



BIOGRAPHIE

1982

Naissance à Nice, à deux pas des profondeurs bleues de Villefranche-sur-Mer (Alpes-Maritimes).

1996

Découvre l'apnée, à 14 ans. S'inscrit au club de Nice et rencontre Claude Chapuis, son mentor, et Loïc Leferme, son "grand frère des profondeurs", qui l'orientent vers le poids constant.

2001

Intègre l'équipe de France et bat le record de France en poids constant à 82 mètres, à Nice.

2002

Descend à 87 mètres à Nice, en poids constant, et devient à 20 ans le plus jeune recordman du monde.

2004

Enlève le record du monde à 96 mètres en poids constant à la Réunion.

Juillet 2008

Il bat pour la 4^e fois le record du monde d'apnée en poids constant avec 113 mètres, à Nice.

Septembre 2008

Avec l'équipe AIDA France, il est champion du monde par équipes en Égypte, à Sharm el-Sheikh.

2010

Réalise, avec sa compagne Julie Gautier, le court-métrage "Free Fall", dans un gouffre sous-marin des Bahamas, le Dean's Blue Hole. Filmé entièrement en apnée par Julie Gautier.

2011

Champion du monde AIDA en individuel (poids constant) et recordman de France à Kalamata (Grèce), avec une descente à 117 mètres !





GUILLAUME NÉRY

LA BLUE ATTITUDE

En chute libre dans un trou bleu des Bahamas, on l'a vu marier l'esthétique la plus épurée avec la performance physique. Longue sigmoïde poussée par une monopalme, il sonde depuis l'âge de 14 ans l'immensité marine le long d'une verticale qui n'en finit plus. En 2011, Guillaume Néry est allé chercher sa plaque à 117 mètres dans les eaux grecques, décrochant le titre de champion du monde en poids constant. Alors que le Salon de la Plongée 2013 met l'apnée à l'honneur, Plongée Magazine a rencontré ce fils du Grand Bleu.

Propos recueillis par Pierre Camus,
photos Kim Boscolo sauf mention contraire



Image extraite de "Free Fall" (G. Néry et J. Gautier)

La vidéo "Free Fall" filmée en apnée par Julie Gautier et mettant en scène Guillaume, dans le Dean's Blue Hole des Bahamas, a été visionnée plus de 12 millions de fois sur Youtube.

Plongée Magazine : Qu'est-ce qui t'a amené à devenir champion du monde d'apnée ?

Guillaume Néry : J'ai grandi à Nice et passé tous mes étés près de la mer à nager et à plonger. J'ai toujours été fasciné par la nature et les grands espaces. Je passais surtout beaucoup de temps en montagne avec mes parents dans l'arrière-pays niçois. En mer, je retrouvais ce même engouement ; j'adorais ramasser des coquillages au fond à 5-6 mètres comme si c'était une aventure, une quête de l'inconnu. Le déclic m'est venu à 14 ans, avec un copain en rentrant du lycée en bus. On a joué à celui qui retenait son souffle le plus longtemps possible. Je me suis rendu compte que j'avais des aptitudes innées : de 2'30, je suis passé rapidement à 4', puis 5'.

Et ensuite ?

G. N. : Il y a eu le deuxième déclic : un reportage de l'émission "Envoyé spécial" sur Umberto Pelizzari. J'ai été subjugué par la beauté des images. Je suis tombé un peu plus tard sur un numéro hors-série d'Apnée "Spécial Apnée" de 1996 ou 1997, qui est devenu ma Bible. J'y ai appris qu'il n'existait qu'un club d'apnée en France et qu'il était à Nice ! Je m'y suis précipité, et c'est là que j'ai rencontré Claude Chapuis, qui m'a tout appris.

J'imagine qu'il y a eu aussi Loïc Leferme, qui avait une approche et une philosophie de l'apnée qui devaient te plaire...

G. N. : Exactement. Parmi les élèves de Claude, il y avait Loïc, qui décrochait ses premiers

records de France. Moi j'avais 15 ans, et Claude était mon maître à penser qui m'apprenait tout. Loïc, lui, est devenu mon guide. J'ai voulu suivre sa trace, j'ai aimé sa philosophie et on s'entendait extrêmement bien. De partenaires d'entraînement, on est devenus les meilleurs amis. C'est quelqu'un qui a énormément compté pour moi...

Pourquoi as-tu choisi le poids constant* ? Cela va avec ta vision de l'apnée, esthétique et épurée ?

G. N. : C'est vrai, les images de Pelizzari que j'évoquais, c'était avant tout Pelizzari en poids constant. Je les ai trouvées magnifiques parce que j'ai toujours eu une approche la plus pure possible dans tout ce que je pouvais faire. En montagne, j'aime aller au sommet avec mes



CONFIDENCES ■ GUILLAUME NÉRY, LA BLUE ATTITUDE

propres moyens. Prendre les escaliers et pas l'ascenseur, faire du vélo plutôt que monter dans une voiture... Toute une philosophie où j'aime être le plus autonome possible. Pour moi, le poids constant, c'était la voie naturelle. Et puis il y avait ce côté esthétique, cette puissance visuelle dans la gestuelle d'Umberto qui descendait naturellement à la palme...

C'est esthétique, mais c'est aussi très physique et athlétique, non ?

G. N. : Effectivement, mon entraînement quotidien est celui d'un sportif de haut niveau. Je me suis envoyé récemment 140 km en vélo avec 400 mètres de dénivelé positif, ce qui est l'équivalent d'une étape du Tour de France ! Je fais aussi une grosse préparation en salle de muscu. La descente en poids constant est physique, mais assez rapidement tu te laisses entraîner vers le fond et tu coules ; c'est surtout du relâchement et un travail de compensation des oreilles. La remontée, du début à la fin, est extrêmement éprouvante, et s'il n'y a pas une préparation sérieuse derrière, elle devient presque impossible.

Objectivement, l'apnée est une activité assez dangereuse ?

G. N. : Selon la manière dont elle est pratiquée, elle peut être dangereuse ou pas. C'est le message que l'AIDA (Association internationale pour le développement de l'apnée) essaie de faire passer dans toutes les écoles d'apnée : pratiquer en suivant des règles strictes et simples, à savoir plonger à plusieurs, anticiper tous les problèmes et prévoir un scénario pour rattraper toute situation compliquée, être patient dans sa progression, agir en équipe, mais aussi être un athlète intelligent... Si l'on combine tout cela, l'apnée n'est pas plus dangereuse que nombre d'activités. Le problème est qu'elle a une image un peu négative, peut-être depuis "Le Grand Bleu", qui a apporté plein de bonnes choses mais en même temps cette dimension de danger. Et puis, tout le monde s'est essayé un jour à l'apnée dans une piscine, sans aucune notion de relâchement, et a vécu cette sensation de privation d'air, liée à la peur de mourir. Comme on va beaucoup plus profond, les gens y associent cette image d'extrême, de mort et de souffrance, alors que comparée à des activités comme la haute montagne ou la chute libre par exemple, l'apnée est beaucoup moins dangereuse, surtout en poids constant. Des dizaines de milliers d'apnées en poids constant ont été enregistrées dans le cadre



Guillaume, au sein de l'équipe de France, lors du Mondial d'apnée AIDA en septembre 2012.

de compétitions, sans qu'il n'y ait jamais eu le moindre accident mortel constaté.

D'accord, mais durant un championnat, il arrive que plusieurs concurrents soient victimes d'une syncope. C'est devenu si banal ?

G. N. : Effectivement, pour certaines formes de compétition, notamment en piscine, les athlètes dépassent plus souvent leurs limites et risquent une syncope, ou une "samba", c'est-à-dire une perte de contrôle de la motricité et une perte de connaissance, qui arrive plus souvent dans le cadre des compétitions en individuel, beaucoup moins par équipe. Car on pense davantage à ses coéquipiers et on prend le moins de risques possible. Ils peuvent survenir, mais le règlement, très strict, permet d'éviter cela. C'est vrai, certaines épreuves sont parfois "engagées", mais dans tous les cas, je m'applique à réaliser une belle sortie, en affichant le sourire, pour donner une belle image de l'activité.

Tu évoquais un phénomène de narcose lorsque tu arrivais en bas, au plomb. Cette narcose ressemble à celle des plongeurs (ndlr lire aussi en p. 86) ?

G. N. : Je suis justement en train de travailler dessus avec ma compagne Julie. Notre prochain film, tourné cet été, s'appelle "Narcose". Il met en scène les visions, voire les hallucinations ressenties sur une plongée profonde à plus de 100 mètres. Du début à la fin de la remontée, on a des pensées qui partent un peu dans tous les sens, un peu comme dans un rêve. Plus je m'entraîne, plus cette narcose s'estompe, mais elle est toujours là. Ce n'est pas celle des plongeurs bouteille, qui ressentiraient l'effet d'un joint. Nous, c'est le contraire, c'est beaucoup plus speed. Il y a très peu d'études qui ont été faites sur la narcose de l'apnéiste, mais il semblerait qu'elle soit amorcée par l'azote. On ne respire pas, certes, mais à plus de 100 mètres, il y a quand même des microbulles qui passent. À la remontée,

elle s'amplifie, à l'inverse de la plongée bouteille. A priori, cet effet narcotique serait enclenché par l'azote et serait lié à une très grosse pression partielle de CO₂.

On peut dire que tu es un apnéiste professionnel, mais comment gagnes-tu ta vie ?

G. N. : Mes sources de revenus sont extrêmement variées. Évidemment, j'ai des sponsors, dont une marque de montres (Ball Watch), depuis 6 ans. Cressi également. J'interviens aussi auprès de différentes entreprises, quelques grandes banques en l'occurrence, pour y exposer ma vision et ma philosophie de la performance. Car le quotidien d'une entreprise est soumis à cette exigence de performance, qui demande le plus de transversalité possible. En plus de ces conférences, j'organise toujours des stages d'apnée, je réalise des vidéos pour la pub, des clips musicaux, je participe à des documentaires, dont un qui sera diffusé sur Thalassa. En définitive, un panel extrêmement varié d'activités.

Pour être un peu moins terre à terre, qu'est-ce qui te pousse à descendre si profond ?

G. N. : Cette relation particulière que l'on peut avoir avec la mer, sans artifice. Le contact brut avec l'eau, le fait d'être en apesanteur totale. Quand on retient sa respiration, c'est comme si l'on suspendait le temps. Sans bruit, sans rien, c'est un moment extraordinaire de liberté, où l'on sent l'immensément grand autour de soi, là où personne n'est jamais allé, avec cette dimension magique d'exploration. En bas, on se sent en harmonie totale avec l'élément, on ressent une sérénité et un bien-être incroyables. C'est d'ailleurs à cette condition que l'on peut être performant. J'aime beaucoup cette notion de contrôle et de maîtrise de soi poussée à son maximum, indispensable pour un plongeur profond. ■

* Poids constant : descente à la seule force physique, sans gueuse, avec ou sans palmes.