

## Pauline KOZAK



Le Cercle de l'Aviron de Lyon se lance à son tour dans l'aventure Aviron Santé. Après un partenariat avec la Ligue contre le Cancer autour d'un projet « Aviron et cancer du sein », le club travaille en collaboration avec un chirurgien gastrique en charge des opérations et du suivi des personnes atteintes d'obésité.

Il ne fallait pas moins de 2 coaches pour mener à bien ces projets ! Pour assister Clément Triplet, le club a fait appel à Pauline Kozak formée en 2016.

### Ses débuts à l'aviron

J'ai touché mes premières paires de pelles en 1995. Benjamine au club de l'ASE Douai dans le Nord, je ne les lâcherai quasiment plus. En parallèle du lycée, je passe le moniteur et l'éducateur fédéral dès l'âge de 16 ans.

Je crois que j'ai passé plus de temps au club que chez moi, de mes 13 ans à mes 18 ans! Pour moi l'aviron c'est un sport d'émotions entre potes, de dépassement, de sensations et surtout, j'ai eu la chance d'avoir un entraîneur au top (Thierry Goessens) qui m'a même donné l'envie de faire ce métier un jour.

### Son parcours professionnel

Tout commence chez les Chti's. Entre deux Zinzins STAPS à Lille, je trouve le temps de passer une licence en management du sport avant de me réorienter dans le journalisme radio. Après 4 années de matinale sur les ondes radio d'NRJ, je m'offre un road trip d'un an en Australie où l'idée de devenir entraîneur me travaille de plus en plus.

À mon retour, je suis prise dans les filets de l'accent et de l'Aviron Sétois et passe mon DE JEPS aviron en 2013.

En 2016, mon envie de bouger m'amène devant les portes du Cercle de l'aviron de Lyon où mon collègue et ami Clément a justement besoin d'un coup de main sur l'Aviron Santé.

J'ai toujours choisi des métiers passions, je n'ai pas envie d'avoir un travail, je veux juste me lever le matin et passer la journée à faire un truc que j'aime vraiment.

### Sa motivation pour l'Aviron Santé

L'envie est née au sein de mon précédent club à Sète. Avec Maxime Dalmon et plusieurs clubs de l'Hérault, nous avons déjà amorcé un projet aviron et cancer du sein. Exercer un métier sympa qui permet d'améliorer la condition physique de personnes qui en ont particulièrement besoin, c'est ultra motivant ! Il y a un réel enjeu qui aura des conséquences au quotidien.

Et puis j'ai déjà été confrontée à un rameur atteint de la mucoviscidose : en tant qu'entraîneur, on se pose des tas de questions, alors devenir coach Aviron Santé, c'est aussi m'armer pour mieux encadrer des pratiquants particuliers qui peuvent arriver en dehors d'un cursus santé.

### **Le programme Aviron Santé au sein du Cercle d'Aviron de Lyon**

Le fait que nous soyons 3 clubs côte à côte sur Lyon nous pousse à nous démarquer. Pour le club, il s'agit de devenir une référence en la matière. Pour mon collègue et moi, il s'agit d'amener un public éloigné de la pratique sportive à découvrir notre sport.

Notre premier projet ciblait les femmes en rémission du cancer du sein, mais au fur et à mesure de nos rencontres et de nos discussions avec les praticiens, nous avons reçu des demandes pour d'autres pathologies.

Nous travaillons désormais avec des personnes atteintes d'obésité, et d'autres formes de cancer. Le projet n'en est qu'à ses débuts, nous sommes encore dans cette phase où il faut rencontrer chaque médecin, chaque spécialiste, visiter chaque service hospitalier pour expliquer et convaincre. Mais nous avons déjà la confiance de plusieurs praticiens et le soutien de la Ligue contre le Cancer qui finance la licence Aviron Santé en cas de cancer.

Maintenant, nous entrons dans la phase la plus importante pour nous : que les pratiquants y trouvent un intérêt, c'est vrai, mais surtout qu'ils y trouvent du plaisir.