

# La « recette » olympique vue par des 'Grands chefs'

Rédigé par CCDP le 21/11/2016

**Leurs fédérations respectives ne sont plus descendues des podiums depuis plusieurs olympiades. Les DTN Philippe BANA (handball), Jean-Claude SENAUD (judo) et Philippe GRAILLE (canoë-kayak) nous livrent leurs petits « secrets ».**

## Savoir se remettre en question

**Philippe BANA :** *Quand tu as la chance de faire partie de la famille olympique, où le perfectionnisme est la clé, la remise en question doit être permanente, dans la victoire comme dans la défaite. L'absence de l'or à Rio a généré chez nous de sérieux débriefings, car même récompensé on doit rester insatisfait pour avancer. C'était déjà le cas après les Jeux de Pékin et ceux de Londres, y compris chez les garçons qui avaient pourtant remporté le titre. Un 3ème podium olympique reste extraordinaire. Ce n'est pas la norme. Mais notre philosophie est de ne pas nous retourner sur le passé. Seul l'avenir nous intéresse. Nous sommes obnubilés par ce que nous avons à faire, pas par ce que nous avons fait. Mais nous avons aussi une règle : toujours nous dire la vérité en face, sans rien éluder. Dans notre système, qui ose dire la vérité aux coachs, aux athlètes, aux fédérations ? C'est là où le sport français doit encore progresser : savoir se regarder en face.*

**Jean-Claude SENAUD :** *Nous avons pris le parti à la fédération française de judo de changer les équipes d'encadrement à chaque début d'olympiade, et encore plus lorsque le succès est au rendez-vous ! Pour casser les habitudes, éviter le confort qui pourrait s'installer. Cette année, malgré nos excellents résultats à Rio, nous allons à nouveau modifier en profondeur le staff. En 2004, même le comité directeur, dont je faisais partie à l'époque, avait changé au lendemain des Jeux d'Athènes !*

**Philippe GRAILLE :** *Un des éléments importants de notre organisation est notre mode de sélection pour les Jeux qui marque notre volonté de rebattre les cartes à chaque olympiade. Ce que tu as fait un jour ne prédit en rien du lendemain. C'est marqué dans notre chair. Tu as beau être champion du monde, l'année des Jeux, tu dois encore prouver que tu es performant et tu dois gagner ta place. Cette approche oblige les champions à sortir de leur zone de confort et elle permet aussi de galvaniser l'ensemble des athlètes qui ont aussi la possibilité de se sélectionner. Le plus complexe est de savoir où placer le curseur, car l'objectif n'est pas non plus d'épuiser nos leaders pour qui l'objectif reste la médaille olympique et non la sélection.*



## Apprendre de ses erreurs

**Philippe GRAILLE** : *Aux JO de Pékin en 2008, nous avons souhaité échapper à la particularité des Jeux. Nous pensions protéger nos athlètes en les éloignant du village et en essayant d'amoinrir la dimension exceptionnelle des Jeux. C'était une erreur. Arrivé dans les « starts », face au public et aux caméras TV, inévitablement, toute la dimension des Jeux les rattrapait et ils n'avaient plus que quelques secondes pour faire le chemin qu'on leur avait évité de faire jusque-là. Nous sommes revenus au village dès les JO de Londres et avons essayé, au contraire, d'intégrer dans notre préparation le caractère exceptionnel des Jeux. Je suis personnellement convaincu que cette approche a contribué à obtenir l'or ces deux dernières olympiades.*

**Jean-Claude SENAUD** : *Avant les Jeux d'Athènes en 2004, nous avons souhaité intégrer dans l'encadrement des champions tout juste retraités et sans expériences du coaching (David Douillet, Stéphane Traineau...). Mais nous nous sommes vite rendus compte que nous les avons lancés trop tôt dans le grand bain. Le métier d'entraîneur demande un long apprentissage. Et nous l'avons payé très cher à Athènes (une seule médaille, en argent, pour Frédérique JOSSINET en - 48 kg, ndlr). Nous n'avons plus jamais reproduit cette erreur.*

**Philippe BANA** : *Avant de gagner les Jeux, il faut apprendre à ne pas les perdre ! Nous avons dû attendre la 5e participation chez les filles pour décrocher une médaille. Il est facile de se perdre sur le chemin des Jeux : les horaires, le village, les sollicitations... Je pense que c'est peut-être ce qui est arrivé aux volleyeurs français cette année (l'équipe de France masculine a été éliminée dès les qualifications, ndlr). Quand tu vas à Disneyland, il faut te préparer ! Au fil des olympiades, nous avons mis en place une routine, comme par exemple d'arriver très tôt au village olympique, et développé certains réflexes de sports collectifs. Pour nous, les Jeux ne commencent vraiment qu'à partir des quarts de finale. C'est le cap important à passer, celui sur lequel les filles se sont par exemple cassées les dents à quatre reprises. On a développé une culture olympique.*



## Se caler sur l'horloge olympique

**Philippe BANA** : *Pour réussir aux Jeux Olympiques, il n'y a pas de secret. Quel que soit le sport, le staff et les athlètes doivent être focalisés sur cet objectif, et ce dès le début de l'olympiade, jusqu'à s'en rendre malade. Pour le handball français, ce double enjeu d'être médaillé tant chez les filles que chez les garçons était devenu une véritable obsession. Les Jeux, c'est le contrôle final, l'interrogation ultime. Depuis plusieurs années, nous sommes calés sur l'horloge olympique. C'est elle qui guide nos choix, notre stratégie. La médaille olympique est le graal ultime, mais elle a aussi un prix et tout le monde doit être prêt à faire les sacrifices. Depuis 20 ans, nous passons entre 80 et 120 jours de stage ensemble les années olympiques, au détriment de notre famille, de nos congés... Si tu penses que les JO sont une épreuve parmi tant d'autres, tu vas les perdre avant même de les avoir commencés...*