



C'est une superbe performance que tu as réalisée hier en empochant un quota pour les JO de Rio 2016! Comment analyses-tu ce brillant résultat ?

Je suis venue ici pour donner le meilleur de moi-même. J'avais pour objectif d'accéder à la finale en me basant sur mes résultats précédents qui étaient très positifs. C'est seulement ma seconde participation à une Coupe du Monde. Il a fallu avant tout que j'appréhende l'environnement d'une telle compétition pour pouvoir m'exprimer pleinement. Je suis donc très satisfaite de ce que j'ai accompli.

Quelle est pour toi la définition de la réussite à ce niveau ?

C'est de se libérer de la pression du résultat et de se recentrer sur les vrais enjeux : la progression, le plaisir d'apprendre, l'exigence personnelle et la relation avec les autres. Il est important pour moi de cultiver mes qualités. J'apprends à mieux me connaître, à me construire et à vaincre mes peurs.

Pour parvenir à ce niveau de performance, acceptes-tu certaines souffrances et contraintes liées à la pratique du haut niveau ?

Je fais les choix qui s'imposent pour vivre ma passion. J'accepte les sacrifices qui jalonnent mon parcours de sportive car je suis très souvent récompensée de mon investissement. Même lorsque je rencontre des difficultés, j'essaie d'être intense au lieu d'être seulement concentrée. Conserver cette intensité quand on ne me le demande pas, quand les autres ne l'ont pas, quand rien ne va, voilà mon combat de tous les jours !

Tu sembles être très assurée de tes qualités ?

Je n'ai pas des qualités si extraordinaires ; ce que j'ai peut-être de particulier, c'est que je prends au sérieux mes qualités. J'ose croire en moi, humblement. C'est une disposition que j'aime entretenir et cela constitue le meilleur moyen de progresser et de s'imposer.

Tu es championne par ta personnalité ?

J'aborde les compétitions avec un haut degré de confiance et une grande détermination grâce au travail et à la préparation. Je me contente de suivre la procédure et de ne pas en dévier, même quand la situation devient tendue. La combativité est le trait qui me caractérise le plus. C'est elle qui me dicte mon attitude, mes choix et mes gestes et c'est elle qui me permet également de maîtriser mes émotions.