



© Christophe Launay / FFV

OBJECTIF OR

CAMILLE LECOINTRE & HELENE DEFRANCE
EQUIPE DE FRANCE DE VOILE. 470

DOSSIER DE PRESSE – AOUT 2016



© Christophe Launay / FFV

SOMMAIRE

1. Editorial par Henry Bacchini, vice-Président de la Fédération Française de Voile.....p3
2. Prendre son destin en main.....p4
3. Des palmarès à faire envie.....p6
4. L'homme de l'ombre.....p9
5. Les filles vues par.....p10
6. Sportives de haut-niveau au quotidien.....p12
7. La parité et la voile Olympique.....p16
8. Les brestois aux Jeux.....p17
9. Objectif Rio !p18
10. Camille, Hélène et leurs plus fidèles alliés.....p21
11. Contact.....p23

EDITO



« Un long chemin a été parcouru en ce qui concerne la parité dans le nautisme mais ce n'est pas encore gagné ! De nombreux facteurs permettront aux jeunes filles de demain d'être l'égal des hommes sur l'eau aux prochains Jeux Olympiques : La sensibilisation à la voile féminine, la mobilisation de sponsors ou encore la bonne volonté du Comité International Olympique et de la Fédération Internationale de Voile. **Camille et Hélène font partie de ces marins au féminin qui sont un exemple et qui veulent prouver qu'il est possible pour une femme d'être un navigateur confirmé au même titre que les hommes.** Je sais que par leur complémentarité - Hélène est cartésienne alors que Camille fonctionne de manière plus intuitive et à la sensation- les filles peuvent aller très loin ! C'est aussi grâce à leur entraîneur, Gildas Philippe, qui leur fait suivre les mêmes préparations que les garçons. Il sait leur parler, composer avec les sensibilités de chacune... Nous allons suivre leur périple à Rio avec attention en espérant que la belle progression qu'elles ont amorcée depuis quelques années les mène vers l'or ! »

Henry Bacchini, vice-Président de la
Fédération Française de Voile.



PRENDRE SON DESTIN EN MAIN

Camille Lecointre et Hélène Defrance ont eu toutes les deux, très jeunes, une révélation pour la voile et la compétition. L'attrait pour la mer est confirmé, lorsqu'à 12 ans et avec l'accord de ses parents, Hélène part faire un tour du monde à la voile dans le cadre d'un projet pédagogique et humanitaire et que, dans le même temps Camille se prend à rêver des Jeux Olympiques en suivant à la télévision ses athlètes préférés...

Mais les deux jolis brins de femmes ne se sont pas contentés de suivre les exploits des autres, elles ont pris leur destin en main.

En s'inspirant des parcours de leurs prédécesseurs en voile Olympique, Annabelle Chaulvin (sélectionnée aux Jeux Olympiques de 1992 et 1996 en 470), Florence Lebrun (sélectionnée aux Jeux Olympiques de 1988, 1992 et 1996 en 470) ou encore Faustine Merret (médaillée d'or de planche à voile à Athènes en 2004) elles ont très vite intégré les meilleures structures du nautisme français. En 2003, Camille monte pour la première fois sur un podium de championnat du Monde. A l'âge de 18

ans, elle devient vice-championne du monde de 420.

Bonheur pour l'une, déception pour l'autre

Elle change alors de support pour naviguer en 470 et se lance dans la préparation Olympique. A 20 ans, elle est vice-championne du Monde Junior de 470 et rêve des Jeux... A Pékin, en 2008, elle n'est que suppléante alors que son équipière remplace la titulaire blessée. Camille conserve toute sa détermination et poursuit son engagement dans la préparation des Jeux de 2012. Vice-championnes du Monde avec son équipière Mathilde Géron, sélectionnées pour Londres, elles ont toutes les raisons d'y croire.

Elles rateront de peu le podium et se classeront 4èmes. Au sein de l'équipe de France, un autre équipage féminin, dont l'équipière n'est autre qu'Hélène Defrance, se comporte remarquablement bien en 470 mais ne sera pas sélectionné. Hélène avoue une profonde déception et une grande difficulté à vivre les Jeux à distance...

Paradoxe

Camille et son équipière décident de reformer le duo en vue des Jeux Olympiques de Rio. Mais un an plus tard, Mathilde Géron stoppe la compétition pour poursuivre ses études. A 3 ans des Jeux, dans une phase de préparation sportive extrêmement poussée, Camille doit trouver LA personne qui est déjà dotée d'un très haut-niveau et qui sera extrêmement motivée pour travailler sans relâche. Avec l'aval de son entraîneur, Gildas Philippe, Camille propose à Hélène de former un nouveau duo. Sa concurrente déçue de 2012 devient une coéquipière redoutablement engagée.



Engagement

Tout est alors mis en œuvre pour que Camille et Hélène soient prêtes à remporter le titre Olympique à Rio. Elles travaillent d'arrache-pied sur les plans d'eau de Brest et Marseille, elles repèrent les plans d'eau plusieurs semaines avant le début des compétitions internationales afin de les connaître dans les moindres détails et de s'y sentir bien. Elles s'entourent d'un coach sportif, d'une psychologue de la performance, d'une kinésithérapeute. Hélène, diététicienne, apporte son expertise dans le domaine alimentaire, leurs familles les suivent, la Fédération Française de Voile les soutient et un expert est à leurs côtés au quotidien pour analyser et identifier les paramètres de progression,

Gildas Philippe, entraîneur inconditionnel de Camille depuis 2009.



Un duo redoutable

De compétition en compétition, Camille et Hélène n'ont qu'un objectif : progresser. Certaines d'entre elles sont destinées à optimiser les réglages et leur fonctionnement, d'autres n'ont qu'un objectif, le podium et la victoire. En 2015, elles remportent la médaille de bronze au Championnat du Monde, en 2016, ce sera l'or, 7 mois avant les Jeux.

DES PALMARES A FAIRE ENVIE



Camille Lecointre

Date de naissance : 25 février 1985 à Harfleur (76)

Emploi : Militaire, au sein de l'armée des champions

Ville de résidence : Guipavas (29)

Ligue : Bretagne

Club : Société des Régates de Brest

Navigation du moment : 470

Nombre de sélections aux J.O : deux, en 2012 et 2016

Hélène Defrance

Date de naissance : 11 août 1986 à Clamart (92)

Emploi : Nutritionniste, militaire au sein de l'armée des champions

Ville de résidence : Allauch (13)

Ligue : Paca

Club : ASPTT Marseille

Navigation du moment : 470

Nombre de sélections aux J.O : une, celle de 2016



  Bernard Le Bars



  Bernard Le Bars

Le palmarès commun en 470 Camille et Hélène depuis 2013

2016

2015

2014

2013



2016 : Championnes du Monde (San Isidro, Argentine), 3^e de l'ISAF Sailing World Cup (Hyères, France)

2015 : 3^e au Championnat du Monde (Haifa, Israel) ; 4^e au Test Event (Rio, Brésil) ; Vice-championnes d'Europe et 4^e à l'Overall Championnat d'Europe (Aarhus, Danemark) ; 3^e à l'Isaf Sailing World Cup (Hyères, France) ; 2^e à l'Eurosaf Palma (Trophée Princesse Sofia)

2014 : 3^e à la Copa do Brasil ; 4^e au Championnat du Monde (Santander) ; 4^e à la Sailing World Cup à Hyères ; 2^e à la Sailing World Cup Palma ; 2^e à la Sailing World Cup Miami ; 1^{ères} au Championnat nord américain

2013 : 2^e lors de la Semaine Olympique Française (La Rochelle) ; Championnes de France élite 470 féminin (La Rochelle, France)



Le palmarès de Camille sans Hélène

2014 :
Championne du
Monde militaire de
voile (Doha, Qatar)

2013 : 4^e du Championnat du Monde (La Rochelle, France) ; Médaillée d'or aux Jeux Méditerranéens (Mersin, Turquie) ; Championne d'Europe (Formia, Italie) ; 2^e de l'ISAF Sailing World Cup (Hyères, France)

2012 : 4^e aux Jeux Olympiques de Londres ; Vice-championne du Monde (Barcelone, Espagne) ; 3^e lors de la Semaine Olympique Française (SOF)

2011 : 1^{ère} au championnat Nord-américain ; 3^e à la Semaine Olympique (Weymouth, Grande-Bretagne)

2010 : 3^e au championnat Nord-américain ; 2^e à la semaine olympique française ; 4^e au championnat d'Europe

2009 : 3^e aux jeux Méditerranéens

2008 : Suppléante aux Jeux Olympiques de Pékin

2006 : 3^e à la semaine olympique française ; 3^e au championnat du monde jeune

2005 : Vice-championne du monde junior en 470

2003 : Championne de France en 420 ; championne d'Europe et vice-championne du monde ISAF en 420



Le palmarès d'Hélène en 470 sans Camille

2013 :
Championne de
France élite

2012 : 5^e au Trophée princesse Sophia

2011 : 7^e au Championnat d'Europe

2010 : Championne d'Europe ; 2^e de l'ISAF World Cup ; 1^{ère} de la Semaine Olympique française ; 1^{ère} du championnat Nord-américain

2009 : 3^e de la Semaine Olympique (Medemblik, Pays-Bas)

2008 : 4^e de la Semaine Olympique (Weymouth, Grande-Bretagne)

2007 : 4^e au championnat d'Europe jeune, sélectionnée au championnat du monde



L'HOMME DE L'OMBRE

©Christophe Launay / FFV

Gildas Philippe, entraîneur 470 femmes et hommes.

Champion du Monde en 470 (1998)

Double Champion d'Europe en 470 (2000 et 2003)

Double sélectionné Olympique en 470 (14^e en 2000 à Sydney et 5^e en 2004 à Athènes)

Pendant plus de 10 ans, **Gildas Philippe** a été au plus haut niveau de la voile française. Il a commencé à entraîner les 470 en 2009 à la demande des coureurs qui souhaitaient un coach pédagogue et expert en voile olympique. Pour les olympiades de 2012, Gildas entraînait trois équipages de l'équipe de France : Camille et Mathilde Géron, Hélène et Emmanuelle Rol, Ingrid Petitjean et Nadège Douroux. Mais c'est finalement Camille et sa co-équipière Mathilde qui sont sélectionnées.

Gildas entraîne Camille depuis sept ans et après une première olympiade en 2012, une parfaite alchimie s'est créée. Le duo formé par Camille et Hélène pour les Jeux 2016 constitue un nouveau challenge. **Gildas est le pivot** parmi toutes les personnes qui travaillent avec les filles. **Il se charge de la préparation technique du bateau, de la programmation du calendrier, de la stratégie et de la tactique, des entraînements sur l'eau et travaille en étroite collaboration avec la psychologue de la performance Emilie Pelosse. L'entraîneur est très à l'écoute des besoins de Camille et Hélène et travaille avec elles l'importance de chaque exercice pendant l'entraînement.** Gildas entraîne également les garçons Jérémie Mion et Sofian Bouvet. Il organise systématiquement depuis 2015 des entraînements communs aux deux duos. Les deux équipages sont en totale symbiose. Ils s'apportent énormément mutuellement.



©Christophe Launay / FFV

LES FILLES VUES PAR...



Faustine Merret, *Championne Olympique de planche à voile à Athènes en 2004, directrice du Pôle France Voile de Brest :*

« J'ai rencontré Camille pour la première fois lorsqu'elle était en 420 au Pôle Espoir de Brest. J'étais alors en pleine préparation Olympique pour 2004. Nous avons fait la préparation pour les Jeux Olympiques de 2008 et nous avons travaillé ensemble lors des séances de préparation physique que j'encadrais. **Depuis 2013, à la direction du Pôle, j'ai pu suivre de près le nouvel**

équipage qu'elle forme avec Hélène Defrance. Camille revient toujours au Pôle entre chaque déplacement, ce sont sur ces moments qu'il est possible de caler des séances de type aérobie en rameur ou à vélo. Une manière de concilier entraînement et moment d'échange. **Je perçois Camille comme une bosseuse qui s'exprime par l'action. Hélène communique et s'ouvre plus facilement. Elles se complètent bien !** Elles ont toutes deux de l'expérience avec un autre équipage sur les olympiades et en plus un tout nouveau titre de championnes du Monde qui leur permet d'aborder les Jeux Olympiques en force. Il reste maintenant à apporter quelques petits détails qui feront la différence sur le plan d'eau de Rio dans 3 mois pour qu'elles soient totalement prêtes le jour J. »



Gildas Philippe, *entraîneur de l'Equipe de France de 470 :*

« Camille et Hélène sont très complémentaires. Elles sont vraiment différentes dans leur comportement de tous les jours. C'est ce qui apporte de l'équilibre au quotidien à leur équipage, c'est ce qui fait leur force. Il y en a toujours une pour rattraper le coup quand quelque chose dérape. Elles ont vraiment quatre yeux orientés dans des directions différentes alors qu'avec d'autres co-équipières elles étaient focalisées sur les mêmes points. »

« Notre trio fonctionne bien : elles me font confiance pour s'accorder entre elles, car elles ne sont pas forcément tout le temps d'accord. Je suis le médiateur. »



Sofian Bouvet et Jérémie Mion, équipe masculine de 470 sélectionnée pour les Jeux Olympiques de Rio :

« Quand on a connu Camille, à nos débuts en 2007, elle ne naviguait pas encore avec Hélène. On

s'entraîne ensemble avec Camille et Hélène depuis le début de la préparation olympique.

C'est la première fois qu'un équipage féminin et un équipage masculin arrivent à bosser ensemble. C'était un projet commun, une envie de nos deux duos. Nous nous sommes dit que ça pouvait nous apporter beaucoup : Camille et Hélène constituent un équipage plutôt rapide dans le petit temps comparé à nous qui sommes beaucoup plus lourds. A l'inverse nous leur apportons des choses quand il y a du vent... Il n'y a pas de concurrence car nous n'avons pas le même gabarit, il s'agit d'une observation mutuelle. C'est vraiment une chance dans notre série : on a exactement le même bateau avec les mêmes régates et le même programme. On vit les mêmes moments de joie, de pression aussi... Nous allons commencer les épreuves le même jour aux J.O et on risque de finir au même moment. C'est un vrai plus. Dans la vie de tous les jours aussi on se soutient beaucoup, on s'entend bien ! »

Camille et Hélène ont vraiment leur chance pour ces Jeux Olympiques. On les sent bien... de toute façon on travaille en groupe alors si elles ne vont pas bien, nous non plus.



Gaëlle le Hir, membre de l'équipe du Brest Bretagne Hand Ball, vainqueur de la Coupe de France 2016, marraine du bateau DJANGO de Camille et Hélène :

" Elles sont toutes les deux super accessibles, prêtes à partager leur expérience et ce qu'elles vivent. Elles sont très généreuses, hyper motivées. Tout le monde n'a pas la possibilité de participer aux Jeux Olympiques, elles le font humblement. On les sent comme de très grosses travailleuses qui s'entendent comme les deux doigts de la main, très complémentaires. Nous partageons les mêmes valeurs, je suis très heureuse de les voir représenter aussi bien la France et les valeurs Olympiques."

Elles sont toutes les deux super accessibles, prêtes à partager leur expérience et ce qu'elles vivent.



SPORTIVES DE HAUT NIVEAU AU QUOTIDIEN

Dans un milieu longtemps considéré comme masculin, les filles mènent de front leurs carrières sportives et leurs vies de femmes.

L'alimentation, l'atout d'Hélène



Hélène Defrance **diététicienne de profession**, a mis à profit son expertise lors de la préparation des épreuves, notamment en termes de **micronutrition**. Comprendre son organisme et ses besoins est devenu primordial pour optimiser ses performances. Camille et Hélène ont mis en place un fonctionnement simple et efficace : Elles prennent en compte leurs goûts, leurs besoins et cuisinent le plus souvent possible elles-mêmes afin de contrôler leur alimentation. En compétition, alors qu'elles passent une journée entière sur l'eau, l'anticipation est fondamentale. **Le petit déjeuner devient le repas stratégique pour apporter l'énergie nécessaire.** Sur l'eau, elles complètent leur alimentation par des barres et des boissons énergétiques ainsi que des fruits et des fruits secs.

Ses petits plus diététiques :

*« Il est important d'avoir digéré avant d'arriver sur la zone de départ et de ne pas avoir faim. Lorsque la régata se déroule l'après-midi, je prends un petit déjeuner complet en ajoutant une source de protéines (œufs, jambon et fromage). Et sur l'eau, j'ai toujours une boisson énergétique qui hydrate et apporte des glucides, des barres énergétiques, parfois un fruit. Camille agit différemment. **Il est très important de savoir se gérer, en fonction des horaires, de ses réactions. Il faut expérimenter plusieurs formules pour trouver la bonne.** A Rio en mai dernier, nous mangions tous les jours des mangues, des kakis et des papayes au petit déjeuner... c'était trop bon ! Du fromage ou un peu de charcuterie le matin c'est top ! Le salé aide à rester concentré »*

La recette d'Hélène : Mousse de fruits exotiques

1. Prendre 5 fruits de la passion : extraire la pulpe, la passer au mixeur puis au tamis pour ôter les pépins
2. Ajouter 50g de sucre aux fruits mixés,
3. Diluer 2g d'agar-agar dans $\frac{1}{2}$ verre d'eau tiède, ajouter ce mélange à la pulpe mixée, porter le tout à ébullition 1 minute puis sortir le mélange du feu
4. Garder le mélange au frais 1h,
5. Monter 25cl de crème fleurette en chantilly, y incorporer 30g de sucre
6. Mélanger la pulpe et la chantilly délicatement,
7. Servir la mousse bien fraîche, agrémentée de fruits frais.



La recette de Camille : Galette de pommes de terre au pâté Hénaff

1. Eplucher 5-6 pommes de terre, les râper
2. Mélanger 2 œufs, saler, poivrer, incorporer les pommes de terre râpées
3. Ajouter 2 gousses d'ail, du persil et de la ciboulette ciselés
4. Couper le pâté Hénaff en dés, ajouter les à la préparation
5. Réserver la graisse et s'en servir pour faire cuire la galette 10 minutes de chaque côté à feu doux



Les petits rituels

de Camille

Camille a toujours dans son sac à dos une paire de tongs, un presse-fruit et un livre de voyage.

Même si le sport occupe la majeure partie de leur temps **les filles s'accordent de courts moments de détente et d'évasion** : Camille aime le VTT et les randonnées, les expositions photos et aimerait renouer avec la musique.

« *Camille se recoiffe avant chaque manche et elle fait des crises de rangement.* »

Hélène

Dans les valises des filles...

L'une vivant à Brest, Camille, et l'autre à Marseille, Hélène, les aéroports leur sont vite devenus familiers. Camille et Hélène voyagent beaucoup et sont en déplacement en moyenne 200 jours par an, alors elles ont un indispensable dans leurs bagages : le kit sommeil, avec boules Quies !

Chacune d'entre elles avoue ne jamais se séparer de quelques accessoires de voyage, comme si elles emportaient un peu de leur chez soi.

Les petits rituels

d'Hélène

Hélène n'oublie jamais sa bouteille isotherme et une barre de céréales.

Même si le sport occupe la majeure partie de leur temps **les filles s'accordent de courts moments de détente et d'évasion** : Hélène aime les expositions de peinture, la décoration intérieure et le cinéma (elle avoue avoir un faible pour Ryan Gosling).



« *Hélène ne jure que par le chocolat noir et elle aime se coucher tôt, surtout les jours qui précèdent les compétitions.* »

Camille

Si elles étaient...

CAMILLE LECOINTRE

Une qualité Déterminée

Un défaut Râleuse

Un pays Nouvelle-Zélande

Un super-héros ou un superpouvoir Le panda du WWF

Un proverbe « Tout ce qui ne te tue pas te rend plus fort »

Un morceau de musique I'm free – Stevie Wonder

Un film Lost in Translation

Pêché mignon Mousse au chocolat



HELENE DEFRANCE

Une qualité Attentive

Un défaut Trop à l'écoute d'elle-même

Un pays France

Un super-héros ou un superpouvoir Arrêter le temps

Un proverbe « La confiance est un élément majeur : sans elle, aucun projet n'aboutit » Eric Tabarly

Un morceau de musique L'album de The XX

Un film Capitaine Philipps

Pêché mignon Une bonne viande, des pommes de terre sautées un peu de salade... du pain et du fromage !

LA PARITÉ

ET LA VOILE OLYMPIQUE

La présence des femmes dans la voile olympique est récente et la parité hommes/femmes même si elle ne cesse de progresser, n'est pas totalement atteinte.

1896 : Les Jeux Olympiques modernes sont créés, la présence des femmes n'est pas souhaitée. Selon les standards de l'époque, le sport n'est pas « fait » pour les femmes.

1928 : à Amsterdam, Virginie Hériot devient la première championne Olympique. Celle qu'on a surnommée par la suite « La Dame de la Mer » est la seule femme à concourir lors de ces jeux et navigue avec un équipage composé exclusivement d'hommes.

1976 : Une commission féminine est créée par la Fédération Internationale de Voile et est présidée par une française, Françoise Bouchard. C'est le début d'une reconnaissance internationale pour les femmes qui pratiquent la voile.

1988 : Séisme dans le nautisme féminin avec la séparation des genres. La première série olympique en voile pour les femmes est créée, c'est en double, les filles naviguent sur des 470.

Dès **1990**, les jeunes filles ont la possibilité de suivre un cursus aménagé et dédié à la voile sports/études.

En **1992**, aux Jeux de Barcelone, trois séries sont créées pour les femmes, alors qu'il en existe 7 pour les garçons.

En **2016** à Rio, il y aura 5 médailles pour les hommes, 4 pour les femmes et 1 en mixte.



©Christophe Launay / FFV

7 françaises de l'Equipe de France de Voile représentent l'hexagone aux Jeux :

Mathilde de Kerangat en Laser radial

Sarah Steyaert et Aude Compan en 49er FX

Charline Picon en RS X

Marie Riou en Nacra 17

Camille Lecointre et Hélène Defrance en 470

LES BRESTOIS AUX JEUX

La région de Brest, où vit Camille Lecointre, est un vivier de champions... Passage en revue :

Les médaillés

En **2004** à Athènes, **Faustine Merret** remporte l'or en planche à voile (Mistral).
Aux Jeux de Barcelone en **1992**, **Franck David** est médaillé d'or en planche à voile, série Lechner
En **1988** aux Jeux de Séoul (Busuan) **Jean-Yves Le Déroff** et **Nicolas Hénard**, tous les deux licenciés à la Société des Régates de Brest remportent l'or en tornado (catamaran). Lors de leur retour à Brest, les deux champions rassemblent 30 000 supporters. Les deux athlètes descendent la rue Jean Jaurès en Cadillac décapotable, des feux d'artifices sont tirés. L'engouement populaire des brestois est incroyable.

Les Olympiens

Les Olympiens sont les sportifs ayant concouru aux Jeux sans avoir été médaillés.

2012 : Camille Lecointre et Mathilde Géron, 4^e en 470 aux Jeux de Londres

2008 : Gwendolyn Lemaitre et Ingrid Petitjean, 11^e en 470 aux Jeux de Pékin

2004 : Felix Pruvot, 15^e en laser à Athènes

2004 : Gildas Philippe et Nicolas Le Berre, 5^e en 470 à Athènes

2000 : Gildas Philippe et Tanguy Cariou 14^e en 470 à Sydney

1976 : Gildas Morvan 11^e en soling à Atlanta

OBJECTIF RIO !

30 j de transport (aérien et routier) / an
30 j de préparation de matériel / an
4000 milles parcourus en navigation / an = 7000 km
4h de préparation physique / semaine
540 h d'entraînement sur l'eau / an
12 tubes de crème solaire / an pour l'équipage
400 m de bouts sur un bateau de 4,70 mètres
720 barres énergétiques / an



RENDEZ-VOUS AVEC CAMILLE ET HELENE A RIO - AOUT 2016

Vendredi 5		Cérémonie d'ouverture
Lundi 8	A partir de 13h locale (18h France)	Début des épreuves de voile
Mercredi 10	A partir de 13h locale (18h France)	Début des épreuves 470 pour Camille et Hélène (Femmes et Hommes)
Vendredi 12	A partir de 13h locale (18h France)	Manches 470
Samedi 13	A partir de 13h locale (18h France)	Manches 470
Dimanche 14	A partir de 13h locale (18h France)	Manches 470
Lundi 15	A partir de 13h locale (18h France)	Manches 470
Mardi 16	A partir de 13h locale (18h France)	Manches 470
Mercredi 17	A partir de 13h locale (18h France)	Manches 470
Jeudi 18	A partir de 13h locale (18h France)	Medal race 470 (Finale)
Dimanche 21		Cérémonie de clôture

Pépito ou Django ?



©Bernard le Bars

470 :
Dériveur
Longueur : 4,70 m
Equipage : 2 personnes
Dessiné en 1963 par André Cornu (FRA)
Série Olympique depuis 1976

Camille et Hélène disposent de deux bateaux : **Pépito** avec lequel elles naviguent depuis 3 ans et **Django**, baptisé en mars dernier. Le nouveau venu dans le team a pour marraines les handballeuses du Brest Bretagne Handball, championnes de la Coupe de France.

C'est à Rio, durant les derniers entraînements au mois de juillet, que Camille et Hélène pencheront pour Pepito ou pour Django.



Nous allons nous baser sur les performances que nous avons faites ou non avec eux, nous allons forcément faire un comparatif. Nous allons prendre en compte les sensations sur l'eau et raisonner en termes de vitesse pure, le range de vitesse pure le plus performant par rapport aux adversaires. C'est pour cela que nous avons essayé un bateau en mai et que nous essayons l'autre en juillet. La décision se prendra fin juillet après le prochain déplacement à Rio.

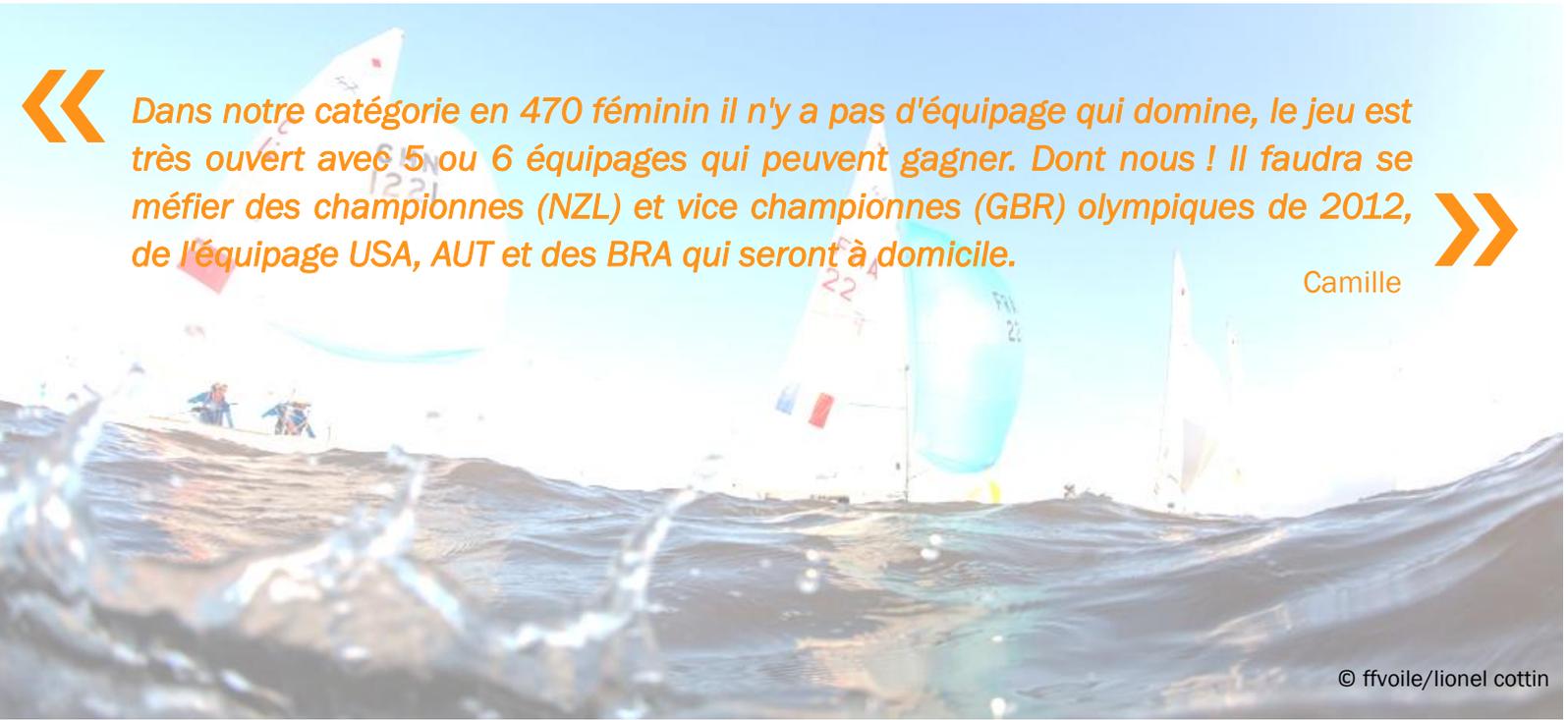


Hélène

Les filles et la concurrence

Camille et Hélène n'ont cessé de progresser jusqu'à devenir Championnes du Monde et dominent aujourd'hui la voile olympique féminine française. Si elles ont toutes leurs chances pour les Jeux de Rio, la concurrence internationale reste extrêmement présente. Les principales forces en présence seront :

- Les néo-zélandaises - Jo Aleh et Polly Powrie : Médaillées d'or aux Jeux Olympiques de Londres en 2012, 1^{ères} à l'ISAF World Cup en 2015 (Miami, USA), Championnes du Monde en 2013
- Les autrichiennes - Jolanta Ogar et Lara Vadlau : Championnes d'Europe en 2016, Championnes du monde 470 en 2015 et en 2014, 1^{ères} à la Sailing World Cup Final en 2014
- Les anglaises - Hannah Mills et Saskia Clark : Médaillées d'argent aux Jeux Olympiques de Londres en 2012, Vice-Championnes du Monde en 2015, 1^{ères} à la Sailing World Cup Final en 2015, Championnes du Monde en 2012
- Les brésiliennes - Fernanda Oliviera et Ana Luiza Barbachan : 4^e aux championnats du Monde de San Isidro en 2016, 1^{ères} à l'ISAF Sailing World Cup à Hyères en 2015
- Les américaines - Anne Haeger et Briana Provancha : 1^{ères} du Test Event de Rio en 2015, 6^e du championnat du monde en 2015
- Les néerlandaises - Afrodite Zegers-Kyranakou et Anneloes Van Veen. Leurs prédécesseurs Lisa Westerhof et Lobke Berkhout ont été médaillées de bronze aux Jeux Olympiques de Londres en 2012



« Dans notre catégorie en 470 féminin il n'y a pas d'équipage qui domine, le jeu est très ouvert avec 5 ou 6 équipages qui peuvent gagner. Dont nous ! Il faudra se méfier des championnes (NZL) et vice championnes (GBR) olympiques de 2012, de l'équipage USA, AUT et des BRA qui seront à domicile. »

»
Camille



CAMILLE, HÉLÈNE ET LEURS PLUS FIDÈLES ALLIÉS

Camille et Hélène pourront compter sur le soutien indéfectible de leurs clubs de supporters, et des Pôles France Voile qu'elles fréquentent à Brest et à Marseille.



La voile Olympique coûte cher, et même si la Fédération Française de voile octroie des budgets de plus en plus importants à ses sportifs, il n'en reste pas moins que des partenariats complémentaires sont indispensables avant l'année olympique. Il y a les partenaires qui les salarient : la **Marine Nationale** via l'armée des champions dont font partie Camille et Hélène et **Elengy** qui soutient financièrement Hélène.

Elles ont pu rassembler des partenaires fiables et impliqués : **deux entreprises familiales bretonnes qui leur apportent un soutien financier et moral indéfectibles.**



Le groupe **Hénaff**, conservateur depuis 1907 et leader français des rillettes et pâtés en conserves, exporte aujourd'hui ses produits un peu partout dans le monde. L'entreprise a été séduite par le niveau d'exigence des deux navigatrices ainsi que par leur préoccupation diététique. **"Le projet sportif de Camille et Hélène est assez proche d'un business plan d'entreprise, sur 3 ans. Le niveau d'exigence est identique, très élevé. J'apprécie que l'échange se construise sur une période longue de 3 ans. Cela permet de se familiariser, de faire partie de la même famille [...]** Le niveau d'exigence de Camille et Hélène, leur préoccupation diététique minutieuse, tout cela nous plaît. Ce que nous attendons

? Les voir sourire, se dire qu'à un moment nous avons pu leur donner un coup de pouce, c'est du bonheur !"
Loïc Hénaff



Implantés dans le Finistère depuis 1958, les établissements **Le Saint** sont spécialisés dans la distribution de fruits et légumes, de produits de la mer, de produits élaborés à destination de la restauration collective, de fleurs et de plantes. Le groupe encourage la pratique sportive avec des opérations comme *A nous la vie !* **"Notre démarche auprès de Camille et Hélène est la même qu'auprès des autres sportifs que nous soutenons. Nous apprécions de participer à leur engagement et lorsqu'elles gagnent c'est vraiment très bien pour tous, ça fait plaisir et cela valorise de belles valeurs. Nous sommes vraiment heureux de participer à la réussite d'une équipe qui fait rayonner notre région et la France."** Gérard Le Saint



©Christophe Launay / FFV

Camille & Hélène parlent de leurs partenaires



Ce sont toutes les deux des entreprises familiales, passionnées par ce qu'on fait, par le sport. On entretient des rapports proches avec les PDG. Ils nous apportent un soutien financier mais également moral car ils sont à fond derrière nous, ils sont un peu comme notre famille. On partage leurs valeurs : Hénaff avec le savoir bien faire, et Le Saint avec leur démarche sport et Santé. C'est précieux des gens comme ça !



Camille et Hélène sont également soutenues par des fournisseurs de matériel technique et par des partenaires institutionnels.



CONTACT



©Christophe Launay / FFV



Laurence Caraës
laurence.caraes@kaori.fr
+33 6 80 66 30 69

Youna Quillien
youna@kaori.fr
+33 6 84 57 60 14

SUIVEZ-NOUS :

 Camille Lecointre Et Helene Defrance

 @470objectifRio

<http://lecointre-defrance-sailing2016.blogspot.fr/>

RETROUVEZ LE CALENDRIER DES EPREUVES :

<https://www.rio2016.com/fr>