

**45E WORLDSKILLS COMPETITION****DERNIÈRE SEMAINE DE PRÉPARATION  
PHYSIQUE ET MENTALE AVANT KAZAN POUR  
L'ÉQUIPE DE FRANCE DES MÉTIERS**

Les 44 titulaires de l'Équipe de France des Métiers 2019 se sont réunis pour la dernière fois avant la WorldSkills Competition Kazan, la semaine dernière du 30 juin au 6 juillet, au Centre Omnisport du Temple sur Lot (47). C'est dans le cadre de cette semaine de rassemblement que notre Équipe de France des métiers, plus déterminée que jamais, a effectué son dernier stage de préparation physique et mentale. L'objectif, une fois de plus : apprendre à se dépasser et à gérer ses émotions en vue de la WorldSkills Competition, qui aura lieu du 22 au 27 août prochains à Kazan (Russie).

Pour cette dernière étape avant les épreuves internationales de la WorldSkills Competition de Kazan, les 44 jeunes titulaires s'en sont remis à l'expérience de l'équipe encadrante, composée de notre coach physique et mental, Stéphane Raynaud, et des Team Leaders. Au programme, tout comme pour la semaine du mois de mars à Bourges, une préparation de haut niveau : activités physiques en groupe (course d'orientation, judo, aviron, bike & run, canoë kayak, natation...), team building, sessions théoriques, gestion du stress. Autant d'activités pour se préparer physiquement et mentalement aux 4 jours intenses de la compétition et pour renforcer l'esprit d'équipe.



©WorldSkills France



©WorldSkills France

**Marc Linotte, ancien champion WorldSkills, Team Leader et Meilleur Ouvrier de France pour le métier de « Couvreur » :**

*« Les Team Leaders et le coach, nous faisons en sorte de recréer l'ambiance du concours où l'on a plusieurs jours à gérer, via les préparations physiques et mentales. Donc on va utiliser le sport comme un outil pour les [les titulaires] fatiguer, et pour les mettre en situation. Et ensuite, on travaille sur la cohésion d'équipe. Car quand ils seront seuls sur leur poste de travail, ça sera une chose, mais quand ils seront dans le dur ou dans la difficulté, ils auront des pensées en équipe sur ce qu'ils auront vécu en PPM (Préparation Physique et Mentale). Il y a clairement eu une évolution dans le groupe. Lorsqu'ils sont arrivés ils avaient un vécu de Finales Nationales, qui est déjà un très bon niveau, et là il faut qu'on les emmène à un top niveau. Ils s'étaient déjà testés un peu à la première PPM [en mars] où ils ont appris à se connaître entre eux, à connaître leurs forces et leurs faiblesses, via le sport entre autre et via l'esprit d'équipe. On leur a appris l'esprit d'équipe, à être là l'un pour l'autre à chaque moment et surtout dans la difficulté, c'est là que l'on arrive à se pousser et à se dépasser mentalement via l'équipe. Ce qui change vraiment entre les deux PPM c'est qu'ils n'ont pas chômé depuis. Ils se sont entraînés tous les soirs, tous les jours, les week-ends. Ils ont eu des stages de préparation technique. Ils se sont entraînés physiquement tous les jours. Ils ont également fait quelques compétitions à l'international, qui leurs ont énormément servis sur l'approche d'une compétition. C'est toujours les mêmes jeunes qui sont là sauf qu'ils sont beaucoup plus soudés et plus unis. Et ils nous ont prouvé encore cette semaine qu'ils veulent se dépasser. »*



**Anne-Laure Florentin**, triple championne française et européenne de karaté, championne du monde en universitaire en 2014, et **Manon Hostens**, kayakiste française, multiple médaillée et quintuple championne du monde de descente, nous ont fait l'honneur de venir partager leur expérience de la préparation à haut niveau, lors de la journée du mercredi. En plus des échanges organisés avec les jeunes, les deux athlètes de la team POINT.P, partenaire majeur de WorldSkills France ont donc pu participer à l'activité canoë kayak, à la session dépassement de soi, et aux moments de vie de l'Equipe de France des Métiers.

**Manon Hostens, kayakiste française, athlète POINT.P :**

*« J'ai été agréablement surprise par l'état d'esprit qu'il y a ici, vraiment un super bon état d'esprit d'équipe. Ils sont hyper motivés. Ils s'entraident réellement. Ils sont hyper solidaires et ça je pense que ça va vraiment faire leur force. Ils ont vraiment envie de se battre. Là cet après midi on les a vu se déchirer et se surpasser. Pour des personnes qui ne sont pas forcément toutes sportives, en tant qu'athlète je trouve ça vraiment beau ce qu'ils ont fait. [...] Je me reconnais carrément dans ce qu'ils vivent car pour moi ils sont clairement à la recherche de performance et en tant qu'athlète j'ai exactement le même état d'esprit. Ils sont motivés, ils ont vraiment envie. Ils ont leur objectif en tête, ils savent comment y arriver, et ils mettent ces choses là en place. Ils arrivent à se surpasser. Ils sont vraiment dans une démarche de haut niveau. [...] Tout ce que je leur souhaite finalement c'est qu'ils n'aient pas de regrets, qu'ils y croient jusqu'au bout, qu'ils ne lâchent rien, et qu'ils prennent surtout beaucoup de plaisir. »*



©WorldSkills France



## Anne Laure Florentin, karateka française, athlète POINT.P :

*« Je vais aller dans le sens de Manon car je trouve cela admirable. En fait, j'ai ressenti des émotions, vraiment, que l'on peut ressentir dans le sport au quotidien. Ça me touche par ce que c'est vrai que sur les exercices que l'on a fait cet après-midi et qui étaient très physiques, il n'y en a aucun sur mon atelier qui a flanché à un moment donné. Ils étaient concentrés, jusqu'à pleurer en fait tellement ils ont tout donné. Quoi qu'il en soit, qu'il y ai un résultat ou pas, j'espère pour eux qu'il y en aura, mais je pense qu'ils auront vécu une belle aventure. [...] Je leur souhaite vraiment de la réussite, et qu'ils soient fiers de ce qu'ils ont accompli, parce que ce n'est pas rien quand même. »*

Il reste maintenant 6 semaines aux jeunes titulaires pour finir de peaufiner leurs techniques auprès de leurs experts métiers, avant de prendre la direction de la Russie pour l'étape finale qui est la compétition internationale.

## À propos de WorldSkills France

En France, la WorldSkills Competition est préparée, relayée et coordonnée par WorldSkills France et soutenue par de nombreux partenaires : Pouvoirs publics nationaux, régionaux, partenaires sociaux, entreprises et organismes de formation. WorldSkills France coordonne les processus de sélection régionaux puis nationaux qui aboutissent à la constitution de l'Équipe de France des Métiers qui défendra les couleurs de la France lors de la compétition internationale. Par sa forte implication dans le réseau international de WorldSkills, WorldSkills France contribue activement à valoriser le niveau de compétences et à renforcer l'image de marque des métiers et de la formation professionnelle qualifiante.

Pour plus d'informations : [www.worldskills-france.org](http://www.worldskills-france.org)

## À propos de la WorldSkills Competition

La WorldSkills Competition rassemble tous les deux ans, sous l'égide de WorldSkills International, plus de 1600 candidats de moins de 23 ans, venus des cinq continents, pour s'affronter dans une quarantaine de métiers allant du Végétal aux Nouvelles Technologies, en passant par l'Industrie, l'Automobile, l'Alimentation, les Services, la Maintenance ou encore les métiers du Bâtiment & Travaux Publics. Une occasion unique pour ces jeunes de mesurer leurs compétences à l'international et de donner une image juste, vivante et dynamique des métiers d'aujourd'hui.



### CONTACTS PRESSE AGENCE COM'OVER

Pauline Demoustier – 07 69 05 25 93  
[worldskills@com-over.com](mailto:worldskills@com-over.com)