

# Stève Stievenart



Stève Stievenart, dit The Seal est **nageur en eau libre et explorateur**. Il est détenteur de multiples traversées mythiques de la nage en eau libre dont **la Manche qu'il a traversé 5 fois, 20 Bridges de Manhattan 2 fois, 2 fois le Catalina-Los Angeles, lac Baikal, Loch Ness et récemment le lac Tahoe**.

Au-delà de ses exploits sportifs, il a adopté un **mode de vie basé sur l'écoute de la nature et le régime alimentaire du phoque de Sibérie** : poissons gras pour emmagasiner du bon gras dans son corps pour lutter contre les températures extrêmes dans la nage. Il vit dans le froid autant que possible et se douche à l'eau froide, ce qui lui vaut **le surnom de phoque**.

Et en plus de cela, ses **exploits réalisés dans des températures d'eau froide font de lui un explorateur des limites du corps humain et le témoin de l'adaptation du corps aux conditions extrêmes**. Il est **suivi par un labo scientifique** pour analyser la manière dont son corps s'adapte.

Stève Stievenart est un personnage fascinant qui a décidé de se lancer dans ces défis en 2017 suite à une période de vie personnelle difficile. Il est d'un positivisme incroyable **passionné par ses aventures**.

Il a créé en parallèle **une fondation - « Stop Plastic Pollution »** pour lutter contre la pollution plastique dans les eaux du monde. Egalement, ils sont en train de **monter des expéditions dans différentes parties du monde sur les 3 prochaines années** qui vont le mener dans des eaux extraordinaires et parfois des eaux en danger du fait du changement climatique et de l'impact de l'homme sur elles.

Ses thèmes d'intervention abordent **la préparation mentale à de grands défis, le dépassement et la connaissance de soi, l'adaptation face aux dangers et imprévus, ainsi que la protection de la planète**.