* » F. Pellerin.

## ► 03 Plaisir et point fort

**Le volume de travail est certes impressionnant, mais il s'accomplit dans le plaisir. Le plaisir qui seul permet de durer, de créer et de progresser.**

**Le plaisir, c'est l'élan du groupe, l'aventure collective...**

« Pas de performance hors de l'aventure collective » dit Pellerin.

« Un groupe performant : avec eux je m'éclate car notre coach met en place des choses qui vont dans ce sens » dit Emilie Fer, collègue d'entraînement de Tony Estanguet, rendant hommage à leur entraîneur.

**...c'est l'investissement et le temps passé sur ses points forts, prioritairement...**

« Non, je ne saute pas « à la française » dit Lavillenie : « c'est un problème très français, on m'a dit de ne pas sauter comme ça, que j'étais trop petit, que ce n'était pas beau... que je n'irai jamais très haut... je m'en contrebalançais, moi je savais que je sauterai 6 m et je cherchais juste à me faire plaisir car la perche c'est mon truc... avec mon coach on a cherché une manière qui me convienne, on a beaucoup travaillé et on a trouvé ».

« On bosse nos points forts, on ne s'ennuie jamais », dit Y. Agnel.

**...c'est la concentration studieuse et ludique sur les basiques qui permet de se voir progresser...**

« Vivre chaque séance et les gestes comme un moment unique d'accomplissement. On essaie de rendre les entraînements ludiques, de sortir du commun, de répéter sans s'ennuyer » dit Pellerin.

« Après l'école, direction Dojo pour travailler avec mon père et mon grand-père sur les fondamentaux de la discipline... des gestes les plus justes et précis possibles » dit Ugo Legrand médaillé de judo.

**...dans la conscience de la valeur de la vie, de son métier et de son accomplissement...**

T. Riner encore : « La vie est belle, elle est courte ; je suis positif et personne ne m'enlèvera ma joie de vivre, de rire et de dire des conneries avec les copains... ».

« Si on m'a éduqué à quelque chose, c'est bien au plaisir » (à propos d'un de ses coachs).

**...tout en sachant distinguer volonté acharnée et plaisir.**

« Entre 2008 et 2010, je pense que j'étais déjà au bout. Je me suis vraiment motivé pour rester concentré jusqu'aux jeux de Londres. Souvent dans le bassin, à l'entraînement, je me disais : mais qu'est-ce que je fous là ? Je ne fais que de la merde. Et le plus dur était de continuer malgré tout : demain on se remet au boulot et ça va aller mieux. Parfois il n'y avait plus de plaisir, ce n'était que contrainte » témoigne Alain Bernard, le champion que l'on sait, expliquant ses contre performances de Londres et sa fin de carrière.

## ► 04 Un tiers référent derrière chaque champion

**Sans exception, derrière le champion se trouve un tiers référent, une personne marquante avec laquelle se construisent le projet, l'apprentissage, le goût d'apprendre, le désir de réussir et le respect de la discipline. La performance est fille de relation.**

**Derrière Christophe Lemaître se trouve depuis des années, Pierre Carraz, le coach silencieux et distant ;**

*« Pierrot c'est tout pour Christophe. Il y a quelque chose de spirituel entre eux. Ils s'adorent mais ne se parlent pas », dit la mère du champion.*

**Usain Bolt se construit depuis des années avec le légendaire Glen Mills, coach de 40 athlètes dont Y Blake, le « pape » du Racer Track Club à Kingston ;**

*« Coach Mills sait comment me garder au sommet de mon art ».*

*« C'est un professeur de vie. Il s'assoit, vous parle d'athlétisme et de la vie, c'est un super motivateur. Quand il vous parle, vous avez l'impression que vous pouvez déplacer des montagnes... je lui dois tout et ne s'est jamais trompé avec moi ».*

**Derrière T. Riner aussi se cachent des « seconds pères » qui ont forgé sa technique, son état d'esprit, son physique ;**

Benoit Campargue vers qui le champion olympique, dans la seconde qui suit sa victoire olympique sur le Russe Mikhaïline, vient se baisser pour lui embrasser les chaussures dorées enfilées pour l'occasion.

Christian Chaumont fut pour lui l'école de la tactique ; Franck Chambly, celle du mouvement ; Serge Dyot, celle de la gagne ; Alain Perriot celle du plaisir...

**Et que dire de Lavillenie, petit-fils, fils et frère de perchistes ;**

Déposé sur un tapis de réception à l'âge d'une semaine par son père Gilles, entraîné par son grand-père et son père : *« à deux ans, il savait à peine marcher, je l'ai vu tirer une perche et la poser sur le butoir. À 4 ans il s'amusait à sauter avec un manche à balais dans la cuisine... il entassait ses jouets pour en faire un sautoir »,* raconte son grand-père.

**Ou encore de David Rudisha, champion olympique du 800 m.**

*« Avant de courir, j'ai pensé à mon père (ancien coureur de 400 m) qui me regardait devant sa télé, il est celui qui m'a emmené si loin ».*

## ► 05 Un cadre et des règles de vie interrogeables

**Derrière chaque champion, chaque équipe, il existe toujours des principes, des règles et un cadre qui forgent l'identité de la communauté, mènent au succès et à la joie de la discipline intégrée.**

*« A Nice, les principes qui ont construit la communauté sont fondamentaux. Quelqu'un qui intégrerait notre groupe sans les partager en ressortirait aussitôt, fut-il le meilleur nageur du monde. Cette intransigeance participe à notre plaisir à vivre ensemble... et du coup on passe de très bons moments ensemble » F. Pellerin.*

*« Le coach ne hausse jamais la voix, c'est pire car il va presque t'envoyer balader avec poésie... » Y. Agnel.*

*« Ils sont demandeurs de ce cadre chaleureux, autoritaire et solide ». F. Pellerin.*

*« Le collectif prime sur tout le reste » . D. Onesta.*

**Une rigueur, une profondeur et une cohésion qui s'opposent aux comportements désinvoltes, infantiles et parfois grossiers des footballeurs avant et après la défaite face à l'Espagne lors de l'Euro 2012.**

## ► 06 La chute avant la renaissance

**Souvent, mais pas systématiquement, la consécration répond à la déception, à la réparation, à un besoin de reconstruction après un échec amer.**

Ce fut le cas de l'équipe de France de handball, humiliée à l'Euro en janvier et qui a choisi le chemin de l'introspection, de la remise en question, de l'humilité et du travail ; de L. Décosse : *« depuis 4 ans je fais avec cette défaite de Pékin : c'est mon parcours »* ; T. Riner emploie les mêmes mots depuis Pékin, blessé, vexé par sa défaite... U. Bolt aussi, questionné, acculé par Blake en début d'année.

**Ces 6 constantes créent une culture : celle de la performance, du plaisir et du goût de l'aventure partagée...**

Serge Griffon

Néom