



ACTUALITÉ

SPORT

Jeudi 29 novembre 2018

Léonie Périault : une athlète en or

Le 15 juillet dernier, à seulement 24 ans, Léonie Périault remportait son premier titre de championne du monde de relais mixte* à Hambourg. Des bords du bassin de la piscine municipale de Vélizy-Villacoublay à la plus haute marche d'un podium mondial, elle a déjà parcouru beaucoup de chemin. À la nage, à vélo ou en courant, elle excelle. Le début d'une belle carrière sportive. Portrait.



Vous l'avez peut-être croisée à la sortie de l'école maternelle et élémentaire Fronval où elle a fait sa scolarité, ou bien au détour d'une fête locale, ou encore dans les allées forestières lors de l'un de ses nombreux footings d'entraînement... Léonie Périault est une enfant de Vélizy-Villacoublay, « j'y ai vécu vingt ans », précise-t-elle du haut de ses 24 ans. C'est d'ailleurs ici que débute sa carrière sportive. Des premiers cours de bébé nageur jusqu'à ses 10 ans, elle est licenciée au club de natation vélizien L'Espadon, avec une petite pirouette par la danse classique de 6 à 12 ans. Entre deux eaux, elle découvre à 8 ans le triathlon, grâce à son entraîneur de natation, Ludovic Dailliez. « Il n'y avait pas de section jeunes au club de Vélizy Triathlon. J'ai donc d'abord rejoint le club du Stade Français au Parc de Saint-Cloud avant de m'inscrire à celui de Versailles », se souvient-elle. « A partir de 12 ans, on commence sur des distances dites "xs", soit 400 m de natation, 10 km de vélo et 2,5 km de course à pied ».

Dès son premier championnat de France en minimes, à 13 ans, Léonie se hisse à la 3ème place du podium. Un résultat qui présage déjà de tout son potentiel. Même si à cette époque, elle suit un sport-études natation au collège Rameau à Versailles, la jeune athlète décide de s'adonner davantage au triathlon. Elle intensifie les entraînements, en particulier sur les deux dernières disciplines, la course cycliste et à pied.

Etudes et sport de haut niveau, un niveau, un difficile équilibre ? Léonie, alors en bac STG (Sciences et Technologies de la Gestion) au lycée Marie Curie, en sait quelque chose. « Le matin, avant les cours, j'allais nager. Le soir, j'enchaînais avec la course. Le week-end était consacré au vélo », détaille-t-elle de son emploi du temps marathonien et d'ajouter, « Certains profs ne comprenaient pas et encourageaient mes parents à me faire arrêter le triathlon. Pour moi, cela aurait



été la pire des punitions ». Mais toute la petite famille tient bon, sûre du talent de Léonie, et continue de la soutenir dans ses choix.

En 2012, à quelques semaines de l'obtention de son baccalauréat, elle fait son premier championnat d'Europe Junior, décroche le titre de vice-championne et se qualifie pour les championnats du monde. Là, elle récidive et monte sur la 2ème marche du podium. La jeune femme décide alors de mettre de côté ses études pour se consacrer pleinement au triathlon.

Léonie confirme son talent dans les catégories supérieures, en Espoir d'abord, avec deux titres de vice-championne du monde, puis en Elite depuis un an, au club de Poissy et en équipe de France avec les meilleurs athlètes.

Deux étoiles... et plus

Alors que la France entière célèbre son deuxième titre de Champions du monde de football, dans l'ombre médiatique des stars du ballon rond, d'autres « bleus » brillent aussi en devenant champions du monde de relais mixte à Hambourg, le 15 juillet 2018.



De gauche à droite, Cassandra Beaugrand, Dorian Coninx, Pierre Le Corre et Léonie Périault, ont décroché le titre de champions d'Europe de relais mixte à Glasgow, en août 2018.

Léonie Périault, Dorian Coninx, Cassandra Beaugrand et Vincent Luis ont également à la France sa deuxième étoile, après 2015. Au départ de l'épreuve de 200 à 300 m en natation, entre 6 et 8 km au vélo et de 1,5 km en course à pied, Léonie met l'équipe sur orbite pour conquérir ce 2ème titre. « Après ma frustration en World Triathlon Series, la veille, j'avais à cœur de me rattraper pour le premier relais. J'ai réussi à bien lancer l'équipe, et après ils ont bien géré. C'est super ! », raconte-elle. Sur cette belle lancée, le quatuor tricolore, avec Pierre Le Corre en lieu et place de Vincent Luis, remporte également le titre de champion d'Europe relais mixte à Glasgow en août dernier. « Une médaille qui a fait plus parler d'elle parce que le triathlon a pu être retransmis à la télévision », souligne Léonie.

En lice également au World Triathlon Series, elle affronte le top des triathlètes mondiaux au meilleur des huit épreuves qui font cette compétition. Elle termine cette année à la 16ème place de ce classement mondial.

Actuellement au Pôle France de Montpellier, elle s'entraîne entre 20 et 25 heures, voire même jusqu'à 30 heures par semaine en stage. Souvent, elle enchaîne les trois disciplines dans la même journée auxquelles s'ajoutent deux entraînements de préparation physique hebdomadaires. « Il faut être costaud mentalement pour faire toutes ces heures d'entraînement, se dépasser », reconnaît-elle. Des trois épreuves, elle préfère la course à pied. Paradoxalement, la natation qui a vu ses débuts de grande sportive reste son point faible. « J'étais un peu têtue dans mon enfance, et je n'ai



pas écouté et suivi les bons conseils techniques. Du coup, mon travail se porte davantage sur la nage ».

Même si en arrière-plan, elle pense à sa reconversion, elle se projette déjà sur son futur objectif sportif : les Jeux Olympiques de Tokyo dans deux ans. « J'aimerais pouvoir me qualifier dans les deux épreuves, en individuel mais aussi en relais mixte nouvellement inscrite aux jeux. Les chances de médailles sont importantes. J'espère vraiment pouvoir y participer et en rapporter au moins une », rêve déjà Léonie... Rendez-vous en 2020 !

FOCUS : VELIZY TRIATHLON, À FOND !



Créé en 1999, le club Vélizy Triathlon rassemble aujourd'hui 70 passionnés de tous âges. Du plus jeune (20 ans) au doyen de ses athlètes (plus de 60 ans), ils enchaînent les compétitions à tous les niveaux et filent aux quatre coins de l'Europe pour participer aux fameux Iron Man de Nice, Frankfort, Klagenfurt... "Nous finissons souvent dans les 100 premiers de grandes épreuves nationales et internationales. Nos athlètes en vétéran 3 et 4 (soit entre 50 et 55 ans et au-delà de 55 ans...) décrochent même régulièrement des places sur les podiums", se félicite Jean-Charles Noualhaguet, vice-président de Vélizy Triathlon.

Cette année, le club organisait en octobre dernier, la 3^{ème} édition du Run and Bike sur le domaine de la Cour Roland. Une épreuve en combiné (VTT et course à pied) qui commence à se faire un nom avec de 100 équipes en lice, soit plus de 200 participants. Un beau succès en attendant le prochain challenge !

* avec ses coéquipiers : Dorian Coninx, Cassandre Beaugrand et Vincent Luis.