



PORTRAIT

# Pernelle Michon, la voile pour passion

Née d'un père Rochelais et d'une mère originaire du Nord, Pernelle Michon voit le jour le 27 Juillet 1993 à La Rochelle. Si au début la voile était une activité de famille, car c'est une forte passion pour son papa, la jeune femme affiche rapidement ses ambitions et son envie de percer dans le milieu



Pernelle Michon, la jeune Boitaise championne de France Espoir et Vice championne de France Senior, est une habituée des podiums dans son domaine, le Laser Radial

Pernelle grandit au Bois-Plage où elle y commence sa scolarité, puis pour des raisons de commodité, continue à l'école primaire de Rivedoux. En parallèle, dès l'âge de six ans, la jeune fille qui connaît bien la voile grâce à son papa, est portée par la tradition familiale pour en faire son activité sportive du mercredi. Cependant, d'après ses souvenirs, au début elle prend peur et n'y retourne qu'à l'âge de huit ans. Cette fois c'est la bonne, Pernelle accroche et fait ses débuts sur un Optimist au CNAR, le cercle nautique d'Ars-en-Ré où elle continue jusqu'à son entrée au collège de Saint-Martin de Ré. Âgée de 12 ans, Pernelle peut entrer au Centre régional de la Rochelle où elle s'entraîne tous les mercredis et samedis après-midi. A 14 ans, en troisième, elle doit changer sa navigation avec l'Optimist, qui n'est plus adapté à son âge, pour la navigation au Laser avec une petite voile de 4,7 m<sup>2</sup>, d'où son nom, le Laser 4.7 qu'elle utilisera pendant un an puisque à ses quinze ans elle passera en Laser radial, une voile qui fait 5,7 m<sup>2</sup>. Cette voile est celle utilisée par les femmes en dériveur solitaire aux Jeux Olympiques.

## Une détermination sans faille qui se voit vite récompensée

Comme une évidence, Pernelle décide d'aller au lycée Dautet où elle peut poursuivre son parcours en sport-études et intégrer sa passion pour la voile à ses études secondaires. Le rythme scolaire chaque semaine est intense, partagé entre cours généraux, trois séances de préparation physique, et trois entraînements sur l'eau minimum sans compter bien sur les compétitions du dimanche. En

2011, Pernelle obtient son baccalauréat ES (économique et social) mais pas que, puisque la même année elle intègre l'équipe de France de voile Jeune et devient championne de France Espoir en Laser Radial.

Suite à ce beau palmarès, elle compte persévérer dans cette voile tout en continuant ses études. Elle s'inscrit donc en licence Eco-droit-gestion, à l'IAE de La Rochelle, et poursuit ses entraînements pour les championnats de France Espoirs et gagne la médaille d'or une nouvelle fois en 2012. A 21 ans, en 2013, elle passe en

catégorie adulte où elle décroche le titre de vice championne de France Senior ! Mais au beau milieu du succès, la jeune femme se blesse à la suite d'une chute à ski l'empêchant de s'entraîner pour la prochaine étape à laquelle elle souhaite accéder, les Jeux Olympiques de Rio 2016. "Cette blessure m'a fait prendre une pause et m'a fait réaliser l'importance de la préparation physique et de l'investissement personnel dans mon projet", nous explique-t-elle.

## Des rêves de Jeux Olympiques en suspens...

Du fait de sa blessure, la jeune femme est outsider pour les Jeux de Rio, mais elle se remotive et voit déjà l'échéance des Jeux de Tokyo de 2020 qui approche : "A ce moment-là le but c'est de se donner à fond et d'apprendre au maximum pour avoir les meilleures armes pour la sélection des JO de Tokyo", nous confie-t-elle. A son retour au printemps 2015, elle donne alors tout pour se remettre en selle et fait ses premiers bons résultats en senior, en 2016, avec un Top 8 en coupe du monde et un Top 10 en coupe d'Europe. Parallèlement, elle entre en Master 1 de management environnemental toujours à l'IAE de La Rochelle qui lui permet de gérer ses études avec son emploi du temps de sportive de haut niveau. Pour faire son stage, elle décide de partir en Nouvelle-Calédonie, d'où son compagnon est originaire. "C'était à l'été 2016, au moment des JO de Rio, ça m'a fait du bien de penser à autre chose et ça m'a permis de me ressourcer dans ce petit paradis du bout du monde avant de réattaquer en Septembre pour la préparation des JO 2020."

Pendant deux ans, jusqu'en 2018, elle s'entraîne avec l'équipe de France féminine mais les résultats ne sont pas au niveau de ses attentes et surtout de son investissement, d'autant plus que le fonctionnement n'est pas vraiment adapté à son rythme scolaire. Pernelle se retrouve alors un peu en marge et décide de changer son fusil d'épaule, elle s'entraîne avec des groupes de filles étrangères, elle fait appel à des entraîneurs privés, souvent étrangers aussi, par manque de moyens elle doit louer des bateaux pour ses compétitions. Cependant, tout cela lui permet d'assurer aussi sa réussite car sa charge de travail du côté scolaire et ce rythme qui lui convient mieux lui permettent de faire de nouveaux bons résultats, et notamment avec la huitième place en coupe d'Europe en 2019. Suite à cela, elle décide de faire un appel à financement via une plateforme participative dans le but de partir s'entraîner trois mois en Australie et de réussir sa sélection aux prochains JO qui ont lieu en février 2020. Tous ses supporters rétais, et notamment

placeront 25<sup>ème</sup> de ce championnat du monde. De retour en mars 2020 en France et malgré la déception de voir son rêve de participation aux JO lui échapper, Pernelle relativise car la situation sanitaire mondiale due au Covid-19 fait que les JO de Tokyo sont repoussés.

## Continuer à y croire

La période de confinement est quand même difficile pour Pernelle qui se retrouve bloquée dans un petit appartement d'étudiant à La Rochelle où elle continue au maximum d'entretenir sa condition physique. Pour valider son Master 2, elle trouve un stage au CRITT agro-alimentaire de La Rochelle et, en parallèle, elle s'entraîne avec sa préparatrice physique tous les matins, avant d'aller travailler derrière un bureau. Elle fait une pause d'un an sans naviguer et reprend en mi-février de cette année (2021) pour s'entraîner au pôle France de La Rochelle. Son retour en compétition a lieu au moment de l'écriture de cet article, au Portugal, espérons qu'elle se déroule



Passionnée de voile depuis toute petite grâce à son papa, Pernelle Michon vise les Jeux Olympiques de Paris

sa voisine boitaise Mirenchu, sont au rendez-vous de cet appel solidaire en lui permettant de récolter six mille euros pour s'acheter un bateau. La jeune femme reconnaissante quitte la France pour Melbourne avec force et détermination, en décembre 2019 où elle participe à plusieurs régates de préparation qui se passent très bien que ce soit en terme de résultats ou sur l'eau, Pernelle est satisfaite de son travail, elle progresse bien. A l'approche du championnat du monde en Australie, elle est presque sûre de décrocher un place correcte puisque pendant toute la régata elle est dans le top 10. Cependant, les conditions climatiques et environnementales en décideront autrement pour les deux derniers jours de compétition et la

convenablement, même si Pernelle le voit plus comme une occasion de voir où elle en est.

A son retour, son premier objectif sera de trouver un emploi aménagé en tant que chargée de projet environnement et continuer à vivre sa passion tout en s'assurant un avenir professionnel. Son autre objectif, et sûrement le plus important à ses yeux, sera d'être sélectionnée pour les prochains JO qui se dérouleront en France, à Paris, grâce à de bons scores lors de prochaines compétitions européennes et mondiales. Souhaitons donc à cette jeune femme déterminée et passionnée de réaliser son rêve et de ramener une médaille olympique sur notre belle île de Ré. ▀

» Stessy Bourreau