

Maële Biré-Heslouis, à la fois sportive et étudiante

Dans le cadre d'une collaboration entre la professeure [Sandrine Lamy](#) et *Ouest-France*, la jeune Manchoise a été interviewée par les élèves de 4^e C du collège Georges-Lavalley de [Saint-Lô](#).

Maële Biré-Heslouis est une jeune Française de 22 ans, naviguant entre sa vie d'étudiante, son sport et sa ville de cœur, [Saint-Lô](#). Toute petite, elle a pratiqué l'équitation, la natation, l'escrime, ou encore l'athlétisme. « **Je suis tombée amoureuse de la marche athlétique à l'âge de 13 ans** », dit-elle.

Elle n'avait jamais rêvé à ce sport, mais la passion lui est venue progressivement : « **J'ai réellement commencé cette discipline à 15 ans.** » Au départ, ce qui l'a motivée dans la marche, c'est l'aspect de compétition et ses entraînements continus.

Le fait de se dépenser et de bouger fréquemment plaisait beaucoup à la jeune Saint-Loise : « **Quand je rentrais chez moi, j'étais contente d'avoir dépensé mon énergie** », précise Maële Biré-Heslouis.

« J'étais plus littéraire, j'ai hésité à aller en droit »

L'entièreté de sa scolarité a été faite à l'Institut d'Agneaux, pour commencer ensuite ses études en Sciences politiques, à [Rennes \(Ille-et-Vilaine\)](#), en 2021. « **J'aimerais passer un concours dans la fonction publique, dans le domaine de la sécurité ou de la défense.** » Son choix pour les études en sciences politiques a été fait en fonction de ses facilités et de ses goûts : « **J'étais plus littéraire, j'ai hésité à aller en droit.** »

À Sciences Po Rennes, la jeune Normande dispose d'un emploi du temps aménagé afin qu'elle puisse concilier ses études avec ses entraînements. Ceux-ci lui prenant entre douze et quinze heures par semaine, il reste difficile de combiner études et sport. « **Je vais me concentrer sur le sport encore quelques années avant de me diriger vers une carrière professionnelle stable** », glisse Maële Biré-Heslouis.

En 2023, la jeune sportive a subi un contretemps qui a momentanément retardé sa carrière

En 2020, la jeune sportive a subi un contretemps qui a momentanément retardé sa carrière sportive : une douleur à la cheville qu'elle n'a pas réussi à soigner avant six mois. « **Dans ces moments-là, on remet tout en question.** » Son entraîneur et son ostéopathe lui ont permis de se remettre au travail et de guérir.

Ceux qui l'ont le plus soutenue sont ses amis et son équipe : son coach, son ostéopathe et sa famille, notamment son frère.

« **Le faire uniquement pour soi, je pense que c'est compliqué.** » Pour lui permettre de soulager sa charge mentale au quotidien, elle consulte une psychologue et une sophrologue. De quoi révéler une partie d'elle-même, de sa vulnérabilité : « **Pour faire ce sport, j'ai dû travailler mon mental.** »

Concernant ses projets futurs, la Saint-Loise vise les Jeux olympiques de Los Angeles 2028, ainsi que les championnats du monde. Dans cinq ans, elle se projette encore sur sa carrière sportive. « **En revanche, dans dix ans, cap vers une carrière professionnelle stable et une vie moins mouvementée** », sourit la jeune femme.

VIDÉO. L'échange entre Maële Biré-Heslouis et les collégiens à voir sur www.ouest-france.fr/normandie/saint-lo-50000

Les 4es C du collège Lavalley de Saint-Lô.

