

## Novembre 2021: Le champion de natation handisport Théo Curin se lance dans la traversée du lac Titicaca au Pérou

C'est un défi de taille, ce genre de défi imaginé pour repousser ses limites : le nageur paralympique Théo Curin, amputé des quatre membres, va traverser avec deux autres athlètes le lac Titicaca entre la Bolivie et le Pérou, en totale autonomie, ce que personne n'a encore réalisé.



**Au loin, derrière les parois vitrées du Centre National d'Entraînement** en Altitude de Font-Romeu (CNEA), on aperçoit les Pyrénées. Mais sur les bords de la piscine, Théo Curin et ses deux acolytes n'ont pas vraiment le temps d'apprécier le paysage et la douceur de ces lumineuses journées d'automne. *"On part pour une séance d'une heure trente, vous me faites 200 mètres au choix et avec 15 mètres très vite"*, détaille l'entraîneur du trio Stéphane Lecat avant l'une des dernières séances d'entraînement avant le départ pour la Bolivie. Ultimes longueurs à avaler après 18 mois d'entraînement. *"On est tous un peu fatigués"*, nous explique Théo Curin qui s'allonge sur le bord de la piscine après une séance matinale particulièrement difficile.

## Un radeau de 500 kilos à tracter

Depuis qu'il a imaginé ce projet lors du premier confinement, Théo Curin et ses deux partenaires d'aventure ont enchaîné les séances dans les bassins et dans les lacs (à Annecy dans les Alpes ou Matemale dans les Pyrénées). Mais aussi dans des chambres d'hypoxie au CNEA pour simuler les hautes altitudes dans les Andes, jusqu'à 5 000 mètres. Matthieu Witvoet, un éco-aventurier, accompagne le jeune nageur dans ce défi. *"La difficulté dans un défi pareil, c'est un radeau de 500 kilos qu'on doit tracter, à 3 800 mètres d'altitude et dans une eau à 10 degrés."*



Mais aujourd'hui, plus rien ne semble arrêter Théo Curin, amputé des quatre membres après une méningite foudroyante contractée alors qu'il avait six ans : sportif de haut-niveau, mannequin pour une marque de cosmétique et depuis peu acteur pour la télévision. De quoi impressionner Stéphane Lecat qui a concocté un programme d'entraînement de quatorze mois ! *"Théo, c'est une machine sur le plan mental et musculaire"*, s'enthousiasme celui qui est aussi le manager de l'équipe de

France de nage en eau libre." *Je ne vois pas très bien ce qui pourrait l'arrêter.*"



### **"Le challenge le plus dur de ma vie"**

Jamais personne n'a traversé à la nage le lac Titicaca dans sa longueur. "*Je n'ai pas de doute que ce sera le challenge le plus dur de la ma vie*", résume d'ailleurs Matthieu Witvoet qui a pourtant parcouru 10 000 kilomètres à vélo et descendu la Seine en nageant. Le lac Titicaca, à la frontière entre la Bolivie et le Pérou, avec ses 122 kilomètres de longueur, est le plus haut lac navigable du monde. Avec son agent, Théo Curin a ciblé ce site, berceau de la civilisation inca. "*A l'école primaire, un de mes amis avait fait un exposé sur ce lac. Et forcément, quand il nous a dit qu'il faisait un exposé sur le lac Titicaca, on explose tous de rire*", se rappelle le jeune homme de 21 ans.

Mais ce n'est pas qu'un nom amusant. Le trio sera en autonomie totale à bord d'un radeau : 8 m<sup>2</sup> pour manger et dormir, pour soigner d'éventuelles blessures. Cette aventure au goût de l'extrême a tout de suite plu à Malia Metella. A bientôt 40 ans, l'ancienne vice-championne olympique du 50 mètres nage libre aux JO d'Athènes en 2004, s'était retirée des bassins. Elle

a replongé avec délectation : *"J'arrivais à un burnout de la natation. Je ne supportais plus l'odeur du chlore et les cheveux mouillés en permanence. Toute cette fatigue physique et mentale, je n'en pouvais plus. Mais là, on ne se bat pas pour un chrono, on se bat pour arriver à la fin, pour une aventure, pour prendre plaisir et pour s'entraider et avancer ensemble.*



Mais ce n'est pas qu'un défi un peu égoïste. Les trois nageurs veulent laisser une empreinte écologique forte. Ils embarquent de la nourriture lyophilisée en vrac pour limiter les déchets. Le radeau par exemple a été assemblé à partir de matériau de récupération. L'embarcation sera laissée sur place pour des études scientifiques et des missions de récupération des ordures sur le lac Titicaca.

### **La traversée du lac devrait durer dix jours**

Théo Curin assure aujourd'hui ne pas renoncer à la compétition, lui qui a été vice-champion du monde de natation sur 100 et 200 mètres nage libre en 2017 et qui a été contraint de faire une croix sur les Jeux Paralympiques de Tokyo cet été pour une histoire de classification de handicaps. Il

fourmille d'idées pour faire passer des messages d'espoirs. "A partir du moment où je suis tombé malade et que je suis sorti de l'hospitalisation et de la rééducation, je me suis fait une promesse alors que j'ai failli y passer : tu ne vas rien te refuser. Quand j'ai une idée, je fais tout pour la mettre en place et aller au bout."

La traversée du lac Titicaca devrait durer 10 jours avec au programme plus de 10 km de nage quotidienne, en relais.



Voir la préparation du Défi Titicaca en vidéo:

[https://www.youtube.com/watch?v=raqI\\_7VIA1c](https://www.youtube.com/watch?v=raqI_7VIA1c)

Page officielle de l'évènement: <https://defititicaca.com/le-defi/>

## **EXERCICES DE COMPRÉHENSION DE LECTURE:**

**Question 1: La traversée du Lac Titicaca à la nage que vont réaliser ces sportifs n'a jamais été réalisée. Vrai ou faux?**

**Question 2: Depuis combien de temps les 3 athlètes s'entraînent ils pour réaliser ce défi sportif?**

**Question 3: Quelles sont les principales difficultés de ce défi?**

**Question 4: Quelles sont les autres activités professionnelles de Théo Curmin en dehors de la natation?**

**Question 5: Quelles sont les particularités géographiques du lac Titicaca?**

**Question 6: Quelle est la dimension écologique du projet "Défi Titicaca"?**

**Question 7: Explique avec tes propres mots le message que Théo Curin désire transmettre à travers de ce défi. (pas de copier/coller)**