

Normandie

Une préparation d'athlète pour les Olympiades

QUOTIDIEN OUEST-FRANCE, OUEST-FRANCE.FR | lundi 26 novembre 2018
578 mots | -

Gabriel Saintrais vit au régime du sportif de haut niveau depuis un an pour préparer les Olympiades. Son sésame, espère-t-il, pour l'avenir. - Crédit: Marylène Carre

J-3 avant les Olympiades des métiers. Le Lexovien Gabriel Saintrais vise l'or à Caen. Le jeune tourneur sur commande numérique gère sa préparation comme un athlète de haut niveau.

Portrait

« **Pendant un an, je mets tout de côté : le BTS, les copains, les loisirs. Mais je prépare mon avenir pour les trente prochaines années.** » Gabriel Saintrais a atteint l'âge maximum, 20 ans, pour concourir aux Olympiades des métiers. Tout le reste pourra attendre.

Déjà finaliste des régionales, il y a deux ans, dans la catégorie tournage, il a été éliminé lors du concours national pour « **erreur sur outil** ». « **Le stress et la pression** », justifie-t-il. Il a repris la compétition cette année, a remporté à nouveau la médaille d'or aux régionales, et vit, dort, rêve avec pour seul horizon immédiat les Olympiades nationales à Caen. Pour « **gérer son mental** », Gabriel fait de la musculation quotidiennement, au saut du lit et en salle de sport. Le reste du temps, il s'entraîne, répète les mêmes manipulations avec la rigueur et la persévérance d'un athlète. Qu'est-ce qui motive à ce point Gabriel ? « **Être au top de moi-même, aller jusqu'au bout de la performance, quel que soit le résultat final.** »

Une bête de course

Parisien d'origine, Gabriel Saintrais arrive à Lisieux (Calvados) en fin de collège. Il suit une seconde générale au lycée Paul-Cornu qui l'ennuie. Comme le cours de technologie l'intéresse, on lui conseille de s'orienter vers un bac professionnel technicien d'usinage. Il se passionne vite pour le dessin industriel, la programmation sur ordinateur et l'usinage. « **En filière professionnelle, la théorie devient très vite concrète.** » Le professeur principal détecte le potentiel du garçon et lui parle des Olympiades. « **J'ai dit oui.** » Dès lors, l'élève devient une bête de course.

Il effectue un stage dans l'usine de fabrication de prothèses orthopédiques Lisi Medical Orthopaedics à Hérouville-Saint-Clair. Il pilote un tour sur commande numérique qui sert à la production des outils de maintenance et de fabrication des prothèses de hanche. La même année, à Bordeaux, le lycéen est éliminé aux finales nationales des Olympiades. Mais à la sortie du concours, il rencontre une professeure du CFA d'Évreux (Eure), qui l'incite à poursuivre ses études en BTS conception, production et réalisation de produits. Le contrat est clair : l'établissement accompagnera Gabriel dans sa préparation aux prochaines Olympiades. De son côté, Lisi accepte de reprendre le jeune en alternance durant son BTS.

Un sésame pour l'avenir

Gabriel dispose de deux ans pour préparer le concours. « **Depuis la rentrée, mon emploi du temps a été aménagé pour me laisser un jour d'entraînement hebdomadaire dans l'atelier de mon ancien lycée à Lisieux** », s'enthousiasme-t-il. Deux semaines avant l'épreuve, il a cessé toute autre activité pour répéter ses manipulations. « **Je dois tout connaître par cœur, acquérir des automatismes pour gagner en technicité.** »

Gabriel vit au régime des sportifs de haut niveau. S'il décroche la médaille d'or à Caen, il sait que le rythme s'intensifiera encore pour préparer le concours international à Kazan, en Russie, en août 2019. « **Je suis prêt à tout mettre entre parenthèses. Un sésame pareil ouvre toutes les portes pour choisir l'entreprise, le poste et le salaire dont je rêve.** »

Olympiades des métiers, du jeudi 29 novembre au samedi 1^{er} décembre, au parc des expositions de Caen. Entrée libre et gratuite.

Retrouvez notre dossier spécial sur ouest-france.fr/normandie
Marylène CARRE.