

**Faustine Merret**  
**Planche à voile**  
**Entretien : Janvier 2009**

**2 – Les débuts**

---

**Qu'est-ce que la maladie du bouger-bouger (N.d.A. : le sous-titre du site de Faustine Merret) ?**

La maladie du bouger-bouger, c'est ne jamais s'arrêter, un peu comme la chanson (Rires). C'est une gestion de temps ; j'ai besoin de sentir que je vis et d'être tout le temps en action. J'ai besoin de sentir que ce que je fais sert à quelque chose, et c'est souvent à travers une expression physique, une activité sportive. C'est aussi penser à un projet futur alors que le précédent vient à peine de se terminer.

**Quand as-tu commencé à faire de la planche ?**

J'ai commencé en loisirs, dans un cadre familial, sur une plage de la côte nord (N.d.A. : du Finistère), à Saint Pabu. Le terrain était idéal pour commencer, grâce à un grand banc de sable, donc peu de profondeur. Mon père m'accompagnait en kayak. Je me suis retrouvée sur une grosse planche avec une voile de 1.5 m<sup>2</sup>. C'était un gréement qu'un ami de mon père avait gagné lors une course à pied. La voile a duré deux mois, et à la fin de l'été, il me fallait une voile plus grande.

**Quel âge avais-tu ?**

Neuf ans. Ma sœur, aînée de quatre ans, commençait à naviguer avec son groupe d'amis. J'étais la petite derrière qui voulait faire comme la grande. Mon père s'était initié un peu aussi. J'étais attirée par l'eau, mais limitée dans la zone où j'avais pied. La planche, c'était le moyen de chercher l'inconnu, la liberté, et de s'échapper de la plage et de la terre. Le contact était un peu difficile, mais c'est aussi pour cela que j'ai accroché. C'est une activité où l'on n'y arrive pas du premier coup. Il faut d'abord se battre avec son matériel, sa voile, son équilibre et le vent. Puis, quand on commence à faire ses premiers mètres, il faut savoir rentrer. Cela m'a pris l'été et cela m'a bien occupée.

**C'est resté un loisir jusqu'à quel âge ? À quel moment es-tu passée en compétition ?**

Je baignais déjà dans la compétition dans une autre discipline, l'athlétisme. De huit à douze ans, j'étais sur le circuit des cross toute l'année. La planche, j'en faisais de temps en temps pendant les vacances d'hiver : initiation puis perfectionnement. Et j'ai commencé la compétition en septembre 1992, à quatorze ans et demi.

**Tu as eu des résultats tout de suite ?**

Oui. J'étais très compétitive. En course à pied, lorsque l'on est derrière une corde et que le top départ est lancé, on doit se battre pour sa place, et cela développe cet aspect-là. J'avais aussi un bagage physique qui me permettait de progresser très rapidement. J'ai commencé en septembre 1992, j'ai été sélectionnée en « France » en 1993, et en 1994, j'étais Championne du Monde cadettes, à seize ans.

**Tu es passé du loisir à la compétition. Et quel est le moment où tu t'es dit que tu allais placer la planche devant le reste ?**

C'est venu beaucoup plus tard. Pour l'anecdote, en 1996, je survolais un peu le championnat, j'ai perdu un chausson pendant un bord, et je me suis arrêtée pour le récupérer. J'avais envie de gagner, mais sans tout mettre pour chercher la victoire. C'était une progression naturelle et je profitais, sans anticiper. Je savais que j'avais mes chances ; j'y allais et je ne réfléchissais pas trop au résultat. Cela a continué ainsi jusqu'en 1998, lorsque j'ai terminé troisième aux championnats du Monde senior.

**À 20 ans ?**

Oui. En fait, j'ai eu le déclic en 1997, quand j'ai commencé à être invitée lors des stages de l'équipe de France. Fin 1997, je savais que j'allais avoir ma place dans l'équipe. Au niveau national, je commençais à figurer parmi les meilleures. Le projet a pris forme et c'est aussi le moment où j'ai réorienté mes études, de la fac de Maths vers Staps, pour me permettre de suivre un projet équipe de France, et une possibilité de sélection aux Jeux.

**En 1994, tu étais championne du Monde cadettes. Cela s'est déroulé où ?**

À Brest (Rires).

**En 1996, tu es à nouveau championne du Monde de ta catégorie...**

À Cadix, en Espagne.

**Avant 18 ans, as-tu participé à beaucoup de compétitions à l'étranger ?**

Oui, lors du circuit Jeunes. Le championnat du Monde a eu lieu en Hongrie.

**En Hongrie ?**

Oui, sur le lac. Et mon premier Championnat du Monde senior a eu lieu en Angleterre, à l'île de Wright, en 1997. J'ai également participé à un championnat du Monde à Perth, en Australie. Les premiers gros déplacements ont plutôt eu lieu en 1996 – 1997.

**Le moment un peu clé, où tu passes de la réussite en compétition à la décision de suivre cette voie à fond, c'est 1997 – 1998, lorsque tu te réorientes ?**

Oui.

**Quels sont les gens qui t'ont aidé ou mis le pied à l'étrier pendant ton parcours ?**

La culture familiale m'a amenée vers le sport et la compétition. Toute la famille pratiquait l'athlétisme : ma mère, ma sœur et mon père, qui courrait des 100 kilomètres et des marathons. J'ai donc baigné dans ce milieu assez tôt. À quatre ans, je faisais de la gymnastique. Le fait d'habiter au bord de l'eau m'a orientée vers la planche, d'une manière naturelle. J'étais ensuite dans un club à Brest (N.d.A. : Les Crocos de l'Elorn) qui avait amené quelques champions en équipe de France, avec des médailles à la clé, puisque c'est aussi le club de

Franck David (N.d.A. : champion du Monde et champion Olympique en 1992). J'ai rencontré des entraîneurs qui ont tout de suite cru en mon potentiel et qui m'ont accompagnée. J'ai eu des entraîneurs différents : l'un entre quatorze et seize ans, un autre ensuite, dans le cadre du sport – études, qui m'a suivie ensuite sur le pôle France. En 1997, j'ai intégré l'équipe de France, avec un entraîneur, Thierry François, qui a commencé à me projeter dans l'Olympiade, même si je continuais à m'entraîner en parallèle avec l'entraîneur de pôle.

**Pour résumer, c'est à la fois à quelque chose de naturel car tu habitais près de la mer, un terreau familial propice et des entraîneurs qui ont cru en toi...**

Et des structures aussi. À la fois le côté humain et l'organisation du sport de haut niveau et des étapes qui y mènent. Tout le monde ne s'y adapte pas. Je pense que j'étais travailleuse et que j'en demandais jusqu'à ce que les résultats arrivent. C'est une structure qui était adaptée à ma façon de progresser.

**Et le cross ? Tu as arrêté quand ?**

À douze, treize ans.

**À un moment donné, tu faisais les deux ?**

Non. J'ai fait de l'aquarelle pendant un an...

**(Rires) Et pourquoi as-tu arrêté la compétition en athlétisme pour te diriger vers la planche ?**

Parce que je stressais trop sur les départs. Je me rendais malade, je ne dormais pas. J'appréhendais beaucoup de me retrouver agglutinée devant une ligne avec les autres. Une fois que la course était terminée, j'avais envie de recommencer... Et comme la famille avait un peu quitté ce milieu, je n'ai pas poursuivi toute seule.

**Au moment où tu t'orientes en STAPS, pour te consacrer à la planche, quelle est la réaction de tes parents ?**

J'avais perdu ma mère à l'âge de onze ans, et c'est mon père qui était derrière mon projet. Il jouait un rôle un peu protecteur parce qu'il voulait prendre la place de deux personnes. J'ai voulu montrer que j'avais besoin de tracer mon propre chemin. Il y avait une pression assez forte de mon père pour privilégier les études. J'ai voulu lui montrer qu'il s'agissait d'un choix, et non pas d'un abandon de la fac de Maths, pour aller chercher la facilité. Donc, j'ai validé cette année de Maths, en septembre car j'étais en compétition aux Jeux Méditerranéens à Bahreïn en juin. Une fois que j'ai eu ces examens, j'avais prouvé à mes yeux que j'avais le droit de partir en STAPS. Lui était plus dans la continuation des deux, pour un choix à la fin de l'année. Mais ce n'était pas possible dans le cadre du projet sportif. Donc, j'ai suivi le cursus de STAPS, la première année en un an, puis en dédoublant.

**En dédoublant ?**

J'avais le statut haut niveau, ce qui me permettait de repousser les examens si j'étais absente, voire de valider une année en deux ans.

**Vis-à-vis de ton père, et vis-à-vis de toi-même, tu as voulu prouver que c'était un choix. Cela s'est passé tout seul, ou cela a été un peu conflictuel ?**

Un peu conflictuel, oui. C'est aussi un moment où ma sœur n'était plus à la maison. J'ai eu besoin de vivre ailleurs. Nous avons fini par accepter une solution intermédiaire. Nous avons déménagé de l'appartement familial, pour emménager dans le même immeuble, moi au sixième et lui deux étages en dessous, chacun dans son studio. C'est lui qui a eu l'idée ; c'était un bon compromis qui a duré quelques années. J'avais dix-huit ans, mais j'étais souvent absente, puisque je vadrouillais aux quatre coins du monde. À mes retours, nous arrivions à nous supporter, avec deux étages d'écart (Rires).

**Ta sœur a fait de la compétition dans un sport ?**

En athlétisme, oui.

**En cross ?**

Oui. Même si nous étions différentes dans la pratique.

**Dans quel sens ?**

Quand j'étais petite, je ne supportais pas la défaite. Pour les cross avec les garçons, il fallait que je sois première devant les garçons. Je fondais en larmes si je n'étais pas devant, c'était une catastrophe. Ma sœur était plutôt dans la force tranquille. Elle se faisait plaisir sur les compétitions mais elle ne cherchait pas à tout casser. Maintenant, à l'inverse, je m'éloigne un peu de ce côté compétition, plutôt dans le dépassement de soi que dans la rivalité avec les adversaires, alors que ma sœur a plus ce côté compétitif. C'est amusant.

**Vous vous rejoignez sur le tard.**

Nous nous croisons.

*Prochaine lettre :*

*Faustine Merret*

*3 – La compétition (partie 1).*

.....  
© Loïc Henry / 2009 – 2010.