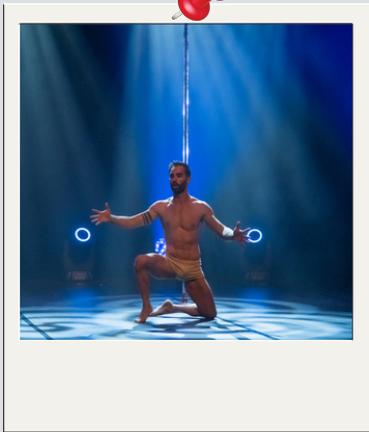




# EMMANUEL DAMIAO

**CHAMPION DU MONDE DE POLE DANCE -  
PROFESSEUR DE POLE DANCE -  
VAUVERT**



## Présentation et parcours :

Je m'appelle Emmanuel Damiao, j'ai 35 ans. Ca fait maintenant 12 ans que j'ai une salle de danse de fitness, de pole dance et de cerceaux à Vauvert dans le Gard. Ancien compétiteur de Rock acrobatique, et compétiteur de Pole Dance depuis quelques années.

## Et au niveau de ton palmarès, un petit résumé ?

En 2019 j'ai fait ma première compétition de Pole Dance en semi pro en Italie, que j'ai remportée et j'ai du aller en professionnel. Depuis, j'ai gagné les championnats de France en solo 2 fois, 2 fois 5e au niveau mondial et 1 fois 4e. J'ai gagné les championnats de France en catégorie duo, la même année, les championnats du monde en duo, et depuis 2 mois je suis champion du monde en trio.

## Quand tu étais plus jeune tu faisais seulement du rock ou tu faisais d'autres sports ?

J'ai toujours fait d'autres sports, natation, foot... mais j'ai toujours fait en parallèle de la danse, qui est à la fois un sport et un art. Du rock accro., mais d'autres danses aussi et maintenant je me tourne vers d'autres disciplines: modern-jazz, classique, contemporain et les disciplines que j'enseigne aussi. La danse c'est toute ma vie.

## Et le pole dance c'était une vocation quand tu l'as découvert ou pas du tout ?

Pas du tout. Lorsque ma danseuse est tombée enceinte, je ne pouvais plus faire de rock acrobatique. Et une des profs de mon club avait lancé des cours de pole dance, ce que je faisais absolument pas. Elle me voyait en dépression et m'a donc dit de venir essayer la pole dance et ça a été le coup de foudre pour moi.

## La pole dance ça t'apporte quoi dans ta vie ?

Le challenge physique et mental déjà car en compétition c'est pas juste physique. Ce qui me plaît le plus: c'est le mélange de performance et d'art, ce n'est pas qu'un sport gymnique, ça peut l'être, il existe un pole sport où là c'est vraiment très acrobatique et gymnique, mais moi je me suis dirigé vers le Pole Art pour échanger avec les gens même sur scène; échanger avec le public, ce mélange d'art, d'émotion et de performance.

## Est ce que tu avais des préjugés sur la pole dance avant de commencer ?

Oui, ce sont des préjugés quotidiens. J'en parle de moins en moins parce que le chemin a vraiment grandit et s'est beaucoup fait. Il y a encore des gens qui pensent que la pole dance c'est une discipline sexy, sensuelle et féminine. Mais j'ai des enfants qui ont 7 ans qui font de la pole dance, et évidemment ils ne font pas quelque chose de sexy ou sensuel.

## Est ce que tu as eu des difficultés quand tu as démarré la pole dance? As-tu été victime de préjugés ?

En étant danseur, je les ai vécu quand j'étais plus jeune, après on ne les voit plus, on se forge son caractère. Puis étant passionné, quand bien même s'il y a des préjugés, ça pèse peu dans la balance quant au plaisir qu'on prend à danser. Donc il y en a eu mais je n'y ai jamais trop fait attention.





### Est ce que tu as du mal à trouver et faire ta place dans ce milieu qui est majoritairement féminin à la base ?

Non, parce que les gens de la pole sont très ouverts. C'est un sport assez ingrat, comme tous les sports à haut niveau, mais à partir du moment où on est là, en tant qu'athlète et artiste, on a déjà fait un chemin qui est énorme. Les gens en ont conscience donc ils acceptent énormément et au contraire ils sont très ouverts très accueillants. Je le vois, là je reviens des mondiaux, j'étais tellement content de retrouver tous les gens que j'ai pu revoir et les nouveaux qui arrivaient ont été super biens accueillit. Il y a une vraie entraide entre les athlètes et particulièrement en France.

### Est ce que tu pourrais nous dire à quoi ressemble une de tes journées? (entraînements, nourriture...)

Alors nourriture, quand on est pas en phase de compétition, c'est comme tout le monde. Je fais quand même attention, après c'est vrai que ça s'intensifie 3 mois avant la compétition. On commence à faire plus attention à la nourriture, au sommeil, à la récup. Je me fais de plus en plus masser, je vois de plus en plus d'ostéo, je n'attends pas d'avoir des douleurs pour y aller, il y a vraiment une préparation physique. Sur les entraînements et sur le coté médical. Une journée type, ça dépend puisque des fois on va s'entraîner pendant 4/5h par jour que sur la pole mais il faut aussi faire du renforcement musculaire. Ce n'est pas que la pole qui va l'apporter, il faut s'assouplir, car c'est une discipline comme la gym qui demande à être fort et souple. Il y a la partie artistique aussi. Donc les jours se suivent mais ne se ressemblent pas du tout, c'est très très riche.

### À quelle fréquence t'entraînes tu en général par semaine ? Tous les jours ?

Non pas tous les jours, parce que quand je le fais après je regrette j'ai mal partout, et le corps a besoin de récupérer. J'ai justement appris au fur et à mesure de mes compétitions que s'entraîner tous les jours, ce n'était pas bon pour le corps, il faut vraiment des phases de récup.

Dans l'idéal, c'est au moins 3 fois par semaine, c'est vraiment le minimum et quand on arrive en phase de compétition il faut faire son programme 1 jour sur 2.

### Comment arrives tu à allier ta vie professionnelle entre l'école et ta carrière sportive ?

C'est une chance d'avoir ma propre salle, dans laquelle je donne des cours avec d'autres professeurs. Du coup que je l'ai à disposition quand je veux m'entraîner contrairement à d'autres athlètes qui sont soit juste prof ou pas prof du tout et qui eux, doivent payer une salle. Pour eux c'est plus compliqué de pouvoir s'entraîner parce qu'il faut pouvoir payer les trainings. Quand on va en training, vu que l'on en n'a pas beaucoup, il faut être efficace. Moi j'ai la chance des fois de commencer à m'entraîner, je sens que ma tête ou mon corps n'y est pas, bon c'est pas grave, la salle j'y ai accès. C'est une vraie chance que j'ai, que je me suis donné, celle d'avoir ma salle et de pouvoir m'entraîner. Allier les deux, ça se marie bien, puisque mes élèves me soutiennent beaucoup, ça c'est très porteur et je suis très fier de les rendre fiers.

### La pole dance n'étant pas forcément démocratiser au sein du monde sportif et au vu de ton palmarès, es-tu considéré comme sportif de haut niveau? As-tu les mêmes aides ?

On est un sport de haut niveau avec des moyens amateurs, on le sait ça c'est clair et net. La FFD (Fédération Française de Danse) va par exemple financer ceux qui gagnent le Championnat de France, et les aider pour les Championnats Mondiaux. Mais ça reste un sport qui coute cher, les déplacements coutent chers. Quand on part en compétition des fois on part 3 jours donc il faut se nourrir, se loger à l'étranger. La majorité des championnats se faisant en Europe, on a de la chance. Je pense à une année, juste avant le covid, je ne faisais pas encore de pole dance, le championnat du monde devait être au Canada.





## INTERVIEW - NOS SPORTIFS GARDOIS #2 EMMANUEL DAMIAO

Là ce n'est pas le même prix, c'est plus compliqué. Les athlètes se débrouillent à trouver leur sponsors, parfois même en demandant de l'aide sur les réseaux sociaux ça c'est déjà vu. Ce qui nous sauve, c'est qu'on peut donner des stages un peu partout en France, sur lesquels on est rémunéré, et ça c'est une vraie plus-value. Par contre effectivement, les moyens sont très limités et je pense qu'il y a beaucoup d'athlètes qui ne sont pas athlètes parce que justement il faut pouvoir assumer financièrement les déplacements.

### **Est ce que tu arrives à vivre de la pole dance ?**

Alors oui, parce que je suis prof, j'ai ma salle, mais un athlète qui aimerait juste être athlète et faire des compétitions ce n'est pas possible. Il faut forcément qu'il aille vers le professorat et l'enseignement parce qu'on ne peut pas vivre comme un footballeur ou je ne sais pas un tennisman...

### **Pensais tu que la pratique de la pole dance allait prendre une telle ampleur dans ta vie au départ ?**

Alors non pas du tout. Je ne pensais pas du tout que j'en serai là aujourd'hui parce que j'avais vraiment ma première passion. Le rock acrobatique. Quand le rock acrobatique s'est arrêté mon monde s'est arrêté. Je ne pensais pas retrouver une passion, parce qu'une passion on en a qu'une dans la vie et en fait elle est toute aussi forte si ce n'est plus. J'ai réussi à faire quelque chose donc je suis très content.

### **Est ce que tu as des sponsors toi personnellement qui t'aident à financer ?**

Non alors, j'en ai eu l'année où on a gagné les Championnats du Monde avec ma doublette en duo. Elle, elle est de Béziers, moi de Vauvert, nos mairies respectives nous ont aidés. On avait eu la FFD qui nous avait aidé à financer également une partie du trajet, sinon je n'ai jamais démarché pour être sponsorisé, il faudrait! Appel à témoin.

### **Avec les réseaux tu pourrais y arriver facilement non ?**

Les réseaux sociaux c'est encore autre chose. Ça demande un temps en plus. C'est vrai qu'il y a des personnes qui, sans être athlètes ont beaucoup d'abonnés, et je ne suis pas trop là-dedans. Je m'y mets un petit peu, peut-être plus tard pourquoi pas mais ça marche plus pour les workshop, stages que je vais donner un peu partout en France. Là, par exemple, j'en ai déjà donné 2 et j'en ai signé 3 sur toute l'année 2024. Ça commence à bien marcher et c'est grâce à mes compétitions et à mes titres.

### **Tu pourrais nous raconter ton meilleur souvenir de ta carrière sportive ?**

Waouh! y'en a tellement, le meilleur, alors il y en a 2. Le premier c'est la première fois où j'ai gagné, où j'ai été Champion de France en rock acrobatique, donc avec ma danseuse. Ce n'est pas le moment où j'ai gagné mais quand on faisait notre passage, je savais au fond de moi qu'on gagnait, je ne sais pas comment l'expliquer. Je l'ai senti et au-delà de ça, il y avait une vraie symbiose avec le public, les gens hurlaient, c'était fou et je me rappellerai toujours. Je pleurais en dansant et ma danseuse me disait « continue » elle avait eu peur. Il y avait vraiment un moment magique. Ça c'est vraiment le côté artistique, émotion et symbiose avec le public. L'autre moment le plus fort c'est quand j'ai chanté la marseillaise aux Championnats du Monde. J'ai gagné les mondiaux avec ma doublette, c'est un moment que je n'oublierai jamais, car je ne pensais pas être aussi fier de représenter mon pays, de représenter la France et en plus de ramener le titre. C'était vraiment un moment indescriptible, j'ai toujours été sensible, en regardant les JO ou d'autres compétitions, quand je vois les athlètes français ou autres, monter sur le podium avec les larmes aux yeux, ça m'a toujours ému, toujours pris et là de le vivre, rien que d'en parler j'ai la chair de poule..

### **Et quels sont tes projets pour cette année en 2024 ?**

Je garde mon école. Il y a un très gros projet "Pole Scène France", avec une amie à moi avec qui je viens de gagner justement le trio.





On a créé une nouvelle compétition de pole dance qu'on est en train d'organiser. Ce sera une compétition pour le moment nationale, qui deviendra internationale dans les années à venir et qui sera une compétition annuelle. Elle aura lieu le 1,2,3 novembre dans le Gard. On est sur le projet depuis 6 mois et ça fait 2 ans qu'on en parle. Là ça a vraiment pris une autre tournure, tout est en train de sortir, d'ici 15 jours il devrait y avoir le site internet avec toutes les informations. On a déjà créé les réseaux sociaux et diffusé, on a déjà les dates, les juges, tout est créé, il ne manque plus que le site internet. Le projet est né du fait qu'on aimerait amener autre chose que ce qui est proposé en compétition de pole artistique, en amenant quelque chose d'encore plus artistique justement. Mettre l'accent là dessus et sur le fait de chouchouter les athlètes. Étant athlètes elle et moi, on sait ce qu'on veut, ce qu'on ne veut pas et on sait là où des fois il peut y avoir des problèmes. Puis ouvrir aux amateurs, car à l'heure actuelle il n'y a pas beaucoup de compétition pour quelqu'un qui débute. Par exemple pour un homme de mon âge qui veut faire de la pole dance, sans prétention aucune va se retrouver directement face à moi, et ça, ça décourage beaucoup. Je suis passé par là, quand j'ai démarré j'étais tout de suite face à des grands noms de la pole dance et ça a été dur.

### **Est ce que tu connais le nombre d'hommes licenciés qui font de la pole dance ?**

C'est très difficile à donner. Beaucoup de pratiquants ne sont pas forcément licenciés donc c'est très compliqué d'avoir des chiffres. Il y en a au sein de la Fédération Française de Danse. Il y a plusieurs fédérations, comme c'est un sport qui est nouveau, il n'y a pas comme au tennis par exemple 1 fédération de tennis, ( j'espère ne pas dire de bêtise). Il y a plein de pratiquants qui ne sont pas licenciés donc c'est très compliqué de donner un chiffre. Effectivement, il y a plus de femmes qui pratiquent mais vraiment ça dépend des régions. Par exemple étant un homme, en tant que prof j'attire plus facilement des hommes. Une année j'avais même ouvert un cours spécial homme. Les gens qui ont le discours « c'est un sport de femme » changent d'avis quand ils découvrent la discipline.

### **Aurais tu un conseil à donner à une personne qui justement souhaite commencer dans le pole dance mais qui a peur des préjugés et des stéréotypes qu'on entend ?**

De dépasser ça et de juste commencer. Ça vaut pour tout, pas juste pour la pole! Si vous sentez qu'il y a un truc qui peut vous animer, ça vaut de l'or de vivre ce genre de chose et de faire quelque chose qu'on aime. Combien de gens j'entends « oh non j'ai jamais osé » et qui ont une amertume et je trouve que c'est très dur. Je sais qu'il faut un peu de courage mais au final quand vous verrez ce que vous allez gagner vous vous direz « mais pourquoi je ne l'ai pas fait avant ».



### **Première année du breakdance au JO, qu'est ce que tu penses du fait que la danse s'invite au JO ?**

J'entends les pros et les anti pros. Je comprends qu'on dise que la danse c'est un art. C'est très difficile à juger, et je le respecte totalement. Qui dit jugement dit qu'il faut codifier les choses et qu'il faut qu'il y ait un règlement, sauf que la base de la danse c'est que justement il n'y a pas de règles. Souvent la danse rime avec liberté et dès qu'on rentre dans la compétition c'est pas le cas...

Donc j'entends totalement qu'on puisse dire ça, en tout cas je trouve ça bien que ça y soit. Je me doute que ça ne durera pas mais ça donne une visibilité, là en l'occurrence au hip-hop. Ça donne également une visibilité aux artistes qui sont des athlètes. Et montrer que la danse c'est un art mais que c'est aussi un sport parce que dans la tête des gens c'est quelque chose de léger. Ça peut l'être mais ce n'est pas que ça.

