



**Laurent BROSSEAU :**

*Sénior en 2011 (27 ans)*

*Début en aviron à Avignon, Minimes 1998*

*Préparateur Physique, mentale, Entraîneur aviron*

***Projet Aiguebelette 2011 avec la SNC family, des moments simples et magiques, un défi en équipe, pour des souvenirs éternels. « Souvenez-vous » !***

Pour moi la course mythique d'Aiguebelette n'a pas été une simple course, mais un énorme projet d'émulation de notre aviron familiale. Un défi sous toutes ses coutures (organisation, dépassement de soi, partage...), qui a concrétisé nos 6 saisons de montée en puissance avec le club de Caderousse. Un weekend 100% aviron avec notre aviron de pote, dans un lac magnifique en montagne, une météo d'été, tous nos collègues d'autres clubs, et nos amis d'Eurodiffusion (manu, aurélie..).

Bref, un cocktail encore plus réussi que ce que j'imaginai avec mes vieux souvenirs de cadet. « Rien de grand ne s'est jamais déroulé sans passion », c'est ce qui peut résumer mon état d'esprit quand j'enfile la combinaison SNC. La cohésion d'équipe, le partage et la passion de l'aviron sont ma source d'énergie. On monte en bateau on sent la pression qui prend sa place, mais juste à côté la force mentale d'un groupe vient se positionner en embuscade...on s'échauffe, on se rassure, on se grave dans la tête « ne rien regretter », on pense au coach (tanham) qui nous a dit « quand ça fera mal, pensez que ce sera peut être les derniers coups de pelles dans ce lac ». On arrive au départ, on ne pense plus qu'à sa course et son défi, les bateaux sont appelés un par un, « Caderousse » résonne au milieu des plus gros clubs de France. A ce moment là on prend conscience qu'on y est, un mélange explosif de stress et d'envie de se battre nous submerge..., les arbitres annoncent le départ imminent « 2 minutes », on maintient l'alignement, ça monte en intensité prêt à exploser, fixé sur le drapeau, il commence à bouger, en 1 millième de seconde on commande au corps de partir, et le « Partez » d'éclanche toute l'armada. Dans un énorme bruit mêlé de pelle, de coulisse, de moteur, on ressent toute l'énergie et l'intensité de chaque rameur qui attaque son défi. « On ne se sent jamais aussi vivant que dans la douleur », on applique notre technique, on tempore notre fougue, on ressent l'équipe de notre bateau qui se bat ensemble, et là c'est magique !! Bien avant le milieu de parcours on souffre physiquement et mentalement, mais la force mentale du groupe sort de son embuscade pour nous apporter l'énergie nécessaire. On sait pourquoi on est là, pour nous, pour les amis, pour l'entraîneur, pour le club ! « Un dépassement de soi pour ne rien regretter », cette énergie nous transcende pour devenir meilleur et rentrer dans la légende de notre petit club, mais aussi dans nos souvenirs.



***Projet Aiguebelette 2011 avec la SNC family, des moments simples et magiques, un défi en équipe, pour des souvenirs éternels. « Souvenez-vous » !***