

# KAYLIA NEMOUR

Avec Frédéric Brindelle

## L'OMBRE DE L'OR



La star des Jeux de Paris 2024  
livre sa vérité

ALISIO

« Combien de fois ai-je rêvé de ce moment ?  
Me voir lever les bras sur le podium... L'annonce de ma victoire,  
et tout ce qui a suivi, resteront gravés pour toujours  
dans ma mémoire. Et pourtant, aujourd'hui,  
en revoyant les images, je comprends à quel point  
il était à ce moment-là devenu urgent que je m'émancipe,  
que je prenne ma liberté. »

Propulsée sous le feu des projecteurs à l'été 2024, la gymnaste et championne Kaylia Nemour revient dans ce livre sur sa victoire olympique. Pour la première fois, elle se confie sur son parcours ultra-exigeant, ses sacrifices et les nombreux obstacles dont elle a dû triompher. De ses blessures aux controverses liées à son choix de concourir aux couleurs de l'Algérie en passant par sa décision de s'émanciper d'un management sportif jugé archaïque, elle revient sur tout ce qui l'a portée dans ces épreuves et l'après-Jeux.

## Le témoignage édifiant d'un parcours hors-normes

Médaillée d'or aux derniers JO à Paris, et championne du monde en titre à son agrès, **Kaylia Nemour** est l'une des plus grandes gymnastes de sa génération. Retrouvez-la sur Instagram @kaylianemour et sur Snapchat @kaylia.nemour.

ISBN : 978-2-37935-557-8



9 782379 355578

19,90 €  
Prix TTC France



Rayons : Sport, Témoignages

# **L'OMBRE DE L'OR**

## **ALISIO**

*Des livres pour construire la vie  
que vous méritez*

Suivez notre actualité sur **www.alisio.fr**  
et sur les réseaux sociaux LinkedIn,  
Instagram, Facebook et X !

Avec la collaboration de Frédéric Brindelle

Conseiller éditorial : Agency Socialrise

Suivi éditorial : Judith Vernant et Margot Tocane

Relecture : Audrey Peuportier

Maquette : Jennifer Simboiselle

Photographie de couverture : Catherine Delahaye

(stylisme : Amélie Callier)

Analyse de la coach : Nadia Massé

© 2025 Alisio, une marque des éditions Leduc

76, boulevard Pasteur

75015 Paris

ISBN : 978-2-37935-557-8

# KAYLIA NEMOUR

Avec Frédéric Brindelle

# L'OMBRE DE L'OR

ALISIO



# SOMMAIRE

1. L'or olympique	7
2. La semaine d'après	29
3. Un combat incertain	59
4. Contre le monde entier	77
5. Une histoire de famille	99
6. Avec l'Algérie	115
7. Avoine, un fief qui dérange	139
8. La maladie	173
9. La rupture	193
10. Les championnats du monde	223



# CHAPITRE 1

# L'OR OLYMPIQUE

Impossible de dormir! Ça fait des heures que je me retourne dans mon lit. Mes yeux s'ouvrent, encore. Un coup d'œil à mon portable : plus que dix minutes avant la sonnerie. Je referme les yeux. Après tout, on est dimanche, j'ai le droit de faire la grasse mat', non? Oui. Sauf que... ce n'est pas n'importe quel dimanche. *Dimanche 4 août 2024*, c'est ce que mon écran affiche, et c'est le jour de ma finale olympique aux agrès.

Pour la millième fois, je revois mon enchaînement aux barres asymétriques. Je le repasse dans la tête, dans les moindres détails : *valse, Nemour* – le mouvement que j'ai créé –, *changement de barre, valse, lâcher de barre, chapeau demi, re-valse et sortie....* Ça devrait passer.

Je regarde de nouveau l'heure. Allez, j'essaie de me rendormir pour... pour quoi? Deux minutes? C'est idiot, autant me lever. D'ailleurs ça y est, le réveil sonne. Récapitulons : aujourd'hui, c'est le jour où je peux devenir championne olympique de gymnastique. Une dinguerie!

Par réflexe, ma première pensée va à ce qui se dit sur Insta. Mais non, mauvaise idée, mieux vaut ne pas traîner sur mon portable, ça va me mettre la pression, tous ces messages d'encouragement, de soutien, d'amitié qui se succèdent depuis hier.

Première étape, un tour à la salle de bains – savon, crème, maquillage, coiffure... puis direction la cuisine pour le petit déjeuner.

Tout est calme dans le village olympique. J'y partage un appartement avec mes trois coachs : Marc et Gina Chirilcenco, et Saad Eddine Hamici, le directeur technique national et entraîneur algérien. Marc et Gina ont une chambre pour eux deux – forcément, ils sont mariés –, et Saad et moi avons chacun la nôtre. C'est une configuration plutôt inhabituelle. Aux JO, la plupart des athlètes partagent leur chambre avec un coéquipier. Mais pour nous, c'est différent, la gymnastique algérienne n'a pu qualifier qu'une seule représentante : moi. Alors, il a fallu s'organiser autrement.

À vrai dire, j'aurais largement préféré partager ma chambre plutôt que de me retrouver toute seule, sans personne à qui parler pour évacuer la pression. Entre deux moments intenses, on aurait papoté, rigolé, détressé. Là, je suis vraiment livrée à moi-même, seule avec mon portable. Heureusement qu'il est là, d'ailleurs. Toute la semaine de compétition, j'ai posté des tonnes de vidéos, des Snap, des TikTok... et j'ai reçu autant de messages en retour, auxquels j'essaie de répondre systématiquement. Ces échanges avec mes copines, mais aussi avec tous ces inconnus, ça m'aide à penser à autre chose.

L'odeur des viennoiseries et du café effleure mes narines, mais je ne peux rien avaler, j'ai l'estomac noué.

Attablés tous les quatre, nous parlons très peu. Gina m'encourage gentiment : « C'est le jour J, il faut que tu te fasses plaisir ! C'est le moment que tu as toujours attendu. » Elle me fait un petit câlin. Je me force à avaler une tartine, quelques bouchées d'omelette. C'est un supplice ! Au pire, je grignoterai un petit truc sur place. Le programme de la journée est serré, je vais sûrement devoir zapper aussi le déjeuner : la finale commence à 15 h 40, et mieux vaut avoir l'estomac vide pour virevolter sur les barres.

Le temps de repasser à la chambre faire un dernier brin de toilette et récupérer mon sac, et c'est l'heure de partir.

Pendant que nous traversons le village olympique jusqu'à l'arrêt du bus qui nous emmènera à Bercy, je repense à la semaine qui vient de se dérouler, aux jours de compétition parsemés de déceptions, d'espoirs et de blessures – notamment une forte douleur à la cheville, mais je serre les dents. Il y a mon classement – cinquième du concours général –, obtenu trois jours plus tôt, derrière la superstar américaine Simone Biles, sa compatriote Sunisa Lee tenante du titre à Tokyo, la Brésilienne Rebeca Andrade et l'Italienne Alice D'Amato... (qui décrocheront respectivement le sol et la poutre, le lendemain). Que des championnes ! La prochaine, ça doit être moi !

Le temps a défilé à une vitesse vertigineuse. Je me revois débarquer au village olympique, quatre jours avant le début des qualifications. Depuis que je suis montée dans le train chez moi, à Beaumont, jusqu'à ce dernier trajet en bus pour Bercy, le stress ne m'a pas lâchée. J'ai vécu comme un robot, avec pour seul objectif cette finale

des Jeux olympiques. Après toutes ces angoisses, ces souffrances, ces sacrifices, je n'ai pas le droit de me louper.

Cet enchaînement que je dois exécuter aujourd'hui devant le jury – et des millions de téléspectateurs –, cela fait un an que je me le repasse chaque soir dans mon lit, comme un rituel. Comble de l'ironie, hier soir – la veille du jour J –, c'était comme si mon esprit refusait de le visualiser. Tout se brouillait dans ma tête, le tremplin, les passages d'une barre à l'autre... C'est tout de même bizarre, le cerveau ! Mais ce matin, je maîtrise ; enfin, je crois...

Depuis le début des Jeux, mes proches m'interrogent sur ma vie au village, qui cristallise aussi l'attention des médias, car les stars du monde entier s'y croisent. Certains déjeunent avec Novak Djokovic ou Katie Ledecky, d'autres prennent l'ascenseur avec Victor Wembanyama, se baladent avec Antoine Dupont ou Clarisse Agbegnenou... Moi, je suis enfermée dans ma bulle, avec ma petite équipe, je n'ai rien vécu de tout ça. Il m'est arrivé de croiser quelques visages célèbres à la cantine des athlètes, surtout des gymnastes, d'ailleurs, mais c'est à peu près tout. Depuis deux ans, mon univers se résume à la gymnastique, et ça continue dans ce village olympique où je me contente d'allers-retours entre l'appartement, la cantine et la salle de gym.

J'ai traversé ces Jeux organisés dans mon pays de naissance en étrangère. Ma famille, mes amis et mes voisins ont vibré au rythme des exploits de la délégation française, dont les athlètes jonglaient entre conférences de presse, plateaux télé et séances de préparation, tous ensemble dans leur centre de performance flambant neuf. Moi, «l'Algérienne»,

malgré le soutien exceptionnel de mon nouveau pays, j'ai vécu cette grande fête nationale française loin de la ferveur populaire, assez isolée. Le village olympique lui-même ne me laisse finalement que peu de souvenirs.

En revanche, le jour où j'y mets le pied pour la première fois pour les entraînements, le palais omnisports de Bercy m'émerveille. L'Accor Arena porte sa tenue olympique de gala – tout de bleu vêtu, ma couleur préférée, c'est un signe ! Les agrès, les praticables, les tables des juges, le grand écran au plafond, la sonorisation, les plateaux de télévision pour les interviews, les tenues des délégations du monde entier... à mes yeux, tout rayonne. Dans cet immense décor, mon sport, considéré comme l'une des trois disciplines majeures de l'olympisme, dévoile toute sa magie, toute son immense beauté.

Voici venue la première journée des qualifications. J'entre pour m'échauffer, sous les encouragements du public. L'ambiance est incroyable : ça ne ressemble à rien de ce que je connais. Je me réfugie dans ma bulle, petit à petit, je n'entends plus les cris du public, les commentaires, les conseils... Ceux qui tentent de me parler se heurtent à un mur. Plus que cinq minutes avant la première épreuve de qualification, nous retournons aux vestiaires.

Quand la musique retentit, nous y sommes, c'est la présentation officielle des concurrentes. Ça va commencer ! Nous patientons toutes dans le sas, sans échanger un mot. Dans cet endroit confiné, oppressant, la pression monte. Le public hurle. Dès l'annonce du speaker, nous déboulons toutes en file indienne. À l'annonce de mon nom, je vois des pancartes s'agiter, des drapeaux flotter, 16 000 personnes qui scandent « Kaylia ! Kaylia ! ».

Mes qualifications débutent par les barres. C'est ma spécialité, et pourtant, quel stress ! En posant les pieds sur le tremplin, je me dis : « Soit tu réussis, et c'est trop bien, soit tu loupes et fini l'objectif de ta vie. » Je ne pense qu'à une chose : ne pas tomber ! Si je reste sur la barre, c'est sûr, je me qualifie. Je commence mon enchaînement. Comme d'habitude, je me récite le mouvement en même temps que je l'exécute. Je me parle, sans arrêt, du début à la fin. Tout se déroule parfaitement. Je souffle enfin : avec ma note de 15.600, la qualification aux barres est assurée. Quel soulagement ! Le plus important est fait, tout le reste ne sera que du bonus, peu importe ce qui suivra.

Les qualifications se poursuivent avec la poutre. Entrée, première figure : j'assure, peut-être comme jamais, un truc de ouf ! Les deux premiers gros éléments sont « pilés★ » : « Punaise, je les ai pilés ! Vas-y, c'est bien ça. » Arrive la dernière ligne droite. Et là, catastrophe ! Je pars en déséquilibre sur les deux derniers éléments importants du mouvement. Sur le fameux saut, en particulier ! La fin du mouvement est foirée, ma note pourrie m'exclut de la finale de cet agrès si complexe où il faut évoluer sur une surface de 10 centimètres de largeur.

Je parviens heureusement à me ressaisir au sol, puis au saut, ce qui me permet de me qualifier pour le prestigieux concours général, en plus de la finale aux barres.

Pour ce premier jour de compétition, le bilan est mitigé. Je suis à la fois contente et déçue. Le soir, dans ma chambre, je rumine mes loupés à la poutre et je me repasse le film des autres agrès. Comme chaque jour, ma

---

★ Pilés : avec une réception parfaite, immobile. (Toutes les notes sont de l'éditeur.)

mère me réconforte au téléphone : « Arrête de voir tout en noir, Kaylia ! »

Ses encouragements me rassurent, je ravale vite ma déception et réussis à me projeter dans ce qui va suivre, à savoir la finale du concours général, qui a lieu le 1<sup>er</sup> août, trois ou quatre jours avant les finales par appareil.

J'y arrive gonflée à bloc, malgré la pression et une douleur tenace à la cheville ; en regardant autour de moi, je sens mon cœur qui se met à battre très fort. La mégastar Simone Biles, ultra charismatique, m'adresse un sourire d'actrice hollywoodienne. Cette fille est une véritable extraterrestre : malgré les millions de dollars d'investissement des sponsors et des médias qui reposent sur ses épaules, elle se montre toujours souriante et gentille. Elle n'a plus rien à prouver à personne et se comporte comme une véritable grande sœur. Quel honneur de concourir face à elle !

Il y a aussi Alice D'Amato, Rebeca Andrade, Sunisa Lee et les autres... Nous échangeons des sourires, unies par le sentiment de réaliser un rêve commun. Les plus grands moments de nos carrières défilent sur l'écran géant pendant que le public hurle des encouragements. Je vois des milliers de regards, de sourires, de drapeaux, de mains agitées. Les spectateurs massés au bas des tribunes essaient même de nous toucher – cela pourrait donner le tournis et je dois rester concentrée pour ne pas trébucher ! Nous sommes 24 à nous affronter pour le titre suprême, la médaille d'or du concours général. Les gymnastes chinoises, américaines et brésiliennes sont en nombre, elles se motivent entre elles. C'est un avantage psychologique indéniable. Certaines semblent plus sereines que

d'autres, mais, dès l'instant où les premières concurrentes se lancent, plus personne ne se parle.

Cela commence par le saut de cheval, où j'obtiens la meilleure note après les deux stars américaines Simone et Sunisa. Une petite musique joyeuse retentit dans un coin de ma tête : personne ne m'imaginait accéder au podium, mais, tout à coup, la médaille me semble atteignable. J'y crois.

C'est maintenant que tout se décide, ou presque. Après le saut viennent les barres asymétriques, mon agrès de prédilection. Simone Biles me glisse quelques mots. Je ne comprends pas tout, il va falloir que j'améliore mon anglais ! Rebeca Andrade me lance des encouragements : « *Go, go, go, Kaylia !* » Ça, je comprends.

Concentrée et plus sûre de moi que jamais, je monte sur le praticable. De nouveau, j'entre dans ma bulle, je n'entends plus rien autour de moi ou peut-être quelques cris de la foule, comme au loin. Je me parle, je récite chaque mouvement à réaliser. Tout s'enchaîne parfaitement, je refuse d'échouer maintenant ! J'enclenche ma sortie, rien ne peut plus m'empêcher d'obtenir une note canon. La réception.... Pilée ! Autour de moi, le public de Bercy laisse éclater sa joie. Les applaudissements dans les gradins percent ma petite bulle et les cris de la foule parviennent à nouveau à mes oreilles. Tout là-haut, sur l'immense écran, mon résultat apparaît. J'ai décroché la meilleure note ! Plus forte que la pression, sûre de mon coup, j'ai fait le vide, tout donné et tout réussi.

Mais rien n'est encore gagné : reste à assurer aux deux derniers agrès. Je sais que le sol risque de me faire perdre des points, mais à la poutre, tout est possible. Si je

réalise un mouvement parfait, la médaille me reviendra inévitablement.

Au moment de saluer les juges face à cette fichue poutre, je suis à nouveau envahie par le stress. Et malheureusement, l'histoire se répète : comme aux qualifications, je massacre mon enchaînement.

Dans le sport de haut niveau, il y a deux façons d'aborder un moment décisif : soit en se focalisant sur l'enjeu et en se répétant que, si ça passe, c'est magnifique ; soit en se concentrant uniquement sur le geste mille fois répété durant les entraînements. Vous l'aurez compris, la victoire se situe au bout de la deuxième option. Je me suis engluée dans la première. Nouvel échec à la poutre, nouvelle déception.

Ensuite, c'est logique, tout devient plus difficile. Pour mon passage au sol, le dernier agrès de ce concours général, j'ai la tête ailleurs, mes envolées manquent de peps et ma note s'en ressent.

En fin de compte, je décroche une honorable cinquième place, soit trois places de mieux qu'aux championnats du monde de 2023, mais cela me laisse malgré tout un goût amer. À 17 ans, devenir la cinquième meilleure gymnaste du monde devrait pourtant me combler. Mais je rage de voir le podium me passer sous le nez ! Je suis passée si près du but...

À ma grande surprise, les félicitations affluent, et à en croire ses réactions à mon classement, le public ne partage pas ma déception. Nous étions cinq à nous battre pour la médaille de bronze, derrière Simone Biles et Rebeca Andrade, pour qui l'argent et l'or étaient comme assurés. La vice-championne olympique en titre, Sunisa Lee, plus

expérimentée, l'a logiquement emporté derrière. Grâce au regard des autres, je parviens finalement à voir combien cette cinquième place est une belle performance.

Je comprends vite aussi que, en Algérie, l'enthousiasme ne cesse de monter. Tout le pays est avec moi ! Les médias se passionnent pour mon parcours, les *stories* Instagram se multiplient. Les drapeaux vert, blanc et rouge fleurissent un peu partout. Dans les allées du village olympique, Marc, mon entraîneur, arbore fièrement son survêtement aux couleurs de ce pays que je ne connais pas et duquel mon père est originaire. Le public français ne m'abandonne pas pour autant, loin de là. Je reçois le même accueil que les gymnastes de l'équipe de France. Dans Bercy enflammé, les supporters tricolores et algériens se font entendre de concert, comme un hommage rendu à ma binationalité. Comme tant de sportifs dans ce même cas, j'ai le sentiment d'incarner un rapprochement entre deux peuples.

Le soir de ce 1<sup>er</sup> août, allongée sur mon lit, je me repasse le film de la journée. Le roman que j'avais apporté pour me changer les idées, *I Kissed Eden Cooper*, traîne sur ma table de chevet. Moi qui m'imaginais passer mes soirées à bouquiner, je n'ai pas lu une seule page ! Impossible de me plonger dans une autre histoire que la mienne – celle que je suis en train d'écrire pendant cette semaine olympique est assez extraordinaire comme ça !

Les mots de Simone Biles me reviennent à l'esprit. Dès la fin du concours, juste après mon passage au sol, elle m'a soufflé : « Ne sois pas déçue, c'était vraiment très bien, tu es incroyable. Il y a encore ta finale aux barres. » Le peu que je comprends en anglais a suffi à me regonfler. Si même l'immense Simone croit en moi...

Mes coachs sont du même avis : pour eux, je suis passée tout près du podium. Marc commence par m'engueuler puis me rassure : « Ta prestation à la poutre est décevante, oui, mais ce n'est pas grave. L'objectif, c'est la finale aux barres, non ? »

Et puis ma mère, qui me félicite au téléphone, avant même que je puisse dire quoi que ce soit : « Kaylia, le concours général n'était pas l'objectif. Tu as fini huitième aux championnats du monde. Là, tu es cinquième aux Jeux olympiques... Tu te rends compte ? Je suis fière de toi, ma fille. » Mon moral remonte en flèche.

Ce concours est l'un des moments les plus intenses de ma vie de gymnaste, et mon meilleur souvenir des Jeux – après ma médaille, bien sûr. Mais nous n'en sommes pas encore là.

Entre le concours général et la finale aux barres, trois jours passent qui m'amènent enfin au 4 août. Et à la fameuse finale. Où en étais-je ? Ah oui, le bus. Le voilà qui arrive enfin à l'arrêt situé à l'entrée du village olympique. Tout commence par une de ces coïncidences qui rendent toujours un peu plus exceptionnelles les grandes aventures. Nous prenons place dans la navette olympique avec Gina. Les deux Américaines, Simone Biles et Sunisa Lee, s'assoient quelques secondes plus tard en face de nous, dans le même carré. Dans ce bus qui dévale l'A86, puis le périphérique parisien en direction de Bercy, les regards souriants pétillent ; les deux stars se rendent à leurs finales, elles aussi. Simone ne s'est pas qualifiée aux barres. « Suni » y est parvenue, elle non plus ne sait pas encore que, tout à l'heure elle obtiendra aussi une médaille. Et que nous poserons ensemble pour

la photo, enlacées, sur le podium. Elle en bronze, moi en or...

Nous approchons pour l'heure de Bercy et l'atmosphère s'alourdit. Écouteurs vissés aux oreilles, je regarde défiler les immeubles le long de la voie olympique réservée aux véhicules accrédités. La Seine coule sur notre gauche, le toit de verdure du mythique palais omnisports apparaît enfin au pied du métro aérien. Le public se presse déjà devant les entrées ultra sécurisées. Je ferme les yeux, concentrée sur ma compétition. Il faut résister à l'émotion. Dans quelques instants, j'entrerai dans l'arène.

Descente du bus. Nous nous dirigeons toutes en file indienne vers notre entrée. C'est plus fort que moi : malgré les consignes de l'organisation, juste avant de me changer dans les vestiaires, je file dans la salle de compétition pour m'imprégnier de l'ambiance et bien sûr, pour prendre une photo devant les barres. « Vous ne pouvez pas, mademoiselle », me dit-on. Je présente un sourire forcé : « OK, pas de soucis ! »

Demi-tour, direction les vestiaires. Le temps piétine, toutes les filles devaient partir en même temps, quel que soit leur horaire de passage, et le bus nous a déposées bien trop tôt par rapport à l'heure de ma finale. Pour celles comme moi qui matchent<sup>\*</sup> en dernier, il faut patienter... Et c'est long. Dans mon justaucorps blanc à paillettes, je m'allonge sur un tapis, portable en main. L'idée, c'est de me vider la tête, alors interdiction de consulter les notifications, les posts où je suis identifiée, les articles, les pronostics... Bref, tout ce qui pourrait me perturber.

---

\* Matcher : terme utilisé par les gymnastes pour désigner leur participation à la compétition, au sens de « concourir ».

J'enchaîne les vidéos débiles, dans un état second, déconnectée de la réalité. Enfin, Marc m'appelle.

C'est le début du crâneau d'une heure réservé à l'entraînement des finalistes des barres asymétriques. Nous nous dirigeons vers les praticables. Au cours de cette ultime session olympique, certaines concurrentes participent à plusieurs finales sur différents agrès, contrairement à moi qui n'ai à me concentrer que sur un seul. Je retrouve la sensation des barres, du tremplin, des tapis... Le podium trône, à quelques mètres.

Pendant une bonne quarantaine de minutes, tout se déroule correctement. Et puis la machine se dérègle. Mon corps ne m'obéit plus, mes repères se brouillent, mes mouvements deviennent brouillons. Je loupe à peu près tout. Les dix dernières minutes sont un calvaire. Je me rends avec mon coach dans une salle d'échauffement annexe. Un miraculeux sentiment de détente m'envahit alors. Me voilà affalée sur un immense tapis moelleux, mon portable dans une main, ma barre de céréales préférée (Nature Valley cacahuètes, pour la pub c'est cadeau!) dans l'autre. Je décompresse. Quelle chance de pouvoir ressentir cela, dans un moment qui terrorise pourtant tant de compétiteurs! Le fait d'avoir pu répéter mon mouvement, sur l'agrès de compétition, dans de bonnes conditions, m'a libérée d'un certain poids. Mon corps se conditionne, ma tête suit.

L'heure est venue, la finale olympique va commencer. Je pose mon téléphone, j'ajuste mon justaucorps et j'y vais. L'annonce dans la sono de Bercy fait retentir la musique, les cris, les applaudissements, les bruits, et tout cela m'emporte comme dans un tourbillon incontrôlable. Les sept autres finalistes et moi entrons par le

sas, dans un palais omnisports incandescent... C'est une émotion phénoménale ! Pourtant, personne ne bronche ni ne sourit. Nous jouons toutes la renommée de notre carrière sportive. Le public français, majoritaire dans la salle, me soutient inconditionnellement et cela me transcende. Privé de concurrentes françaises, car aucune n'est parvenue à se qualifier pour une finale, il supporte l'une des siens, à un détail près : en conséquence des décisions de la Fédération française de gymnastique, leur favorite représente l'Algérie. Il y a comme un malaise dans les travées de l'Accor Arena... La gymnastique française vit un échec, d'autant que mon cas est montré du doigt par les observateurs du monde entier.

Pendant la semaine qui a précédé, je n'ai pratiquement pas croisé les gymnastes françaises, puisque nous évoluions dans des sessions de qualifications différentes. Après le concours général, j'ai échangé quelques mots avec Mélanie de Jesus dos Santos, qui portait sur ses épaules une bonne partie des attentes du pays. Malgré son immense déception, elle a tenu à me féliciter. « On aurait aimé que tu sois avec nous, Kaylia », a-t-elle ajouté. Nous n'avons pas abordé le sujet tabou de mon éviction★.

Mais retournons à la finale des barres. Les huit concurrentes viennent d'être présentées au public et se présentent chacune à leur tour pour effectuer leur complet★★. Le sort m'y envoie en sixième position, je scrute la prestation

★ Kaylia, suite à des différends avec la Fédération française de gymnastique, a été amenée à concourir pour l'Algérie. Les motifs de ce changement seront exposés au fur à mesure de son récit.

★★ Complet : terme utilisé par les gymnastes pour définir l'ensemble du mouvement réalisé.

de chacune de mes rivales. Celle qui m'inquiète le plus est la Chinoise Qiyuan Qiu, annoncée comme potentielle championne. Depuis son échauffement, lors duquel elle a accumulé les erreurs, mes yeux ne l'ont pas quittée. Finalement, elle livre un enchaînement de qualité qui l'installe à la première place. D'autres filles, en revanche, ne parviennent pas à éviter la faute. Comme quoi, même aux JO, même en étant prête, on peut se louper. C'est le cas de la tenante du titre, la Belge Nina Derwael, qui terminera au pied du podium, et de la très expérimentée Alice D'Amato, qui décroche une note moyenne, alors que son mouvement m'a semblé parfait.

C'est mon tour.

La pression remonte. Il faut que ça se termine, et vite. Dans les gradins, les supporters français et algériens me lancent des encouragements. Simone Biles, qui a bouclé sa finale, s'est installée au premier rang, non loin de mes parents et d'une partie de mon staff.

Je me précipite pour saluer les juges, alors que l'installation n'est pas terminée. Mais qu'est-ce qui me prend? Ce n'est pas dans mes habitudes, et ce n'est certainement pas le moment de changer ma routine. Pourvu que je ne le regrette pas...

Poussée par l'adrénaline, je monte sur la scène, face aux barres. Dans ma bulle, je me répète : « Allez, il faut vraiment que tu fasses comme d'habitude. » En installant le tremplin, Marc me glisse un dernier conseil :

« Reste concentrée, sois confiante, tu sais faire. Reste dans ton rythme. »

Après les encouragements brûlants de Bercy, un silence assourdissant s'installe. C'est parti... Mes mains

agrippent la barre supérieure, Marc retire le tremplin, mon tour de lancement m'amène tout là-haut en équilibre, la tête en bas, ma valse est parfaite. Les lâchers de barre s'enchaînent, et les cris retentissent à nouveau dans la salle, jusqu'à ce «oh !» d'admiration lancé par 16 000 voix au passage du Nemour, ma création, celle qui restera dans l'histoire de la gymnastique. J'entends le public qui retient son souffle jusqu'à ma sortie et ma réception. Parfait!

L'ovation quialue ma performance est extraordinaire. Je vis un truc de fou! Marc vient me féliciter, sous les applaudissements de mes adversaires. Et puis il y a ceux que je ne vois pas, ces millions de téléspectateurs qui partagent ce moment fou avec moi. Ce dimanche d'août, la vie m'offre une chance incroyable, je le pressens déjà. Je ne retiens pas mes larmes de joie. L'or est à ma portée, plus rien ne s'y oppose, le public et les observateurs plus spécialisés en sont persuadés. Maintenant, il faut attendre la note. Elle tarde, je stresse. Le public tente d'influencer les juges en martelant des «Allez Kaylia, allez Kaylia!». Certes, deux concurrentes doivent encore passer, dont l'Américaine Sunisa Lee, que je redoute. Mais je sais que le degré de difficulté de leur enchaînement, inférieur au mien, ne leur permet pas d'obtenir une meilleure note si mon complet est réussi, car la prise de risque est toujours récompensée à la notation.

Le silence envahit l'immense salle quand mes résultats commencent à s'afficher tout là-haut, sur l'écran géant. À côté de mon nom, je lis «numéro 2». Qiyuan Qiu est toujours première, avec une note de 15.500. Immédiatement, je panique. Repartir de cet endroit sans ma médaille d'or?

Impossible! Puis le graphique s'anime... Ouf, c'était juste que le système me plaçait automatiquement au deuxième rang, avant que ma note soit attribuée. Le regard fixé sur le panneau central, je vois avec soulagement le curseur grimper, pour atteindre 15.700 et dépasser celui de ma concurrente.

Le chiffre 1 s'affiche devant « Kaylia Nemour – Algérie ».

Dans les gradins, les applaudissements éclatent. Le speaker de l'Accor Arena, Guillian Pautaire, qui nous accompagne toute l'année en France sur les compétitions, ne parvient pas à contenir son émotion quand il révèle mon classement. Première place. Ce n'est pas encore officiel, mais les deux derniers passages ne devraient rien changer au résultat. C'est mathématique.

Je commence à réaliser vraiment ce qui m'arrive.

Je scrute les gradins, j'envoie des bisous et des coeurs. Dans la pénombre, je distingue ma mère, ma chorégraphe, ma kiné... Tous attendent, comme par superstition, le passage des dernières concurrentes avant de laisser éclater leur joie. Alors que j'enlève mes maniques sous l'objectif des photographes, le stress revient. C'est horrible, cette attente. Après moi, c'est au tour de l'Allemande, qui se classe finalement sixième, puis vient celui de « Suni », l'Américaine... Elle décroche la troisième place. Guillian s'époumone : « Mesdames et messieurs, Kaylia Nemour, championne olympique! »

Je l'ai fait. Tout se bouscule dans ma tête, comme si j'étais là et ailleurs à la fois. Je pars embrasser Gina, Marc et tout mon clan, tous me serrent dans leurs bras. Tout ce qui va suivre l'annonce de ma victoire restera gravé pour toujours dans mes souvenirs.

Je récupère le drapeau algérien et prends mon courage à deux mains pour me préparer à grimper sur le podium à la manière d'une vraie star. Moi qui suis normalement si timide, j'ai bien l'intention de me lâcher, pour une fois!

Nous sommes d'abord invitées à retourner en coulisse pour recevoir les recommandations de l'organisation. Avant le podium, le protocole prévoit notamment une séance de photos avec le téléphone d'un sponsor – pas de souci, c'est une partie que je maîtrise. On nous appelle enfin. Quel kif! Combien de fois ai-je rêvé de ce moment avant de m'endormir? De me voir lever les bras sur le podium... Et cette fois, j'y suis vraiment!

Depuis le podium illuminé par les projecteurs, j'observe la foule dans la pénombre des gradins. Je m'efforce de tout imprimer – les praticables, le décor, la musique... – dans les moindres détails, pour tout garder en tête. La salle entière m'ovationne. Est-ce la Française ou l'Algérienne qui a remporté la médaille? Impossible de le dire. En fait, je ne me pose même pas la question. C'est simplement moi, le club, ma famille, qui avons gagné. Ici, en France, dans la plus grande salle de la capitale, le public ne fait qu'un. Mes deux nations me célèbrent.

Lorsque je reçois la médaille d'or, l'hymne algérien retentit. Pour la première fois, une gymnaste algérienne, arabe, africaine remporte un titre olympique en gymnastique, les retombées s'annoncent phénoménales.

Ce qui se passe après ma descente du podium ressemble à une suite de scénarios invraisemblables. Je commence par croiser au pied des gradins les deux stars américaines, Simone Biles et Jordan Chiles, qui me couvrent de compliments et de marques d'affection. Elles

me parlent tellement vite en anglais que je ne comprends pas tout. Câlins, sourires... je ne sais plus où donner de la tête ! C'est tellement adorable. La pression redescend doucement.

Me voilà ensuite assise à la table de la conférence de presse internationale, entourée de mes deux dauphines, les gymnastes chinoise et américaine. J'ouvre des yeux ronds en entendant Sunisa Lee affirmer que je l'intimide... Un comble, de la part d'une ex-championne olympique, surtout qu'à cet instant, tout intimidée, je m'imagine que le monde entier me perçoit comme une gamine un peu coincée. Toute cette exposition me déstabilise et j'ai hâte que l'exercice se termine.

Ouf ! Quel soulagement d'être appelée pour le contrôle antidopage, qui est certainement le plus rapide de ma carrière. Comme prévu, rien à signaler !

L'étape suivante me mène jusqu'à la sortie des athlètes. J'espère y retrouver ma famille. Nous avons peu de temps devant nous avant de devoir reprendre le bus pour le village olympique. Et avec toutes les mesures de sécurité, rien n'est simple. Encadrée par Marc et Saad, vêtus comme moi de la tenue vert et blanc siglée « Algeria », je file vers l'extérieur, tout sourire. Les allées délimitées par des grilles empêchent toute personne extérieure d'approcher les gymnastes. Des vigiles surveillent, et les innombrables *checkpoints* dissuadent toute tentative d'intrusion, ou de passage d'une zone à une autre. Face à nous, de l'autre côté d'un de ces immenses grillages qui isolent les athlètes et leur encadrement et les séparent des nombreux supporters, j'aperçois Papa, Maman et tous les autres. Des youyous maghrébins retentissent. Une forêt