

Alexis Hanquinquant, paratriathlète de haut niveau

Le Cauchois rêve d'or olympique

Déjà champion de France, d'Europe et du monde en paratriathlon (catégorie PTS4), l'athlète d'Etoutteville, près d'Yvetot en pays de Caux, pourrait ajouter un titre olympique à son palmarès l'année prochaine. En tout cas, il s'entraîne dur pour y parvenir. Rencontre avec un sportif motivé.

PORTRAIT

Alexis Hanquinquant est un paratriathlète de 33 ans, ayant grandi à Yvetot, qui cherche la qualification aux JO de Tokyo en 2020. Il peut l'espérer puisqu'il est déjà champion du monde et d'Europe dans sa catégorie. Avant l'accident du travail dans lequel il a perdu sa jambe droite, il était très sportif, il a été champion de full-contact et pratiquait la natation.

De nature hyperactive et persévérente, il s'est lancé un défi malgré le handicap : continuer le sport et participer à un championnat du monde. Alexis est accompagné dans son parcours sportif par sa femme et ses enfants, mais également par son équipe, dont son prothésiste et son entraîneur.

Financièrement, il est soutenu par ses sponsors et par l'association qu'il a créée : « Le sport de bon pied », avec laquelle, il organise des lotos, afin de payer sa prothèse spécialement adaptée à la compétition.

Une progression fulgurante

La vie d'Alexis a basculé en septembre 2013. Alors âgé de 30 ans, il demande l'amputation de sa jambe droite, trois ans après son accident du travail. Malgré cette intervention chirurgicale, il sou-

haite reprendre l'activité physique et se lance dans le paratriathlon.

Il s'entraîne désormais tous les jours à raison de trente heures par semaine : 20 km de natation, 300 km de vélo et environ 20 km de course à pied.

Il est devenu champion d'Europe en 2017 et champion du monde en 2018, peu de temps après avoir commencé cette discipline.

Après ces deux titres, le jeune Yvetotais est bien décidé à participer aux JO de Tokyo en 2020, ce qui explique son énorme programme d'entraînement.

« Le sport de haut niveau ne fait pas de cadeau »

Mais pourquoi le triathlon ? « Quand j'ai pris la décision de me faire amputer, je me suis dit qu'après tout, je pouvais courir, pédaler, alors pourquoi pas nager ? ».

Au fond de lui, il n'avait pas oublié qu'il avait déjà goûté à la joie de gagner des titres. Il a en effet obtenu le titre de champion de France de full-contact à l'âge de 20 ans. Il trouve son énergie notamment auprès de son entourage qui lui apporte un grand soutien moral car « le sport de haut niveau ne fait pas de cadeau » !

A ceux qui souhaitent se lancer dans le triathlon, Alexis donne quelques conseils : « Il faut avoir une fréquence par semaine de



Alexis Hanquinquant espère être à Tokyo en 2020

sport élevée. Mais cela ne suffit pas, selon lui, il faut aussi et surtout du mental ». Le triathlon demande beaucoup d'efforts et sans soutien moral, la pratique s'avère compliquée.

Tokyo, pas un point final

Après toutes les épreuves qu'il a traversées et les résultats impres-

sionnants qu'il a obtenus, Alexis Hanquinquant a prouvé qu'il avait les cartes en mains pour représenter la Normandie dans une des plus belles compétitions du monde. Il a même les moyens de décrocher une médaille et pourquoi pas en or !

Ce serait pour lui une récompense exceptionnelle. Mais pas un point final, puisqu'il nourrit déjà

d'autres projets : prendre un jour le départ d'un Ironman, le triathlon le plus intensif du monde avec un programme de 3,8 km de natation, 180 km de cyclisme et 42 km de course à pied, mais aussi être à Paris pour les JO de 2024.

■ LOLA LASSON, MATHILDE DEPARROIS, LOUISE LEROY, CLARA CEDENO