



Alex PORTAL • Natation



18 ans, né le 12 février 2002 à Saint Germain-en-Laye (78) **Profession** Lycéen

Handicap Déficient visuel / Catégorie S13, SM13 **Résidence** Feucherolles (78)

Club CERCLE DES NAGEURS DE L'OUEST DE SAINT GERMAIN-EN-LAYE

Entraîneur Guillaume Benoist

PALMARÈS - CHAMPIONNATS DU MONDE

Londres 2019

Médaille d'argent - 200m quatre nages SM13

Médaille de bronze - 400m nage libre S13

6^{ème} place - 100m papillon S13

PALMARÈS - CHAMPIONNATS D'EUROPE

Dublin 2018

Médaille d'argent - 100m papillon S13

Médaille de bronze - 200m quatre nage SM13

Médaille de bronze - 400m nage libre S13

4^{ème} place – 100m dos S13

4^{ème} place – 100m nage libre S13

À SAVOIR

Alex Portal est malvoyant de naissance, cette maladie génétique appelé albinisme oculaire, le rend intolérant à la lumière. Il voue une véritable passion pour la natation, discipline qu'il a commencé à l'âge de cinq ans. Il ambitionne de monter sur le podium à l'occasion de sa première participation aux les prochains Jeux Paralympiques à Tokyo en 2021.

> **Comment te décrirais ton entourage en 3 mots ?** « Déterminé, drôle, persévérant. »

> **Ton handicap en quelques mots ?** « Je suis malvoyant, j'ai une maladie génétique de naissance appelé l'albinisme oculaire. Je vois moins d'1/10^{ème} à chaque œil avec correction. J'ai un nystagmus, je suis atteint de photophobie et je n'ai pas de pigment au niveau de la rétine. Je ne distingue pas la 3D également. »

> **Pourquoi avoir fait le choix de cette discipline ?** « Car ma sœur en faisait et que lorsque j'ai essayé j'ai très vite aimé les sensations dans l'eau et j'ai vite pris goût à l'entraînement et à la compétition. »

> **Ton objectif sportif aujourd'hui ?** « Tokyo 2021, faire podium sur 200 4 nages, 400m nage libre et 100m papillon. Mais je vise aussi les mêmes objectifs pour Paris 2024, être champion paralympique sur les mêmes distances. »

> **Que représente l'investissement du sport dans ta vie quotidienne en terme de temps ?** « Je nage 10 fois par semaine, environ 22h. Cela représente une grosse partie de ma semaine, ça me fatigue beaucoup pour mes journées de cours, avec en plus mon handicap à gérer. »

> **Ta devise ?** « Croyez en vos rêves et ils se réaliseront peut-être, croyez en vous et ils se réaliseront sûrement » de Martin Luther King

> **As-tu un modèle de sportif/tive qui t'inspire ?** « Oui comme Teddy Riner, qui représente la France et qui représente très bien les valeurs du sport que j'ai aussi. »

> **Tes activités extra-sportives ? Tes Passions ?** « J'aime écouter de la musique. Après je n'ai pas beaucoup d'activité en dehors de la natation, quand je sors ou que je suis avec des amis, c'est souvent avec les personnes qui nagent avec moi. »

> **Le job de tes rêves ?** « Je ne sais pas mais j'aimerais beaucoup être dans le secteur des énergies renouvelables et de l'environnement car c'est un sujet d'actualité qui me préoccupe. »

> **Une discipline à laquelle tu pourrais t'essayer ?** « Toutes je pense ! J'aime essayer de nouvelle chose ! »

PARTENAIRES INDIVIDUEL

- > Malakoff humanis
- > Unilever
- > Le Coq Sportif
- > Club Insep Alumni
- > Fondation banque populaire

RÉSEAUX SOCIAUX

