

Théo Curin, nageur

« Le sport est la meilleure échappa



© Nicolas Götz - Velobs

© Nicolas Götz - Velobs

« J'ai le sentiment d'être hyper privilégié. Je fais ce que j'aime.
Je m'en donne les moyens et des personnes me soutiennent dans mes projets. »

Théo Curin en cinq dates

2000 : Naissance à Lunéville (Meurthe-et-Moselle).

2006 : Méningite foudroyante. Il en réchappe quadri-amputé.

2013 : Rejoint le pôle France Handisport de Natation à Vichy (Allier).

2016 : Participe aux Jeux paralympiques de Rio (plus jeune membre de la délégation française).

2020 : Premier quadri-amputé à concourir (et à passer la ligne d'arrivée) à l'half Ironman des Sables d'Olonne.

Quadri-amputé suite à une méningite foudroyante à six ans, Théo Curin est un jeune homme de 20 ans qui ne tient pas en place. Membre de l'équipe paralympique de natation, multi-médaillé en championnats d'Europe et du monde, il s'illustre dans la natation handisport depuis plusieurs années. Mais son énergie débordante le pousse à investir d'autres territoires. Son nouveau défi ? La traversée inédite du lac Titicaca dans la Cordillère des Andes aux côtés de deux autres sportifs. Le top départ est prévu pour novembre 2021.

Faire Face : Comment est née l'idée de ce projet à l'autre bout du monde ?

Théo Curin : Durant le premier confinement du printemps 2020, j'ai été un peu à l'arrêt comme beaucoup de sportifs. J'avais décidé de ne pas participer aux Jeux de Tokyo car un changement dans le

système de classification^[1] ne me laissait aucune chance de podium. Classé S5, je me retrouvais face à des adversaires avec leurs deux mains. Les concurrencer était juste mission impossible. Comme ce que j'aime le plus, c'est de me fixer de nouveaux objectifs, j'avais besoin d'une nouvelle aventure sportive. C'est dans

toire aux problèmes du quotidien »

cet esprit que j'ai décidé de participer à l'half IronMan^[2] en septembre 2020 aux Sables d'Olonne. Franchement, j'en ai bavé, mais je tenais vraiment à terminer. Maintenant objectif le lac Titicaca en novembre 2021.

FF : En quoi consiste le défi Titicaca ?

T.C : Il s'agit de traverser le lac Titicaca au Pérou en totale autonomie, soit 122 km à la nage dans une eau à dix degrés, à près de 4 000 mètres d'altitude. Autrement dit, des conditions extrêmes auxquelles je ne suis clairement pas habitué ! Comme je ne pouvais pas me lancer seul, j'ai choisi deux compagnons d'exception pour venir avec moi durant les huit à dix jours que doit durer cette aventure : l'ancienne nageuse olympique Malia Metella et Matthieu Wietvoet, éco-aventurier.

FF : Où résident les difficultés dans un tel projet ?

T.C : Dans le manque d'oxygène dû à l'altitude, le froid, le peu d'heures de sommeil. L'expédition s'effectuera en totale autonomie, au milieu du lac, sans contact avec les rives. Tout en nageant, nous tracterons une sorte d'embarcation spécialement conçue pour l'aventure où nous pourrions dormir, manger, et qui contiendra notre matériel (nourriture lyophilisée, vêtements de rechange, sacs de couchage...). Jusqu'à la date du départ, nous allons enchaîner des sessions d'entraînement en mode survie pour nous préparer aux différentes situations. C'est très intense, mais aussi très excitant.

FF : Est-ce très différent de nager en eau naturelle ?

T.C : Je n'éprouve pas les mêmes sensations que dans les bassins, même si l'eau est un élément que je connais bien. Quand tu t'entraînes dans de l'eau à neuf degrés c'est à toi de t'adapter. Tu as la confirmation que la nature est plus forte que toi. Ça rend d'autant plus conscient de la nécessité de protéger notre environne-

ment. Au-delà des valeurs sportives et du dépassement de soi, cette aventure revêt une dimension écologique et solidaire. Ma génération est très sensible à la question environnementale.

FF : Si votre carrière de nageur paralympique est actuellement entre parenthèses, rendez-vous tout de même aux Jeux de 2024 ?

T.C : Bien sûr ! Depuis avril 2018, je fais partie de la commission des athlètes Paris 2024, qui travaille à la préparation de ces Jeux. Ce sera un rendez-vous important. Je reste un nageur paralympique et ne renonce pas à l'idée d'y participer en espérant que la classification évolue.

FF : À vingt ans, vous affichez un palmarès impressionnant. Vous êtes l'égérie d'une marque de cosmétiques, chroniqueur dans le magazine de la santé sur France 5. Avez-vous le sentiment de contribuer à faire changer le regard sur le handicap ?

T.C : J'ai le sentiment d'être hyper privilégié. Je fais ce que j'aime. Je m'en donne les moyens et des personnes me soutiennent dans mes projets. Je ne me mets aucune pression quant au fait d'être handicapé. Je pense que nous avons tous, que l'on soit valide ou en situation de handicap, notre montagne à gravir. Pour certains, c'est un divorce ou la perte de leur emploi. On s'y attèle avec les moyens qui sont les nôtres.

J'ai réussi à rebondir après ce qui m'est arrivé très jeune. Mais je ne suis pas surhumain pour autant. J'ai eu la chance d'être bien entouré d'abord par ma famille, puis par toute une équipe. J'ai fait de bonnes rencontres.

FF : Que vous a apporté la natation dans votre vie de personne en situation de handicap ?

T.C. : Elle m'a aidé à accepter mon corps atypique. Quand vous êtes en maillot de bain, vous ne pouvez plus vous cacher ! Le sport est la meilleure échappatoire aux problèmes du quotidien. Il n'y a rien de mieux pour se vider la tête. Tout le monde peut se saisir de cet outil formidable en trouvant le sport qui lui convient. ▶

propos recueillis par Claudine Colozzi

(1) En natation, les compétiteurs sont classés selon leur potentiel physique. Il existe dix classes "S" de S1 à S10 pour les nages papillon, dos et crawl (nages qui privilégient la puissance des membres supérieurs). Prévu en 2020, les Jeux de Tokyo ont été repoussés en 2021 pour cause de crise sanitaire. À l'heure du bouclage de *Faire Face*, la tenue ou non de ces Jeux n'avait pas encore été annoncée.

(2) Compétition de triathlon qui correspond à la moitié d'un Ironman. Les distances à parcourir sont d'1,9 km de natation, 90 km de vélo et 21,1 km de course à pied.

En savoir plus
www.theocurin.fr

Le conseil de Théo

« Je n'aimais pas beaucoup l'eau. J'étais limite phobique. Alors j'y suis allé progressivement. D'abord assis sur le bord du bassin. Puis, j'ai fait une première longueur, suivi d'un premier aller-retour. Je m'en souviens très bien. J'étais heureux d'y être arrivé. En fait, très vite, j'ai adoré le contact de l'eau, la sensation de liberté qu'elle procure. Je ne pensais même pas à la compétition. C'est venu par la suite.

Il faut se fixer de petits objectifs quand on débute, quel que soit le sport que l'on choisit. »