



Teddy Riner, lors des championnats du monde de Rio de Janeiro, le 31 août dernier.

CHRONOLOGIE

1989

Naissance le 7 avril à Pointe-à-Pitre. Aujourd'hui mesure 2,04 m et pèse 131 kg.

2007

Premier titre mondial (+ 100 kg). À ce jour, 6 titres mondiaux, dont le dernier à Rio en août 2013.

2012

Premier titre olympique aux JO de Londres, après une 3^e place en 2008 à Pékin.

Riner: «J'ai craint de ne plus revenir sur un tatami»

Après une nouvelle année de domination, mais aussi de nombreuses blessures, le judoka français, actuellement convalescent, se reconstruit avec l'idée de revenir plus fort.

PROPOS RECUEILLIS PAR
EMMANUEL QUINTIN @EQuintinS24

JUDO En 2013, Teddy Riner a tout autant lutté contre son corps que contre ses adversaires. Mais il a continué de tout gagner - Tournoi de Paris, championnats d'Europe, championnats du monde - et porté à plus de trois ans sa série d'invincibilité en cours ! En rééducation après une opération à une épaule il y a trois mois (il espère retrouver la compétition en mars), le champion olympique de Londres revient pour *Le Figaro* sur cette année particulière.

LE FIGARO. - Vous avez été opéré de l'épaule gauche en septembre. Comment allez-vous aujourd'hui ?
Teddy RINER. - Ça va super bien. Au début de ma rééducation, j'avais plein de douleurs et j'arrivais à peine à lever le bras. Aujourd'hui, je le lève totalement. Je n'ai pratiquement plus de douleurs et mon bras gauche répond bien aux sollicitations. Donc je suis content.

Vous avez connu une année 2013 tout en contraste, avec de nombreuses blessures mais aussi un titre européen et un titre mondial...

2013 a été une belle galère (*sourire*). J'ai eu une pubalgie avant les championnats d'Europe, une luxation de l'épaule pendant la préparation pour les Mondiaux, mais aussi mon genou droit, une cheville, l'épaule droite... Les kinés et les médecins m'ont beaucoup vu en 2013 (*sourire*). L'année a été très dure dans la tête. Je me demandais ce qu'il se passait avec mon corps. Mais je retiens que, même blessé, je suis allé au bout de moi-même et que les médailles sont là.

Avez-vous analysé les raisons de ces nombreuses blessures ?
En année postolympique, il y a toujours des blessures car on a énormément poussé le corps et, à un moment, il dit stop. La plupart des champions olympiques ont été blessés cette année et je crois être le seul à avoir décroché le titre mondial (il est effectivement le seul à avoir doublé or olympique et or mondial chez les hommes, NDLR). Parfois, il faut savoir stopper ou prendre du recul. Moi, j'ai pris du recul...

dire que c'est une nouvelle épreuve, de nouveaux adversaires, peut-être même des meilleurs. J'ai fait quelque chose de grand cette année car j'ai su relever un défi avec moi-même mais pour demain, c'est autre chose. Une nouvelle aventure, une nouvelle histoire que tu ne peux pas prévoir...

Pensez-vous, en revanche, que cette année 2013 a marqué moralement vos adversaires ?
Ils se sont peut-être dit qu'il y avait un coup à jouer aux Mondiaux car la nouvelle de ma blessure avait fait le tour des tapis. Mais ils ont peut-être aussi été impressionnés de me voir monter sur le tatami malgré ma blessure. Je ne fais pas attention à ça. Mais si je les ai impressionnés et qu'ils sont sur le recul face à moi, c'est tout bénéf pour moi (*sourire*).

Pour l'instant, je ne suis pas encore invincible. Mais le titre mondial,

Après cette année 2013 où vous avez gagné malgré des blessures, estimez-vous être invincible ?
Pour l'instant, je ne suis pas encore invincible. Mais le titre mondial, je suis allé le chercher avec le mental. J'ai connu des victoires tactiques, d'autres techniques...

Un Grand Bravo

aux championnes et champions 2013

Gwladys NOCERA
Alliantz Ladies Slovak Open
Suzhou Taihu Open

Perrine DELACOUR
Joueuse LPGA en 2014

Raphaël JACQUELIN
Open d'Espagne

Victor RIU
Suisse Challenge

Antoine SCHWARTZ
Red Sea Ain Sokhna Open

Sophie GIQUEL-BETTAN
Terre Blanche Ladies Open

Grégory BOURDY
ISPS Handa Wales Open
Grand Prix Schwabes PGA France

François CALMELS
Challenge de Madrid
D+D Real Czech
Challenge Open

Edouard ESPANA
Peugeot Open
Masters T3

Kenny LE SAGER
Pridford Pip Golf Tour Fula

Cassandra KIRKLAND
Fourqueux Ladies Open

Julien QUESNE
70^e Open d'Italie

Sébastien GROS
Open de Saint-François
Région Guadeloupe

David BOBROWSKI
Open International
du Haut-Poitou

Amateurs

Eve GILLY et Mathilde CAPPELIEZ
Junior Wagliano Trophy
avec l'équipe d'Europe continentale
Spirit International
avec l'équipe de France

Adrien SADDIER
European Nations Championship
International de France Amateur
Course Muret

Julien BRUN et Joël STALTER
Sélectionnés en équipe Européenne
de Palmer Cup

ÉQUIPE DE FRANCE BOYS
Paul ELISSALDE
Joris ELTIN
Romain LANGASQUE
Nicolas MANIFIACIER
Pierre MAZIER
Victor VEYRET
GRAND CHAMPIONNAT D'EUROPE

ÉQUIPE DE FRANCE GIRLS
Shannon AUBERT
Elodie BRIDENNE
Emme BROZE
Mathilde CAPPELIEZ
Eva GILLY
Anyssia HERBAUT
ARGENT AU CHAMPIONNAT D'EUROPE

ÉQUIPE DE FRANCE MESSIEURS
Paul BARJON
Julien BRUN
Thomas ELISSALDE
Adrien SADDIER
Clément SORDET
Joël STALTER
BRONZE AU CHAMPIONNAT D'EUROPE

Bertrand NOEL
Championnat d'Europe Mid Amateur

Céline BOUTIER
Wagliano Trophy
avec l'équipe d'Europe continentale
Brest au Championnat d'Europe
individuel

Dans quel état était votre épaule lors des championnats du monde à Rio ? Elle était vraiment en vrac. À chaque fois que je montais sur le tapis, je me disais : « J'espère qu'elle va tenir »... Mais je ne voulais rien lâcher. Je voulais aller au bout de moi-même et je n'avais pas envie de laisser une médaille à mes adversaires. Et, surtout, je m'étais dit : « Imaginons que je ne revienne pas après cette blessure, que je ne puisse plus refaire du judo. Alors vas-y, donne tout ce que tu as et on verra après ce que les médecins te proposeront. » J'ai beaucoup travaillé pour ne pas passer à côté de ce championnat même sans mon bras gauche. Pendant toute ma préparation, j'ai mis en place des stratégies avec mes entraîneurs pour solliciter le moins possible ce bras, mais c'est la force mentale et la détermination qui ont pris le dessus. Je suis content, et surtout fier, d'y être allé car la médaille est là et ce n'était pas gagné d'avance. C'était un vrai défi.

Vous avez vraiment craint de ne plus pouvoir faire de judo ?
Bien sûr. J'ai vu plusieurs chirurgiens pour décider de ce qui était le mieux. Oui, j'ai eu cette crainte de ne pas revenir car je connais énormément de sportifs qui ont subi une grosse opération et qui ne sont jamais revenus. Il ne faut pas se le cacher. Mais aujourd'hui, même si on ne sait jamais ce qu'il adviendra, il y a de grandes chances que je revienne à un très bon niveau. C'est en bonne voie.

Une victoire sur une jambe aux championnats d'Europe, un succès sans un bras aux Mondiaux. Il faut vous couper une jambe pour que vous renonciez ?
Même comme ça, je ne sais pas si je ne monterais pas sur le tatami (sourire). Je suis vraiment un fou furieux de l'entraînement et des défis. Je déteste laisser des médailles car ce qui est fait n'est plus à faire. Ce que tu accomplis aujourd'hui, tu ne pourras peut-être pas le faire demain. Je pars toujours du principe de saisir la chance qui s'offre à moi à chaque fois. Et j'ai aussi de l'orgueil, de la fierté et la haine de la défaite.

Ces victoires acquises dans la douleur

boîtes que j'ai mises... Je suis vraiment fier et content.

Vous n'avez plus perdu depuis plus de trois ans et on a tendance à dire que gagner est facile pour vous. Cela vous agace-t-il ?
Non. Quand un champion gagne, on dit souvent que c'est trop facile, mais les gens qui se permettent de dire ça ne se rendent pas compte de l'immensité du travail qu'il y a derrière, des remises en question perpétuelles qu'on peut avoir et de la rigueur qu'on doit observer. Mais cette rigueur me fait avancer. Repousser les records aussi, ça me fait avancer. Un jour, ça m'arrivera de perdre mais le plus tard possible j'espère. Quand on me dit « c'est trop facile » ou « c'est le talent », c'est faux ! Quand j'ai débarqué à l'Insep, j'étais juste un chiffon (sic) mais à force de travail et d'assiduité, je suis devenu le judoka que je suis. ■

EN BREF

Football : Arsenal réagit
Les Gunners ont mis fin à une série de trois matchs sans victoire, en s'imposant (1-3) sur la pelouse de West Ham lors de la 18^e journée de Premier League à l'occasion du Boxing Day.

Nice-Saint-Étienne : cinq mois de prison ferme requis
Des peines de prison ferme ont été requises jeudi contre deux supporters de Nice et de Saint-Étienne comparaisant devant le tribunal correctionnel de Nice pour des violences avant un match entre leurs deux clubs le 24 novembre. Le ministère public a requis 5 mois ferme, 2 ans d'interdiction de stade et 750 euros d'amende pour le fan stéphanois et le seul supporter niceois poursuivi dans cette affaire.

Cissé vers Bastia
Dans une interview accordée au site russe Sport-Express, le directeur sportif du club de Kuban Krasnodar, Sergei Doronchenko, a confirmé l'envie