

Charayron : « Je reviens plus forte »

Emmie Charayron revient dans le jeu. Cinq mois après son opération d'une hernie crurale qui l'a privée des JO de Rio, la triathlète internationale (33^e mondiale) se teste au cross du Mamelon à Décines. Une mise en jambe avant de disputer le triathlon de Dakhla (Maroc) la semaine prochaine (17 décembre).

Comment allez-vous après ce long coup d'arrêt ?

Emmie Charayron : « L'opération a bien fonctionné. Et je me suis bien remis. La douleur est apparue en mai à Cagliari (4^e). Aux championnats de France (1^{er}), elle était terrible. On a mis du temps à diagnostiquer la blessure. L'opération était inévitable. »

Comment avez-vous digéré le forfait pour les JO ?

« Je ne cache pas que j'ai vécu des moments très difficiles. À ce moment-là, j'ai été blessée par plein de choses. Je me suis recroquevillée dans ma bulle. J'avoue que j'ai versé ma petite larme en regardant les JO à la télé. Finalement, j'ai été arrêtée 8 semaines : j'en ai profité pour redéfinir mon projet. J'ai pris un sacré coup sur la tête mais je crois que je reviens plus forte. Je sais ce que je veux. »

C'est-à-dire ?

« J'aurai 30 ans en 2020 aux JO



■ Emmie Charayron lors du cross du Mamelon 2014 qu'elle avait fini au 2^e rang. Photo Maxime JEGAT

de Tokyo. Théoriquement, c'est l'olympiade où je dois être la meilleure. Je ne veux rien regretter. Désormais, je suis pleinement responsable de mon projet même si j'ai conservé la même équipe autour de moi avec mon père et Bertrand Venturi pour la natation. »

Qu'attendez-vous du cross de Décines ?

« J'ai décidé de ponctuer mes cycles de travail par des compétitions. J'espère aller vite. Cela fait longtemps que je n'ai pas fait de cross (ndlr : son dernier

remonte au 12 décembre 2014 à Décines justement). J'en ferai peut-être d'autres. »

Pourquoi renouer avec le triathlon dès la semaine prochaine à Dakhla ?

« Ça me manquait et pour voir où j'en suis. À pied, ça ira, je pense. Je vais voir comment se passe la natation. Il s'agit aussi de dédramatiser la compétition. »

Recueilli par B.S.

CROSS du Mamelon dimanche à Décines à partir de 10h. As femmes à 14h50. As hommes à 15h20.

Vers un club de la région ?

Licenciée à l'Asvel en athlétisme, Emmie Charayron a quitté le club de triathlon de Sartrouville et cherche un point de chute : « J'ai des propositions, dit-elle, mais j'aimerais trouver un club de la région Rhône-Alpes où m'investir à long terme. »