MATHILDE PROUVOST - ÉTUDIANTE SPORTIVE DE HAUT-NIVEAU

Publié le 03 septembre 2025

- **Présentez-vous !**

Je m’appelle Mathilde Prouvost, j’ai 23 ans. Actuellement, je suis en Master ressources humaines au sein de l’IAE de Rouen Normandie. Je fais ce Master en alternance. Avant cela, j’ai fait la licence gestion parcours management, également à l’IAE. J’avais commencé mes études en prépa intégrée du côté de l’INSA. À côté de cela, j’ai eu double projet, à la fois universitaire et sportif, grâce au statut de sportive de haut niveau de l’université de Rouen Normandie.

- **Vous êtes une nageuse de haut niveau, pouvez-vous nous parler de ce pan de votre vie ?**

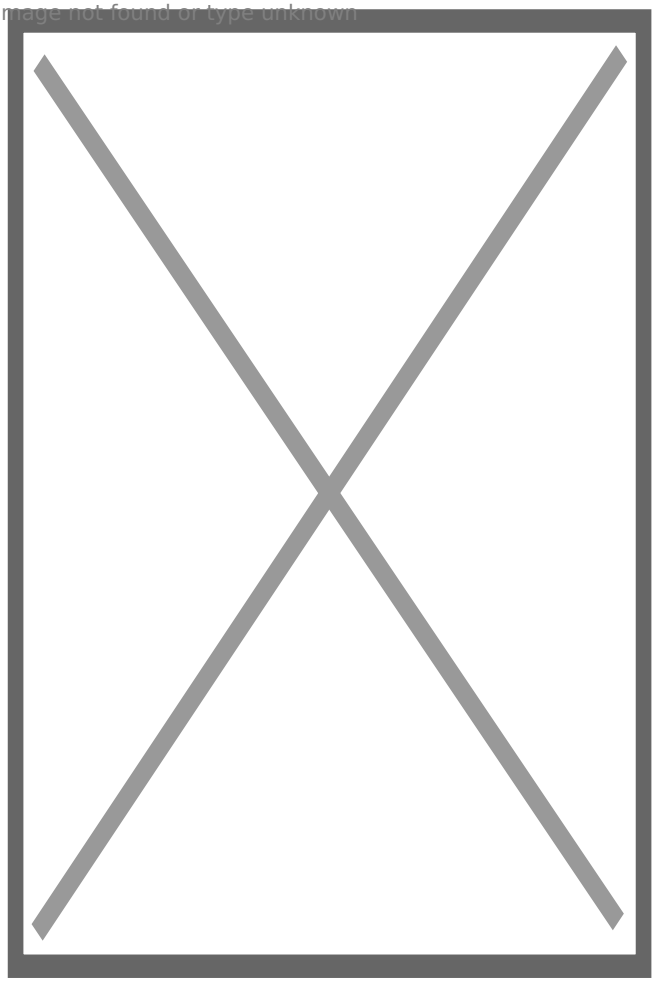
J’ai commencé la natation toute petite, d’abord pour apprendre à nager et puis je n’ai jamais arrêté. Je me suis rapidement spécialisée en eau libre. Les disciplines sur lesquelles je pratiquais la compétition allaient du 5 au 25 kilomètres. Pendant toute cette période, j’avais entre huit et dix entraînements par semaine, ce qui équivaut à une vingtaine d’heures.

- **Pour combiner parfaitement le sport et les études, vous avez bénéficié du statut de sportif de haut niveau. Pouvez-vous nous en parler ?**

Ce statut permet de rater certains cours, de s’absenter aux CM ou aux TD. Personnellement, j’ai fait le choix de suivre la majorité de mes CM et de mes TD parce que j’avais le sentiment d’en avoir besoin pour pouvoir rester bien à jour dans mes cours. Je m’entrainais donc le matin à 6h30 et le soir aux alentours de 17h. Mais le statut offre des possibilités et de la latitude dans le suivi des cours. Il permet aussi de nous absenter pour les compétitions et pour les stages. Et il offre aussi la possibilité d’avoir quelqu’un qui va prendre nos cours et pouvoir tout nous transcrire à côté afin de nous aider à

rattraper.

Image not found or type unknown



J’ai fait le choix d’assister au plus de cours possible parce que le cursus que je suis à l’IAE, ce n’est pas forcément un apprentissage où on va avoir besoin d’écrire. J’avais besoin d’assister pour écouter les enseignants parler et travailler sur des projets de groupe. Donc, dans la mesure du possible, j’ai fait le choix de faire toute ma journée de cours et de m’entraîner le matin et le soir

Cela demande une sacrée organisation parce qu’il y a entraînement tout au long de la semaine et le week-end, on est souvent en compétition. C’est parfois un peu plus compliqué de concilier tout cela, notamment quand on a des projets de groupe à gérer. Or, à l’IAE, il y a quand même souvent des projets qui se passent en groupe. Mais j’ai eu de la chance parce qu’à chaque fois, mes camarades étaient assez conciliants. Nous avons toujours réussi à nous caler sur mes contraintes et, globalement, à travailler efficacement. Nous profitions des trous dans la journée pour travailler plutôt que d’attendre la fin de celle-ci pour nous retrouver après les cours car j’étais en entraînement à ce moment-là.

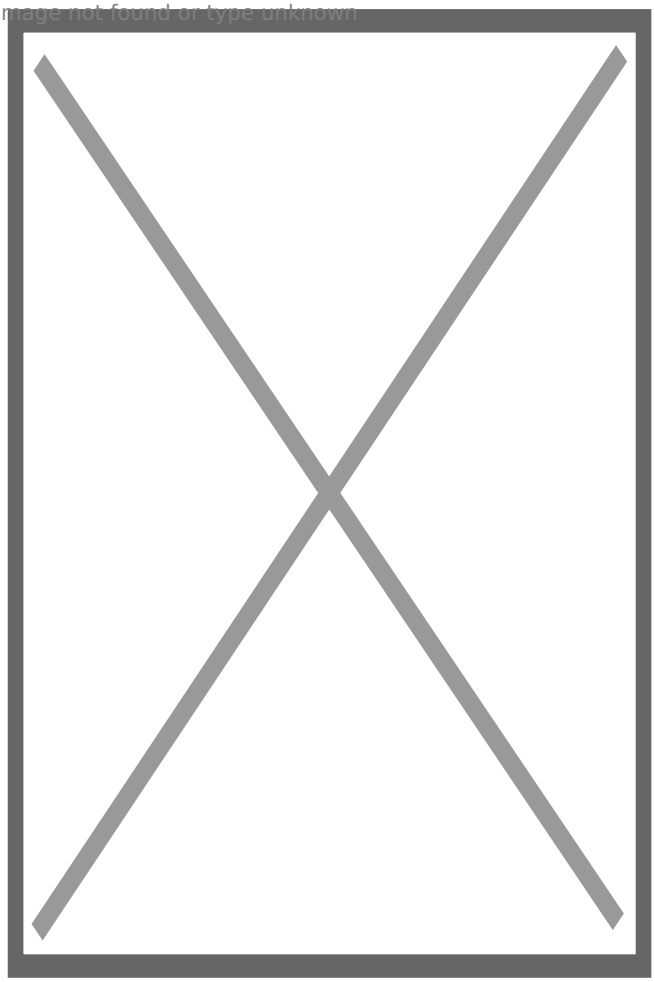
- **Comment avez-vous découvert l’existence de ce statut de sportif de haut niveau ?**

Comme je le disais, j’ai commencé mes études par une prépa intégrée en école d’ingénieur, à l’INSA Rouen Normandie. Là-bas, j’avais aussi un statut de sportive de haut-niveau. Quand j’ai décidé de venir à l’URN, mon entraîneur de l’époque m’a parlé de ce statut. Il m’a conseillé de regarder et de me renseigner. Il connaissait son existence car d’autres nageuses du groupe en bénéficiaient.

- **Avez-vous pris part à des compétitions universitaires ?**

J’ai fait le championnat de France universitaire. Mais je n’ai pu y participer fait qu’une seule fois parce que malheureusement, à chaque fois, cela tombait pendant des stages. Mais quand j’y ai participé, j’ai évidemment fait tout le parcours qualificatif en amont. Par contre le championnat de France universitaire n’est qu’en bassin, il n’y a pas d’eau libre, ce qui est ma spécialité.

Image not found or type unknown



- **Et désormais, qu’envisagez-vous pour le futur ?**

J’aimerais garder la pratique du sport et de la natation évidemment. Mais pas du tout sur un plan professionnel. Mon objectif est de travailler dans les ressources humaines et tout ce qui se rapporte à la QVCT, la qualité de vie et des conditions de travail. Et par chance, j’ai ces missions là dans la structure dans laquelle je vais faire mon alternance.

Aller plus loin

- En savoir plus sur **le statut de sportif de haut niveau**
- En savoir plus sur **les aménagements d’études**

Publié le : 2025-09-03 09:13:46