

# Amandine Lhote

## « Je veux aller au bout de moi-même »

POUR sa première saison chez les seniors, Amandine Lhote ne s'attendait pas à avoir des résultats mirobolants. Si la Cambrésienne n'a pas obtenu de titre cette saison, ses performances lui ont néanmoins valu d'être sélectionnée en équipe de France pour toutes les échéances importantes. « *Je ne pensais pas que la saison aurait été aussi char-*

*gée.* » Le passeport a reçu son lot de tampons, tandis que la jeune fille se confrontait à l'élite mondiale.

Ses pagaies ont ainsi touché l'eau à Duisbourg et Poznan (deux étapes de Coupe du monde), Almeria (Jeux méditerranéens), en Bulgarie (championnats d'Europe - 23 ans) et à Zagreb (championnats du monde).

Et cet abonnement en bleu, elle n'a pas l'intention de le lâcher. « *Mon objectif en 2006, c'est de ne pas sortir de l'équipe de France. Je vise un podium aux championnats de France de vitesse et de fonds et je veux participer aux championnats d'Europe - 23 ans et championnats du monde.* » Des ambitions résolument élevées pour assouvir une

quête délicate et terrible. « *J'aimerais bien finir une course en allant au bout de moi-même. Finir au point de ne plus pouvoir parler.* »

### Envie de finir les courses à l'agonie

Elle veut ressentir cette sensation de l'athlète au bord de l'agonie physique, elle qui avoue ne « *pas être assez agressive* ». Un caractère gentil qui lui ôte cependant tout stress au moment du départ, « *même si la veille je me pose toujours un tas de questions. J'ai d'ailleurs beaucoup de mal à m'endormir.* »

Cette envie de parvenir à se surpasser en course, à transformer son mental, est sans doute l'étape indispensable pour franchir un cap au niveau international. Car ce ne sont pas les séances d'entraînement qui manquent : deux quotidiennes, ainsi que trois séances de musculation par semaine et deux de course à pied, sans compter les régates le dimanche. Le minimum pour toucher la flamme qui brille au fond de ses yeux, celle des Jeux olympiques de Londres, en 2012.

Philippe GUILBAUD

# 34

---

CANOE-KAYAK

---

## Digest

- Née le 22 décembre 1986 à XXX.
- Club : Cambrai (intégrée au pôle espoirs de Dijon).
- Championne de France du 500 m (2004) ; 3<sup>e</sup> aux championnats du monde juniors du marathon (2004).

### J'aime

- Le sport
- Le cinéma
- Les enfants

### J'aime pas

- Le vent
- Les gens fiers
- La politique
- L'eau vive, les vagues