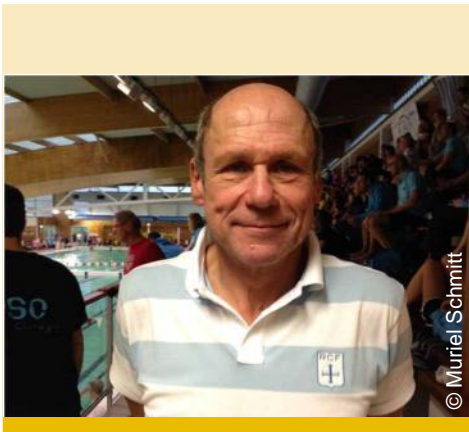


# B" Eau"té

## Bien dans ma peau...

## Meilleur dans l'eau

PAR MURIEL SCHMITT (LEO LAGRANGE SCHILTIGHEIM BISCHHEIM)



### Christopher's secrets

Venu du froid polonais en 1982, Christophe Starzec, nageur au regard de husky, a opté pour le club ciel et blanc de Paris entouré de ses Universités. Son univers à lui, c'est celui du travail intelligent, de l'analyse et de l'observation. Désormais, l'expérience est un atout Maître aussi. Son régime des grands jours :

- thé japonais dès le moment du lever qu'il s'impose,
- petit-déjeuner léger sans fruit frais afin d'éviter la fermentation,
- chocolat et noix au fil des heures d'attente.

### Rigueur et précision sans condition

Un minimum de 4 heures de réveil avant sa première course.

Son échauffement débute à 1 heure précise avant la montée sur le plot.

Un calcul parfois compliqué selon les programmes et déjà un exploit en soi.

### UN PARFUM... DE BASSINS...

Sur l'échelle des senteurs des piscines, pour ne pas dire des odeurs, on peut placer les barreaux dès le petit-déjeuner jusqu'à l'après-goûter.

Tôt le matin au sortir du lit, la tête encore ébouriffée vers les premières brasses, les parfums de la nuit à la douche obligatoire parfois même zappée, se mêlent aux extraits de chloramines qui planent sur la ligne. Bien que nos cafés-croissants laissent moins d'empreintes que les poissons crus des pays du Nord, se mettre en apnée est parfois bien commode.

A l'heure du déjeuner, les gourmands baigneurs de la pause méridienne en lente digestion dans les lignes publiques, se trahissent à l'arrêt. Près du mur, les effluves d'ail et d'oignon vous incitent à un virage en totale immersion, bon exercice au demeurant.

Le phénomène se corse au cours des entraînements tardifs, beaucoup de séances Maîtres se déroulent après 20 h 00. Y être brasseur ou papillonneur relève de l'exploit quand en plein appel d'air, les effluves surprenantes vous font boire la tasse !

Fort heureusement, les jours de compétition sont des jours de fête et les tenues du dimanche embaument l'atmosphère. S'évaporent alors des combinaisons collantes, les subtils parfums de laits satinés, des baumes brillants ou d'autres élixirs magiques au goût épicé.

Des gradins aux bassins, les chemins de ces fragrances volatiles se croisent en un cocktail enivrant et dynamisant.

A chacun son parfum, à chacun son ivresse. Au rythme des records Maîtres de nouveaux flacons naissent sans cesse.

Le choix du mois, un choix de roi, INVICTUS by Paco Rabanne. Invincible ou Invaincu.

A consommer sans modération et avec talent.

(Eau de toilette pour hommes « Invictus » en coffret avec atomiseur de poche)

