

Interview croisée

CLARA ET SOVANN : DISCRÉTION ET DÉTERMINATION



Deux athlètes phares de l'Equipe de France et pourtant si discrètes, nous souhaitons en apprendre plus sur Clara et Sovann...

FM: Qu'est-ce qui vous a amené à la FA ?

Clara : C'est assez naturellement que j'ai débuté dans la lignée de mon grand Frère (Nicolas) qui m'a coaché dès mes 14 ans. A l'époque j'ai même participé à un championnat « cadette » qui n'existe plus. Je suis même championne de France cadette dans la catégorie des -63kg ;)

Sovann : En 2017 j'ai démarré dans une optique de remise en forme. J'ai rapidement été attirée par l'idée de soulever le plus lourd possible (sourire). J'ai cherché des informations sur Internet et je suis tombée sur les vidéos de Noémie (Allabert) sur Youtube, cela m'a motivé à continuer.

FM: Qu'est-ce que cela vous a appris sur vous-même ?

Clara : C'est une histoire de développer de la confiance en soi. On doit aller de l'avant même si on apprend aussi à se remettre en question. Cela représente une introspection tout en nous aidant éventuellement à nous construire ou nous reconstruire, je pense. Et tout cela est utile aussi bien dans le domaine sportif que dans le domaine professionnel.

Sovann : Personnellement je préfère une pratique individuelle car cela me pousse à persévérer. Ce n'est pas une démarche individualiste mais plus un défi d'aller à 100% et de faire des choses extraordinaires. Cela contraint à se confronter à des juges, ce qui peut être stressant mais apporte un plus après pour le monde du travail.

FM: Avez-vous remarqué une différence de regard porté sur notre discipline ou votre statut d'athlète de haut niveau à l'étranger ?

Clara : il y a plus de considération pour le sport universitaire ailleurs, notamment aux Etats-Unis. Ici sa place est modeste même si on n'est pas les plus mal lotis je pense. En outre l'intégration des SHN dans le monde de l'entreprise semble plus difficile. Les entreprises voient dans un premier temps les avantages à recruter un SHN mais ne voient pas les inconvénients avec notamment les absences pour les compétitions. Notre besoin d'être libérées par l'entreprise lors des championnats reste mal compris.

Sovann : oui le sport est peu connu en France et à l'étranger mais cela n'empêche que les gens restent impressionnés par la discipline et les performances réalisées et m'encouragent dans ma pratique sportive.



FM : Un souvenir marquant à nous partager ?

Sovann : mes derniers championnats d'Europe restent une expérience en demi-teinte. Je rate mon squat alors que les barres me paraissaient légères et je passe 175 kg en pensant que la course au podium sera difficile. Finalement je me remobilise pour le bench et je valide un PR au deadlift avec 210 kg, malgré les protestations de nos amis espagnols (sourire).

Clara : mon dernier Terre aux France Junior qui me permet un total qualificatif pour les Mondes et qui est le plus gros soulevé de terre féminin de l'histoire de la fédération. Idem aux Europes où je ne réalise pas complètement que je tire pour le titre au 3^e terre. Tout le monde hurlait pour m'encourager, j'ai compris qu'il y avait de l'enjeu derrière cette barre mais pas au point de me dire que c'était pour la première place.

FM : Qu'est-ce que l'organisation des Championnats du Monde à Paris peut apporter selon vous ? Pensez-vous à une professionnalisation du statut de l'athlète ?

Ensemble : plus de visibilité pour notre sport, plus de public autre que celui de la FA, nous espérons de la reconnaissance des institutions.

Sovann : j'espère que du plaisir, la professionnalisation ne doit pas être une finalité mais un bonus. **Clara** : oui il faut trouver le juste équilibre entre la vie professionnelle et la carrière de sportive.

FM : Avez-vous une question à poser l'une à l'autre ?

Clara à Sovann : Comment gères-tu les critiques ?

Sovann : oui cela m'a fait un peu rire au début car j'ai eu mes premiers « haters » espagnols aux Europes (Malaga). Après coup c'est vrai que j'ai le sentiment d'être un imposteur car j'ai failli relâcher la barre au deadlift après une compétition compliquée. Je digère un peu mal cet épisode mais j'essaye d'en tirer des leçons pour que cela ne se reproduise plus.

Sovann à Clara : Comment tu gères le fait d'avoir commencé très jeune ?

Clara : Je me sens qu'au début de ma carrière, j'ai hâte d'être « officiellement » en open. Je pense qu'il faut pratiquer un autre sport en parallèle juste pour le plaisir. Il y a des hauts et des bas mais personnellement la compétition m'aide à me fixer des objectifs.

Sovann à Clara : J'ai une seconde question. Te sentirais-tu capable de revenir si tu devais envisager une maternité ? **Clara** : La question ne se pose pas encore mais oui car une athlète Américaine et d'autres sportives l'ont fait !

Merci championnes et tous nos vœux de réussite pour vos futures compétitions !