

# THÉO CURIN



# SON ENFANCE

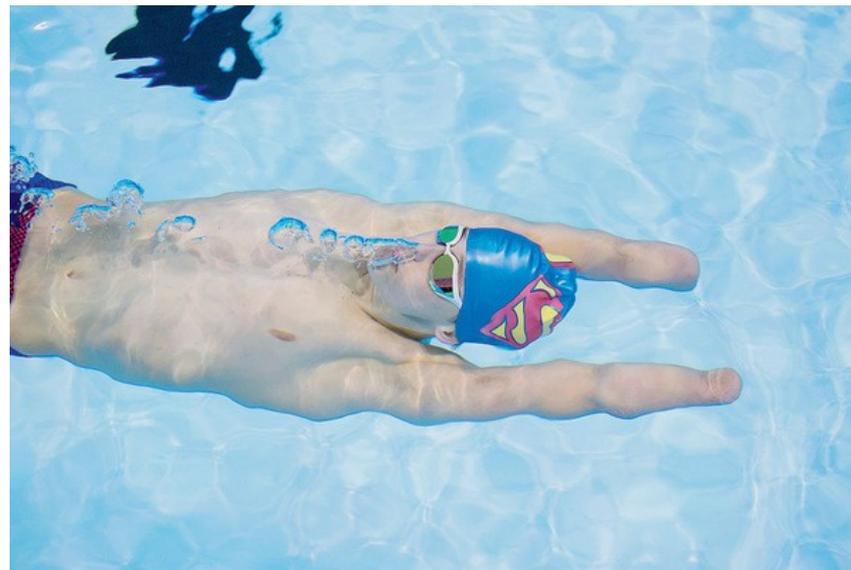


- Théo est né le 24 avril 2000 à Lunéville.
- A l'âge de 6 ans, il est amputé de ses 4 membres à cause d'une méningite foudroyante.
- Après 6 mois d'hospitalisation et 2 ans de centre de rééducation, à 8 ans, il rencontre Philippe Croizon (amputé aussi des 4 membres) qui s'entraîne pour la traversée de La Manche.



Ce sera le déclic pour surmonter sa peur de l'eau.

# SES DÉBUTS DANS LA NATATION



- De retour chez lui, en Lorraine, il demande alors à ses parents de l'inscrire dans un club de natation.
- En 2011, il commence à nager sans aide et souhaite faire de la compétition l'année d'après.
- À 13 ans, il intègre le pôle France jeunes handisport au Creps de Vichy.
- C'est un gagnant et un compétiteur.

# À L'ENTRAÎNEMENT

- **Tous les jours séances de natation** (matin et soir : **1h30 et 2h**) sans oublier les études.
- **Ses Spécialités en catégorie S5 :**  
(S5=niveau de handicap de 1 à 10, 1=le plus lourd handicap)  
100m nage libre, 200m nage libre, 50m nage libre, 50m papillon.



# À L'ENTRAÎNEMENT



- En plus des séances de natation, Théo Curin doit faire de la musculation et travailler son endurance comme tous les autres nageurs.
- Sa surface d'appui dans l'eau est beaucoup plus faible que pour une personne valide. Il faut donc mettre beaucoup plus de cadence pour compenser le manque d'appui.
- La natation est plus qu'une passion pour lui :  
"C'est grâce à ça que j'ai accepté le handicap si vite. Dès que je suis dans l'eau, je suis normal, je suis comme les valides qui nagent à côté de moi".

# SON PALMARES

- **En 2015 :**  
4ème au 200 m Nage Libre aux Championnats du monde à Glasgow (Écosse).
- **En 2016 :**  
il participe aux jeux paralympiques de Rio (Brésil). Il est le plus jeune de la délégation française. Il finit 4<sup>e</sup> au 200 NL.
- **En 2016 :**  
Vice champion d'Europe à Dublin du 200m NL.
- **En 2017 :** Vice champion du monde :  
100m NL et 200m NL.
- **En 2019** championnats du monde à Londres :  
3<sup>e</sup> en 200m NL, 5<sup>e</sup> au 50m NL, 6<sup>e</sup> au 100m NL.



# Si vous voulez en savoir plus, voici quelques liens et des petites anecdotes



- Dans une interview, quand on lui demande ce qui lui manque le plus, il répond avec humour « me curer le nez » ☹ ... « sinon il me faudrait de sacrées grosses narines ».
- Pour conduire, il a « tout en main » : toutes les commandes de sa voiture sont au volant.
- Si vous voulez en savoir plus :  
<https://www.youtube.com/watch?v=2Bo97vPv7GY>  
[https://www.youtube.com/watch?v=ILqUau9-xfY&list=RDCMUCpWaR3gNAQGsx48cIIQC0qw&start\\_radio=1&t=273](https://www.youtube.com/watch?v=ILqUau9-xfY&list=RDCMUCpWaR3gNAQGsx48cIIQC0qw&start_radio=1&t=273)
- Il devient mannequin pour la marque Biotherm Homme tout comme David Beckham.

# Mon intérêt pour cette discipline



- J'ai choisi Théo car je sais que la natation est un sport difficile. Je suis admirative devant ce qu'il est capable de faire.
- J'en fais et j'aime bien être dans l'eau.
- J'aime bien l'ambiance et l'entraîneur actuel.
- J'aime aussi la PPG en plus des séances de natation.
- Pour la démonstration, il faudra attendre la ré-ouverture de la piscine... 😊 😊 😊

