

Le journal du Comité Régional Olympique et Sportif  
de la Côte d'Azur

# Passion

N° 43  
Juillet - Août  
Septembre 2016

# Sport



*De Rio 2016...  
A Paris 2024 !*



**CROS**

CÔTE D'AZUR

Groupe HNI



4 *Rencontre avec* Jean-Luc Baudet  
Président de la Ligue Côte d'Azur de Handball

5 Rio : Première ville d'Amérique du Sud  
à accueillir les Jeux Olympiques

6 2016, l'année des records français

7 Les Provençaux à Rio

# Sommaire

8 *Interview* Adrien DIPANDA  
Saint-Raphaël Var Handball  
Palmarès Rio 2016 : Médaille d'Argent de Handball

9 *Interview* Alexis RAYNAUD  
Tir Sportif d'Antibes  
Palmarès Rio 2016 : Médaille de Bronze de Tir 50m  
Carabine 3 Positions

10 *Interview* Jean QUIQUAMPOIX  
Tir Sportif d'Antibes  
Palmarès Rio 2016 : Médaille d'Argent de Tir Pistolet 25m Vitesse

11 Jeux Paralympiques 2016

12 à 27 Les JO vus de l'intérieur  
*Journal de Bord* Michal Izdinsky  
Equipe de France de Water-Polo



## De Rio... à Paris !

Loin des caméras, de l'engouement médiatique, du spectacle plein les yeux, des danseuses aux mouvements rythmés par des airs de samba, nous avons pu nous approcher au plus près de nos héros estivaux rentrés tout droit de Rio, avec un surplus de métal de médailles d'or, d'argent ou de bronze dans leur valise, ainsi que quelques poussières du Mont Olympe sous les semelles... et dans les yeux et les mémoires.

Des sportifs à l'image d'une Région dynamique, innovante, surprenante mais d'abord et avant tout

ouverte et humaine.



Tous nous délivrent le même message, un véritable exemple vertueux, des plus jeunes aux plus "experts" : la performance passe par des années de travail acharné, des répétitions, des doutes, des concessions et souvent même par des blessures. Pourtant ils sont toujours là et pour la même raison qui nous unit : l'amour du sport. Peu importe leur âge, leur origine ou leur pratique, cette passion les cimenter, en agissant en tant que formidable vecteur de cohésion sociale et d'égalité des chances.



Le sport est un vecteur de lien social invariable à travers le monde. On l'a vu à Rio, à Londres, à Pékin en traversant toute la planète Terre. Le rêve "bleu" de Paris 2024 n'est pas un simple caprice pour dorer le blason d'un pays en recherche de nouvelle identité : accueillir la plus grande compétition sportive qui existe au monde serait un fantastique levier vers des aspirations identitaires fédératrices, crédibles et admirables. Cela constituerait sans doute aucun, une formidable réponse aux terribles coups portés à notre pays, à notre République, et notamment au plus profond de mes terres, à Nice, où 86 personnes ont trouvé la mort ce 14 Juillet dernier. Nous nous devons de ne jamais les oublier et de les chérir, que ces victimes aient été sportives ou pas.



Elodie et Thu, Adrien, Alexis, Florian et Jean ont su faire retentir la Marseillaise tout au bout de la terre, porte-drapeaux emblématiques éminemment respectables de notre Région.



Nombre de nos représentants ont su se sublimer pour se souvenir en se transcendant. A nous maintenant de leur offrir le rêve olympique "à domicile" avec Paris 2024 et de réunir notre peuple à travers la victoire, la défaite, les larmes, la tristesse ou la joie, mais au nom de notre idéal : le Sport.



Je souhaite ardemment que les forces vives de notre Région, qu'elles soient économiques, sportives ou olympiques, portent leur pierre à cet édifice, afin que nos Jeux Paralympiques et Olympiques transcendent l'idéal Olympique, la pensée du Baron de Coubertin ainsi que celle de la Francophonie retrouvant la place que l'évolution de la natalité mondiale lui prédisait.

Les schémas d'aménagement régionaux du territoire par le sport tombent à pic pour garantir au mieux la réussite d'ambitions aussi élevées.

Ivan COSTE MANIERE

*Président du Comité Régional Olympique et Sportif de la Côte d'Azur*



# RENCONTRE AVEC JEAN-LUC BAUDET

PRÉSIDENT DE LA LIGUE CÔTE D'AZUR DE HANDBALL



Après une période estivale riche des performances des Équipes de France, le Président de la Ligue Côte d'Azur de Handball, Monsieur Jean-Luc Baudet, tire le bilan de l'été et évoque les grandes échéances de la saison à venir.

"Cette double performance saluée par tous les observateurs nationaux et internationaux met en lumière la bonne santé du Handball Français. Cette reconnaissance on la doit à tous ceux qui font le Handball, dans les Clubs, les Comités, les Ligues, qu'ils soient dirigeants, bénévoles, éducateurs, enseignants, arbitres, joueurs, ou partenaires publics et privés.



*PS : Revenons sur la médaille d'argent obtenue par l'équipe de France féminine...*

**JLB :** C'est la grande et bonne surprise de ces JO. La qualification a été émaillée de problèmes internes qui ont eu pour effet le changement du staff et le retour d'Olivier KRUMBHOLZ pour la préparation et la gestion du tournoi Olympique. Peu de gens auraient misé sur la participation au carré final et encore moins sur une médaille d'argent. J'espère que ce résultat suscitera des nouvelles vocations chez les jeunes filles et donnera un nouvel éclairage à la pratique féminine tant sur les médias que sur les partenaires financiers.

*PS : Comment appréciez-vous la médaille d'argent des garçons qui étaient venus conquérir l'or ?*

**JLB :** C'est d'abord un sentiment de déception lié à la perte du titre. Réaliser le triplé aurait eu un caractère phénoménal mais en même temps nous devons savourer le bonheur de cette médaille d'argent qui aurait fait le bonheur de bien des délégations. Méfions-nous de ne pas banaliser ce titre de Vice-champion Olympique acquis au prix d'une longue et méticuleuse préparation.

Au-delà du résultat immédiat de Rio, je souhaite mettre en avant les résultats exceptionnels et les titres obtenus depuis 1992 avec un renouvellement permanent des joueurs qui composent l'équipe des Experts.

Les Équipes de France Jeune masculine rivalisent avec leurs aînés en trustant les titres.

Équipe de France Junior :

MONDIAL 2013 médaille de bronze, 2015 médaille d'or.

EURO 2016 médaille de bronze

Équipe de France Jeune :

MONDIAL 2015 médaille d'or

EURO 2014 et 2016 médaille d'or

Les titres sont le résultat d'un travail au quotidien des Clubs, Comités et Ligues, du maillage de détection et du rôle essentiel des Pôles de formation d'où sont issus nos internationaux comme Adrien DI PANDA du Pôle de Dijon,

et nos locaux William ACCAMBRAÏ et Xavier BARACHET du Pôle de Nice. Ces trois derniers sont toujours disponibles pour soutenir les actions de la Ligue Côte d'Azur de Handball. Adrien DIPANDA est parrain, avec Cléopâtre DARLEUX, de l'étape de la tournée phénoménale à Nice annonçant le Mondial Masculin 2017, et Xavier BARACHET et William ACCAMBRAÏ sont parrains du Pôle Espoir au CREPS de Boulouris.

*PS : Comment s'annoncent les mois à venir ?*

**JLB :** En Janvier 2017 le Mondial Masculin suivi de l'Euro Féminin en 2018 mobiliseront les énergies de tous les acteurs du handball unis pour une pleine réussite de ces manifestations sur le territoire Français. J'espère que nos équipes remporteront encore de belles médailles.

En Février 2017 la fusion des Ligues Côte d'Azur et Provence-Alpes donnera naissance à la Ligue PACA. Cette création sera l'aboutissement de nombreuses réunions imposant un fort investissement des élus de chaque entité.

Dans un contexte et un avenir difficile à appréhender, l'objectif de cette fusion sera de conserver le maillage du territoire, de conserver nos bénévoles, de mettre le club au centre de nos préoccupations et d'améliorer les compétences des différents acteurs.

Merci à nos partenaires et en particulier à la Caisse d'Épargne au niveau national avec les Équipes de France, et au niveau régional à la Caisse d'Épargne Côte d'Azur pour son soutien à la Ligue Côte d'Azur de HANDBALL.



# RIO : PREMIÈRE VILLE D'AMÉRIQUE DU SUD À ACCUEILLIR LES JEUX OLYMPIQUES



*Il a fallu attendre la XXXI<sup>ème</sup> Olympiade pour voir des épreuves olympiques se dérouler sur le territoire sud-américain. Après 17 déroulées en Europe, 6 en Amérique du Nord, 3 en Asie et 2 en Océanie, Rio de Janeiro a accueilli du 5 au 21 Août les Jeux Olympiques et du 7 au 18 Septembre les Jeux Paralympiques 2016.*

La ville a recueilli 41 discipline de 28 sports différents, dont deux néophytes : le rugby à VII, et le golf absent depuis 1904.

Tokyo accueillera également 5 nouveaux sports en 2020 : le karaté, le baseball, le surf, l'escalade et le skateboard.

En plus des disciplines, l'édition 2016 a permis à deux nouvelles nations de faire leur entrée auprès des 204 déjà présentes. Reconnues par le CIO, le Kosovo et le Soudan du Sud ont défilé aux côtés des "habituées". Le Kosovo participait à l'époque sous la bannière de la Yougoslavie puis de la Serbie. Suite à l'indépendance du pays en 2008, le CIO a reconnu la Fédération Olympique Kosovare en 2014.

Le Soudan du Sud quant à lui, a été reconnu par le CIO après les Jeux Olympiques de Londres de 2012.

Un symbole fort et parlant dans une société en souffrance: la présence de 10 athlètes olympiques réfugiés. Pour Thomas Bach, Président du CIO, il est important "d'envoyer un message d'espoir et de confiance aux réfugiés, et d'attirer l'attention du monde sur le sort et le problème des soixante millions de réfugiés dans le monde."

## LES MÉDAILLES OLYMPIQUES

Pour l'occasion, 5130 médailles de chacun des matériaux, ont été dessinées et frappées au Brésil par Nelson Carneiro. Elles représentent Niké, déesse grecque de la victoire, comme c'est la coutume depuis les Jeux d'Athènes de 2004, devant le stade Panathinaïkos et l'Acropole, symboles des Jeux organisés dans la Grèce antique. Ce sont les médailles les plus lourdes de l'histoire, du haut de leur 500g soit 100g de plus que celles des Jeux de Londres.

1896 : Athènes, Grèce  
1900 : Paris, France  
1904 : Saint Louis, Etats-Unis  
1908 : Londres, Royaume-Uni  
1912 : Stockholm, Suède  
1916 : Berlin, Allemagne Jeux annulés à cause de la 1<sup>ère</sup> Guerre Mondiale  
1920 : Anvers, Belgique  
1924 : Paris, France  
1928 : Amsterdam, Pays-Bas  
1932 : Los Angeles, Etats-Unis  
1936 : Berlin, Allemagne  
1940 : Tokyo, Japon, Jeux annulés à cause de la 2<sup>ème</sup> Guerre Mondiale  
1944 : Londres, Royaume-Unis, Jeux annulés à cause de la 2<sup>ème</sup> Guerre Mondiale  
1948 : Londres, Royaume-Uni  
1952 : Helsinki, Finlande  
1956 : Melbourne, Australie  
1960 : Rome, Italie  
1964 : Tokyo, Japon  
1968 : Mexico, Mexique  
1972 : Munich, RFA  
1976 : Montréal, Canada  
1980 : Moscou, URSS  
1984 : Los Angeles, Etats-Unis  
1988 : Séoul, Corée du Sud  
1992 : Barcelone, Espagne  
1996 : Atlanta: Etats-Unis  
2000 : Sydney, Australie  
2004: Athènes, Grèce  
2008 : Pékin, Chine  
2012 : Londres, Royaume-Uni  
2016 : Rio de Janeiro, Brésil  
2020 : Tokyo, Japon



# 2016, L'ANNÉE DES RECORDS FRANÇAIS

La France a envoyé un nombre record d'athlètes à Rio : 396 (228 hommes et 168 femmes). Nombre qui dépasse largement celui de Londres 2012 où 332 sportifs étaient du voyage.



Ceci est dû notamment à la qualification de nombreuses équipes de sports collectifs, mais également à l'arrivée des deux nouvelles disciplines dans la liste olympique: le golf et le rugby à VII pour lesquelles la France a envoyé des représentants des deux sexes.

La France est donc la 6<sup>ème</sup> nation au classement du nombre d'athlètes qui ont participé aux JO sur un total de 206 pays. La première place est tenue par les États-Unis avec 550 sportifs partis rejoindre les complexes sportifs Brésiliens. La plus petite délégation a été représentée par la République Centrafricaine avec un total de 6 athlètes.

Un deuxième record et non des moindres : le nombre de médailles ! La France a remporté 42 médailles soit plus que le records établi à Pékin en 2008 de 41 médailles. Les Jeux de Paris en 1900 restent hors catégorie avec un total de 101 podiums. Au décompte: 10 médailles d'or, 18 d'argent et 14 de bronze.

La France se place ainsi à la 7<sup>ème</sup> place derrière les États-Unis, la Grande-Bretagne, la République populaire de Chine, la Fédération de Russie, l'Allemagne et le Japon.

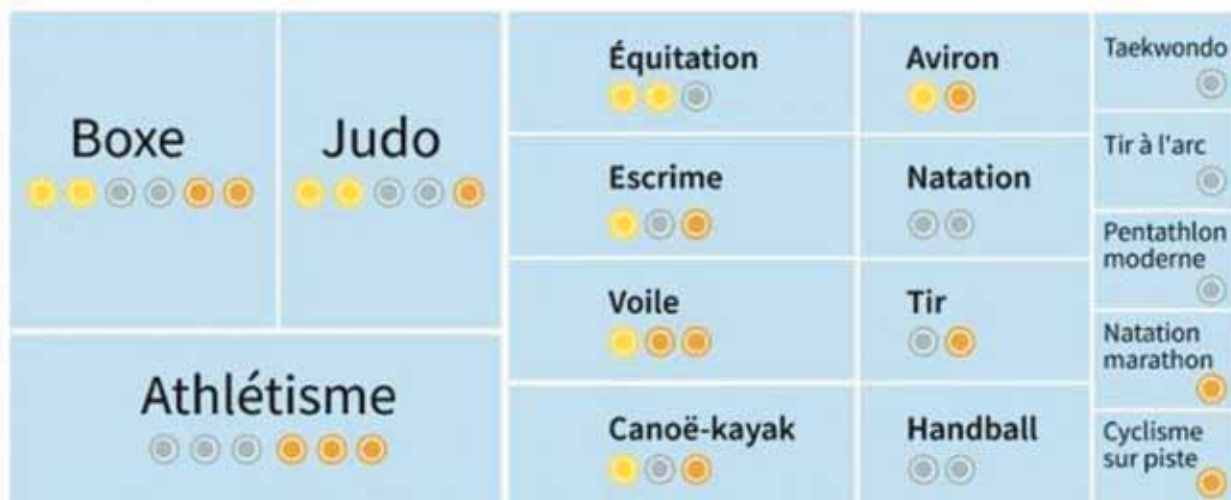
Cette délégation de records a été menée par Teddy Riner, désigné porte drapeau en concurrence avec Wendie Renard, Laura Georges, Tony Parker, Renaud Lavillenie, Mélina

Robert-Michon, Céline Dumerc, Cécilia Berder et Gauthier Grumer. Le judoka double médaillé olympique a été élu par 52 de ses pairs, suite à un scrutins électronique inédit, et représentants 27 fédérations françaises en lice aux Jeux Olympiques. Son nom a été révélé le 24 Juillet, après l'arrivée du Tour de France sur les Champs-Élysées.



## Les 42 médailles françaises par discipline

● Or ● Argent ● Bronze



Source : CIO

© AFP



# LES PROVENÇAUX À RIO

Sur les 396 athlètes qui ont fait cap sur Rio de Janeiro, près de 60 venaient de la Région Provence-Alpes-Côte d'Azur. Les sports d'eau sont les plus représentés avec près de la moitié de la délégation entre natation et water-polo.

Du haut de ses 18 ans, Cloé Hache est la plus jeune de la délégation PACA, partie se battre sur l'épreuve du 4 x 200 mètres nage libre au nom de la France mais également de son club l'Olympic Nice Natation. La suivent de près Mathilde Lamolle (tir) et Marie Wattel (natation), à quelques mois d'écart seulement.

L'aîné du groupe n'est rien d'autre que Frédérick Bousquet, avec 35 printemps et un nombre incalculable de bassins entre Championnats de France, d'Europe, du Monde et Jeux Olympiques, avec Rio pour troisième participation.

## AVIRON

Deux de couple poids légers

**Jérémy AZOU**

Club : Société Nautique d'Avignon (84)

Médaille d'or

## CANOË-KAYAK, SLALOM

Canoë monoplace (C1) Hommes

**Denis GARGAUD CHANUT**

Club : Marseille Mazargues Canoë kayak (13)

Médaille d'or

## ESCRIME

Fleuret par équipes Hommes

**Erwann LE PECHOUX**

Club : ASPTT Aix (13)

Médaille d'argent

## HANDBALL

**Adrien DIPANDA**

Club : Saint-Raphaël

Var Handball (83)

Médaille d'argent



## NATATION

-> 50m nage libre hommes

**Florent MANAUDOU**

Club : Cercle des Nageurs de Marseille (13)

Médaille d'argent

-> Relais 4x100 m nage libre Hommes

**Florent MANAUDOU**

Club : Cercle des Nageurs de Marseille (13)

**Mehdy METELLA**

Club : Cercle des Nageurs de Marseille (13)

**Fabien GILOT**

Club : Cercle des Nageurs de Marseille (13)

**William MEYNARD**

Club : Cercle des Nageurs de Marseille (13)

**Clément MIGNON**

Cercle des Nageurs de Marseille (13)

Médaille d'argent

## TIR

-> 50m carabine 3 positions hommes

**Alexis RAYNAUD**

Club : Tir Sportif d'Antibes (06)

Médaille de bronze



-> 25m pistolet feu rapide hommes

**Jean QUIQUAMPOIX**

Club : Tir Sportif d'Antibes (06)

Médaille d'argent



## VOILE

470 femmes

**Hélène DEFRANCE**

Club : ASPTT Marseille (13)

Médaille de bronze



## ADRIEN DIPANDA

CLUB : SAINT-RAPHAËL VAR HANDBALL

PALMARÈS RIO 2016 : MÉDAILLE D'ARGENT DE HANDBALL



**PS :** On peut dire que votre parcours en Équipe de France depuis 2015 est en "mode accéléré". Une première sélection au pied levé pour votre 27<sup>ème</sup> anniversaire.

**AD :** Oui, tout est allé très vite. J'ai eu la chance d'intégrer l'Équipe de France un peu sur le tard, ce qui m'a permis d'être prêt, mais en plus au bon moment aussi puisque les JO se profilaient à l'horizon. Je n'avais pas pu participer au Championnat d'Europe en tant que titulaire en janvier 2016 suite à une blessure pas tout à fait guérie, mais j'ai vécu la compétition en Pologne avec le groupe. Cela m'a permis de pouvoir m'intégrer encore plus à cette équipe et être prêt à vivre une compétition, qui plus est les Jeux Olympiques.

**PS :** Vous pensiez y être pour remplacer les blessés et nous vous retrouvons un an plus tard aux Jeux Olympiques.

**AD :** Quand le staff m'a appelé il y a un an et demi j'étais loin de m'imaginer être titulaire sur la finale des Jeux Olympiques quelques mois plus tard. Le fait est que dans le sport tout peut aller assez vite et qu'il faut savoir saisir sa chance quand on vous l'offre. J'ai eu le bonheur de faire quelques matchs réussis la saison dernière et peut être qu'alors certaines de mes qualités, notamment en défense, ont plu au sélectionneur et m'ont ainsi permis d'être retenu. Je sais qu'il y a des joueurs plus efficaces que moi en attaque mais ces dernières années la force de l'Équipe de France était sa défense, et le staff a voulu retrouver cela aux JO et donc ils m'ont fait confiance

**PS :** Et vous rentrez en prime avec une médaille olympique

**AD :** C'est ce qui est beau en plus. Parce que jouer avec l'Équipe de France de Handball c'est faire partie d'une équipe ambitieuse, conquérante mais surtout très attendue. On a tous rêvé de ramener la médaille d'or, mais aujourd'hui je me rends compte que l'Argent c'est déjà très beau compte tenu du travail qu'il a fallu réaliser pendant cette période olympique, en jouant contre de très belles équipes comme l'Allemagne ou même le Brésil qui chez lui a été un adversaire très coriace. Plus les jours passent et plus je me rends compte que ramener une médaille d'argent est déjà une performance.

**PS :** Le titre s'est joué à 2 buts. Vous avez des regrets?

**AD :** Les regrets on les a oui bien sûr, car d'une manière générale l'Équipe de France est plus forte que l'Équipe du Danemark. Mais sur un match tout est possible et c'est cela aussi la beauté du sport. Les Danois ont réalisé un match parfait, c'est tout à leur honneur. Car ils ont été irréprochables autant dans l'attitude que dans tout ce qu'ils ont tenté. On ne peut qu'avoir des regrets car on les a joués 6 fois depuis janvier 2016 et on les a battus 5 fois. La seule fois où ils nous battent c'est en finale... On sait qu'on a la capacité de gagner, mais cette fois c'était eux et il faut leur rendre hommage.

**PS :** Quel souvenir garderez-vous de ces JO?

**AD :** L'entrée dans le Maracana pour la Cérémonie d'Ouverture avec toute la délégation française en chantant la Marseillaise et en sautant comme des « fous » partout ! C'était vraiment fantastique. Toutes les autres délégations nous regardaient car elles rentraient « sagement ». Nous, nous avons été pris d'une véritable euphorie à ce moment-là et c'était un moment de joie intense. En plus j'ai eu la chance de vivre cette cérémonie avec Luka (Karabatic) qui est un grand ami, donc ça a ajouté du poids aux émotions de cet épisode magique.

**PS :** A peine le temps de rentrer que la saison reprend avec le SRVHB

**AD :** C'est ce qui est peut-être le plus frustrant dans le sport. A peine une compétition finie ou un objectif atteint, il faut enchaîner très rapidement sur quelque chose d'autre, en ayant juste le temps de savourer ce que l'on vient de faire, de se reposer après tous les efforts fournis pendant la préparation et la compétition. On est attendu par notre club et tous les gens que l'on croise au quotidien pour à nouveau réaliser une belle saison. Mais je suis heureux d'avoir retrouvé mes coéquipiers, et maintenant finalement j'ai hâte que les choses sérieuses commencent en championnat comme en Coupe d'Europe.

**PS :** Comment voyez-vous la suite?

**AD :** Tout d'abord avec le SRVHB et tout de suite l'ambition d'aller décrocher un premier titre au Trophée des Champions. Nous voulons enfin inscrire le Saint-Raphaël Var Handball parmi les grands clubs titrés français. Le club est performant depuis 10 ans mais nous n'avons pas encore remporté un titre et c'est la seule chose qui nous manque pour obtenir cette reconnaissance que nous méritons largement.

Avec les Bleus, il y a le prochain Championnat du Monde qui se déroulera en France en Janvier 2017. Avoir la chance de jouer un Mondial dans son pays et en plus dans une équipe qui a la capacité et l'ambition de ramener un titre ce n'est pas donné à tout le monde. Cela a déjà été fait en 2001, et aujourd'hui comme tous les autres joueurs je pense, je rêve de participer à cette belle aventure !





## Interview

# ALEXIS RAYNAUD

CLUB : TIR SPORTIF D'ANTIBES

PALMARÈS RIO 2016 : MÉDAILLE DE BRONZE DE TIR 50M

CARABINE 3 POSITIONS



© GDY

*PS : Pas de médaille en 2012 chez les hommes en tir, une seule médaille de bronze en 2008 par Anthony Terras en skeet et puis arrive 2016. Jean et vous, du haut de vos 20 et 22 ans, du même club, venez un peu bousculer tout cela avec ces 2 médailles.*

**AR :** Oui nous étions ambitieux et déterminés. Et surtout nous ne voulions pas attendre 2020 pour atteindre notre objectif. On a eu la chance d'avoir une très bonne génération en junior avec beaucoup de médailles, je pense que ça nous a permis de gravir les échelons plus vite.

*PS : Vous avez assisté à la médaille d'argent de Jean. Vous êtes vous inspiré de lui ?*

**AR :** Oui j'ai assisté à la médaille de Jean la veille. Je pense que oui, cela m'a inspiré et ça m'a surtout prouvé que l'on pouvait réussir même si on est jeune et que c'est notre première olympiade. Il m'a un peu montré le chemin.

*PS : 5<sup>ème</sup> lors des qualifications, 3<sup>ème</sup> à l'issu du genou, 4<sup>ème</sup> lors du couché, rien n'était pourtant joué d'avance.*

**AR :** Non rien n'était joué mais c'est la beauté du sport, puisqu'il faut tout donner jusqu'à la fin et je me suis accroché tout le long des qualifications et de la finale, pour rester dans les 5 premiers au genou et au couché, je savais que le debout était mon point fort en ce moment.

*PS : Quelle est la vie d'un jeune homme de 22 ans, vice-champion d'Europe et médaillé de bronze aux Jeux Olympiques de Rio ?*

**AR :** Ma vie est simple et comme tout le monde sauf que j'ai la chance que mon travail soit également ma passion. J'essaie de rester très simple et de garder les pieds sur terre. J'ai des amis, une famille, une copine, qui bien sûr me soutiennent énormément, j'ai des activités, des hobbies. Une vie un peu comme tout le monde avec la chance de pouvoir allier travail et passion en même temps.

*PS : Une vue sur 2020 ?*

**AR :** Oui je compte aller encore plus haut en 2020 maintenant que je connais l'environnement et le déroulement des Jeux Olympiques.



© AFP

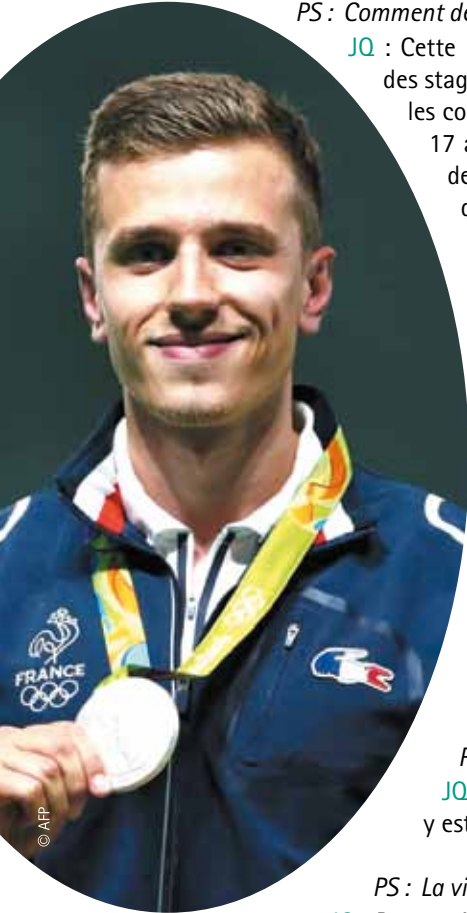


## Interview

# JEAN QUIQUAMPOIX

CLUB : TIR SPORTIF D'ANTIBES

PALMARÈS RIO 2016 : MÉDAILLE D'ARGENT DE TIR PISTOLET 25M VITESSE



*PS : Comment devient-on Vice-champion Olympique à l'âge de 20 ans ?*

**JQ :** Cette médaille d'argent est l'aboutissement d'une préparation sérieuse avec beaucoup de travail, des stages avec les étrangers, des petites compétitions de travail jusqu'aux grosses échéances comme les coupes du monde. Malgré mon jeune âge, j'ai été intégré au collectif France sénior dès l'âge de 17 ans soit deux ans avant mon passage officiel dans cette catégorie. J'ai beaucoup appris ces dernières années et j'avais une solide expérience chez les séniors et de nombreux titres en junior dont 2 championnats d'Europe, un championnat du Monde.

*PS : Une 1<sup>ère</sup> série difficile avec un 2/5, comment redresse-t-on la barre avec toute la pression environnante ?*

**JQ :** Tirant en dernier à la finale, j'avais la pression de mes adversaires qui avaient tous très bien tiré leur première série. J'avais énormément de pression. Les émotions ont pris le dessus. J'ai essayé de suite de me remobiliser sur des points techniques simples qui pouvaient m'aider à remonter. J'ai également calmé mon rythme cardiaque pour faire redescendre la pression. Après ce tir, c'était un peu plus détendu, mais la pression était toujours présente et intense.

*PS : Votre médaille a été suivie par celle d'Alexis. Vous évoluez dans le même club, c'est une belle performance pour le TS d'Antilles ?*

**JQ :** Je suis très fier de représenter mon club sur ces JO. Le club a toujours été là pour nous aider. Je suis d'autant plus content qu'Alexis ait lui aussi fait une médaille, c'est super pour le club, notre Ligue Côte d'Azur et toutes les personnes qui ont contribué à notre succès.

*PS : Quel est votre plus beau souvenir de ces JO ?*

**JQ :** Certainement la fin de ma finale où tu vois ton nom en argent sur le tableau d'affichage, ça y est c'est fait et tu commences à réaliser !!

*PS : La vie après Rio ?*

**JQ :** Pour moi, cette médaille ne va rien changer à mon fonctionnement ni à mes habitudes. J'ai attaqué la rentrée à l'Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie de Marseille où je suis étudiant. Les sollicitations sont quasiment passées, je savais que cet engouement médiatique allait durer un mois et c'est tout. La vie normale reprend son cours.





# JEUX PARALYMPIQUES 2016



C'est une délégation de 126 sportifs qui a frôlé le sol du mythique Stade Maracana, sur un air de samba, pour la cérémonie d'ouverture des Jeux Paralympiques.

La France a été présente dans 17 disciplines sur les 22 représentées aux Jeux.

Du côté des médailles, la Chine a pulvérisé les statistiques avec 107 médailles d'or sur 239 podiums. La France, quant à elle, termine à la 12<sup>ème</sup> place avec 14 médailles d'or et autant de bronze.



## LES MÉDAILLES DES ATHLÈTES DE LA RÉGION PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

### TENNIS DE TABLE CLASSE 8

**Thu KAMKASOMPHOU**, médaille d'argent

Club : Olympique Hyères Toulon Provence Méditerranée  
Thu Kamkasomphou, atteinte de périartérite noueuse à l'âge de 18 ans, intègre la Fédération Française Handisport en 1999. Depuis, elle reste indétrônable des podiums olympiques. Médaillée d'or en 2000, de bronze en 2004, d'or à nouveau en 2008, d'argent en 2012, elle remporte une 5<sup>ème</sup> médaille, d'argent, en 2016 pour sa 5<sup>ème</sup> participation à des Jeux.

### TENNIS DE TABLE FAUTEUIL CLASSE 3

**Florian MERRIEN**, médaille de bronze

Club : Olympique Hyères Toulon Provence Méditerranée  
Après un goût amer laissé par sa 4<sup>ème</sup> place aux Jeux Paralympiques de Londres, Florian Merrien n'a pas laissé place au hasard et repart de Rio avec une médaille de bronze

### NATATION 100M NAGE LIBRE S 10

**Elodie LORANDI**, médaille de bronze

Club : Handisport Antibes Méditerranée  
Elodie Lorandi a remporté le bronze sur 100 mètres S10 (handicap membres inférieurs).

### NATATION 400M NAGE LIBRE S 10

**Elodie LORANDI**, médaille de bronze

Club : Handisport Antibes Méditerranée  
La nageuse a remporté sa 2<sup>ème</sup> médaille de bronze sur le 400 mètres nage libre (S10)

### Elodie LORANDI

Médaille d'argent à Pékin (2008), médaille d'or, d'argent et double médaille de bronze à Londres (2012), double médaille de bronze à Rio (2016)

*"Ma seule force qui me permet d'être toujours sur les podiums internationaux et aux Jeux Paralympiques vient de mon enfance.*

*Avec mon handicap j'ai appris et me suis forgée un caractère de combattante.*

*J'aime gagner, j'aime me faire plaisir et j'aime les défis.*

*Tout cela passe évidemment par de la persévérance, des sacrifices.*

*Le sport de haut niveau est très exigeant, vous devez tout le temps vous surpasser car le jour "J" il faut être prête pour gagner."*





LES JO VUS  
DE L'INTÉRIEUR

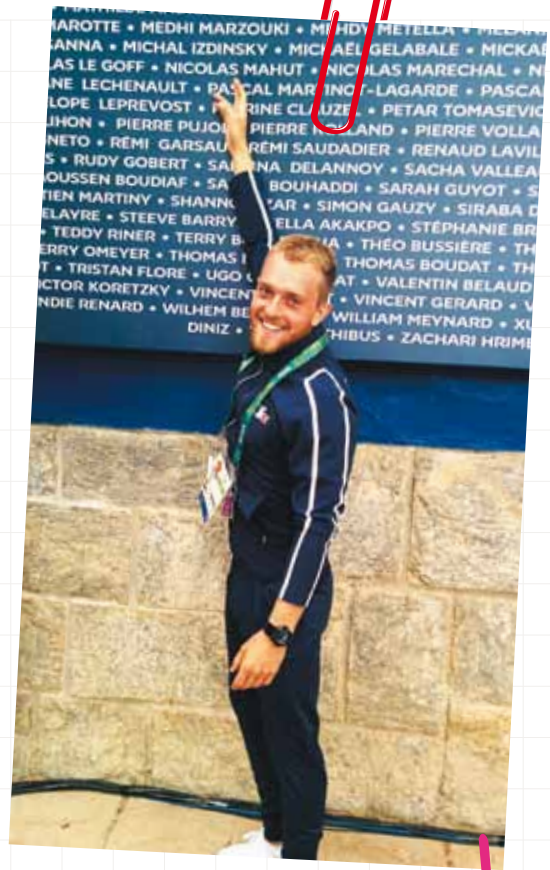
Journal de Bord  
de Michal Izdinsky

EQUIPE DE FRANCE DE WATER-POLO



Rio 2016

JEUX OLYMPIQUES DE RIO 2016



## Jour 1 28 juillet

Après tout un été de stages intensifs à travers l'Europe nous arrivons enfin à l'aéroport avec des étoiles plein les yeux.  
Nous avons été accueillis dans les locaux exclusifs de Air France afin de recevoir nos équipements ainsi que d'attendre notre vol pour Rio dans de bonnes conditions.

C'est donc là que nous avons découvert le magnifique équipement Lacoste et qu'on a pu enfin se projeter dans l'aventure olympique.  
Tout est très étrange et nouveau pour nous car nous n'avons pas l'habitude d'évoluer dans de telles conditions de luxe mais dans ce sens-là on s'y fait très vite !

C'est donc fraîchement équipés que nous attendons notre avion. Cependant les trois plus jeunes dont moi-même sont écartés des sièges en première classe pour manque de place, mais dans le sport la priorité est souvent donnée aux plus vieux donc nous acceptons notre sort en pensant au bonheur une fois arrivés à destination.



## Jour 2 29 juillet

Après un vol de nuit pas très reposant nous arrivons enfin à destination, il faut encore passer les douanes ainsi que les bureaux d'immigration mais on peut déjà sentir une ambiance particulière dans les couloirs de l'aéroport. On récupère donc nos bagages et prenons le chemin du village olympique avec impatience. En y arrivant nous recevons nos accréditations qu'il faut absolument toujours avoir sur soi.  
Et c'est enfin après avoir passé les portiques de sécurité que nous découvrons le fameux village olympique.

Rêvant les yeux ouverts, nous continuons de découvrir les locaux. Après être accueillis par le Président de la Fédération Française de Natation Monsieur Francis Luyce, nous souhaitant bonne chance, c'est le chef de délégation qui prend le relais et nous amène directement à nos chambres dans le bâtiment France.  
C'est alors qu'on découvre les lieux où nous allons vivre les trois prochaines semaines.

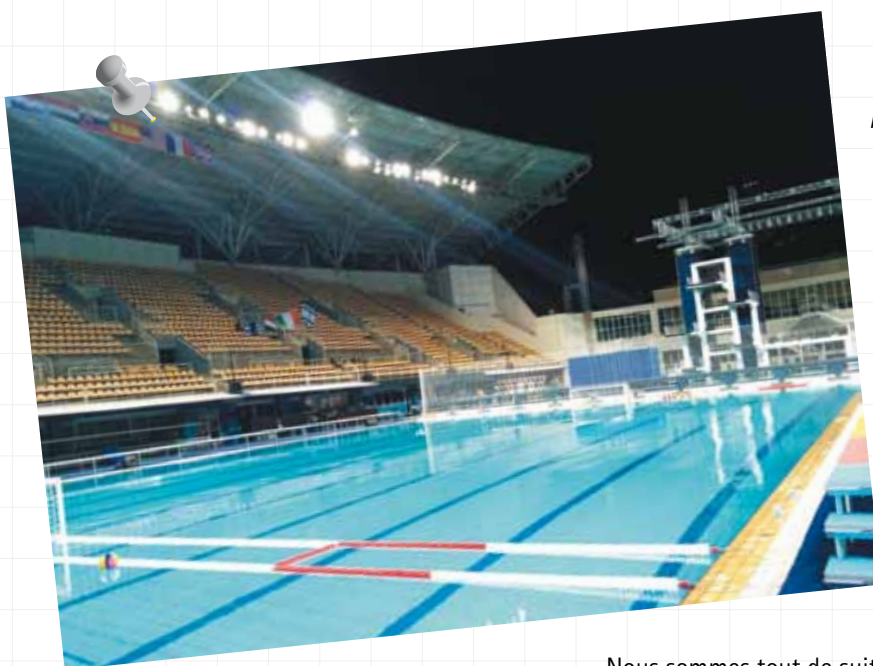




On reçoit donc toutes les instructions du Comité National Olympique et Sportif Français en ce qui concerne les réseaux sociaux, ainsi que toutes les directives de conduite et vestimentaires dans le village et sur les lieux de compétition. Puis, à notre grande surprise et surtout joie nous nous voyons délivrer un paquet dont nous avons entendu parler mais n'osions pas trop y croire. Un tout nouveau téléphone Samsung 7 Edge avec un set d'écouteurs Samsung Gear destinés à chaque athlète des Jeux Olympiques ce qui est réellement un cadeau magnifique à nos yeux.



Fatigués, et souffrant du décalage horaires, nous devons malgré tout aller manger. C'est donc à ce moment-là que nous découvrons également les locaux de l'immense salle à manger du village ouverte 24h/24h avec des repas de cultures différentes proposés à toute heure de la journée pour subvenir à tous les besoins éventuels des athlètes.



Après un petit repos, nous devons partir nous entraîner. On va alors entrer pour la première fois dans l'endroit où nous allons jouer nos premiers matches de la compétition.

Nous sommes tout de suite mis dans le bain en ayant une petite opposition contre l'équipe grecque, un des favoris de la compétition. Le premier entraînement fut difficile mais nous étions très heureux de voir par nous-mêmes les locaux où va se dérouler le tournoi le plus important de nos vies. Epuisés, on rentre donc au village pour se coucher après un repas d'équipe.



# Les jours suivants...

## 30 juillet au 4 août

Les jours suivants sont une somme de petites découvertes mineures liées aux installations du village, les différentes procédures et automatismes à adopter lorsque l'on veut passer au médical ou chez les kinés qui sont tous situés au 2<sup>ème</sup> étage de l'immeuble.

Nous avons également découvert les différentes piscines d'entraînements localisées un peu partout dans Rio. On a par exemple été les tout premiers à plonger dans la piscine de natation du village donc on se l'a tout naturellement baptisée au nom du premier qui a sauté à l'eau avant le début de l'entraînement.

Un des points un peu négatifs par rapport à l'organisation est que nous avons quelques fois à voyager plus d'une heure en bus pour y arriver mais toutes les piscines étaient très belles. Celles qui étaient découvertes furent un peu plus dangereuses par rapport aux moustiques ce qui fait directement penser au zika, maladie que nous craignons beaucoup en venant à Rio mais au final malgré la présence de moustiques à certains endroits, nous n'avons pas rencontré de problème. L'organisation a fait de grands efforts pour diminuer les risques au mieux.

De plus, nous étions assez rassurés quant à la sécurité des athlètes car partout où nous sommes allés, il y avait plusieurs militaires protégeant les entrées et sorties des établissements. Nous avons également assisté à une petite cérémonie de bienvenue à la délégation française, comprenant la levée du drapeau national accompagnée d'un speech de motivation et d'encouragement pour toute la compétition.

Aussi, nous avons été invités à venir manger au Club France. C'est donc avec joie que nous y sommes allés. Nous avons voyagé un peu plus d'une heure en voiture pour y accéder car le centre ville de Rio était très loin du village. On a pu voir sur la route, d'immenses favelas qui sont impressionnantes et effrayantes à la fois. Une fois arrivés au village, on découvre un magnifique endroit situé à deux pas de Copacabana. On peut même apercevoir le Corcovado au loin surplombant la ville.

Ici, nous avons eu le droit à notre première conférence de presse, qui consistait surtout à présenter les joueurs de l'équipe suivie de plusieurs interviews individuelles avec différents médias.







Ensuite nous avons eu droit à un très bon repas, qui était le bienvenu car le self du village était bien mais y manger tout le temps devient quand même dur au bout de plusieurs jours car on finit tout de même par manger à peu près les mêmes choses, donc un changement nous a fait le plus grand bien.

Enfin pour clôturer cette journée, nous sommes allés nous entraîner dans l'immense piscine de natation dans laquelle nous devons jouer notre dernier match de poule une fois la compétition de natation terminée. Celle-ci est magnifique avec de très grands gradins pour les spectateurs qui la rendent encore plus fascinante.

Nous nous sommes aussi entraînés avec d'autres équipes comme l'Australie et la Serbie pour regagner du rythme avant le tournoi.

Finalement, une des plus belles nouvelles et surprises de cet événement nous est parvenue en rentrant au village ce jour-là. Nous avons eu l'autorisation pour participer à la cérémonie d'ouverture que nous n'étions pas censés faire parce que nous avions notre premier match contre le Monténégro le lendemain de cela. Malgré tout on a eu le feu vert pour y aller donc vraiment très contents et impatients de s'y retrouver.

jour 9  
5 août

Après un léger entraînement du matin, nous n'avions qu'à attendre patiemment l'heure du rendez-vous de toute la délégation française, nous mettre en tenue de gala dite tenue de cérémonie qui avait été définie auparavant. Suite à cela, peu de mots peuvent décrire ce que l'on vit durant cette fête du sport. C'est juste incroyable, je pense que ce n'est qu'à ce moment-là que l'on prend vraiment conscience de l'enjeu et de l'ampleur de l'évènement.

Cérémonie d'ouverture

Il est bien sûr super de croiser tous les athlètes français, moins connus pour certains comme nous et se mélanger aux stars du sport français, mais aussi international. Durant les Jeux Olympiques tout le monde est vraiment à la même hauteur et c'est un sentiment fabuleux.



Cependant, rien ne vaut l'entrée dans le stade de Maracãna lorsqu'on découvre enfin après plusieurs heures d'attente ce pourquoi nous sommes là. Une foule extraordinaire nous acclamant, venue de part et d'autre du monde entier... c'est juste fantastique.

Toutes ces heures d'attente debout en valaient vraiment la peine et c'était un moment que je n'oublierai jamais de ma vie.



# France vs Monténégro

Jour 10  
6 août

Il est donc temps de redescendre sur terre, et de se concentrer pour notre première rencontre du tournoi contre le Monténégro, récent vice-champion d'Europe comptant plusieurs joueurs du top niveau mondial. On était donc très stressés pour notre premier match, car on veut être à la hauteur du rendez-vous mais on ne perd pas non plus notre objectif de bousculer les meilleures nations qui peut s'avérer être une tâche à double tranchant. Il faut être aux limites du risque et de la folie pour se hisser à un tel niveau, ce qui veut dire que si la réussite n'est pas là, on peut perdre d'un grand écart et se rapprocher du ridicule ce que l'on ne voulait absolument pas.

Finalement c'est après une semaine à prendre notre mal en patience et à profiter comme des gosses du rêve Olympique avec comme point d'orgue à tout ça la cérémonie d'ouverture, que commencent aujourd'hui les choses sérieuses: le premier match de notre aventure Olympique.

Beaucoup d'envie et d'émotion avant ce match contre le Monténégro mais la volonté de donner le maximum surtout.

La Marseillaise avant le match fût la plus belle de ma carrière et la plus émouvante ... en même temps c'est une Marseillaise Olympique.

Malgré la défaite, on est restés soudés et solidaires jusqu'au bout et le match s'est fini à 4-7 pour les Monténégrins mais on n'a pas dit notre dernier mot et on compte bien vendre chèrement notre peau dans les matches à venir !!!



Jour 11  
7 août

A présent, nous sommes rentrés dans un cycle où l'on joue un match tous les deux jours. Ce qui veut dire que l'on s'entraîne deux ou une fois selon le besoin pendant les jours off. Nous nous concentrons plutôt sur de la récupération, et des phases d'étirements le matin pour revoir des phases tactiques et physiques le soir dans le but de garder un rythme élevé tout au long de la compétition ce qui est très important car la durée de celle-ci est très longue.

Les journées deviennent donc moins surprenantes et on s'installe peu à peu dans une certaine routine, où chaque joueur a ses habitudes propres à lui. Certains préfèrent lire, d'autre écouter de la musique ou regarder d'autres sports à la télé.

Ou bien moi, qui dois encore terminer mon mémoire pour mon Masters of Science Luxury & Fashion Management au SKEMA Business School que j'ai poursuivi tout au long de l'année en parallèle avec le sport.

D'ailleurs, je n'en ai pas la preuve écrite mais je pense qu'à part les américains qui jouent dans les universités et doivent donc poursuivre des études, je fais partie d'un nombre très restreint d'étudiants qui participe au tournoi de water-polo où la grande majorité des joueurs sont professionnels.





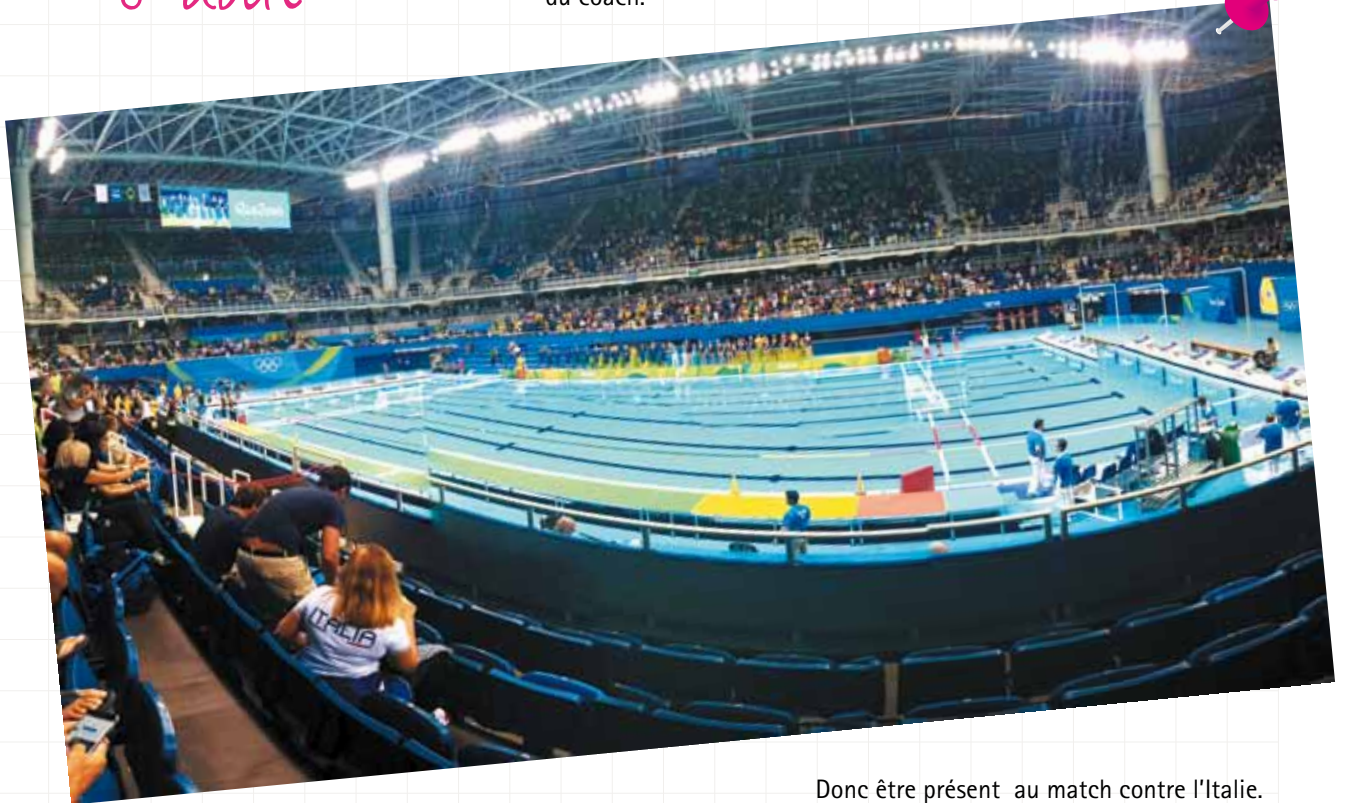
# Italie vs France

## Jour 12

### 8 août

Aujourd'hui on abordait notre deuxième match de la compétition, on avait à cœur de confirmer notre bonne prestation du premier match contre le Monténégro.

On voulait montrer qu'on était capable de faire douter n'importe quelle équipe en étant solidaire et appliquant les consignes du coach.



Donc être présent au match contre l'Italie.

L'équipe a réalisé un grand match et a fait douter l'équipe italienne jusqu'au bout. Il ne nous manque pas grand-chose pour accrocher jusqu'au bout les équipes de top niveau mondial et on sent que notre heure va bientôt venir et bien sûr le plus tôt serait le mieux.

Jour de repos oblige, la récupération est à l'honneur. Même si on s'adonne toujours à quelques séances de renforcement musculaire selon la difficulté du match de la veille et de l'état physique général de l'équipe, nous ne faisons plus de séance de musculation pendant le tournoi. L'accent est plus mis sur les séances de kiné ainsi que les visites médicales pour ceux qui en ont besoin pour cause de blessures ou petites gênes.

Cela dit, c'est toujours un moment assez agréable de se poser et de discuter avec les membres de notre staff, que ce soit le médecin ou le kiné qui nous suivent depuis plusieurs mois déjà, tous deux se sont très bien intégrés au collectif et sont des personnes formidables qui nous permettent aussi d'avoir un autre point de vue sur les choses selon leur approche du sport qui n'est pas forcément la même que la nôtre ou celle de l'entraîneur.

C'est l'occasion de discuter paisiblement et d'apprendre de nouvelles choses sur les autres qui nous rapprochent au final en temps qu'êtres humains, et de renforcer le groupe. On est bien loin des "séances de tortures" qui peuvent nous être infligées pendant les phases de préparation et c'est pour cela que ces moments de cohésion sont d'autant plus précieux.

## Jour 13

### 9 août





On a abordé ce match différemment des deux premiers, notre but était de jouer ce match pour le gagner, pas juste minimiser la différence de buts, et de nous donner les moyens de nos ambitions en commençant le match avec beaucoup plus de confiance et de maîtrise.

Le match se solde par une défaite 3-6, le gros point positif de ce match et du tournoi en général pour le moment est notre efficacité défensive, on prend peu de buts contre des équipes réputées très fortes offensivement.

On montre que sur le plan défensif on est une équipe du "top" niveau.

Le point noir de ce match a été l'attaque, on a été peu en réussite (surtout en zone+) mais d'un point de vue général on a été trop faibles et peu entreprenants dans nos offensives.

Pour le prochain match contre l'Espagne on va essayer d'améliorer ça pour pouvoir aller pourquoi pas accrocher une victoire même si l'on sait que ça va être compliqué, toute l'équipe est prête à ça et donnera tout pour réaliser ce rêve pas si lointain de remporter notre premier succès.

## Jour 15

Il ne nous reste plus que deux matches de poule à disputer. La chance de qualification devient très mince mais il nous tient à cœur de rester concentrés afin de montrer le meilleur visage possible du water-polo français au reste du monde.

On continue donc nos routines journalières entre entraînements, récupération et activités personnelles. Il est toujours très impressionnant de rencontrer des stars de niveau planétaire au self. On a eu l'occasion de manger aux côtés des plus grands champions. Nous avons eu la chance de voir les nageurs américains comme Phelps et Lochte, pendant la cérémonie d'ouverture on a pu prendre des photos avec les stars de la NBA Durant, Anthony et d'autres qui ont été très gentils de bien vouloir nous faire plaisir. Même Bolt a été aperçu plusieurs fois au self, ainsi que Djokovic et Nadal ! C'est vraiment cette proximité avec les meilleurs qui rend les jeux si particuliers.

On a eu également un écho comme quoi il existait une maison Beats qui donnait les nouveaux casques Beats aux athlètes donc il ne nous en fallait pas plus. Nous devons y aller ! Mais d'abord, place au reste de la compétition pour finir le tout bien et ne rien regretter.



11 août



## Italie vs France



Jour 16  
12 août

On a abordé le match de l'Espagne avec l'envie farouche de tout faire pour gagner et nous donner le droit de rêver à une qualification pour le Top 8. Le match ne s'est pas passé comme prévu, on est tombés sur une grande équipe d'Espagne et de notre côté on a loupé les rares occasions qui nous auraient permis de les serrer au score !

A la fin, une lourde défaite 10-4. Nous étions vraiment déçus car cette défaite marquait la réalité que l'on ne pouvait plus se qualifier pour aller plus loin et jouer les quarts de finale, cela dit, les équipes étaient et sont malheureusement plus fortes que nous à ce stade-là. Et on a réellement tout fait pour passer. Maintenant, la loi du sport est telle que seul le plus fort gagne alors il faut relever et garder la tête haute.

Jour 17  
13 août

Difficile réveil, toute la fatigue mentale et physique commence à s'accumuler. Et on se surprend à vouloir enfin être en vacances; ce qui est naturel après une telle saison. Malgré tout, il faut encore se reprendre en main une dernière fois car il nous attend encore un match demain, et pas contre n'importe qui. Nous jouons les croates Champions Olympiques en titre.





Par contre, l'occasion s'est présentée de passer à cette fameuse maison Beats alors nous n'avons pas hésité et nous y sommes allés pendant la matinée car on avait un repos qui tombait à pic. On est d'abord allés au point de rendez-vous situé au parking d'un grand centre commercial. Là-bas, nous avons été emmenés par des camions spéciaux dédiés au transport des athlètes à cette adresse inconnue où était la maison.



Elle se trouvait dans une résidence huppée du quartier de Barra. A l'entrée on y a découvert une maison immense et magnifique avec de grands espaces pour se détendre, manger, boire et profiter du calme offert par les installations. Un photographe professionnel prenait les athlètes un à un avec le casque sur la tête afin de pouvoir promouvoir celui-ci dans une future campagne publicitaire. Après tout, les écouteurs nous ont été offerts mais la compagnie n'a sûrement pas fait ce geste dans une simple volonté de charité. En tout cas, nous n'en étions pas moins contents, au contraire très satisfaits de nous trouver enfin dans cet endroit auquel nous avons tant pensé.

Après quelques instants de rigolade dont nous avons vraiment profité pour nous changer les idées et une petite séance de photo nous quittons cet endroit merveilleux pour rentrer au village et aller à notre dernier entraînement.





# France vs Croatie

Jour 18  
14 août

Aujourd'hui on abordait notre dernier match contre les tenants du titre, la Croatie.

Ce match on l'a pris sans pression et avec l'envie secrète de réaliser un gros coup.

On a réalisé un gros match et on n'a rien lâché jusqu'au bout pour remporter cette victoire HISTORIQUE sur le score de 9 à 8. On finit la compétition sans regret et c'est le plus important et j'espère qu'on aura donné envie aux jeunes de se mettre au waterpolo et qu'ils découvrent ce magnifique sport rempli de valeurs !

C'est donc avec un énorme sentiment de tâche accomplie que l'on termine ce tournoi. Nous n'avons pas obtenu de médaille certes, mais on n'oublie pas d'où l'on vient et surtout le chemin qu'il nous reste à parcourir pour faire face aux meilleures équipes du monde. C'était déjà un exploit pour nous de s'être qualifiés car extrêmement peu de personne auraient mis une pièce sur nous au début de l'année olympique. Donc on a vécu ce rêve de gosse tous ensemble, dans un collectif saint et équilibré.

Cette aventure nous aura sûrement encore plus rapprochés jusqu'au point de se considérer les uns les autres comme des membres d'une grande famille où l'âge, la religion ou encore la culture de chacun ne compte absolument pas.

D'autant plus fiers d'être allés jusqu'au bout de nos ambitions, cette petite cerise sur le gâteau ne change peut-être rien au résultat final mais pour nous il était important de finir sur du positif pour pouvoir envelopper toute cette aventure dans du papier de bonheur. Et les sentiments ressentis au coup de sifflet final étaient effectivement très intenses.

D'un côté la délivrance de se dire enfin que tout est terminé et que l'on va enfin pouvoir se défaire de toute la pression accumulée au fil de toute la saison qui aura été la plus longue de nos carrières durant plus d'un an, mais aussi la satisfaction extrême que l'on avait tous à l'esprit de savoir que l'on se souviendrait de ces moments-là toute notre vie.

Cette journée marque donc le passage de la compétition aux vacances tant attendues. Nous avons la chance extrême de pouvoir rester sur place jusqu'à la fin des jeux olympiques donc on avait à partir de ce moment-là, 8 jours à Rio pour faire ce que l'on voulait.

Les possibilités étaient immenses mais une chose était sûre, avant de se disperser peu à peu dans la ville, les autres salles de sport ou encore les discothèques brésiliennes nous allions passer une énorme soirée au Club France tous ensemble pour fêter dignement la fin de la compétition. Sachant que certains joueurs arrêtaient leur carrière complètement, ou juste l'Équipe de France, les émotions et la fierté d'avoir joué dans cette équipe là étaient encore plus fortes.

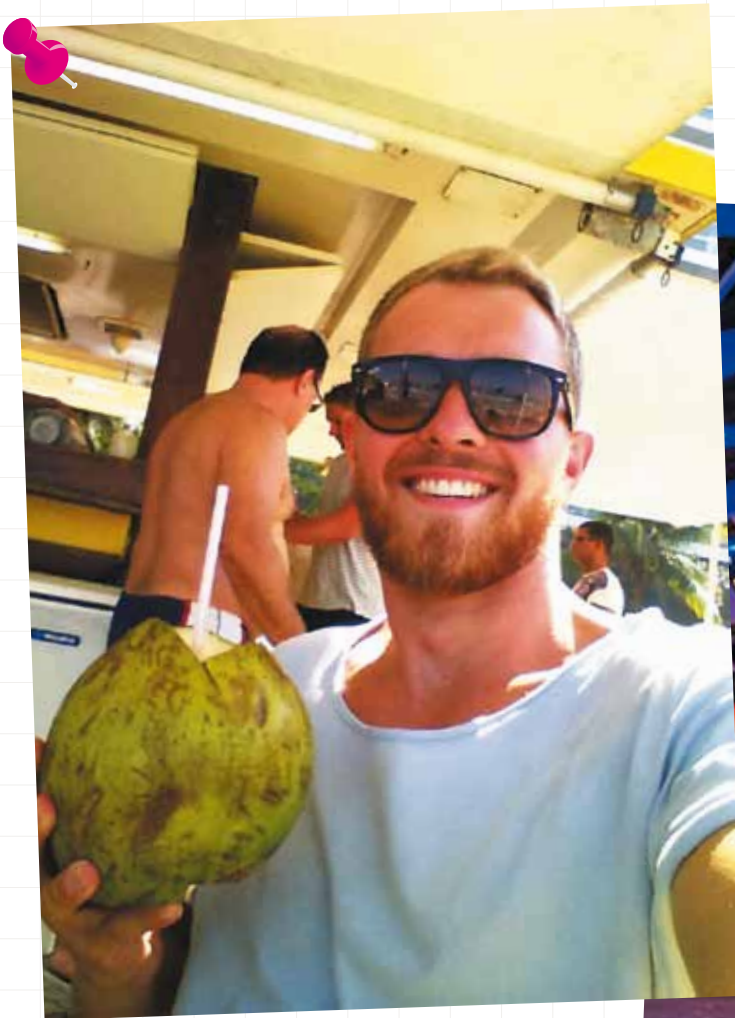
Nous en avons vraiment beaucoup vécu tous ensemble et finir en apothéose comme on l'a fait a réellement contribué au bonheur de chacun.



# Les derniers jours...

15 au 23 août

Voici une petite compilation des photos accumulées tout au long de nos vacances à Rio. Comme prévu, l'équipe s'est au fil des jours dispersée en petits groupes selon les envies de chacun. Certains voulaient plus aller voir les autres sports, auxquels nous avons la chance d'assister lorsqu'il y avait des tickets disponibles. D'autres voulaient plutôt visiter la ville et certains préféraient seulement faire la fête.







De mon côté je suis très satisfait de ma semaine là-bas car j'ai réussi à cumuler un peu de tout. Il n'est vraiment pas possible de voir les sports et visiter en même temps ni de sortir tous les soirs et vivre pleinement la journée donc un peu d'organisation a été nécessaire mais dans l'ensemble je me suis très bien débrouillé.



J'ai pu voir et supporter les françaises dans leur finale de natation synchronisée ainsi que les handballeurs français dans leur dernier match de poule contre le Danemark qui leur a malheureusement été fatal lors du match ultime pour la médaille d'or.







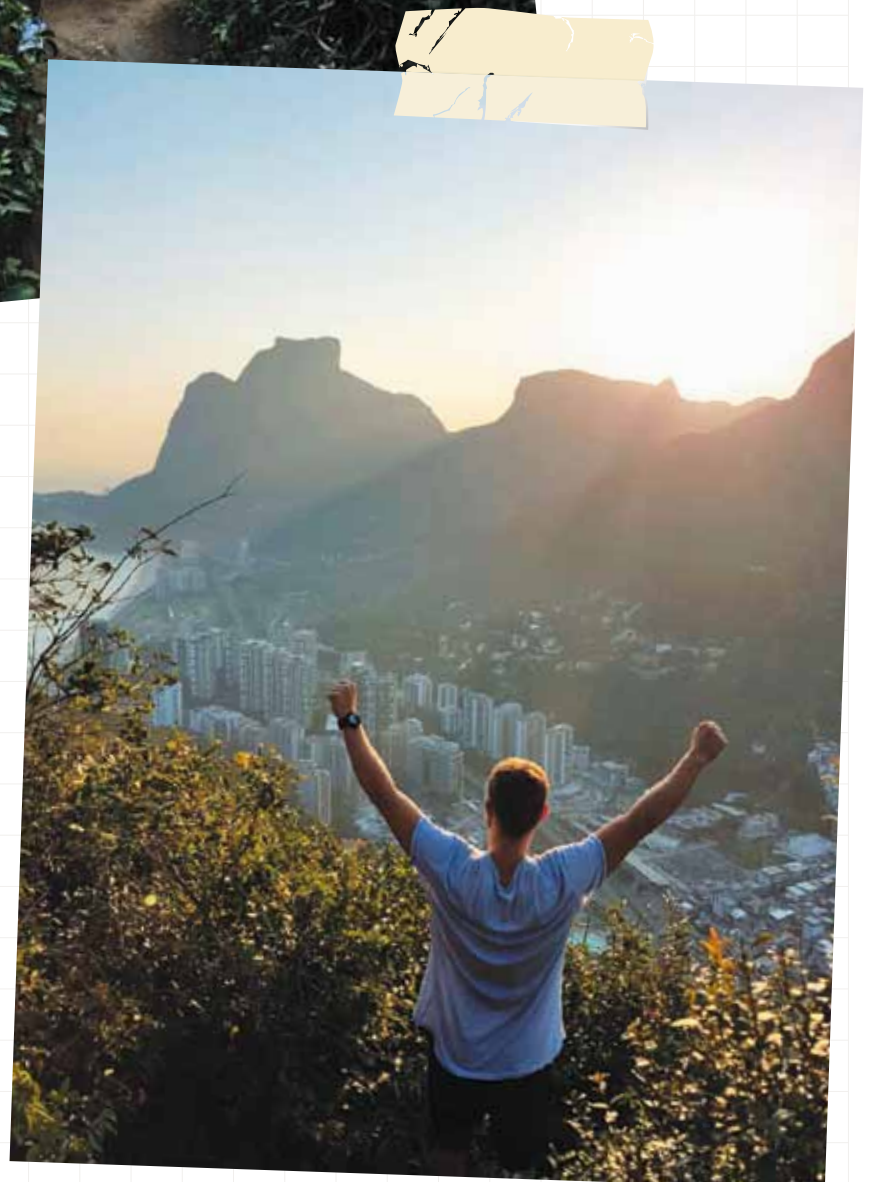
D'autres joueurs de l'équipe ont aussi vu différents sports comme le volley pour le dernier match de la France à Rio, le beach-volley situé dans une enceinte extraordinaire sur Copacabana, mais aussi le basket-ball masculin et féminin, le hand féminin, la boxe, et notre plus vieux joueur a même réussi à voir la finale du 100m pour l'athlétisme donc il y en avait vraiment pour tous les goûts.







Pour ma part j'ai aussi eu la chance de visiter Rio en tant que touriste. Nous avons engagé un guide marseillais vivant sur place depuis plus de trois ans qui s'est révélé être un hôte merveilleux et qui nous a montré des endroits incroyables en passant par les rues du centre ville, montant dans les favelas, mangeant dans un restaurant avec une vue imprenable sur la ville pour finir par une randonnée qui vaut vraiment la peine d'être faite au prix d'un point de vue ahurissant sur les hauteurs des beautés brésiliennes.







Pour finir, je n'ai pas chômé pendant les nuits non plus, la place n'était certainement pas au repos. Nous avons bien visité les établissements de nuits locaux également avec mon colocataire de chambre surtout, mais aussi avec d'autres coéquipiers selon les occasions. Il fallait se vider la tête et nous en avons bien profité après tout on l'avait bien mérité ! Seuls mots d'ordre une fois le tournoi terminé étaient relax et amusement et nous étions bien décidés de s'y tenir. Au final je n'ai réellement presque pas dormi de toute la semaine, mais j'en garde des souvenirs forts plein la tête et ne regrette pas une seconde passée là-bas.

Ce fût une expérience inoubliable, pleine de rencontres avec des gens humbles et formidables.

Michal Izdinsky







VOUS ÊTRE **UTILE**



**DANS LES PLACEMENTS COMME DANS LA VIE  
ON PEUT RECHERCHER LA PERFORMANCE COMME LA SÉCURITÉ.**

## REDÉCOUVREZ LES VERTUS DE L'ASSURANCE VIE

La recherche de performance peut vous exposer à un risque de perte en capital. Parlez-en avec votre conseiller.  
Communication à caractère publicitaire.

BPCE - Société anonyme à directoire et conseil de surveillance au capital de 155 742 320 euros - Siège social : 50, avenue Pierre Mendès France 75201 Paris  
Cedex 13 - RCS Paris n° 493 455 042, intermédiaire d'assurance immatriculé à l'Orias sous le N° 08 045 100. Contrats d'assurance vie distribués par votre  
Caisse d'Épargne - ALTMANN + PACREAU - Crédit Photo : Hervé Plumet.



**CAISSE D'ÉPARGNE**  
COTE D'AZUR