* *26 janvier 2015*
* *La Presse*

# RETOUR SUR UNE CARRIÈRE BRILLANTE ET MOUVEMENTÉE

## Émilie Heymans replonge dans son passé

## *Heymans est la seule plongeuse de l’histoire à être montée sur le podium à quatre Jeux olympiques consécutifs. Parfois dans la douleur, parfois dans la sérénité.*

QUELQUES EXTRAITS DE SON LIVRE

«Certaines personnes pensent, étant donné que je fais du plongeon depuis la tour de 10 mètres, que je suis une casse-cou téméraire et kamikaze, qui ne craint aucun défi. Désolée de vous décevoir, je suis plutôt peureuse.»

La question du poids a été une préoccupation dès ses débuts en gymnastique: «Pour vous dire la vérité, j’ai fermement cru, alors que j’avais sept ou huit ans, que j’étais obèse. Rien de moins!»

«Je n’ai pas cette assurance que possède, par exemple, Alexandre Despatie. Quand on le regarde, on sent cette présence, cette absolue certitude qu’il est capable de tout réussir. [...] En plus, il ne semble jamais avoir peur. Je ne suis pas comme lui.»

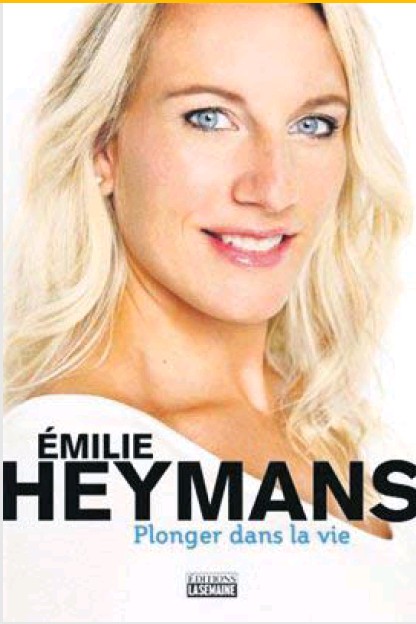
Après une compétition d’exhibition en Chine, où elle avait été très malade : «Notre résultat final a évidemment été mauvais. Pourtant, sans en être satisfaite, j’étais quand même contente. Contente de m’en être sortie vivante. »

Au lendemain de sa 4e place à la tour aux Jeux d’Athènes, Michel Larouche lui ordonne de reprendre l’entraînement: «Avec le recul, je me demande où j’ai trouvé la force et la motivation de remonter sur le tremplin. Je venais de vivre le pire moment de ma carrière, je venais d’anéantir le travail de quatre années de sacrifices, et je devais mettre tout cela derrière moi et me concentrer sur une compétition pour laquelle mes chances de médailles étaient inexistantes.»

Sur sa relation harmonieuse avec sa nouvelle entraîneuse, la Montréalaise Yihua Li : « Yihua ne ressemblait en rien à une dictatrice. »

Avant la finale du 10 mètres aux Jeux de Pékin, où elle a gagné l’argent : « Je ne suis pas une personne très confiante de nature, mais je dois avouer que, pour la première fois de ma vie, je suis arrivée à la piscine certaine de bien plonger.

Sur le défi que représente le fait de plonger de la plateforme de 10 mètres: «Cela vous paraîtra probablement insensé, mais chaque matin, je me levais avec le stress de savoir que j’irais plonger de cette hauteur. »



<http://www.rds.ca/vid%C3%A9os/%C3%A9milie-heymans-sans-censure-3.1113809>