

SNOW ACTIVE

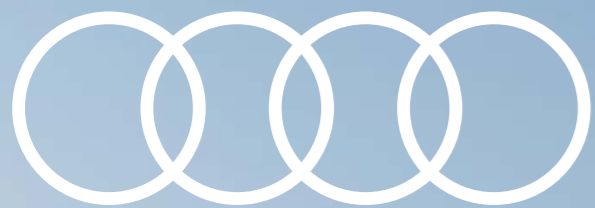


Le magazine officiel
de la Fédération

SWISSSKI

AVRIL 2024

CHEZ PETER LÜSCHER · LA DOUBLE SAISON DE MARTINA WYSS · LE DUO D'ENTRAÎNEURS PLASCHY/ALBRECHT



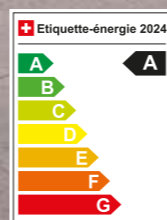
Chargée pour l'avenir.

L'Audi Q4 e-tron entièrement électrique.
Recharge 150 km en 10 minutes seulement.



swisski OFFICIAL CAR PARTNER

Audi Q4 45 e-tron quattro, 285 ch, 17,4 kWh/100 km, 0 g CO₂/km, cat. A



LES ADIEUX DE RALPH WEBER

La neige fond à vue d'œil. Que restera-t-il de l'hiver 2023/24? Les grandes figures de la saison bien sûr, à commencer par Lara Gut-Behrami, Mathilde Gremaud et Marco Odermatt, les trois vainqueurs suisses du classement général de la Coupe du monde.

Chacune et chacun d'entre vous gardera probablement son propre moment favori de la saison. Un temps fort qui n'est pas forcément en lien direct avec une grande victoire. Le mien remonte au 17 février. Cet après-midi-là, j'étais assis au bureau de ma chambre d'hôtel à Crans-Montana, devant mon ordinateur portable. La descente féminine venait de se terminer et j'étais en train d'écrire sur la frénésie en lien avec les Mondiaux 2027. J'ai rapidement voulu regarder quelques images de la descente masculine de Kvitfjell, dont je n'avais vu que le classement final avec la victoire de Niels Hintermann.

Juste après, je suis resté suspendu aux lèvres de Ralph Weber. Ralph avait annoncé la veille qu'il prenait sa retraite à l'âge de 30 ans. Après sa centième et dernière course de Coupe du monde, il a accordé une interview de cinq minutes et demie au journaliste de la SRF Marc Lüscher dans l'aire d'arrivée. Et ses mots m'ont profondément touché. J'ai entendu cette voix familière et reconnaissable entre toutes (c'est sans doute la plus grave de l'histoire de la Coupe du monde), mais cette fois-ci, elle était très différente.

Ralph est un solide gaillard, mais il s'est laissé submerger par l'émotion. Il a raconté comment les larmes lui étaient montées aux yeux dans les 200 ou 300 derniers mètres avant la ligne d'arrivée; à quel point tout avait été merveilleux au sein de l'équipe. Le Saint-Gallois de Gossau est revenu sur son rêve d'enfant réalisé, sa carrière au côté des meilleurs collègues imaginables ainsi que son épouse et ses deux filles. Ces dernières avaient fait le voyage jusqu'en Norvège pour être présentes au moment où

il faisait ses adieux à la deuxième partie la plus importante de sa vie. «Qui suis-je sans le sport d'élite?», s'est même demandé Ralph devant la caméra.

Je suis probablement plus émotif que Ralph et j'ai dû me ressaisir, seul devant mon ordinateur portable.

Ralph Weber avait remporté l'or en super-G et l'argent en descente lors des Championnats du monde juniors en 2012. En 2013 et 2022, il a remporté le classement de la descente en Coupe d'Europe et sa meilleure performance en Coupe du monde a été une 10^e place en descente au Laubhorn en 2020. Il n'a pas connu la carrière qu'un champion du monde junior pouvait légitimement espérer, notamment en raison de blessures. Plus récemment, alors que Ralph se battait pour revenir en Coupe du monde après une hernie discale, le «St. Galler Tagblatt» posait la question: «Pourquoi Ralph Weber s'inflige-t-il ça?»

Ceux qui se demandent encore pourquoi Ralph Weber s'est «infligé» ce dernier grand combat ou tant d'années entre la Coupe d'Europe et la Coupe du monde dans l'espoir finalement vain de percer vers les sommets doivent regarder cette interview. Ces cinq minutes et demie sont la meilleure réponse possible. Elles sont d'une clarté limpide.

Tout de bon, cher Ralph! Et merci d'avoir montré une facette de ta personnalité que nous ne connaissions point lors de ton dernier jour en tant que skieur de compétition.

PHILIPP BÄRTSCH, *Rédacteur en chef*

IMPRESSUM

SNOW
ACTIVE

Le magazine officiel de la Fédération Swiss-Ski,
paraît quatre fois par an
Edition d'avril 2024, 58^e année

EDITEUR Swiss-Ski

Home of Snowsports, Arastrasse 6, 3048 Worblaufen
Tél +41 31 950 61 11, snowactive@swiss-ski.ch

RÉDACTION

Philipp Bärtsch (philipp.baertsch@swiss-ski.ch)
Roman Eberle (roman.eberle@swiss-ski.ch)
Ramona Hirt (ramona.hirt@swiss-ski.ch)

PIGISTES

Joseph Weibel, Peter Birrer, Anita Fuchs, Stephan Bögli

DIRECTION ARTISTIQUE/MISE EN PAGE

LS Creative GmbH
Leander Strupler

ANNONCES/PUBLIREPORTAGES

Swiss-Ski
Matthias Rietschin (matthias.rietschin@swiss-ski.ch)
Annalisa Gerber (annalisa.gerber@swiss-ski.ch)

Prosell AG

Wolfgang Burkhardt (Tél. +41 62 858 28 10, w.burkhardt@prosell.ch)
Rebekka Theiler (Tél. +41 62 858 28 15, r.theiler@prosell.ch)

ABONNEMENTS

CHF 49.- pour une année, CHF 89.- pour deux ans (TVA incluse)

IMPRESSION AVD Goldach AG

TRADUCTIONS Syntax Traductions SA

COPYRIGHT Swiss-Ski

Réimpression admise uniquement avec
l'approbation explicite de la rédaction.

Remarque concernant la page de couverture:

La photo de couverture de ce numéro est un photomontage
(images et photomontage: Stephan Bögli).



32 SIXTINE COUSIN

36 L'INFLUENCE DU
CYCLE MENSTRUEL

40 DIDIER PLASCHY ET
DANIEL ALBRECHT

Notre ski-club

44 SKI CLUB DAVOS

46 KAROLINE
BRÅTEN GUIDON

50 MARIUS ROBYR ET
HUGO STEINEGGER

58 100 ANS DU SAS

Snowstainability

62 KILLIAN PEIER,
AMBASSADEUR

64 SCI SVIZZERA
ITALIANA

Carte blanche

66 CHRISTIAN STAHL



6 WALTER REUSSER ET DIEGO ZÜGER



Qu'est-il devenu?

14 PETER LÜSCHER



Dans l'intimité de...

28 LENA HÄCKI-GROSS

12 LA SAISON DE COUPE
DU MONDE EN CHIFFRES

20 MARTINA WYSS

24 SUNRISE SNOW DAYS

27 BAR DE NEIGE



54 ALESSIA BÖSCH



Walter Reusser (à gauche) et Diego Züger ont repris la direction opérationnelle de Swiss-Ski au début de la saison 2023/24.
Photo: GABRIELE FACCIOTTI

«NOUS AVONS TOTALEMENT CONFIANCE EN L'AUTRE»

AU TERME DE LEUR PREMIER HIVER EN TANT QUE CO-CEO DE SWISS-SKI, WALTER REUSSER ET DIEGO ZÜGER REVIENNENT SUR LA SAISON EXCEPTIONNELLE VÉCUE EN COUPE DU MONDE DE SKI ALPIN, LES GRANDS DÉFIS DE LA FÉDÉRATION ET LEUR COLLABORATION DANS LA NOUVELLE STRUCTURE.

AVEC LA PREMIÈRE PLACE AU CLASSEMENT PAR NATIONS, LES DEUX GRANDS GLOBES ET CINQ PETITS GLOBES DE CRISTAL, SWISS-SKI A CONNU SON MEILLEUR HIVER DE COUPE DU MONDE DE SKI ALPIN DEPUIS LA SAISON 1986/87. QUELLE EST L'IMPORTANCE POUR LA FÉDÉRATION DE POUVOIR COMPTER SUR DES LEADERS COMME MARCO ODERMATT ET LARA GUT-BEHRAMI - AU-DELÀ DES SUCCÈS EN COUPE DU MONDE ET DES GLOBES DE CRISTAL?

WALTER REUSSER: Ils donnent une grande stabilité et une grande sécurité à l'équipe. Les autres savent qu'il y a parmi eux les meilleurs skieurs du circuit, qui sont satisfaits du cadre que nous leur offrons et que nous devons soutenir au mieux. Ce sont de parfaites références pour leurs coéquipières et coéquipiers, à chaque entraînement. D'un autre côté, les locomotives que sont Marco et Lara permettent également de retirer de la pression aux autres athlètes.

DIEGO ZÜGER: Le succès sportif est la base qui nous permet de commercialiser les sports de neige suisses, qui provoque l'intérêt du public et qui crée



Marco Odermatt a remporté le général de la Coupe du monde pour la troisième année consécutive avec un record de points à la clé. Photo: KEYSTONE

des émotions positives. Nous avons la chance d'être très performants sur le plan sportif depuis quelques années déjà. Des personnalités exceptionnelles comme Lara et Marco parviennent à attirer sur le ski l'attention des personnes qui ne font pas partie de notre groupe cible et de notre base de fans.

AU-DELÀ DES RÉSULTATS EXCEPTIONNELS EN SKI ALPIN, QUE RETIENDREZ-VOUS DE L'HIVER 2023/24?

REUSSER: Je dois dire que je ne cesse de m'enthousiasmer pour Mathilde Gremaud. Cet hiver, elle a marqué de son empreinte la Coupe du monde de freestyle en devenant la première freestyleuse à remporter trois globes de cristal. C'est tout simplement exceptionnel. Mais j'ai aussi apprécié les progrès constatés dans le domaine nordique. Lena Häcki-Gross, une biathlète déjà expérimentée, a encore franchi un pas en s'imposant à plusieurs reprises en Coupe du monde. En ski de fond, nous avons deux

athlètes qui sont montés sur le podium pour la première fois chez les hommes. Et en saut à ski, Gregor Deschwanden a permis à la Suisse de retrouver le podium après quelques années. Sans oublier notre équipe de skicross qui reste au sommet année après année.

ZÜGER: Nous avons décroché des podium dans neuf des onze sports de la Coupe du monde. Cela montre à quel point nous avons du succès, même à grande échelle. Nous tenons à remercier tout particulièrement nos partenaires, car sans leur engagement, ces nombreux succès sportifs n'auraient pas été possibles. Les succès de nos athlètes lors des étapes de Coupe du monde en Suisse restent souvent gravés dans nos mémoires et ils y sont parvenus à plusieurs reprises l'hiver dernier dans différents sports. Toutes ces visites de la Coupe du monde en Suisse ont d'ailleurs été de grandes fêtes. Une étape importante a également eu lieu avec la première Coupe du monde de biathlon à Lenzerheide.

QU'AVEZ-VOUS APPRIS DURANT LA SAISON?

REUSSER: Nous avons pu voir une nouvelle fois à quel point la victoire et la défaite, ou la chance et la malchance, sont étroitement liées. Je pense ici aux différentes annulations de courses et aux nombreuses blessures, parfois très graves. Sans oublier les problèmes et les discussions qui ont germé au sein des sports de neige, à commencer par le calendrier des courses ou la commercialisation centralisée.

ZÜGER: Du point de vue suisse, nous avons à nouveau connu l'une de nos plus belles saisons sur le plan sportif. Mais j'ai aussi le sentiment qu'une légère ombre plane sur l'hiver et sur les sports de neige, en raison des questions climatiques et des différents thèmes mentionnés par Walter en lien avec la FIS. Les défis que nous devons relever à petite échelle en Suisse sont bien plus importants à l'échelle mondiale. C'est ce que je ressens lorsque je discute avec des personnes extérieures



Lara Gut-Behrami a gagné son deuxième grand globe de cristal et ajouté deux petits globes à sa moisson. Photo: KEYSTONE

à Swiss-Ski, en particulier avec celles qui viennent de l'étranger. Il y a des médias, surtout à l'étranger, qui décrivent des scénarios catastrophiques pour les sports de neige. Ce décalage avec l'enthousiasme que l'on ressent ici grâce aux succès des sports de neige suisses est quelque chose de frappant. Si nous voulons continuer à développer notre sport dans le monde entier, nous devons relever de grands défis pour lui redonner une image plus positive, au-delà des frontières suisses.

QUELLE EST SELON VOUS LA PLUS GRANDE PRIORITÉ DANS L'OPTIQUE DE LA SAISON PROCHAINE?

ZÜGER: Nous devons enfin avancer dans les discussions avec la FIS sur la commercialisation centralisée. Malheureusement, cette question bloque également de nombreux autres sujets en lien avec le développement de notre sport. Nous avons travaillé de manière très intensive avec les autres fédérations de ski au cours des derniers mois et espérons maintenant trouver des solutions avec la FIS.

REUSSER: Les défis sont toujours nombreux. Je pense par exemple aux changements de génération et aux athlètes blessés, ce qui pousse les autres à endosser un nouveau rôle. Nous voulons continuer de développer nos onze sports et pas seulement maintenir le niveau de performance actuel. Nous devons toujours offrir les meilleures conditions possibles à nos quelque 300 athlètes ainsi qu'à l'ensemble du staff.

ZÜGER: Les exigences augmentent avec le succès, notamment en ce qui concerne l'accompagnement individuel. Nous devons générer les ressources financières nécessaires pour rester compétitifs et continuer à nous développer. Il est important de ne pas fanfaronner quand le succès est là, mais de se concentrer dès maintenant sur ce qui viendra dans dix ans. C'est dans les périodes fastes que l'on commet le plus d'erreurs. Quand on surfe sur la vague du succès, on ne peut pas se permettre de perdre un millimètre dans la promotion des jeunes talents et du sport de loisirs. Nous devons également

être prêts à investir dans la numérisation et les futurs potentiels de commercialisation, afin de pouvoir conserver sur le long terme nos recettes commerciales déjà élevées, voire les augmenter.

COMMENT SWISS-SKI SE PRÉPARE-T-ELLE À RELEVER LE DÉFI TOUJOURS PLUS IMPORTANT DU CHANGEMENT CLIMATIQUE?

ZÜGER: Avec le Présidium, nous avons profité du débat actuel pour réfléchir de manière approfondie à la direction que doivent prendre les sports de neige sur le long terme. Nous nous sommes fixé pour objectif d'élaborer une vision «Sports de neige 2050» d'ici la fin de l'année. Il est important pour nous de nous pencher à long terme sur le sujet du changement climatique et de la durabilité. Les événements de Coupe du monde sont essentiels à la pratique de nos sports. Il est donc important de réfléchir à une planification intelligente des événements afin de minimiser les risques d'annulations. Mais

n'oublions pas une chose: il y a toujours eu des annulations et il y en aura malheureusement encore régulièrement. Nous pratiquons un sport d'extérieur.

REUSSER: Il est important de pouvoir compter sur la coopération des fédérations internationales et nationales ainsi que des organisateurs locaux. Les courses doivent être organisées lorsque cela a le plus de sens pour la région concernée et lorsque la probabilité qu'elles puissent avoir lieu sont les plus grandes. Elles doivent aussi être planifiées de manière à ce que les compétitions ne surchargent pas les athlètes. La Coupe du monde doit être abordée comme une série d'événements et l'objectif devrait être que les meilleurs ne choisissent pas de sauter des courses, mais prennent le départ partout.

DEPUIS UN AN, VOUS ASSUMEZ CHACUN LE RÔLE DE CO-CEO. EN QUOI CETTE DOUBLE DIRECTION A-T-ELLE PORTÉ SES FRUITS ET OÙ VOYEZ-VOUS ENCORE UN POTENTIEL D'AMÉLIORATION?

REUSSER: Les missions de Swiss-Ski sont extrêmement larges. C'est surtout la complexité des sujets qui a conduit à la mise en place d'une double direction. Nous voulons que notre Fédération fasse partie de l'élite mondiale dans tous les domaines. Notre réputation est très bonne. Il est plus facile de gérer la Fédération dans sa globalité si l'on peut se concentrer sur certains domaines au sein de la direction. Nous avons très bien réussi à séparer le sport d'autres thématiques compliquées. Nous considérons cela comme une grande valeur ajoutée, car nos athlètes peuvent ainsi se concentrer sur le sport.

QUELS SONT LES PRINCIPAUX DÉFIS LIÉS À CE NOUVEAU RÔLE DE CO-CEO?

ZÜGER: Jusque-là, le plus important dans notre collaboration en tant que co-CEO est selon moi la courbe d'apprentissage élevée et la grande confiance qui nous est accordée à tous les deux du côté du Présidium, mais aussi des collaborateurs. Même si nous ne trouvons pas le temps d'échanger sur un sujet précis, chacun de nous sait que l'autre prend en compte les deux domaines – sport et commercial – quand il prend une décision. «Wala» et moi, nous nous connaissons depuis très longtemps et nous avons totalement confiance en l'autre. C'est une condition essentielle, sinon la collaboration ne fonctionnerait pas aussi bien. Mettre en place une double direction a nécessité de nombreux ajustements. Mais le plus important, c'est l'équipe solide qui nous entoure chez Swiss-Ski, sur la neige et au nouveau siège de la Fédération à Worblaufen. Chacune et chacun de ces



Un classique de Swiss-Ski pour le sport de loisirs: s'amuser dans la neige lors du JUSKILA 2024. Photo: MARIUS TAUSCH

collaborateurs apporte sa contribution au succès collectif. Travailler dans un environnement aussi passionnant avec autant de personnes motivées est un vrai plaisir.

REUSSER: Je ne peux qu'approuver. Et j'ajoute que nous avons tous deux le même état d'esprit, à savoir le principe qui veut que «le meilleur argument compte». Il s'agit de trouver ensemble la meilleure solution pour Swiss-Ski. Notre COO et CFO Claudia Lämmler joue un rôle important au sein de la direction de la Fédération, car elle nous couvre tous les deux dans le domaine des services.

LES ADAPTATIONS STRUCTURELLES DE SWISS-SKI ONT ÉGALEMENT CONCERNÉ LE SPORT DE LOISIRS, AFIN DE RENFORCER CE DERNIER AU SEIN DE LA FÉDÉRATION. QUELLE EST VOTRE STRATÉGIE CONCRÈTE?

REUSSER: Le sport de loisirs est la base de toute notre structure, que ce soit via les associations régionales et les ski-clubs, mais aussi les bénévoles. Ce sont eux qui rendent possible l'organisation de

compétitions ou les entraînements des enfants. Il est important que toutes et tous les membres de notre univers de sports de neige connaissent exactement leur rôle. Nous voulons susciter l'enthousiasme de nos membres et les fidéliser, non seulement grâce aux performances sportives de haut niveau de nos meilleur(e)s athlètes, mais aussi par des échanges directs et la collaboration avec Swiss-Ski. Nous voulons continuer à développer les sports de neige en compagnie de notre base. Et pour cela, il faut lui donner la parole.

ZÜGER: Si l'on pense à l'évolution des sports de neige, il est important de trouver un équilibre entre la commercialisation ou la professionnalisation, d'un côté, afin de créer une base financière saine pour le sport, et notre vaste base, de l'autre côté, qui est marquée par le travail bénévole et la passion pour les sports de neige. Nous devons toujours tenir compte des besoins de nos associations régionales, de nos ski-clubs et de nos membres dans notre travail quotidien. En parallèle, nous avons la chance de disposer d'une

structure de partenaires très stable et nous avons pu conclure des partenariats à long terme avec de nombreux sponsors. Grâce au soutien de Sunrise, notre Main Partner, il nous est par exemple possible d'ouvrir de nouveaux domaines d'activité en lien avec le numérique afin de nous développer globalement en tant que Fédération. Cela profite en fin de compte aux ski-clubs et aux membres.

Interview: ROMAN EBERLE

La version complète de cet entretien est disponible sur swiss-ski.ch.



Mathilde Gremaud est devenue la première freestyleuse à décrocher trois globes de cristal en un hiver de Coupe du monde. Photo: KEYSTONE

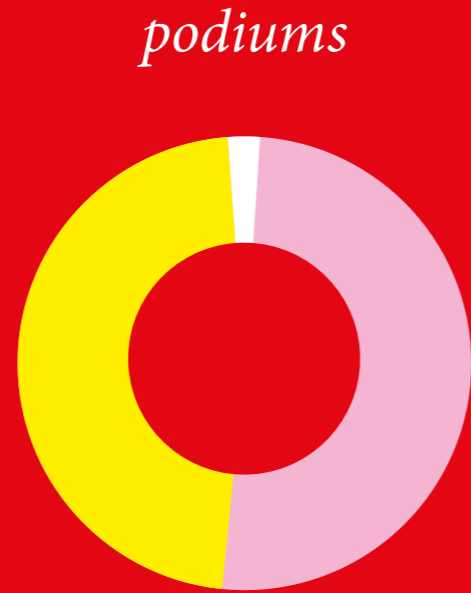
121 podiums dans 9 sports de neige

Cette saison, les athlètes de Swiss-Ski sont montés sur le podium en Coupe du monde dans 9 des 11 sports de neige. Contrairement à l'hiver 2022/23, la Suisse a retrouvé les joies du top 3 au plus haut niveau en saut à ski. Comme ces dernières années, c'est le ski alpin qui a le plus donné de raisons de faire la fête aux fans suisses de sports de neige cet hiver (56 podiums).



Mixte: 0
Femmes: 22
Hommes: 24

Répartition par sexe

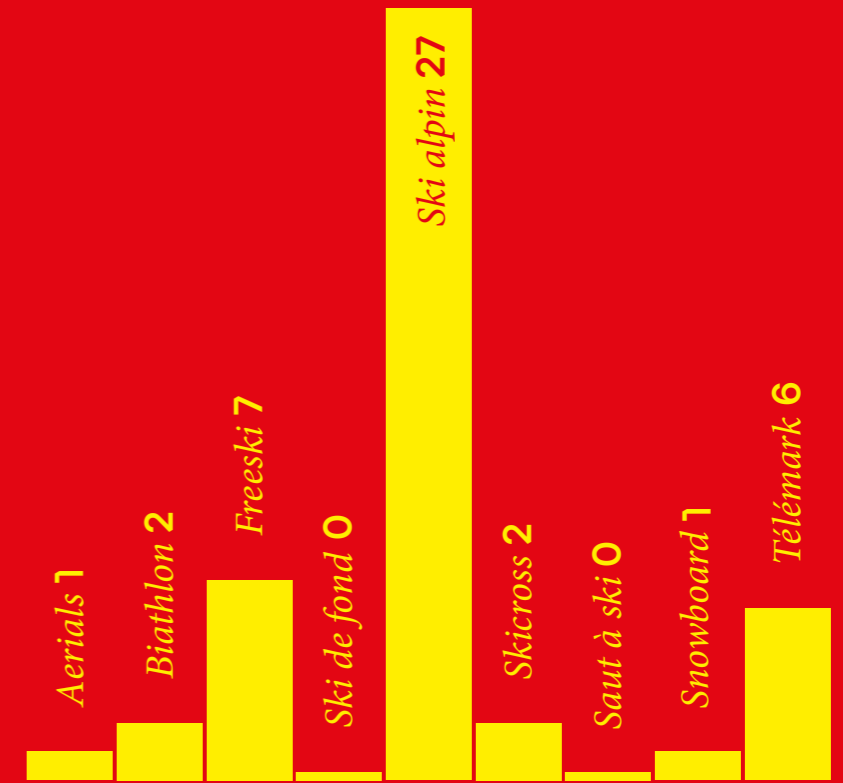


Mixte: 2
Femmes: 59
Hommes: 60

podiums

2023/24

46
victoires



4
3e places





Photo: STEPHAN BÖGLI

DU SKI NAUTIQUE AU GRAND GLOBE DE CRISTAL

Peter Lüscher a été le premier skieur alpin suisse à remporter le général de la Coupe du monde en 1978/79. Après une deuxième carrière professionnelle dans l'industrie du ski, le Thurgovien profite aujourd'hui de sa retraite avec son épouse, la double championne du monde française Fabienne Serrat.

Le pas est encore tranquille, la prudence est de mise. En novembre dernier, Peter Lüscher a subi une opération du dos à Lausanne, puis un lumbago est venu s'ajouter à son quotidien. C'est la raison pour laquelle il a d'ores et déjà décidé de tirer un trait sur la saison de golf en 2024. D'ordinaire, il aime arpenter les greens de la région, principalement à Aigle où se trouve le Golf Club Montreux, son club. Son handicap de 9 en est la preuve: l'ancien skieur de 67 ans est loin d'être un débutant.

Peter Lüscher. Un nom profondément ancré dans l'histoire du ski alpin. Un nom surtout lié à la saison 1978/79, un hiver triomphal au cours duquel le Thurgovien a surclassé l'élite mondiale pour devenir le premier skieur suisse à remporter le classement général de la Coupe du monde. Ses premiers poursuivants s'appelaient Leonhard Stock (AUT) et Phil Mahre (USA). Peter Lüscher a ensuite ouvert la voie à Pirmin Zurbriggen, Paul Accola, Carlo Janka et Marco Odermatt, qui vient de remporter le classement général de la Coupe du monde pour la troisième fois consécutive.

UNE PRIME DE 50 000 FRANCS

Le Thurgovien n'avait que 22 ans lorsqu'il a soulevé le grand globe de cristal et touché un chèque de 50 000 francs. Le jeune sportif a investi cette somme considérable pour l'époque en achetant une maison à Brissago, au bord du lac Majeur. Bien sûr, le succès a augmenté sa notoriété; ce qui l'a parfois aidé, plus tard, quand il parcourait le pays dans le cadre de son travail au sein du service extérieur de Völkl et qu'il n'avait pas besoin de se présenter chez les détaillants de sport. Mais Peter Lüscher ne s'est jamais considéré comme une star. Il laissait volontiers les feux de la rampe à d'autres skieurs, comme Bernhard Russi, qui a pris sa retraite en janvier 1978, ou Franz Klammer, tous deux largement établis alors que Peter Lüscher débarquait en Coupe du monde. Sans oublier Ingemar Stenmark, l'insatiable Suédois derrière lequel Peter Lüscher a terminé quatre fois 2^e lors de sa meilleure saison.

Dans sa jeunesse, rien ne laissait penser que Peter Lüscher vivrait une carrière dans un sport d'hiver et surtout qu'il atteindrait un tel niveau. Il a grandi à

Romanshorn et enfant, il passait davantage de temps à pratiquer le ski nautique sur le lac de Constance. Mais son talent s'est révélé et Peter Lüscher a fait les gros titres pour la première fois lors de son sacre de champion d'Europe junior en France.

Le ski, que ce soit sur l'eau ou sur la neige, est devenu une grande passion. «Le sport a toujours été mon truc», dit Peter Lüscher. «C'est là que je m'épanouissais le plus.» Chez les skieurs alpins, il admirait surtout trois athlètes: le Vaudois Jean-Daniel Dätwyler et les Français Guy Périllat et Jean-Claude Killy. Il était fier de posséder les autographes de tout le trio.

SNOBÉ À AROSA

Peter Lüscher avait des ambitions sportives, mais il y avait un problème: ce n'était pas possible d'atteindre les sommets dans les deux sports. Après avoir terminé son apprentissage d'employé de commerce, il a opté pour le ski alpin, notamment en raison des meilleures perspectives qu'il offrait. Le ski de compétition lui permettait de passer professionnel et de gagner sa vie.



Le duo de skieurs et aussi un duo dans la vie: Peter et Fabienne Lüscher (-Serrat). Photo: STEPHAN BÖGLI

Souhaitant accélérer sa carrière, le jeune talent aurait aimé devenir membre du ski-club Arosa. «Mais en tant que Thurgovien, je n'étais pas le bienvenu», explique Peter Lüscher. Il a alors rejoint le ski-club Ebnat-Kappel, dans le Toggenburg, et suivi sa propre voie. Au début, ses disciplines favorites étaient le slalom et le slalom géant, généralement avec les mêmes skis de 2,05 m. «J'avais une paire qui convenait à toutes les conditions de neige», se souvient-il.

Peter Lüscher ne portait pas de casque, souvent même pas de bonnet. Il mettait simplement ses lunettes de ski et fonçait. Mais il ne s'est pas contenté des disciplines techniques et s'est aussi attaqué à la descente. Il explique que la Streif de Kitzbühel lui a demandé beaucoup de courage et donné quelques palpitations. Peter

Lüscher se souvient des chutes et des pistes mal préparées. Un jour, son fils Tim lui a clairement signifié qu'il était allé jusqu'aux limites, voire au-delà.

Tim Lüscher, qui est allé jusqu'au cadre B national et a participé à un slalom de Coupe du monde en 2011, se tenait à la hauteur de la Mausefalle lors de sa première visite sur la Streif. Après avoir regardé dans le vide, il a tout de suite appelé son père: «Tim m'a dit qu'il me manquait une case», rigole Peter Lüscher. «La façon dont nous skiions sur des pistes qui n'étaient pas aussi bien préparées qu'aujourd'hui était parfois franchement limite.» Il a enregistré certaines courses sur des cassettes VHS. Mais il ne peut plus les visionner aujourd'hui, car il ne possède aucun magnétoscope en état de marche. «C'est peut-être mieux comme ça.»

IL A ÉLU DOMICILE AU BORD DU LÉMAN

Entre 1978 et 1983, Peter Lüscher a remporté six victoires en Coupe du monde, trois en combiné ainsi qu'une en slalom, une en super-G et une en descente. S'il devait n'en retenir qu'une, ce serait son triomphe dans la discipline reine en 1983 à St-Anton, devant Silvano Meli et Harti Weirather. Peter Lüscher a conservé les lattes de 2,23 m chaussées ce jour-là. En 1982, il a également remporté la médaille d'argent du combiné aux Championnats du monde – derrière Michel Vion, l'actuel secrétaire général de la FIS.

Peter Lüscher, qui partageait souvent sa chambre avec Urs Räber lors des courses, aimait particulièrement les épreuves outre-Atlantique. En 1979, alors qu'il était



En action lors du slalom de Kitzbühel (1982). Photo: KEYSTONE

à Lake Tahoe (USA), il a commencé à discuter avec une athlète française sur un télésiège: Fabienne Serrat, un autre visage bien connu du monde du ski. La skieuse originaire de l'Alpe d'Huez a été sacrée championne du monde de slalom géant et de combiné à Saint-Moritz en 1974. La rencontre sur le télésiège ne s'est pas arrêtée là: Fabienne Serrat et Peter Lüscher sont en couple depuis lors.

Elle a pris sa retraite en 1984, lui un an plus tard. Ils se sont mariés en 1986, ont eu deux enfants et se sont installés près de Montreux. Peter Lüscher connaissait déjà la région et l'appréciait, car il faisait souvent du ski nautique sur le lac Léman. Ils ont trouvé un terrain à bâtir dans le paisible village de Brent et ont emménagé dans leur maison en 1991, laquelle jouit d'un magnifique panorama sur le lac et les montagnes.



Le vainqueur du général est accueilli en grande pompe à Wil. Photo: KEYSTONE



Cinq légendes de Völkl réunies: Anita Wachter, Walter Tresch, Hanni Wenzel, Maria Walliser et Peter Lüscher (de g. à dr.).

Quant au grand globe de cristal, plus belle relique de ses années de sportif d'élite, Peter Lüscher ne l'a pas rangé dans une boîte quelconque, mais l'a installé dans son salon, au-dessus de la cheminée.

Peter Lüscher n'a pas choisi de mettre un terme à sa carrière, il en a été contraint: sa santé ne suivait plus et son genou droit était usé. Il a reçu une prothèse du genou en 2008. Mais la transition vers la vie professionnelle «normale» a été facile. Sa nouvelle activité lui a permis de rester lié au ski de compétition. Il a représenté la marque Völkl, qui était déjà sa marque en tant que skieur, au poste de collaborateur du service extérieur. Son travail se passait essentiellement en Suisse romande. Peter Lüscher est resté fidèle à son employeur durant 36 ans, jusqu'à la retraite.

UN FAIBLE POUR LE SLALOM

Peter Lüscher et son épouse suivent toujours le ski alpin de très près. Chaque fois que leur agenda le leur permet, ils s'assoient devant la télévision pour regarder les courses. Et les émotions ne manquent pas. «Je mets souvent mes mains devant mon visage lors des descentes, car je m'inquiète toujours pour les athlètes», explique Fabienne Lüscher. «En revanche, Peter commente comme un entraîneur qui veut voir son athlète skier une ligne plus directe. Nous vibrons tous les deux.»

Peter et Fabienne Lüscher ont toujours un faible pour le slalom. «C'est à la fois une discipline de 'fous' et quelque chose d'incroyable. L'ambiance est généralement dingue, surtout quand je pense au slalom nocturne de Schladming.» Et qui impressionne le plus l'ancien champion? «Marco Odermatt est exceptionnel et évolue souvent

à la limite», dit-il, «mais il n'est pas seulement remarquable sur le plan sportif, c'est aussi un type bien. Toute l'équipe l'apprécie. Autrefois, l'esprit d'équipe n'était pas aussi présent qu'aujourd'hui, nous étions plutôt des individualistes.» Il met aussi en avant Lara Gut-Behrami. Fabienne Lüscher approuve et ajoute: «J'aime beaucoup Wendy Holdener et Mikaela Shiffrin.»




Peter Lüscher skie encore à quelques reprises durant l'hiver, quand son dos le lui permet, tandis que Fabienne enseigne régulièrement le ski à Villars-sur-Ollon. Pour le reste, il profite de sa vie de retraité. Ce qui est loin d'être désagréable, selon Peter Lüscher. Et à le voir, on ne peut que partager cette impression.

Texte: PETER BIRNER

Sunrise Moments
Vivez l'inoubliable.

PLUS PRÈS DES STARS

Notre programme de fidélité Sunrise Moments réserve à nos clients d'inoubliables expériences à l'occasion de festivals, concerts et événements Swiss-Ski.

- 
RÉDUCTIONS EXCLUSIVES
 Jusqu'à 25% de rabais sur les billets - même pour les événements à guichet fermé.
- 
AUX PREMIÈRES LOGES
 Accès à la billetterie et aux meilleures places 48h avant l'ouverture officielle.
- 
EXPÉRIENCES PRIVILÉGIÉES
 Billets de Coupe du monde à prix réduits, pour suivre de près nos stars Swiss-Ski.

sunrise.ch/moments

Sunrise

UN DERNIER TOUR DE PISTE

JUSQU'À LA FIN DE L'AUTOMNE DERNIER, LA PRÉPARATION DE LA SAISON DE MARTINA WYSS SE DÉROULAIT COMME PRÉVU. OR IL A SUFFI D'UNE DISCUSSION AVEC LE CHAMPION OLYMPIQUE DE SKICROSS RYAN REGEZ À LA FIN NOVEMBRE POUR POUSSER LA CHAMPIONNE DU MONDE DE TÉLÉMARK À SE FIXER DE TOUT NOUVEAUX OBJECTIFS, À QUELQUES JOURS DU DÉBUT DE SAISON.

C'est probablement une première chez Swiss-Ski: une athlète, actuellement championne du monde dans sa discipline, passée au statut «équipe nationale» au printemps, qui entame comme de coutume sa préparation... avant de décider, quelques jours avant le début de la Coupe du monde, de se battre pour des points FIS dans une autre des onze disciplines de Swiss-Ski.

Martina Wyss (28 ans), sacrée championne du monde de télémark à Mürren en mars 2023, était à la recherche d'un nouveau défi. Et revient donc sur ce choix sportif hors du commun. La skieuse de Lauterbrunnen a continué à participer à la Coupe du monde de télémark durant l'hiver 2023/24, tout en essayant de briller en skicross dans le cadre de la Coupe d'Europe et d'engranger une expérience précieuse.

La double gagnante du classement général de la Coupe du monde de télémark avait certes déjà fait l'expérience de passer d'un sport de neige à un autre. Jusqu'à l'âge de 20 ans, Martina Wyss envisageait une carrière en ski alpin. La skieuse de



Martina Wyss a pratiqué deux sports cette saison: le télémark et le skicross. Photo: MÀD

l'Oberland bernois a d'ailleurs fréquenté le gymnase sportif d'Engelberg à la même époque que Marco Odermatt et Michelle Gisin. De graves problèmes de dos l'ont toutefois empêchée de poursuivre sa carrière. Martina Wyss a alors suivi une formation de coach de la relève. Elle s'est rendue en Nouvelle-Zélande, où elle a encadré des équipes U14 et U16 au sein d'une académie.

DE NOUVELLES PERSPECTIVES COMME MOTEUR

C'est à ce moment-là qu'elle a été contactée par Ruedi Weber, l'entraîneur en chef de longue date de l'équipe suisse de télémark. Revenue en Suisse, Martina Wyss a commencé à s'initier au télémark. Peu de temps après, début 2018, elle

a terminé 5^e lors de ses débuts en Coupe du monde à Pralognan-la-Vanoise. Depuis, elle a remporté tout ce qu'il est possible de gagner dans ce sport. En 2022 et 2023, elle s'est adjugé le classement général de la Coupe du monde et s'est classée première dans toutes les disciplines (classique, sprint, sprint parallèle) durant l'hiver 2021/22. Après avoir remporté une médaille d'argent et deux médailles de bronze aux Championnats du monde 2019 et 2021, Martina Wyss a décroché l'or en classique et l'argent en sprint lors des Mondiaux 2023 à Mürren.

Le fait d'avoir bouclé la boucle au niveau de son palmarès a largement contribué à ce qu'elle reconsidère un changement de sport à l'automne 2023. «En télémark, je n'ai plus beaucoup de perspectives en matière d'objectifs et d'événements»,

explique-t-elle. «De manière générale, j'aime essayer de nouvelles choses. Je pense qu'il est toujours bon de se montrer ouvert au changement.»

Justement, une nouvelle voie s'est ouverte à elle fin novembre, lorsqu'elle a croisé Ryan Regez, le champion olympique de skicross de 2022, dans le cadre d'un souper avec d'autres camarades d'enfance de l'Oberland bernois. Cela faisait plusieurs années que des personnes de son entourage l'incitaient à se tourner vers le skicross – ce fut à nouveau le cas ce soir-là. Et cette fois, ce qui était entré par une oreille n'est pas ressorti par l'autre une fois rentrée chez elle. Trois semaines avant le début de la Coupe du monde de télémark, Martina Wyss a pour la première fois décidé d'envisager sérieusement cette option. Elle a pris contact avec Patrick Gasser, qu'elle connaît bien et



Photo: MÀD



Martina Wyss à l'heure de l'analyse avec l'entraîneur de skicross Patrick Gasser. Photo: LUKAS KUONEN

qui officie comme entraîneur de skicross au niveau de la Coupe d'Europe. Il lui a alors proposé de suivre un stage d'entraînement à St-Moritz avec le groupe de la Coupe du monde et de la Coupe d'Europe. Le programme de sa saison a ainsi été bouleversé en l'espace de deux semaines.

UN TEST DE RÉSISTANCE RÉUSSI

Au début, la quintuple médaillée aux Mondiaux de télémark pensait que l'aventure du skicross se terminerai plus tôt que prévu en raison de son dos fragile; ce qui l'aurait privée de réellement prendre une décision quant à un changement de sport. Mais à sa grande surprise, elle n'a ressenti aucune douleur particulière après les quatre jours de test en Engadine. Après ce stage,

l'athlète de Swiss-Ski a reçu le feu vert non seulement de l'équipe médicale, mais aussi du staff d'entraîneurs. Ces derniers se sont montrés satisfaits de ses performances et Martina Wyss a reçu des options concrètes pour se lancer en skicross. Elle a donc décidé de ne pas participer à l'ouverture de la Coupe du monde de télémark à la mi-décembre afin d'accumuler des points FIS en skicross. De quoi lui permettre de s'aligner pour la première fois en Coupe d'Europe. Elle avait déjà fait sa première apparition sur la grande scène du skicross en tant qu'ouvreuse lors de l'étape de Coupe du monde à Arosa.

Depuis, Martina Wyss a participé à plusieurs courses au deuxième échelon de compétition en tant que skicrosseuse; début février, aux Contamines (FRA), elle a même terminé pour la première fois dans

le top 10 en Coupe d'Europe (8^e). Mi-mars, elle a fait son début en Coupe du monde à Veysonnaz. Selon elle, ce sont les duels directs athlète contre athlète qui font l'attrait de son nouveau sport. «Que ce soit en ski alpin ou en télémark, tout est toujours question de chronomètre. Le fait de s'affronter directement sur la piste représente pour moi une nouvelle expérience bienvenue.»

Se faire une idée aussi vaste que possible du skicross pour dresser un bilan complet: telle était la mission de Martina Wyss durant cet hiver. Car elle n'avait pas eu le temps de préparer la saison de manière ciblée en raison de son changement de dernière minute. Quoi qu'il en soit, elle n'a pas tardé à trouver son rythme sur le plan de la technique de ski. Les sensations lui ont en effet rappelé ses expériences de jeunesse en ski alpin. «Plus tu skies bien, plus tu peux te concentrer sur des éléments spécifiques au skicross.» Pour ce qui est de la condition physique, Martina Wyss a pu profiter de sa préparation pour la saison de télémark. La masseuse médicale (à Interlaken et Lauterbrunnen) estime avoir encore du retard à rattraper dans le domaine de la force et de la musculature.

Martina Wyss a donc évolué dans deux sports cet hiver, en skicross et en télémark. Elle n'a d'ailleurs rien perdu de sa classe en télémark, comme elle l'a prouvé fin janvier en Coupe du monde à Melchsee-Frutt, où elle s'est imposée durant trois jours consécutifs. Quid de la suite? L'athlète ne se prononce pas encore. Elle fera le point ce printemps sur ses futurs choix sportifs. «Compte tenu de mon âge, il était clair pour moi que je devais prendre la décision de changer avant la fin de l'année dernière», explique Martina Wyss. «Dans mon esprit, je pensais vraiment que ce nouveau défi serait synonyme de dernier tour de piste.»

Texte: ROMAN EBERLE



Mehjabin aime dévaler la piste en dualski-bob. Photo: PHILIPP SCHMIDLI

LES BEAUTÉS DE L'INCLUSION À MÖRLIALP

**UNE RIBAMBELLE D'ÉLÈVES
D'ÉCOLE PRIMAIRE PARTICIPENT
À L'UN DES SUNRISE SNOW
DAYS. PARMI EUX, DEUX
ENFANTS EN SITUATION DE
HANDICAP GARDERONT UN
SOUVENIR INOUBLIABLE DE
CETTE JOURNÉE À LA NEIGE.**

Jakob lève le pouce, son visage s'illumine. Il est assis dans le dualski-bob, bien emmitouflé et prêt à profiter de sa journée de ski. Le garçon de 10 ans n'est pas tout seul à Mörlialp: Swiss-Ski a engagé le moniteur de ski Diego Edelmann, pilote de dual-skibob, pour l'accompagner sur la neige. Jakob fait partie d'un groupe d'élèves de l'école primaire d'Affoltern am Albis, qui ont délaissé leur salle de classe pour vivre les plaisirs des sports d'hiver durant quelques heures sur les pistes des hauts de Giswil, dans le canton d'Obwald.

Les sports tels que le ski alpin ou le snowboard font partie intégrante de l'hiver de nombreux enfants, que ce soit ponctuellement ou durant les vacances. En revanche, certains n'ont jamais eu cette chance. C'est précisément à eux que Swiss-Ski veut offrir la possibilité de s'essayer au ski ou au snowboard.

La Fédération organise plus de 120 Sunrise Snow Days, lesquels peuvent avoir lieu dans 15 destinations en Suisse à des conditions avantageuses grâce à Sunrise, le partenaire principal de Swiss-Ski, aux co-sponsors Wander et Twerenbold ainsi qu'à divers autres partenaires. Les enfants qui apportent leur propre équipement ne paient que 25 francs, sinon le coût de la journée complète – qui comprend les leçons de sports de neige, le forfait de ski, le repas de midi et le voyage en car – s'élève à 35 francs. Des domaines tels que celui de

Mörlialp se prêtent parfaitement au projet, d'autant plus que des personnes expérimentées veillent à ce que tout se passe bien sur place. Marcel Frangi, le propriétaire de l'école de ski et de snowboard, et son équipe sont prêts à accueillir leurs hôtes. Il estime qu'un Sunrise Snow Day de Swiss-Ski constitue un «travail gratifiant» pour lui et ses moniteurs/trices.

VINGT ANNÉES DE SUCCESS STORY

La première édition des Sunrise Snow Days a eu lieu il y a 20 ans, dans un cadre restreint et sous la forme de «journées de sports de neige». Elle avait rassemblé 160 participants d'Olten et de Thoune. Aujourd'hui, quelque 8000 enfants d'une quarantaine de localités participent chaque hiver. Des enfants qui, pour la plupart, ne vivent pas à proximité d'un domaine skiable. «L'intérêt pour notre offre n'a cessé d'augmenter», précise Tanja Uhlmann, responsable du projet chez Swiss-Ski. Selon elle, les retours sont incroyablement positifs. «La quasi-intégralité des écoles et communes déclarent vouloir participer à nouveau l'année suivante.»

Susciter l'intérêt pour les sports d'hiver, encourager le sport de loisirs, divertir les participants: tels sont les objectifs des Sunrise Snow Days. L'édition de Mörlialp visait encore plus haut, avec un sujet important: l'inclusion. Jakob est paraplégique et se déplace en fauteuil roulant. Depuis l'été dernier, il fréquente une classe normale à Affoltern am Albis, avec laquelle il participe également aux leçons de sport dans la mesure du possible et malgré son handicap physique. C'était donc une évidence qu'il fasse partie des 125 enfants qui ont pris place dans les trois cars à destination de Mörlialp afin d'y tracer des virages dans la neige.

L'ENVIE D'AIDER

«On peut faire de grandes théories au sujet de l'inclusion. Mais ce qui compte, c'est de la vivre réellement», estime Thomas Pfiffner, l'un des instituteurs de Jakob présent comme accompagnant lors

de la journée de ski. Ce dernier ajoute que le quotidien scolaire peut parfois être un défi, mais il est toujours enrichissant. Pour les autres enfants, Jakob est un camarade dont il faut prendre soin. «Quand il a besoin de soutien dans l'une ou l'autre situation, on voit tout de suite cinq ou six enfants accourir pour donner un coup de main.»

Les élèves se répartissent en plusieurs groupes. Il y a ceux qui font connaissance avec le ski et qui essaient peu à peu de tenir sur les lattes. Et il y a ceux qui attrapent l'archet du téléski comme si de rien n'était avant de dévaler la piste. Au milieu, on retrouve Jakob avec Diego Edelmann, qui transmet un sentiment de sécurité à son jeune passager du haut de son expérience. «Tout va bien, Jakob?», demande-t-il après une descente. La réponse: un sourire et deux pouces levés en l'air Jakob tape dans la main de Diego Edelmann comme s'il s'agissait d'un copain. Une image qui vaut mille mots.

Lors du repas de midi, Jakob prend place dans son fauteuil roulant au milieu de ses camarades. Plus tard, sa mère dira à quel point cette matinée l'a enthousiasmé dans un message adressé à Oliver Froelicher de Swiss-Ski, le responsable de la journée à Mörlialp. Elle confiera que son fils attend déjà avec impatience la prochaine journée de ski.

«PAS UN VAIN MOT»

L'après-midi, Jakob laisse sa place dans le dual-skibob, mis à disposition gratuitement par un particulier, à Mehjabin (13 ans). Cette élève de 8H, qui souffre de problèmes de croissance, est impatiente de commencer. Elle se pose plein de questions sur les sensations qu'elle va ressentir en descendant la pente. Mehjabin met ses lunettes de soleil et signifie à Diego Edelmann qu'elle est prête à en découdre avec la piste.

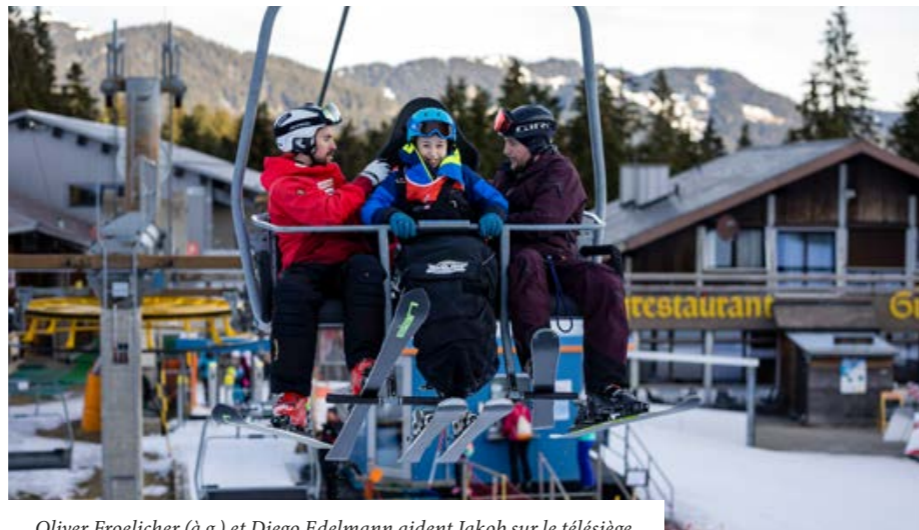
Il était hors de question de ne pas emmener à Mörlialp la petite fille originaire du Bangladesh. «Elle est pleinement intégrée et fait bien sûr partie du groupe», explique Patrick Oberholzer, enseignant spécialisé à Affoltern am Albis. «Pour nous, l'inclusion n'est pas un vain mot. Quand les enfants

se remémoreront leurs aventures à la neige le lendemain, Mehjabin doit aussi pouvoir témoigner. La participation est un aspect très important.»

D'ailleurs, il suffit de voir Mehjabin sur la piste pour comprendre ce qu'elle ressent. Elle ne se contente pas de s'asseoir dans le dual-skibob, mais fait des mouvements avec



Diego Edelmann pilote le dual-skibob, Jakob ouvre le bal devant le groupe.



Oliver Froelicher (à g.) et Diego Edelmann aident Jakob sur le téléski.



Les enfants d'Affoltern am Albis posent pour la photo de groupe à Mörlialp. Photos : PHILIPP SCHMIDLI

son buste pour indiquer à son pilote Diego Edelmann dans quelle direction doit aller le prochain virage. «C'était trop bien», dit Mehjabin alors que la journée de ski touche à sa fin. «J'aurais aimé que ça dure encore plus longtemps.»

Texte: PETER BIRRER

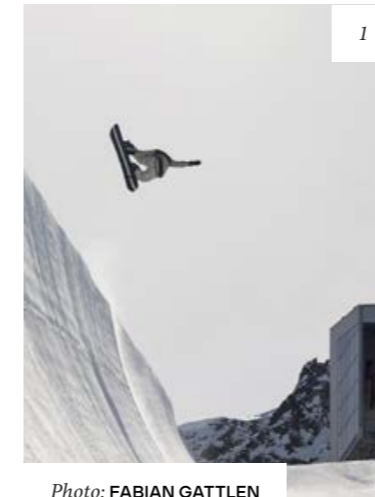


Photo: FABIAN GATTLEN

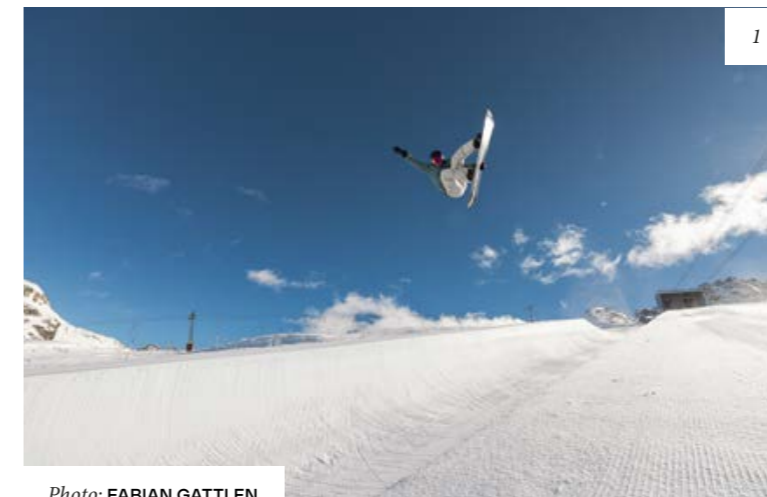


Photo: FABIAN GATTLEN



Photo: KEYSTONE

1 NOUVEAU SUPERPIPE AU CORVATSCH

Les Mondiaux de snowboard et de ski freestyle en Engadine auront lieu dans un peu moins d'un an, du 17 au 30 mars 2025. Les installations seront de très haut niveau dans toutes les disciplines. Après deux ans de travaux, le nouveau superpipe du Corvatsch a été inauguré fin février. Le parc de freestyle situé en dessous de la station intermédiaire de Murtèl dispose désormais d'un half-pipe ultramoderne. Près de 5 millions de francs ont été investis dans ce superpipe de 170 m de long, 22 m de large et 7 m de haut. Cette infrastructure profitera au sport freestyle bien au-delà des Mondiaux. L'hiver dernier, une installation permanente de ski et de snowboardcross a vu le jour à Corviglia, un autre site des Mondiaux. C'est seulement la deuxième de ce type en Europe centrale. (PHB)



2 UNE MÉDAILLE AUX DEAFLYMPICS

Les Grisons Celina Niederhauser (18 ans) et Yuri Salvetti (24 ans) ont représenté le Swiss Deaf Skiteam aux Deaflympics à Erzurum (TUR). Les Deaflympics sont les JO pour les personnes en situation de handicap auditif. Les épreuves de super-G, slalom géant, slalom, combiné et slalom parallèle se sont terminées de la meilleure manière possible pour la Suisse: Celina Niederhauser a décroché la médaille de bronze lors du slalom parallèle disputé le dernier jour. Le Swiss Deaf Skiteam cherche à recruter des athlètes. Les personnes intéressées peuvent contacter Philipp Steiner (p.steiner@swissdeafsport.ch). (PHB)

3 «MAITE» A 70 ANS

«Maite» et «Pirmin» ont un point commun: il suffit de prononcer leur prénom pour que toute la Suisse sache de qui il s'agit. Marie-Theres «Maite» Nadig a fêté ses 70 ans le 8 mars dernier. En 1972, la Saint-Galloise avait été sacrée championne olympique de descente et de slalom géant dans l'insouciance de ses 17 ans, à chaque fois devant Annemarie Pröll, la grande star de l'époque. Le nom de Marie-Theres Nadig est aussi étroitement lié au mythe sportif suisse des «Journées dorées de Sapporo» que celui de Bernhard Russi. La skieuse a également remporté le classement général de la Coupe du monde lors de sa dernière saison (1980/81). Ses deux derniers hivers en Coupe du monde ont d'ailleurs été de loin les meilleurs, avec neuf victoires chacun. Elle est ensuite devenue une pionnière en occupant plusieurs postes de coach. Marie-Theres Nadig a travaillé pour la Fédération de ski du Liechtenstein, en tant que cheffe de descente et coach en cheffe chez Swiss-Ski, ainsi que pour son association régionale Sarganserland-Walensee, où elle donne encore des coups de main au staff d'entraîneurs depuis sa retraite. (PHB)



Photo: KEYSTONE

«DANS L'HÔTEL DE MES PARENTS, JE PRÉFÈRE M'OCCUPER DES DRAPS QUE DE LA SALLE DE BAINS»

Lena Häcki-Gross

QUELLE A ÉTÉ TA PLUS GRANDE AVENTURE JUSQUE-LÀ?

Au Canada l'été dernier. J'ai vu un ours et un loup blanc alors que je faisais de la randonnée.

DE QUEL RÊVE AURAS-TU PRÉFÉRÉ NE PAS TE RÉVEILLER?

La plupart du temps, je préfère me réveiller de mes rêves, car ils sont généralement assez confus. Il y a peu de rêves après lesquels je suis déçue de me réveiller.

QUI ÉTAIT TON HÉROS OU TON HÉROÏNE QUAND TU ÉTAIS PETITE?

Mon grand-père, car j'ai toujours fait beaucoup de choses avec lui. C'est lui qui m'apprenait les sports. Par exemple, quand j'ai voulu apprendre à faire du snowboard, c'était avec lui.

ENFANT, QUELLE ÉTAIT TA PLUS GRANDE PASSION?

Tout ce qui avait un lien avec l'activité physique dehors dans la nature.

QUELLE EST L'HISTOIRE EMBARRASSANTE DE TON ENFANCE QUE TES PARENTS AIMENT RACONTER?

Il y en a plusieurs. Une fois, quand j'étais enfant, j'ai fait du somnambulisme et j'ai dû aller aux toilettes. J'ai confondu le fauteuil avec les toilettes alors que j'étais à moitié réveillée.

QUEL EST TON PLUS GRAND TIC?

Mes mains doivent être occupées, je ne peux pas rester immobile. J'ai toujours quelque chose dans les mains pour jouer avec.

QU'EST-CE QUI TE FAIT PERDRE TON TEMPS?

Sur le circuit de la Coupe du monde, nous avons généralement beaucoup de temps entre les compétitions. Je suis souvent sur mon smartphone, que ce soit sur Instagram, pour des jeux en ligne ou des livres audio.

DANS QUEL GENRE DE SITUATIONS PERDS-TU TON SANG-FROID?

Lorsque des gens manquent de respect face à des personnes que j'aime.

DANS QUOI DÉPENSES-TU TROP D'ARGENT?

Je réfléchis toujours longuement avant de dépenser de l'argent pour m'offrir quelque chose. Je me considère donc comme assez raisonnable en la matière.

QUELLE QUESTION REDOUTERAI-TU LORS D'UN ENTRETIEN D'EMBAUCHE?

La question de ses propres faiblesses est un peu bête. Il n'est de toute façon pas facile de révéler ses faiblesses. Et souvent, on préfère dire ce que le nouvel employeur potentiel veut entendre. Je n'ai pas peur de cette question, mais je la trouve absurde.



Photo: KEYSTONE

A QUEL MOMENT DE LA JOURNÉE FAUT-IL ÉVITER DE TE POSER DES QUESTIONS DIFFICILES?

Je ne suis pas du matin; je ne l'ai jamais été et je ne le serai probablement jamais.

QUEL EST TON PÉCHÉ MIGNON EN MATIÈRE DE VÊTEMENTS?

Je n'en ai pas. Tant que quelqu'un se sent à l'aise dans ses vêtements, je trouve ça cool.

QUE TROUVE-T-ON TOUJOURS DANS TON FRIGO?

Des yaourts. En particulier du skyr, qui est un yaourt avec plus de protéines.

QUEL MENU PROPOSES-TU LORSQUE TU VEUX IMPRESSIONNER TES HÔTES?

J'aime bien préparer des sushis pour mes amis. Mais en principe, je suis plus une pâtissière qu'une cuisinière. J'adore faire des gâteaux.

QUELLE EST LA TÂCHE MÉNAGÈRE QUE TU AIMES LE MOINS?

Ce que j'aime le moins, c'est nettoyer la salle de bains. Quand j'étais enfant, j'aidais beaucoup à l'hôtel de mes parents et j'en ai vu de toutes les couleurs... Aujourd'hui, quand je suis à l'hôtel chez eux, je préfère donc m'occuper de changer les draps plutôt que de la salle de bains.

QUELS SONT LES CRITÈRES DÉTERMINANTS QUAND TU CHOISIS UN HÔTEL?

Les chambres d'hôtel sont pour moi un moyen de m'évader. Comme j'aime bouger durant les vacances, la taille et l'équipement de la chambre sont secondaires pour moi. J'accorde plus d'importance aux autres endroits de l'hôtel, comme l'espace wellness ou la piscine.

DANS QUEL GENRE DE SOIRÉE TE TROUVE-T-ON?

Celles où il y a une piste de danse. Où d'autre?

OÙ ÉMIGRERAI-TU SI TU DEVAIS PARTIR?

Si je devais m'expatrier plus loin que la Bavière, ce serait au Canada. Ce que j'aime là-bas, ce sont les grands espaces et les montagnes.

QUELLE EST LA CITATION QUE TU TE FERAIS LE PLUS FACILEMENT TATOUER?

Je ne suis pas trop citations. Pour moi, les images expriment davantage que les mots.

AS-TU UN TALENT CACHÉ?

Je n'en ai pas conscience.

QUAND AS-TU FAIT POUR LA DERNIÈRE FOIS QUELQUE CHOSE POUR LA PREMIÈRE FOIS?

L'été dernier, quand je suis partie toute seule en vacances au Canada. Ça faisait longtemps que je voulais y aller. Initialement, je voulais m'y rendre en 2020, en compagnie de Flurina Volken. Mais il y a eu la pandémie. Au printemps dernier, j'ai décidé que je voulais le faire durant l'été 2023. Je me suis dit: «Si je ne le fais pas maintenant, quand est-ce que je le ferai?» Mon mari Marco devait travailler, je suis donc partie seule. Au Canada, j'ai eu l'occasion de participer à quelques séances d'entraînement avec l'équipe canadienne.

AVEC QUI AIMERAIS-TU ÉCHANGER TA VIE POUR UNE JOURNÉE?

Avec quelqu'un qui a une vie complètement différente de la mienne – pour vivre une expérience totalement nouvelle.

QUE FERAIS-TU SI TU REMPORTAIS LE JACKPOT DE L'EUROMILLIONS?

Je ne changerais pas beaucoup ma vie. Je suis très heureuse comme elle est actuellement. Mais je m'offrirais quelques trucs que j'aurais sinon hésité à acheter. Et je soutiendrais aussi financièrement des projets pour la relève sportive.

QUE VEUX-TU ENCORE ABSOLUMENT APPRENDRE DANS TA VIE?

Le deltaplane ou le parapente. Mes parents en faisaient aussi. Voler est quelque chose de fascinant.

DE QUOI TE RÉJOUIS-TU LE PLUS QUAND TU PENSES À TON APRÈS-CARRIÈRE?

De ne plus être limitée par le temps pour partir en vacances. Ou de me lancer dans de nouveaux projets. J'aimerais bien participer à un Ironman.

Propos recueillis par: ROMAN EBERLE

LA LEADER D'ÉQUIPE DU BIATHLON SUISSE

Lena Häcki-Gross vit à Ruhpolding, en Bavière, avec son mari Marco, qui n'est autre que le fils du célèbre biathlète allemand Ricco Gross. L'Obwaldienne est actuellement la biathlète suisse la plus en vue du circuit. Mi-janvier 2024, elle a fêté sa première victoire en Coupe du monde à Anterselva (ITA) lors de l'épreuve individuelle sur 12,5 km grâce à un sans-faute au tir. Elle a ensuite récidivé début mars à Oslo. Son palmarès compte également quatre autres podiums de Coupe du monde en individuel et trois podiums avec le relais féminin suisse.

📍 [INSTAGRAM.COM/LENAHAECKI_GROSS](https://www.instagram.com/lenahaecki_gross)



Préparez l'hiver 24-25 avec la VIZION

Rossignol innove pour la saison 2024-25 en proposant une toute nouvelle chaussure de ski. Le spécialiste des sports d'hiver s'est lancé le défi de construire une chaussure de ski à 4 boucles axée sur la performance, avec un enfilage facile et confortable, afin de proposer un nouveau type de produits de performance.

La première ébauche de projet a été remise il y a plusieurs années à l'équipe à Montebelluna, qui n'est autre que le centre international du développement de chaussures. Les exigences semblaient presque trop élevées, mais l'équipe de recherche et développement n'a pas lâché l'affaire. Elle sentait qu'elle se rapprochait non seulement de son objectif, mais aussi d'une révolution dans le monde des chaussures de ski. L'hiver 2024-25 marquera enfin l'arrivée des nouvelles chaussures de ski VIZION dans les magasins de sport. Les fans de ski qui sacrifiaient jusque-là la performance pour pouvoir enfiler plus facilement leurs chaussures de ski n'auront plus à faire ce compromis. La VIZION garantit un enfilage simple et une grande performance sur les pistes.

TECHNOLOGIE STEP-IN

Plusieurs éléments innovants de la chaussure sont inclus dans la technologie Step-in, à commencer par la boucle double (voir la photo de la boucle) qui permet d'enfiler la chaussure sans effort et sans perte de performance. Cette boucle à double fonction déverrouille d'une part



la tige via un câble interne, ce qui permet une ouverture large pour un enfilage sans effort. D'autre part, cette boucle sert à ajuster la tige, comme c'est le cas pour les chaussures de ski traditionnelles.

La nouvelle structure de la coque contribue à cet enfilage facile, car elle laisse de la place au niveau du talon-mollet pour une pièce de jonction séparée (voir la photo de la tige). Une fois chaussée, la chaussure offre ainsi stabilité



Tige



Steel Spine



Boucle double



et performance tout en laissant beaucoup d'espace pour l'enfilage. En complément, le Steel Spine (rail coloré) sert de point d'ancrage pour la pièce de jonction sur la tige et assure un maintien solide du talon (voir la photo Steel Spine). Toutes ces innovations se combinent pour former la technologie Step-in mise en valeur par la VIZION.

PERFORMANCE ET AJUSTEMENT

Les chaussures de ski VIZION sont des game changers qui allient pour la première fois un enfilage sans effort et une grande performance. Elles sont disponibles dans des largeurs de chaussant de 98 à 102 mm et ont un indice de flex compris entre 80 et 100 pour les modèles femmes et entre 100 et 130 pour les modèles hommes. Cette gamme permet de répondre aux différents besoins de confort, de performance et d'ajustement et de choisir le modèle le plus adapté.



SON NOM EST SIXTINE

SIXTINE COUSIN A CRÉÉ LA SURPRISE EN DÉCEMBRE EN MONTANT POUR LA PREMIÈRE FOIS SUR LA PLUS HAUTE MARCHE DU PODIUM EN COUPE DU MONDE. LA GENEVOISE S'ESTIME PRIVILÉGIÉE DE VIVRE UNE VIE DE SKICROSSEUSE, MAIS EN ÉTÉ, ELLE N'IMAGINE RIEN DE MIEUX QUE DE SE VIDER LA TÊTE LOIN DU CIRQUE BLANC.

Quand elle se retrouve au comptoir d'un Starbucks en Angleterre, elle se fait appeler Marie. Son prénom Sixtine, qui vient de la chapelle Sixtine au Vatican, est tout simplement trop déroutant pour ses interlocuteurs. Son nom complet est Sixtine Madeleine Marie Cousin, et la jeune femme de 24 ans ne manque pas d'anecdotes sur le sujet. Quand elle a chuté aux Mondiaux de Park City en 2019, son nom a même déclenché une inquiétude générale. «Après ma chute, la physio et le médecin de l'époque sont venus me voir immédiatement», raconte-t-elle. «Comme ils soupçonnaient une commotion cérébrale, le médecin m'a posé quelques questions basiques pour juger de mon état. Quand il

m'a demandé mon nom et que j'ai répondu 'Sixtine', il m'a regardé avec incrédulité. Il a cru que j'avais souffert d'un grave traumatisme crânien.»

Sixtine Cousin: un nom difficile à oublier. Mais aussi un nom à retenir. En décembre 2023, la Genevoise a célébré la plus grande victoire de sa carrière en s'imposant à la surprise générale à San Candido (ITA). «Je savais que je n'étais pas loin du podium, mais je n'aurais jamais pensé pouvoir gagner», dit-elle. Pourtant, elle ne considère pas ce succès comme le fruit du hasard. «Bien sûr, j'ai aussi eu de la chance, mais toujours faut-il encore saisir une telle opportunité. Le plus beau a été de voir les autres athlètes se réjouir pour



Dans son élément: Sixtine Cousin a découvert le skicross à 17 ans. Photo: GEPA

moi.» Sur le plan sportif, cette victoire n'a pas changé grand-chose. «C'est bien sûr cool, mais ça ne signifie pas que je vais toujours gagner à partir de maintenant. Ce n'est que du ski et du sport. Ça ne définit pas qui je suis.»

SORTIR DU MICROCOSME

Car pour Sixtine Cousin, il est hors de question de ne penser qu'au ski. Autant elle aime skier, autant elle a besoin de s'aérer la tête durant l'été. «Dans le sport, j'évoque dans un microcosme où tout tourne autour du ski. Sur la durée, ce n'est pas ce qui me convient.» Ces dernières années, elle a

donc travaillé dans un bureau d'une école de sport genevoise durant l'été. Là même où elle avait réalisé son stage obligatoire après sa maturité professionnelle. «J'adore travailler», dit Sixtine Cousin. «J'apprécie beaucoup les échanges avec des gens qui n'ont aucune idée de ce que je fais durant l'hiver.»

Cet été encore, elle s'aérera l'esprit loin de son sport. Mais cette fois, elle ne retournera pas à son ancien emploi, puisqu'elle a quitté Genève pour Fribourg l'an dernier. Si le trajet jusqu'à l'école de sport de la cité de Calvin est devenu trop long après son déménagement, les distances vers les sites de Coupe du monde se sont un peu raccourcis. Bien qu'elle ne

connaisse pas encore grand-chose de Fribourg, la jeune femme pourrait bientôt devenir une vraie spécialiste de la région: elle envisage, en effet, de travailler cet été dans la fromagerie du père d'une amie.

DÉBUTS EN FRANCE

Le fromage est le point commun entre Fribourg et la France, la deuxième patrie de Sixtine Cousin. Même si elle a grandi à Genève, elle a fait ses premiers pas sportifs dans le pays voisin. Ses parents, originaires de France, possèdent une maison aux Arcs. C'est là que Sixtine a chaussé ses premiers skis quand elle avait 3 ans. Comme



Sixtine Cousin à Fribourg. Elle a déménagé l'été dernier pour rejoindre le centre de la Suisse. Photo: SWISS-SKI

elle y prenait beaucoup de plaisir, on lui a conseillé de rejoindre le ski-club de Genève. Jusqu'à ses 17 ans, elle disputait des courses de ski alpin. Mais un jour, elle s'est rendu compte que ce sport n'était «en fait pas fait pour moi.» Elle était trop forte en slalom pour se concentrer sur les disciplines de vitesse, mais pas assez à l'aise en géant pour être considérée comme une spécialiste de la technique. «J'étais simplement très mauvaise en géant», dit-elle.

En 2017, Sixtine Cousin a ainsi arrêté le ski alpin de compétition. Mais elle ne pouvait pas imaginer intégrer une école de sport sans pratiquer un sport de haut niveau. C'est ainsi qu'elle a commencé le skicross. Au début de son adolescence, elle a participé par hasard aux Championnats de France de skicross, qui se déroulaient aux Arcs. «J'ai trouvé ça super cool et je l'ai gardé dans un coin de ma tête.» Après sa décision d'arrêter le ski alpin, l'idée du skicross a soudain ressurgi. «Je me suis dit qu'il fallait que j'essaie, car sinon j'allais le regretter.» Elle a aussi été inspirée par son camarade de classe Bastien Murith,

qui lui a présenté un entraîneur de skicross. «J'ai pu m'entraîner directement avec Swiss-Ski l'été suivant», se souvient-elle. «Et dès la première année, j'ai rejoint la Coupe d'Europe.»

NOMBREUSES BLESSURES

Sa première course de Coupe d'Europe remonte à novembre 2017, à peine plus de trois semaines après sa première course FIS. Puis elle a très vite disputé sa première étape de Coupe du monde, chez elle à Arosa, où elle s'est classée 30^e entrant directement dans les points. Tout est allé très vite. «Je n'ai jamais vraiment eu peur.» Sixtine Cousin est devenue skicrosseuse et on ne la considérait déjà plus comme une ex-skieuse. Elle est montée sur le podium à plusieurs reprises au deuxième échelon de compétition, s'est établie au sommet de la hiérarchie mondiale et a pris du plaisir en voyant que «tout était plus décontracté qu'en ski alpin». Mais sa carrière a connu plusieurs coups de freins.

Elle s'est cassé le poignet et a même skié avec un plâtre. Elle a souffert du tendon rotulien, s'est cassé trois côtes et une vertèbre dorsale, a subi un pneumothorax et une commotion cérébrale. En décembre 2021, elle a subi sa blessure la plus grave à ce jour à Val Thorens: rupture du ligament croisé antérieur, rupture du ménisque et rupture du ligament interne du genou droit. Les rêves de Pékin 2022 ont laissé place à la dure réalité de la rééducation. Ce fut sa blessure la plus dure, surtout mentalement. «Il faut aussi beaucoup de temps pour retrouver la confiance», confie-t-elle. «Mais ce temps, tu ne l'as pas. Tu sais que si tu ne marques pas de points lors des premières courses après ton retour, tu reculeras et tu devras recommencer de zéro. Tu n'as pas le temps de faire de petits progrès, il faut tout de suite performer. Si tu n'es pas prête, le train part sans toi.»

ELLE FIXE SES PROPRES LIMITES

Physiquement, sa grave blessure est surmontée; mais mentalement, c'est autre chose. Sixtine Cousin dit qu'on n'oublie jamais de telles expériences. Une chose a désormais changé: elle se permet aujourd'hui de dire stop quand elle ne se sent pas prête. «Je continue de penser que la course n'aurait pas dû avoir lieu ce jour là. Je me disais que si la FIS estimait que c'était possible de skier, ce devait être le cas. Aujourd'hui, je décide moi-même si les conditions sont trop dangereuses pour moi ou pas.» Si les conditions vont au-delà de ses limites, elle ne prend pas le départ, même si sa décision ne suscite pas que de la compréhension. «Je ne suis pas un robot. J'ai beaucoup plus à perdre qu'à gagner», explique-t-elle. Même conscient que Sixtine Cousin est désormais capable de renoncer, son entourage a été très marqué par ses nombreuses chutes. «Mes parents ont beaucoup de peine à regarder mes courses.»

Ils doivent encore composer avec la peur. Mais Sixtine Cousin aime trop le skicross pour s'imaginer arrêter prochainement. Elle ne sait d'ailleurs pas encore ce qu'elle fera après sa carrière de skicross. Elle se dit ouverte à beaucoup de choses, aussi

bien dans un bureau que dans une fonction de coach de skicross. Pour l'instant, elle se concentre toutefois sur sa propre carrière. Plus tôt, si on lui avait demandé quel était son objectif, elle aurait répondu «le titre olympique!» sans hésiter. «Les blessures m'ont appris que même si ce serait fantastique, cela ne me définirait pas en tant que personne», dit Sixtine Cousin. «Je veux pouvoir dire à la fin de ma carrière que j'ai donné le maximum lors de chaque course – même si j'ai terminé 15^e. Si je suis fière de moi, cela me suffit déjà amplement.» Bien sûr qu'une médaille aux Mondiaux ou aux JO rendrait le quotidien «probablement encore plus beau», mais ne changerait pas tout.. «Ce n'est pas ça qui reste d'une carrière. Ce sont les amitiés et tout ce que l'on a vécu et appris durant la période active – pas juste les médailles.»

Texte: RAMONA HIRT

Annonce



La consécration: Sixtine Cousin s'est imposée à San Candido peu avant Noël 2023. Photo: GEPA

helvetia.ch/membres-swiss-ski

Partenariat. Avantages. À votre service.



Avec le nouveau pack avantages d'Helvetia pour les membres de Swiss-Ski, profitez entre autres d'un-e:

- ✓ rabais de bienvenue de 30%
- ✓ somme d'assurance doublée
- ✓ franchise réduite

En coopération avec

SWISSSKI

helvetia
Votre assureur suisse

Pour plus d'informations, scannez le code QR



Luca Aerni et Daniel Yule
Team Helvetia | Ski alpin

COMMENT LES RÈGLES IMPACTENT LA PERFORMANCE

Cela ne fait que quelques années que les sujets féminins, tels que le cycle menstruel, sont réellement abordés dans le sport d'élite. Et quand des athlètes de premier plan comme Michelle Gisin, Mikaela Shiffrin ou Lara Gut-Behrami parlent publiquement de leurs performances en rapport avec le cycle féminin et leurs menstruations, ces sujets finissent par prendre le dessus sur les performances sportives. Nous nous souvenons tous de l'ouverture de la Coupe du monde à Sölden, lorsque Lara Gut-Behrami a déclaré après la course qu'elle avait ses règles et qu'elle se sentait terriblement mal. Des déclarations qui ont davantage marqué les esprits que sa victoire.

On sait encore peu de choses sur la relation entre le cycle menstruel et la performance sportive, ou sur la manière de mieux exploiter et gérer son influence. Les performances des organes et des processus métaboliques des sportives diffèrent de celles de leurs homologues masculins en raison de leurs prédispositions génétiques et hormonales. La recherche a encore beaucoup à faire sur ce sujet. Bien que la science ait largement étudié et documenté tout ce qui tourne autour de l'entraînement, elle adopte généralement une perspective masculine. En 2021, à peine 6% des études consacrées aux sciences du sport et à l'activité physique portaient sur l'entraînement, la récupération et le bien-être général des athlètes féminines.

De nombreuses athlètes féminines (ainsi que leur entourage sportif) apprécieraient d'en savoir plus. Une enquête menée auprès des sportives d'élite en Suisse a montré qu'une athlète sur trois est confrontée à une baisse de performance à l'entraînement ou en compétition en raison de son cycle menstruel. Les résultats et les connaissances de la recherche en lien avec l'influence du cycle menstruel sur les performances ne s'appliquent pas à toutes les sportives, car considérés de manière globale, les différents effets s'annulent mutuellement. Il n'est donc pas possible de tirer des conclusions générales quant à l'influence du cycle menstruel sur les performances.

SURVEILLER SON CYCLE VAUT LA PEINE

Il est donc important que chaque sportive prenne conscience de son cycle et de ses éventuels effets et qu'elle les documente. Surveiller son cycle permet, en effet, de comprendre et d'interpréter la biologie fondamentale et individuelle du cycle. C'est le seul moyen d'en saisir l'impact sur ses performances et sa santé. L'influence du cycle sur les performances peut en outre évoluer au cours d'une carrière; il n'est pas rare que certaines phases du cycle soient évaluées de manière différente à mesure que l'âge d'entraînement augmente.

Mais au fond, que se passe-t-il dans le corps d'une femme au cours d'un cycle qui dure normalement entre 21 et 35 jours?

Pour simplifier, il s'agit d'une corrélation entre les deux hormones centrales que sont les œstrogènes et la progestérone. Les deux hormones sont en permanence actives durant le cycle, mais avec une prédominance et une concentration différentes selon la phase. Les œstrogènes ont un effet plutôt anabolisant, protègent les vaisseaux, réduisent la perte osseuse, activent le système parasympathique («nerf de récupération») et entraînent une rétention d'eau et de graisse. La progestérone, en revanche, a un effet plutôt catabolique, active le système sympathique et entraîne une augmentation de la température corporelle.

L'INFLUENCE SUR LA RUPTURE DU LIGAMENT CROISÉ

La plupart du temps, le cycle est divisé en deux parties et l'ovulation se produit approximativement au milieu. C'est le premier jour des règles qui marque le début du nouveau cycle. Pendant les règles, des douleurs légères à parfois très fortes dans le bas-ventre ou le dos peuvent survenir, empêchant partiellement ou même totalement les entraînements difficiles ou l'activité physique. Pourtant, certaines athlètes se sentent extrêmement performantes

durant la première moitié du cycle. Il a été scientifiquement démontré que l'entraînement de la force maximale au cours de la première moitié du cycle menstruel permet d'obtenir de meilleurs résultats que s'il avait lieu pendant une autre phase du cycle. Et comme les ligaments sont également influencés par les œstrogènes, on observe une plus grande extensibilité et laxité au milieu du cycle. C'est l'une des raisons pour lesquelles les sportives sont jusqu'à huit fois plus susceptibles de se blesser au niveau du ligament croisé antérieur.

La deuxième moitié du cycle dure généralement 14 jours. Les derniers jours avant les règles correspondent souvent à une phase désagréable. Si cette sensation se répète régulièrement, on parle de syndrome

préménstruel (SPM). Il se traduit notamment par une augmentation de la rétention d'eau et une sensation de paresse et de tension. Souvent, les athlètes elles-mêmes ou leur entourage perçoivent également des changements d'humeur négatifs.

Il est bon de constater que les sujets féminins dans le sport de compétition sont désormais davantage thématiques et pris en compte dans l'organisation de l'entraînement. Grâce au projet «Les femmes et le sport d'élite», Swiss Olympic améliore durablement les conditions des sportives et inscrit cette thématique dans la promotion du sport d'élite en Suisse.

Texte: SIBYLLE MATTER BRÜGGER
ET MAJA NEUENSCHWANDER



Le Dr Sibylle Matter Brügger accompagne le projet «Les femmes et le sport d'élite» comme Heath Performance Manager chez Swiss Olympic dans les domaines de la médecine sportive. Elle travaille pour différentes fédérations en tant que médecin du sport et a participé au triathlon des JO 2000 à Sydney.



Maja Neuschwander dirige le projet «Les femmes et le sport d'élite» chez Swiss Olympic depuis 2019 et est responsable du domaine «Athlete Hub» depuis 2023. Cette ancienne marathonnienne de haut niveau a participé aux JO 2012 à Londres et aux JO 2016 à Rio.

Lara Gut-Behrami, épuisée après sa victoire à Sölden fin octobre. Photo: KEYSTONE

Audi Q6 e-tron: la nouvelle championne

Absolument unique



Avec l'Audi Q6 e-tron, le constructeur premium de la marque aux quatre anneaux inaugure une nouvelle génération de mobilité électrique. Qu'il s'agisse de performance, d'autonomie, de technologie de recharge, de design ou de comportement de conduite, l'Audi Q6 e-tron établit non seulement de nouvelles références, mais elle redéfinit également l'avenir de la mobilité premium entièrement électrique.

L'Audi Q6 e-tron est le premier modèle électrique d'Ingolstadt à circuler sur la toute nouvelle Premium Platform Electric (PPE en abrégé). Le cœur de la plateforme est le pack de batteries plates d'une capacité maximale de 100 kWh associé à une technologie de 800 volts pour la tension de service et de charge et à une puissance de charge CC maximale de 270 kW de série. La dernière-née de la flotte Q électrique recharge ainsi sa batterie pour une autonomie impressionnante de 250 kilomètres en seulement dix minutes. Moins de temps qu'il n'en faut pour un échauffement correct avant de se lancer sur les pistes de ski.

250 KILOMÈTRES D'AUTONOMIE EN DIX MINUTES

En parlant d'échauffement, un élément essentiel de cette puissance de charge exceptionnelle du nouveau Q6 e-tron réside dans la gestion thermique prédictive, intelligente et hautement performante d'Audi. La capacité de recharge parallèle est également unique. Si l'Audi Q6 e-tron se recharge sur une borne de recharge dotée de la technologie 400 volts, la batterie de 800 volts est automatiquement divisée en deux batteries de même tension et rechargée en parallèle. L'Audi Q6 e-tron franchit la barre des 100 km en 5,9, soit 4,3 secondes (Audi SQ6 e-tron). Ce ne sont pas seulement les 285 kW, soit 385 kW (SQ6 e-tron), qui font monter le rythme cardiaque, mais aussi les performances impressionnantes qu'affiche le SUV électrique. En effet, malgré ses cinq mètres de long, l'Audi Q6 e-tron est sportive, dynamique et agile, comme nos skieurs professionnels sur un slalom. La nouvelle Audi Q6 e-tron réalise également une avance technologique grâce

à une récupération perfectionnée pouvant atteindre 220 kW et une autonomie allant jusqu'à 625 kilomètres. Assez pour vivre des aventures hivernales glacées sur les pistes et en dehors.

LE NOUVEAU «DIGITAL STAGE»

Le nouveau «Digital Stage» est une expérience unique. En effet, l'Audi Q6 e-tron présente non seulement un nouveau design extérieur perfectionné, plus acéré et plus dynamique que jamais, mais aussi dans l'habitacle, le cockpit entièrement nouveau et numérisé établit de nouvelles références. Le «Digital Stage», un écran incurvé qui s'étend sur le tableau de bord, allie innovation, design et technologie et constitue le cœur multimédia de la nouvelle Audi Q6 e-tron. Une nouveauté chez Audi est l'écran du passager avant qui se met en «Privacy Mode» pendant la conduite afin que seul le passager avant puisse suivre les contenus.



Dans la porte conducteur se trouve le tout nouveau «Smart Door Panel», un élément de commande qui regroupe les fonctions importantes telles que l'éclairage ou le réglage des rétroviseurs et se commande de manière intuitive.

BEAUCOUP DE PLACE POUR LES TROPHÉES ET L'ÉQUIPEMENT DE SKI

Que ce soit pour des vacances au ski ou une brève escapade, l'Audi Q6 e-tron est une petite merveille de rangement. Outre de nombreux compartiments et espaces de rangement dans l'habitacle, le SUV électrique offre un volume de coffre de 526 litres, voire 1529 litres lorsque la banquette arrière est rabattue, auquel s'ajoute un coffre avant de 64 litres. Il dispose ainsi de suffisamment de place pour la famille et tout l'équipement de ski, mais aussi pour les nombreux globes de cristal et trophées que les athlètes de Swiss-Ski ont remportés durant cette saison.

En effet, lors de la saison de la Coupe du monde 2023/24, les athlètes de Swiss-Ski ont encore renforcé leur avance et décroché à nouveau le titre de nation du ski numéro 1 grâce à leurs performances exceptionnelles, leur volonté indomptable et leur force mentale – et ce, pour la deuxième fois consécutive!

www.audi.ch



Audi Suisse félicite Swiss-Ski pour ses formidables succès de la saison 2023/24 et pour son titre de nation du ski numéro 1 en Coupe du monde de ski alpin. Nous en sommes fiers!

Le fabricant haut de gamme aux quatre anneaux et la Fédération suisse de ski Swiss-Ski forment une équipe à succès bien rodée. Audi et le sport alpin de haut niveau entretiennent une relation étroite depuis des décennies. La marque incarne la volonté de performance de pointe, de progrès et de durabilité. Audi Suisse est fière de garantir aux athlètes la meilleure mobilité à tout moment et par tous les temps, afin qu'ils arrivent sur les lieux d'entraînement et de compétition en toute sécurité et en toute détente.



Les deux anciens skieurs Didier Plaschy (à gauche) et Daniel Albrecht. Photos : DOMINIC STEINMANN

UN DUO D'ENTRAÎNEURS SANS PAREIL

Didier Plaschy et Daniel Albrecht ont connu des carrières mouvementées au plus haut niveau du ski alpin. Les deux compères officient désormais ensemble pour la relève valaisanne. Deux personnalités qui sont restées fidèles à leurs valeurs.

Dans le vaste monde du ski, qui peut se targuer d'avoir été coaché par deux personnalités illustres comme c'est le cas de ces jeunes Haut-Valaisans? Leur entraîneur en chef: Didier Plaschy (50 ans), vainqueur de deux slaloms de Coupe du monde en tant qu'athlète, l'homme derrière l'ascension bluffante de Ramon Zenhäusern en tant qu'entraîneur. Leur co-entraîneur: Daniel Albrecht (40 ans), champion du monde de combiné en 2007, une star du ski dont le destin tragique a encore plus ému la Suisse que ses succès. Les deux hommes se sont rencontrés au Centre régional de performance (CRP) Rottu Racing, l'un des huit CRP de Ski Valais.

Ce n'est probablement pas un hasard si notre visite à l'entraînement a justement eu lieu le 29 février. Didier Plaschy, Daniel Albrecht et la constellation qui les réunit sont au moins aussi particuliers qu'un jour bissextile.

LE FOU FURIEUX ET L'ÉLU

Didier Plaschy, originaire de Varône dans le district de Loèche, était un slalomeur qui connaissait si souvent l'élimination que ça en devenait désespérant; un slalomeur qui, fin 1999, a soudain semblé avoir enfin trouvé la formule et qui, en l'espace de quatre semaines, a triomphé à Vail et à Kranjska Gora; et un slalomeur qui, à 32 ans, quatre ans après avoir pris sa

retraite, a décidé de revenir en Coupe du monde, gagnant presque son pari. Mais Didier Plaschy est aussi un personnage si haut en couleur qu'il a tendance à confirmer le cliché du fou furieux lâché dans une forêt de piquets. Déjà à l'époque où il était actif, il était connu pour être une «tête» et un moulin à paroles, qui parlait sept langues... et jouait de la cornemuse.

Daniel Albrecht, originaire de Fiesch, dans le district de Conches, a été très tôt considéré comme l'élite qui allait marquer le ski de son empreinte. En empilant trois titres aux Mondiaux juniors 2003, il a suscité les espoirs les plus fous dans une nation de ski en manque de résultats. Alors qu'il n'avait que 18 ans, Daniel Albrecht avait appelé le

manager Giuseppe Fry et s'était présenté ainsi: «Je suis Dani Albrecht et je veux devenir le meilleur skieur du monde.» A 23 ans, il a décroché le titre mondial du combiné et la médaille d'argent du slalom géant aux Championnats du monde, avant de remporter quatre victoires en Coupe du monde. Puis sa carrière a basculé avec sa terrible chute survenue le 22 janvier 2009 à Kitzbühel. Daniel Albrecht a subi un grave traumatisme crânien, sa vie ne tenait plus qu'à un fil et il a été plongé dans un coma artificiel durant trois semaines. Le fait qu'il ait réussi à revenir en Coupe du monde, et même à marquer des points, a tenu du miracle. Mais le chemin pour retrouver les sommets de la hiérarchie était trop long et l'athlète a rangé ses skis de compétition en 2013.



Daniel Albrecht officie au départ d'une course à La Tzoumaz.

Il a ensuite terminé une formation de préparateur mental et a notamment accompagné Lara Gut-Behrami durant quelques cours d'entraînement de ski. Il a suivi la formation d'entraîneur professionnel, mais a laissé tomber l'examen, «je trouvais que le diplôme était une perte de temps», déclarait-il en 2019 à la «NZZ am Sonntag». «Il faut avoir les nerfs solides quand on est un ancien champion du monde et que l'on nous explique comment skier. Tu écoutes tout le temps – et on ne te demande jamais rien.»

A l'époque, dix ans après sa chute, Daniel Albrecht s'était éloigné du ski de compétition, pour se consacrer à d'autres choses. Il profitait de la vie de famille avec sa femme Kerstin et sa fille Maria, née en 2016, et de sa nouvelle maison en bois à Fiesch. Ce projet de construction privé lui ayant également donné des idées commerciales, Daniel Albrecht a fondé sa société Mondhaus GmbH, qui réalise des maisons en bois de lune naturel. Une autre idée a également germé dans son esprit à ce moment-là: il voulait ouvrir sa propre école, voire un campus entier, pour vivre et apprendre, de la crèche à la maison de retraite. Cette idée lui est venue grâce à sa fille qui fréquente une école alternative à la ferme à Brigue.

PARIER CONTRE TOUTE VRAISEMBLANCE

Quand Daniel Albrecht en parle, il redevient le jeune homme de 18 ans qui voulait devenir le meilleur skieur du monde. Comme à l'époque, il est animé par une vision, un objectif qui peut paraître démesuré et dont il ne sait pas vraiment s'il est accessible et comment. Mais il ressent le besoin d'essayer, au minimum. Comme à l'époque, Daniel Albrecht émet une sorte de pari contre toute vraisemblance. Il a besoin de se retrouver face aux plus grands défis possibles pour donner le meilleur de lui-même.

C'est un trait de caractère qui le rapproche de Didier Plaschy. Son compère plus âgé a aussi pris des distances avec son ancien métier durant un certain temps; il s'est toujours intéressé à autre chose, en étudiant par exemple la psychologie et la pédagogie. Mais il a finalement trouvé sa

nouvelle vocation dans le ski de compétition, en tant qu'entraîneur. Alors qu'il découvrait ce rôle, il a fait la connaissance de Ramon Zenhäusern au CNP Brigue. Le jeune talent de 16 ans avait d'ailleurs été membre de son fan-club quelques années plus tôt. La suite du parcours de Ramon Zenhäusern a aussi pris la tournure d'un pari contre toute vraisemblance pour Didier Plaschy.

Sur ses recommandations, Ramon Zenhäusern faisait du patinage avant les cours, dévalait les pentes à ski de fond, s'entraînait au kickboxing ou encore sur le trampoline. Didier Plaschy le mettait sur un kickboard et le tirait en voiture sur les parkings. Il l'emmenait faire du surf au lieu d'aller au camp de vélo de route. Tout cela servait un unique objectif: que Ramon Zenhäusern acquière la capacité de garder son



Photos : DOMINIC STEINMANN

Ramon Zenhäusern est connu pour mesurer deux mètres, ce qui explique que personne ne croyait sérieusement en lui à part son père Peter Zenhäusern... jusqu'à ce que Didier Plaschy entre dans sa vie. Ce dernier a développé des méthodes d'entraînement inhabituelles qui n'ont rien donné avec certains athlètes, mais Ramon Zenhäusern était tout feu tout flamme. «La question de base était la suivante: est-ce qu'un cube peut devenir une sphère?», a un jour résumé Didier Plaschy au «Walliser Bote». Didier Plaschy n'a plus lâché son os.

immense carcasse en équilibre à tout moment dans les parcours de slalom, de sorte qu'il ne bascule ni vers l'avant, ni vers l'arrière, ce qui aurait des conséquences bien plus importantes avec de tels leviers.

«JE PEUX AGIR SELON MES CONVICTIONS»

Depuis, Ramon Zenhäusern a notamment remporté une médaille d'argent olympique et six courses de Coupe du monde. Son parcours vers l'élite mondiale est en quelque sorte le travail de Master de l'entraîneur Didier Plaschy, qui

l'a toujours appelé son «cobaye», qui a remis en question les vieux schémas de pensée et a développé sa propre philosophie. Osi Inglin, alors entraîneur en chef des hommes, avait fait venir cet électron libre chez Swiss-Ski en 2012. Didier Plaschy est resté trois ans, mais tout n'a pas été simple, sa façon de travailler n'étant pas

Didier Plaschy emmène parfois ses jeunes talents à la salle de lutte. Ou à Europa-Park, pour apprendre la technique de respiration sur le Silver Star, un parcours de montagnes russes.

Après avoir commencé son nouveau mandat, Didier Plaschy a rapidement cherché à entrer en contact avec Daniel Albrecht. Ils ne se connaissaient pas encore tant

anticonformistes. Et il a ainsi fait son retour au ski de compétition. «Nous partageons de nombreux points de vue, mais nous parlons de manière complètement différente», estime Daniel Albrecht. Didier Plaschy est plus bruyant, il aime communiquer avec des mots de code qui symbolisent des séquences entières de mouvements: «pistolet», «Ferrari», «saut de chat», ... Didier Plaschy dirige le groupe, Daniel Albrecht intervient de manière plus subtile. Il observe beaucoup, pose des questions aux jeunes skieuses et skieurs qui, idéalement, trouvent eux-mêmes les réponses. «Je ne serais pas capable de garder 20 enfants sous contrôle, je leur donnerais trop de liberté», estime Daniel Albrecht. Il se voit comme un donneur d'impulsion qui adopte une perspective différente, plus distante, et qui ouvre la bouche quand il remarque quelque chose.

Didier Plaschy poursuit son idéal de l'équilibre dans toutes les positions avec un enthousiasme intact et une grande soif d'expérimentation. Il ne cesse de tester de nouveaux appareils d'entraînement, que seuls ceux qui ont la stabilité physique nécessaire parviennent à maîtriser. Des appareils sur lesquels l'homme est à la fois passager et pilote, comme sur des skis. «J'ai commandé quatre planches de pumping foil», confie Didier Plaschy. Sur ces planches, la propulsion pour glisser sur l'eau doit quasi intégralement être pompée par les jambes; contrairement au kitesurf, on ne peut pas laisser le vent travailler.

Un autre exercice actuellement très utilisé par Didier Plaschy consiste à se déplacer sur une jambe grâce à un skateboard Carver. «Mais l'engin qui me satisfait pleinement n'a pas encore été inventé», dit-il. «Ce serait quelque chose qui ressemble à l'hoverboard de Marty McFly.» Didier Plaschy est donc parti en quête du skateboard flottant du film de science-fiction «Retour vers le futur».

Didier Plaschy et Daniel Albrecht: il est inimaginable que les garçons et les filles de Rottu Racing s'ennuient ne serait-ce qu'un jour avec ces deux-là.

Texte: PHILIPP BÄRTSCH

assez conforme au système. La satisfaction de Didier Plaschy a été d'autant plus grande lorsque son protégé a réussi à percer en 2018.

Après cinq ans passés en tant que co-CEO de Ski Valais, Didier Plaschy est entraîneur en chef du CRP Rottu Racing depuis la saison 2023/24. «Swiss-Ski m'a donné la possibilité de me prouver à moi-même que j'étais sur la bonne voie», se souvient-il. «Puis Ski Valais était une organisation trop grande pour que je sois pleinement efficace. Désormais, au CRP, la taille me convient bien. C'est simple à gérer, je peux agir selon mes convictions.»

que ça, mais en les voyant officier ensemble en ce 29 février à Bettmeralp, on peut se demander s'ils n'étaient pas tout simplement faits pour former un duo. «Dani vérifie mon travail et mes exercices», explique Didier Plaschy. «Il me dit si quelque chose fonctionne bien ou si c'est une ânerie.»

FLOTTER COMME MARTY MCFLY

Daniel Albrecht soutient Didier Plaschy à la journée. S'il n'avait pas cherché ce mandat, il trouvait intéressant d'entamer une telle collaboration entre

DE PAUL ACCOLA À UN RESTAURANT DE MONTAGNE



Paul Accola (à dr.) et Petra Kronberger avec leurs globes de vainqueurs du général. Photo: KEYSTONE

Fondé en 1903, le ski-club Davos est actuellement le plus grand ski-club du pays, réunissant 1027 membres. Sa doyenne est Monica Rudolph (née en 1931), suivie de près par Heinrich Wipf (1932) et Beat Fopp (1933). Ce dernier a rejoint le club en 1950 et seule Monica Eterno (90 ans) fait «mieux», avec une inscription qui remonte à 1948.

«Le nombre de membres a largement augmenté dans les années 90» explique la présidente actuelle, Claudia Paoella-Rageth. «L'ancien président Mario Dönier a tout mis en œuvre pour en faire le plus grand ski-club de Suisse.» C'est ainsi qu'est née, par exemple, la section «Süd-deutschland» en 1993, qui n'est d'ailleurs

plus en activité depuis 2012. La section zurichoise, qui existe toujours, a été fondée lors de l'hiver 1931/32 et compte aujourd'hui environ 200 membres. En outre, il existe depuis 2004 un sous-groupe (composé de dix personnes) avec le ski-club de l'association Kirchner Davos.

Aux plus de 1000 membres, il faut encore ajouter la relève des sections OJ ski alpin (160 enfants) et OJ ski nordique (100 enfants). Le ski-club Davos a d'ailleurs joué un rôle de pionnier dans ce domaine. Il a été le premier et, pendant longtemps, le seul ski-club des Grisons à miser sur la promotion de la relève et à mettre en place une section OJ. Actuellement, la section alpine est dirigée par Ambrosi Hoffmann (47 ans),

médaillé de bronze en super-G aux JO 2006. Ses fils Dario et Fadri font partie respectivement du groupe de course de 18 athlètes et du Centre régional de performance (CRP) de 11 athlètes, géré de manière indépendante depuis 2021.

DE WALTER PRAGER À VALERIO GROND

Le ski-club Davos a toujours compté dans ses rangs des membres qui ont au moins fêté un podium de Coupe du monde ou même une médaille lors d'un événement majeur. La voie a été ouverte par Walter Prager, champion du monde de descente en 1931 et 1933, suivi par Andreas Sprecher, deux fois 3^e en Coupe du monde en 1968 et 1971, et Walter Vesti, vainqueur en descente à Megève en 1975. Mais les plus belles pages de l'histoire du club ont été écrites par Paul Accola, dont le palmarès affiche la victoire au général de la Coupe du monde 1991/92 et lors de sept courses. Le dernier coureur à avoir brillé sur la scène internationale était jusque-là Ambrosi Hoffmann.

Davos ne peut pas se targuer de tels succès passés en ski de fond, mais le ski-club dispose actuellement d'un quatuor de choc, composé de Valerio Grond, champion du monde U23 de sprint en 2022 et auteur de son premier podium en Coupe du monde début mars à Lahti, Jason Rüesch, Alina Meier et Désirée Steiner. Parmi les membres du club les plus connus actuellement, on compte également la biathlète Lea Meier et la skieuse Melanie Michel, absente cette saison en raison d'une blessure.



La section OJ de ski nordique réunit une centaine d'enfants.

LA PARSENNHÜTTE, UNE IMPORTANTE SOURCE DE REVENUS

En plus des disciplines alpines et nordiques, dont le responsable est Christian Flury, ancien chef ski de fond de Swiss-Ski, l'accent est mis sur l'organisation professionnelle d'événements tels que la Coupe du monde de ski de fond Davos Nordic ou le Derby de Parsenn, dont le centenaire n'a toutefois pas pu être organisé cette année par manque de bénévoles. Le programme annuel comprend également des courses FIS (dont les disciplines de vitesse des Championnats suisses BRACK.CH cet hiver) et des événements régionaux tels que la Coupe de ski de fond nocturne, organisée par le ski-club Davos en collaboration avec celui de Klosters.

Les activités sportives communes et les moments de convivialité ne sont pas en reste. Le ski-club organise des événements tels que l'Early Bird, le Moonwalk, le Ski Club Brunch, la course du club ou son assemblée générale. Les membres passent parfois des moments sympathiques dans leur propre cabane, la «Parsennhütte», construite la même année que la création du ski-club. Elle fait partie des plus anciennes auberges de montagne des Alpes suisses et, après avoir fait l'objet de transformations, fait aujourd'hui office de restaurant de montagne moderne et convivial.



La relève du ski alpin a un chef éminent en la personne d'Ambrosi Hoffmann.

LA PREMIÈRE PRÉSIDENTE

Le ski-club Davos n'est pas seulement le plus grand et l'un des plus anciens de Suisse. En 1904, il fut l'un des fondateurs de ce qui était alors la Fédération suisse de ski (FSS). Depuis 2019, il est présidé par Claudia Paoella-Rageth, la première femme à occuper cette fonction. C'est son fort attachement au club, où elle pratique le ski (de compétition) depuis son enfance et où elle entraîne aujourd'hui à nouveau la relève après une interruption de plusieurs années, qui l'a poussée à relever ce défi. Le comité la soutient pleinement. «Tous les domaines sont gérés par des personnes qui sont un enrichissement pour le club, tant sur le plan professionnel que personnel», déclare Claudia Paoella-Rageth.

Texte: ANITA FUCHS

L'ATOUT NORVÉGIEN DU SKI DE FOND SUISSE

Karoline Bråten Guidon a grandi en Norvège, parle couramment le suisse allemand, pense et rêve en norvégien et a représenté la Suisse aux Championnats d'Europe d'athlétisme il y a six ans. Désormais, elle est coach de l'équipe suisse de ski de fond féminine.

Les progrès d'une équipe ne sont pas toujours visibles au premier coup d'œil, comme c'est le cas pour l'équipe suisse féminine de ski de fond. Un peu à l'écart de l'attention du grand public, de nombreuses athlètes comme Nadja Kälin, Alina Meier ou Désirée Steiner ont signé leurs meilleurs résultats personnels en Coupe du monde cet hiver. Des performances qui doivent beaucoup à Karoline Bråten Guidon, fille de la triple médaillée olympique norvégienne Anita Moen et de l'ancien fondeur grison Giachem Guidon, qui a lui-même évolué au niveau de la Coupe du monde.

«Karoline améliore tout le groupe grâce à ses relations avec les athlètes et sa philosophie de l'entraînement», déclare Guri Knotten, Directrice nordique chez Swiss-Ski, qui ne tarit pas d'éloges sur la technicienne de 32 ans. «Dans son travail, elle insiste davantage sur les effets durables que sur les résultats à court terme. C'est une coach qui pense au développement des athlètes sur le long terme.» Karoline Bråten Guidon est responsable des fondeuses suisses de Coupe du monde depuis la saison 2023/24. Auparavant, elle a entraîné pendant deux ans l'équipe de ski de fond du Liechtenstein et l'a accompagnée aux JO 2022 à Pékin. C'est peu après l'expérience chinoise que Swiss-Ski

a établi un premier contact. Et un an plus tard, elle et son mari Erik Bråten – qui travaille avec les hommes – ont rejoint l'équipe suisse de ski de fond.

LA QUALITÉ AVANT LA QUANTITÉ

La principale devise d'entraînement de Karoline Bråten Guidon est de toujours maintenir un haut niveau de qualité. «Il vaut mieux effectuer un entraînement d'une heure et demie de très haut niveau que deux heures de qualité moyenne», explique la double nationale helvético-norvégienne, qui attache également une grande importance à la planification de l'entraînement en étroite collaboration avec ses athlètes. Elle met aussi davantage l'accent sur le haut du corps et le tronc que sur les jambes. «Avec l'évolution actuelle du ski de fond, l'importance d'avoir un tronc aussi fort que possible ne cesse d'augmenter, en particulier chez les femmes», affirme la coach.

Guri Knotten souligne l'attitude claire et déterminée de sa compatriote devant l'équipe, mais une présence également très empathique. «Karoline parvient à trouver un bon équilibre. Elle a très vite établi une relation de confiance avec ses athlètes et le staff d'entraîneurs et d'assistants.» Le réservoir d'athlètes est nettement moins important en Suisse qu'en Norvège et nécessite un suivi intensif et personnalisé.

Bråten Guidon, qui a grandi à Trysil, près de la frontière suédoise, a également pratiqué le ski de fond, ce qui n'a rien de surprenant compte tenu de ses origines. Au

niveau junior, elle faisait partie du top 20 de sa volée, dans laquelle figuraient notamment les multiples médailles aux JO et aux Mondiaux Ragnhild Haga et Heidi Wenig. Elle a pris conscience qu'elle ne parviendrait pas au plus haut niveau alors qu'elle était encore au gymnase. A cette époque, elle n'a jamais envisagé une carrière de fondeuse sous les couleurs suisses en raison de son domicile. Sans oublier que des personnes extérieures la voyaient toujours comme la «fille de» (Anita Moen et Giachem Guidon) en compétition, ce qui la gênait à l'époque. «C'était très difficile pour moi mentalement, d'autant plus que ça s'est passé durant la phase de la vie où l'on essaie de se trouver soi-même et d'être perçu comme une personne à part entière.»

UN MARATHON AUX CE POUR LA SUISSE...

Karoline Bråten Guidon, qui communique beaucoup en suisse allemand depuis qu'elle est arrivée en Suisse, mais qui continue à penser et à rêver en norvégien, n'a jamais renoncé à ses ambitions sportives. Elle a toujours pratiqué l'athlétisme en parallèle du ski de fond. Ses disciplines de prédilection ont d'abord été le 3000 et le 5000 m, avant qu'elle ne décide, sur un coup de tête durant ses études à Kristiansand (NOR), de courir un marathon avec une amie. Son père Giachem lui avait parlé avec enthousiasme de son expérience au marathon de Berlin, ce qui l'a poussée à augmenter rapidement son volume d'entraînement et à s'aligner sur la distance de 42,195 km dans la capitale allemande. Ingrid Kristiansen, championne du monde

Photo: KEYSTONE

norvégienne du 10 000 m en 1987 et également gagnante du marathon de New York en 1989, lui a donné de précieux conseils sur le tapis de course.

Les excellentes références chronométriques de Karoline Bråten Guidon ne sont pas passées inaperçues, si bien que Swiss Athletics l'a un jour contactée pour lui demander s'il lui serait envisageable de représenter la Suisse en marathon aux Championnats d'Europe d'athlétisme 2018

à Berlin. Elle y a obtenu la 5^e place au classement par équipes (trois meilleures athlètes de chaque nation) avec Martina Strähl et Laura Hrebec. «Ce fut l'une des plus grandes expériences de ma vie.» Aujourd'hui encore, Bråten Guidon garde un souvenir joyeux de ces joutes berlinoises. En revanche, son rêve de participer aux JO de Tokyo s'est brutalement effondré six mois après sa première participation aux Championnats d'Europe. La raison: une fracture de fatigue au bassin.

... ET UN COUP DE MAIN EN SKI DE FOND POUR LA CHINE

En parallèle de sa carrière de marathonnienne, Karoline Bråten Guidon a poursuivi sa carrière de coach de ski de fond. Après avoir entraîné des enfants dans son club, elle s'est retrouvée – pratiquement du jour au lendemain – impliquée dans un projet olympique pour Pékin 2022. Un groupe de 35 skieurs de fond chinois se préparait en effet pour les JO d'hiver chez elle, à Trysil.





Karoline Bråten Guidon (au centre) avec ses parents lors du Marathon de l'Engadine 1997. Photo: KEYSTONE



Karoline Bråten Guidon a représenté la Suisse aux Championnats d'Europe d'athlétisme 2018 sur la distance du marathon. Photo: KEYSTONE

Elle a d'abord cru qu'il s'agissait d'un camp d'entraînement d'environ trois semaines, mais certains athlètes chinois ont finalement passé deux ans et demi en Norvège. Bråten Guidon s'est de plus en plus impliquée dans la gestion de leurs entraînements avant que le projet ne soit interrompu en raison de la pandémie.

Elle a finalement rejoint la Fédération de ski du Liechtenstein durant deux saisons jusqu'aux JO de Pékin, avant de travailler pendant un an en Norvège en tant que coach de club et coach privée. En plus de sa propre expérience en tant qu'athlète, Bråten Guidon possède un Master en sciences du sport et a étudié la psychologie pendant un an. Sa philosophie de coaching est de se concentrer sur l'athlète dans son ensemble, car «en sport, beaucoup de choses se passent dans la tête».

Karoline Bråten Guidon a désormais terminé sa première saison en tant que coach de Swiss-Ski. Son bilan: «Nous sommes sur la bonne voie. La quasi-intégralité des athlètes sont parvenues à obtenir un ou deux meilleurs résultats personnels l'hiver dernier.» Elle salue la bonne communication au sein de l'équipe et l'efficacité des nombreuses séances d'entraînement en commun avec l'équipe masculine à Davos. La double nationale («J'ai le privilège de posséder les passeports des deux pays les plus agréables à vivre au monde») ne cache donc pas sa grande satisfaction concernant les derniers mois. Les bases pour les années à venir sont posées et elle est impatiente de poursuivre son activité dans le pays d'origine de son père. Avec déjà dans un coin de la tête les Mondiaux de ski nordique qui se dérouleront dans dix mois... en Norvège, plus précisément à Trondheim.

Texte: ROMAN EBERLE

Découvrez la diversité de Sunrise Moments: un monde plein d'expériences inoubliables!



Il y a deux ans, notre plateforme pour des moments uniques et inoubliables a été lancée: Sunrise Moments. Depuis son lancement, un nombre impressionnant de plus de 100 000 billets ont été vendus et notre offre ne cesse de croître.

APERÇU DE NOTRE GAMME COMPLÈTE POUR 2024

Des grands festivals de musique aux petits concerts, nous proposons une large gamme d'événements pour tous les goûts. Avec plus de 15 festivals de musique dans toute la Suisse et de nouveaux événements, nous offrons à notre clientèle des avantages exclusifs qu'elle ne trouvera nulle part ailleurs. Que tu sois passionné-e par le rock, la pop, le jazz ou la musique électronique, chez nous, tu trouveras forcément ce qui te convient. La gamme de Sunrise Moments est en permanence enrichie par des événements et des billets passionnants.

AVANTAGES LORS DE CONCERTS ET D'AUTRES ÉVÉNEMENTS GRÂCE À SUNRISE MOMENTS

Profite d'un éventail d'avantages exclusifs qui rendront ton expérience encore plus inoubliable. Avec des Priority Tickets pour plus de 150 concerts par an, tu as toujours les meilleures places au premier rang. De plus, tu bénéficieras d'un accès exclusif aux Sunrise starzone Lounges dans quatre lieux haut de gamme (Hallenstadion, THE HALL, la halle Saint-Jacques, Arena de Genève). Tu pourras t'y détendre avant le début du spectacle et profiter du luxe de nos lounges exclusifs.

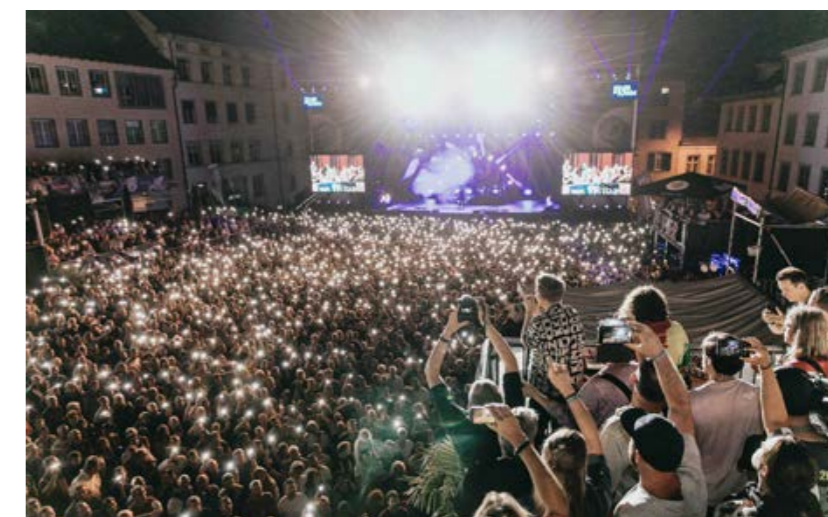


DES CONCOURS RÉGULIERS AVEC DES EXPÉRIENCES UNIQUES

Nos concours t'offrent une expérience unique et exclusive. Des rencontres avec les stars aux packs VIP pour les événements sportifs et musicaux, nous t'offrons la possibilité de vivre des moments uniques que tu n'oublieras jamais. Plus de 100 tirages au sort ont déjà eu lieu sur Sunrise Moments. Peut-être seras-tu la prochaine fois l'un des heureux gagnants ou l'une des heureuses gagnantes.

LES MEMBRES DE SWISS-SKI ÉCONOMISENT ET PROFITENT DOUBLEMENT!

En tant que membre de Swiss-Ski, tu bénéficieras d'un accès exclusif à l'offre attractive de Sunrise avec des rabais atteignant 50% sur les abonnements TV, Internet et Mobile sur sunrise.ch/swiss-ski. De plus, ton adhésion te permet de profiter d'avantages à long terme puisque toute la clientèle Sunrise a automatiquement accès aux offres Sunrise Moments et peut profiter de promotions et de moments inoubliables. Ces avantages exclusifs t'accompagneront non seulement pendant la saison en cours, mais aussi tout au long de nos dix années de partenariat avec Swiss-Ski. Découvre les offres actuelles sur sunrise.ch/moments afin de faire des économies aujourd'hui et pour les années à venir.





Le Président et son adjoint: Marius Robyr (à g.) et Hugo Steinegger. Photo: STEPHAN BÖGLI

ILS ONT REDONNÉ SES LETTRES DE NOBLESSE À CRANS-MONTANA

Durant 18 ans, Marius Robyr et Hugo Steinegger ont formé un duo qui a été le cerveau et l'âme des courses de ski de Crans-Montana. Snowactive rend hommage à ces deux personnalités.

Marius Robyr et Hugo Steinegger ont quelque chose de Stephan Derrick et Harry Klein, l'inspecteur principal et l'inspecteur de la mythique série policière. Un duo de choc qui se complète à la perfection. Il serait impossible d'imaginer l'un sans l'autre – qu'il s'agisse d'affaires criminelles ou, comme ici, des courses de Coupe du monde à Crans-Montana.

Robyr, le président local du comité d'organisation, et Steinegger, le vice-président du comité d'organisation, certes Bernois d'origine mais Valaisan d'adoption. Ensemble, ils ont remis Crans-Montana sur la carte des sites de la Coupe du monde de ski. Sans eux, la station baignée de soleil du haut-plateau valaisan n'aurait probablement pas retrouvé ce statut. Et sans eux, Crans-Montana n'aurait probablement pas reçu l'aval de la FIS pour accueillir une deuxième fois les Championnats du monde de ski alpin. Ce sera le cas en 2027, soit 40 ans après l'immense fête du ski de 1987, des Mondiaux qui avaient marqué la mémoire collective de la Suisse en tant que nation du ski, au même titre que les JO d'hiver 1972 à Sapporo.

LE RÔLE DE LEUR VIE

Marius Robyr et Hugo Steinegger étaient déjà de la partie quand Maria Waliser, Erika Hess, Vreni Schneider, Pirmin Zurbriggen, Peter Müller et Compagnie avaient raflé huit des dix titres planétaires et 14 des 30 médailles en jeu. Marius Robyr (né en 1948) était responsable du public et du personnel. Hugo Steinegger (né en 1943) officiait quant à lui comme chef de presse. «A l'époque, nous n'entretenions pas encore beaucoup de contacts entre nous», se souvient ce dernier.



Une équipe nombreuse remercie son chef. Photo: STEPHAN BÖGLI



Marius Robyr et son successeur, le CEO des Mondiaux Didier Défago. Photo: KEYSTONE

Hugo Steinegger était déjà un fonctionnaire sportif très dynamique en 1987, avec notamment un passé de vice-président exécutif et de président du CP Berne. Mais ces fabuleux Championnats du monde allaient changer sa vie. Il a rencontré Gabrielle Felli, une habitante de la région qui allait devenir sa femme, et lui, le Bernois, a fini par s'établir à son tour à Crans-Montana quelques années plus tard.

Ceux qui pensent que Steinegger est indissociable de Robyr – et vice-versa – savent qu'il en va de même pour Hugo et Gabi. Pas seulement dans le privé, mais aussi dans la vie professionnelle. Hugo Steinegger totalise 60 ans de carrière et de vocation dans le monde du sport ; il a collaboré lors de 27 éditions des Jeux olympiques et 18 Championnats du monde de ski alpin, a

dirigé le Tour de Suisse et présidé la Fédération nationale de cyclisme. Malgré cette polyvalence, le rôle de sa vie reste probablement celui de l'éternel chef de presse. Il l'a exercé pendant 33 ans aux courses du Lauberhorn et pendant 31 ans à l'European Masters de golf de Crans-Montana. La liste est loin d'être exhaustive.

Marius Robyr a lui aussi exercé un rôle qui a marqué sa vie: celui d'éternel brigadier. Adolf Ogi, dont la fille Caroline dirige aujourd'hui un restaurant à Crans-Montana, a lui-même promu Marius Robyr à ce poste. Et quand l'ancien conseiller fédéral a prononcé un discours lors de la soirée raclette officielle pendant la compétition il y a deux ans, il a appelé Robyr «mon général». Une petite exagération, sans doute volontaire, pour flatter l'hôte de la manifestation.

Marius Robyr peut toutefois se targuer du fait que l'organisation de la course, sous sa direction, était digne d'un état-major général – ce qui ne l'a évidemment pas empêché, lui et «ses hommes», de connaître l'une ou l'autre panne.

LES «TROIS C» ET L'«AIP»

Marius Robyr a été le Commandant de la Patrouille des Glaciers durant 20 ans, totalisant 4200 jours de service. Il suffit de le croiser pour ressentir et entendre rapidement la tonalité militaire. Marius Robyr fonde ses principes sur des abréviations. Les trois C: commander, contrôler, corriger. Ou encore l'AIP: attitude intérieure positive. Une liste là aussi très loin d'être exhaustive.

En 2006, ce même Marius Robyr est devenu président du comité d'organisation. Crans-Montana n'avait plus organisé de courses de Coupe du monde depuis 1998 et l'objectif de Marius Robyr était de lui rendre sa place dans le calendrier. «Nous nous sommes fixé trois objectifs», raconte-t-il. «Organiser à nouveau des courses de Coupe du monde, devenir une classique et accueillir une nouvelle fois les Championnats du monde.» Hugo Steinegger est devenu son vice-président et son principal collaborateur. Deux ans plus tard, Lindsey Vonn a remporté la première course de la nouvelle ère. Puis en 2012, les hommes ont fait leur retour sur la piste Nationale, avec la victoire de Didier Cuche pour ses adieux au public suisse.

L'attribution des Mondiaux 2027 à Crans-Montana, entérinée en mai 2022 lors du Conseil de la FIS après des investissements progressifs dépassant largement les 20 millions de francs, signifiait que les deux hommes avaient atteint leurs trois objectifs. Marius Robyr a lui-même déclaré que ces moments étaient les plus importants de sa vie juste après la naissance de ses fils et son mariage. «Beaucoup de gens ici en haut ne nous croyaient pas capables de ramener les Mondiaux à Crans-Montana», explique-t-il.



Le duo pose avec le conseiller fédéral Guy Parmelin (à gauche) et le conseiller d'Etat Frédéric Favre (à droite). Photo: STEPHAN BÖGLI

UN STYLE DE COMBATS DE REINES

L'attribution de ces Mondiaux est le parachèvement de l'œuvre commune de deux hommes, pourtant très différents. Marius Robyr est l'homme des mots qui claquent, parfois une tête brûlée, dont le caractère rappelle celui des combattives vaches d'Hérens auxquelles il se consacre avec tant de passion. Mais il a un cœur tendre et n'hésite pas à lâcher quelques larmes quand l'émotion le submerge, comme lors de l'ultime grande réunion consacrée aux préparatifs des courses de cet hiver. «99 personnes étaient invitées, 97 sont venues et 2 se sont excusées», insiste Marius Robyr, et l'on comprend à quel point cela était important pour lui.

Hugo Steinegger a toujours laissé la lumière des projecteurs au grand patron pour tirer les ficelles en coulisses avec talent. Il se sentait bien dans l'ombre de son ami, tout comme sa femme Gabrielle, éternelle bonne âme, était parfaitement à l'aise dans la sienne. Parce que Steinegger savait que Robyr ne pourrait pas se passer de lui, tout comme Gabi savait que Hugo ne pourrait se passer d'elle.

Hugo Steinegger est un «animal politique» du sport, plus pondéré, plus diplomate que Marius Robyr. Mais Steinegger a aussi une tête dure, et il est arrivé qu'elle s'entrechoque avec celle de Robyr, encore une fois, à l'image des combats de reines. Ils retrouvaient alors leur attitude intérieure positive et poursuivaient leur route.

Les trois courses de Coupe du monde en février dernier ont été les dernières sous leur égide. Robyr et Steinegger ont été honorés et remerciés comme il se doit, notamment par le conseiller fédéral Guy Parmelin venu pour l'occasion. L'équipe emmenée par Didier Défago et Daniel Bollinger va désormais prendre le relais. Il ne fait aucun doute que Marius Robyr et Hugo Steinegger, nouveaux présidents d'honneur des Mondiaux, garderont au moins un œil attentif sur la suite des événements. Pour ne pas dire les yeux grand ouverts.

Texte: PHILIPP BÄRTSCH

SWISS-SKI MEETS SAS



LE PROGRAMME DE L'AD

11h-12h30 Remise des prix Swiss Loppet
14h 120^e Assemblée des délégués
16h-18h Apéritif

Annonce

La 120^e Assemblée des délégués de Swiss-Ski aura lieu le samedi 29 juin 2024 au Kursaal de Berne, dans le cadre de la fête de deux jours organisée à l'occasion du 100^e anniversaire du Ski-Club Académique Suisse (SAS).

Le SAS s'est fait un point d'honneur d'organiser non seulement ses propres événements et festivités au cours de son année d'anniversaire, mais aussi d'accueillir le grand rendez-vous estival annuel de la famille des sports de neige suisses avec l'AD de Swiss-Ski. Et comme le SAS vise toujours haut, l'événement aura lieu au prestigieux Kursaal de Berne.

En plus de la partie consacrée aux statuts, le programme de l'AD de Swiss-Ski comprendra à nouveau divers hommages. L'AD débutera à 14 h. L'invitation officielle ainsi que l'ensemble des documents seront envoyés début mai.

Le SAS tiendra lui aussi son AD le 29 juin. Elle commencera déjà à 8 h et marquera le début d'un long week-end de fête. La grande fête anniversaire aura lieu le samedi soir dès 18 h – également au Kursaal de Berne – et proposera un riche programme de divertissement, dont une table ronde avec des célébrités du ski de compétition comme Ramon Zenhäusern et un show de l'artiste vaudois Bastian Baker. Les membres du SAS se retrouveront ensuite le dimanche matin à 11 h pour partager un bon moment au «Chillfood's Füürli», situé au bord de l'Aar.



Passt!

Voranmeldung erwünscht!

Schluss mit Schmerzen im Wanderschuh!

Mit individuellem Fussbett und angepasster Schuhform wird Ihr Wander- und Outdoorschuh zum Mass-Schuh.

Sport Schuh Fitting GmbH · Ennetbürgerstrasse 4 · Tel. 041 620 67 76 · 6374 Buochs



LE FEU BRÛLE À NOUVEAU



Photo: PHILIPP SCHMIDLI

ALESSIA BÖSCH ÉTAIT UNE ATHLÈTE SWISS-SKI JUSQU'EN 2021. APRÈS AVOIR ÉTÉ GLOBE-TROTTEUSE ET STAGIAIRE CHEZ SWISS-SKI, LA JEUNE FEMME DE 20 ANS A RETROUVÉ SON STATUT DE SKIEUSE. TOUT EN TRAVAILLANT COMME MANAGER, SERVICEWOMAN ET COACH.

Fini, terminé. Nous sommes en décembre 2021 quand Alessia Bösch tire le frein d'urgence. Elle, la multiple championne suisse junior et vainqueur de courses FIS, range ses skis du jour au lendemain. Un retrait qui surprend tout le monde. La jeune sportive d'Engelberg, alors âgée de 18 ans, sait fort bien que cette solution est la seule envisageable. «J'étais tout simplement dépassée», se souvient Alessia Bösch. Sa dernière année au gymnase arrivait, sa sœur, avec laquelle elle entretenait une relation étroite, s'était envolée pour une année d'échange aux Etats-Unis, sans oublier des problèmes de dos récurrents qui la gênaient. Pire, une tumeur cérébrale très rare a été diagnostiquée chez son père; la vie des Bösch a été bouleversée du jour au lendemain. «J'ai essayé de m'accrocher. Mais la seule chose que je pouvais faire de mon côté était de me soulager de la pression du ski.»

TOUT A CHANGÉ

Voilà deux ans et demi qu'Alessia Bösch a annoncé la fin de sa carrière de skieuse. Cette décision semblait a priori définitive. D'autant qu'après avoir pris sa «retraite», elle n'a plus pensé au ski. «Mais l'été dernier, alors que je faisais du trekking en Asie, ça m'a soudain dérangé alors que j'étais au bout du monde, par 30°C sur une plage.» Elle n'a pas tout de suite voulu admettre à quel point les skis et la compétition lui avait manqué. «Je voulais rester fidèle à ma décision.»

Nous sommes en janvier 2024 quand Alessia Bösch accepte d'être honnête avec elle-même. Entre temps, elle était entre-temps en Suisse et avait commencé un stage au département Communication de Swiss-Ski en octobre 2023. «J'ai trouvé que c'était une opportunité parfaite, car ça me donnait la proximité nécessaire avec le ski pour faire le point et tourner la page. J'espérais que cela me permettrait d'accepter le fait que j'étais passée de l'autre côté.» Au début, cela a bien fonctionné. Mais tout a changé quand elle a été envoyée pour travailler comme stagiaire lors des Mondiaux juniors aux Portes

du Soleil. En couvrant les succès de ses collègues, elle a réalisé que sa carrière n'était pas encore terminée. Cette compétition lui en a donné la certitude. Le troisième jour des Mondiaux juniors, la jeune femme s'est confiée par téléphone à sa meilleure amie, la skieuse de Coupe du monde Delia Durrer. Au fond d'elle-même, elle espérait entendre que ses sentiments n'étaient «qu'une phase» et que cela passerait. Or Delia Durrer lui a dit l'inverse. «Elle m'a dit qu'elle sentait que le feu brûlait à nouveau en moi.» Deux semaines plus tard, elle est venue souper chez nous et m'a poussée à appeler Weng.»

ELLE NE VOULAIT PAS D'INTERVIEW

Weng, de son nom complet Werner Zurbuchen, n'est autre que le chef de la relève de Swiss-Ski. Il était notamment l'entraîneur d'Alessia Bösch jusqu'au départ de cette dernière. «Il me connaît en tant qu'athlète, il a toujours été totalement honnête avec moi et je lui fais confiance à 100%», explique-t-elle. «J'ai envisagé tous les scénarios possibles pour cette conversation téléphonique. L'un d'eux était que Weng me dise que le train était parti et que je n'avais plus aucune chance. J'aurais été dévastée, mais je l'aurais accepté.»

Ce scénario ne s'est pas réalisé. «Weng a décroché et m'a demandé s'il devait me donner une autre interview» (ndlr: dans le cadre de son travail de stagiaire), se souvient-elle. Après un monologue confus de 20 minutes – «j'avais noté toute la conversation mot à mot, mais elle a jailli de manière incohérente» – il était clair que c'était la skieuse au téléphone, et non la stagiaire. La même skieuse qu'elle avait été et qu'elle voulait redevenir. Elle a tout de suite pu compter sur le soutien de son ancien entraîneur. «Il m'a dit que je devais réfléchir une nuit de plus, que je devais m'assurer que ces idées de retour avaient vraiment un sens et que je devais parler de tout ça à mes parents. Et si j'étais toujours prête à assumer tout cela, que je le rappelle le lendemain.» Alessia Bösch l'a rappelé.



La première étape passe par la musculation. Photos : PHILIPP SCHMIDLI

SOUTENEZ ALESSIA BÖSCH

Si vous souhaitez soutenir le crowdfunding d'Alessia Bösch, vous pouvez lui faire parvenir le montant de votre choix via ce code QR. L'athlète et sa famille sont reconnaissantes pour chaque don. Nous espérons que ce rêve d'une carrière de ski deviendra réalité!



ELLE REDOUTAIT DE LE DIRE À SA GRAND-MAMAN

Il s'en est suivi d'innombrables appels téléphoniques, e-mails et conversations. «Je ne faisais pas partie d'un cadre, je n'avais pas de sponsors, pas d'équipementier – cela nécessitait énormément d'organisation.» Elle a finalement été accueillie à bras ouverts chez Atomic et Weng l'a aidée dans l'organisation d'entraînements. Le 27 février, elle a skié pour la première fois sur un parcours. Elle a rejoint l'Association des sports de neige de Suisse centrale et peut utiliser les locaux du gymnase sportif d'Engelberg pour l'entraînement physique. «J'étais dépassée par de nombreux aspects et je ne savais pas comment beaucoup de choses fonctionnaient. Je suis infiniment reconnaissante du soutien qui m'a été apporté.»

La famille d'Alessia lui a aussi assuré son soutien inconditionnel. «J'avais très peur d'annoncer mon retour au ski, mais cette peur était finalement infondée.» Ce

qu'elle redoutait le plus, c'était la réaction de ses proches: «La veille de l'annonce, j'ai téléphoné à ma grand-maman. Nous regardions toutes les deux les courses de ski. Elle m'a dit qu'elle était très nerveuse car c'était bientôt le tour de Delia. C'est là qu'elle m'a dit qu'elle était contente que je ne fasse plus de ski, parce qu'elle avait toujours très peur en voyant les skieuses.» Pas vraiment ce qu'elle voulait entendre avant d'annoncer son retour le lendemain. «Mais aujourd'hui, ma grand-maman est à nouveau ma première fan.»

Pour commencer, Alessia Bösch se concentre sur la musculation. Elle s'entraîne sur la neige trois fois par semaine et terminera comme prévu son stage chez Swiss-Ski à la fin avril. Sur le plan du ski, elle se voit toujours comme une skieuse polyvalente, même si elle se concentre pour l'instant sur les disciplines techniques. Elle prévoit de s'entraîner avec le CNP Centre au Stelvio au début de l'été, puis avec le cadre C sur les glaciers suisses en juillet. Puis au mois d'août, elle souhaite compenser au



maximum son retard en matière d'entraînement en Nouvelle-Zélande, où elle ambitionne d'améliorer ses points FIS. «Idéalement, cela me servira à poser de bonnes bases pour la saison prochaine.»

LE CASSE-TÊTE DU FINANCEMENT

Dans sa situation actuelle, le ski ne représente qu'une petite pièce du puzzle. Alessia Bösch est à la fois manager, servicewoman, coach, athlète et secrétaire. Il lui faut donc aussi trouver de l'argent pour pouvoir vivre à nouveau son rêve. Elle estime qu'une saison normale à l'échelon FIS coûte entre 30 000 et 40 000 francs, sans compter les éventuels camps sur d'autres continents. Elle ne cache pas que le financement est le nœud

du problème concernant son projet de retour. Lorsqu'elle s'entraîne avec le ZSSV, elle reçoit une facture pour chaque journée de ski. A cela s'ajoutent l'équipement, les produits de service, les vols, les frais d'hôtel... Autant de coûts qu'elle ne peut assumer seule.

Alessia Bösch et sa famille ont lancé un crowdfunding (cf. encadré) et elle est aussi à la recherche de sponsors. «C'est ce que j'ai eu le plus de mal à faire jusqu'à présent. Faire son auto-promotion est quelque chose d'assez désagréable.» Elle a dû se remettre en question, mais elle sait pourquoi elle le fait. «Je ressens une telle joie à remonter sur les skis», sourit-elle. «Cela ne me dérange pas de préparer mes skis, d'organiser les entraînements. Il m'arrive d'être encore au téléphone à 23 h. Mais cela paie quand je suis sur mes skis le lendemain.»

NE JAMAIS RIEN LÂCHER

Alessia Bösch le sait: elle aurait pu choisir une voie plus facile. Mais elle ne regrette pas d'avoir fait ce pas de retrait. «Je suis persuadée à 100% que j'ai pris la bonne décision à l'époque», assure-t-elle. «J'ai d'abord dû régler d'autres choses, grandir, devenir plus forte. J'ai dû supporter le vide qui est entré dans ma vie après mon retrait, j'ai dû me poser des questions sur qui j'étais en dehors du sport, obtenir des réponses sur mes autres qualités.» Elle est certaine que tout cela l'a aidée à progresser. «Je suis beaucoup plus forte mentalement qu'à 18 ans. Je ne prends plus beaucoup de choses pour acquises et je considère que c'est un privilège de pouvoir emprunter à nouveau ce chemin.»

Bien entendu, elle sait qu'il sera parsemé d'embûches et d'obstacles en matière d'organisation. Son come-back, elle le voit sous le prisme de la devise qui a marqué sa vie: «Just keep swimming». Une citation tirée du film «Le Monde de Nemo». «Ce dicton m'a guidée depuis que mon père a reçu son diagnostic. Il me rappelle de ne jamais abandonner et de voir la lumière au bout du tunnel», confie Alessia Bösch. Depuis son come-back, elle le met en hashtag sous chacun de ses posts. «Il correspond très bien à ce processus. Même si c'est difficile, je vais tout mettre en œuvre pour y parvenir.»

Elle se donne deux ans. Son premier objectif? Réussir à réintégrer un cadre de Swiss Ski. «Si j'y parviens au bout d'une saison, cela faciliterait beaucoup de choses. Mais deux ans seraient probablement plus réalistes.» Elle tirera un premier bilan dans douze mois. Alessia Bösch espère qu'elle se sentira à nouveau skieuse à part entière à ce moment-là. «Mais pour l'instant, le plus important est de prendre du plaisir à skier et de retrouver la confiance en moi, mes sensations sur les skis et la technique», dit-elle. «Tout le reste suivra.»

Texte: RAMONA HIRT

UN ACTEUR MAJEUR DU SKI SUISSE



Des membres du SAS en 1925.



Une scène de remise de prix au «Palace» de Saint-Moritz.

serait quelque chose de propre à l'identité suisse. Alors qu'une étude de la Confédération montre que «seulement» 35% de la population nationale pratique régulièrement ce sport, le ski reste considéré comme faisant partie de l'ADN de chaque Suisse(sse).

Si ce mythe de «nation de ski» existe toujours, c'est probablement parce qu'elle représente aussi une culture nationale du souvenir, dans laquelle les sommets enneigés, les camps de ski et les courses de ski à la télévision ou les grandes victoires des stars du ski suisse, à l'image des «Journées dorées de Sapporo» font office de phénomènes collectifs – souvent accompagnés de la chanson de Vico Torriani – et ont contribué à la socialisation des skieuses et skieurs en Suisse. Les récits narrants les exploits des icônes nationales ont ceci de typique qu'ils occultent toujours une partie de l'histoire qui ne se fonde pas dans le concept national et que les influences internationales sont largement reléguées au second plan. Dans l'histoire du ski suisse, il s'agit notamment des pionniers norvégiens et britanniques qui ont œuvré dans les montagnes suisses au tournant du XX^e siècle et qui ont également joué un rôle décisif dans la création du Ski-Club Académique Suisse.

LA CRÉATION DU SAS DANS LE CONTEXTE HISTORIQUE DU SKI

L'arrivée du ski dans notre pays est donc due à des influences étrangères et est le résultat d'une Suisse connectée au niveau mondial. Que l'on regarde le ski suisse à travers le prisme national ou international, ce sport est extrêmement important pour l'histoire du sport helvétique, en raison de toutes ses facettes sportives, sociales,

Le Ski-Club Académie Suisse (SAS) et sa publication, le «Schneehase», font partie intégrante de la Suisse en tant que nation du ski. Dans son rôle de promoteur du sport de haut niveau et du sport de masse, mais aussi par son esprit bien à lui, le SAS contribue à ce que le ski reste dynamique et florissant dans notre pays.

«Tout le monde fait du ski.» Cette réplique n'est pas seulement tirée d'une célèbre chanson de Vico Torriani, mais décrit également l'état d'esprit suisse des années 60, dont l'impact est encore perceptible aujourd'hui. La «nation de ski» qu'est la Suisse est un mythe national, maintes et maintes fois invoqué par le secteur du tourisme, la politique ainsi que les médias, qui diffusent un récit magistral sur ce qui

économiques et culturelles. Le grand public n'est pas vraiment conscient du rôle de pionnier qu'a joué le SAS dans ce domaine. Compte tenu de son orientation et de ses réseaux académiques et internationaux – en particulier à ses débuts –, il ne s'inscrit pas vraiment dans le récit de la «nation de ski» qui a propagé cette image de sport populaire «typiquement suisse» à partir des années 20. La FSS, la Confédération et le tourisme ont fait d'énormes efforts pour compenser avec des touristes locaux le manque de skieurs internationaux (et riches) à la suite des deux guerres mondiales.

Le SAS a été fondé le 26 novembre 1924 par trois universitaires bernois: Walter Amstutz, Hermann Gurtner et Willy Richardet. Selon ses premiers statuts, il se consacrait principalement aux disciplines alpines, soit la descente et le slalom, mais pas aux disciplines nordiques représentées par le ski de fond et le saut à ski. Ce n'est pas un hasard si la fondation du club a eu lieu à la fin de la période pionnière du ski, au moment où les représentants du ski alpin et du ski nordique se disputaient farouchement pour savoir quel type d'activité était «la bonne» et avait «la plus grande valeur sportive». Les «nordiques» formulaient également des accusations polémiques, par exemple que les «alpins» étaient des casse-cou en quête d'ivresse de vitesse et de «records bon marché», qui se contentaient de se faire transporter au sommet d'une montagne pour en redescendre. Les disciplines alpines étaient également moins synonymes de compétences athlétiques et de technique que le ski de fond et le saut à ski: «Qu'est-ce qu'une manche de slalom de quelques secondes par rapport à une course de 50 km?», écrivait Fritz Erb, sportif militaire et journaliste sportif, en 1928.

Le cofondateur du SAS Walter Amstutz lui a répondu en ces termes: «La descente ne nécessite-t-elle pas davantage d'agilité mentale et de rapidité de décision que le ski de fond? L'apprentissage de la rapidité d'action n'a-t-il pas autant de valeur que le fait de monter une pente à toute vitesse (...)?» Certes, le ski de fond inclut des descentes, mais du point de vue des skieurs alpins, la technique de la descente ne pouvait être entraînée de manière spécifique

que dans le cadre d'une «descente pure», sans montée. Malgré les nombreuses polémiques et discussions enflammées, la question sur le ski portait finalement sur une simple question de préférence: ski alpin ou ski de fond? Un membre du club, Oskar Hug, a résumé la réponse du SAS en 1928: «Notre but n'est pas de nous promener à ski, non, nous voulons glisser et sauter avec aisance. Ce n'est pas une balade à ski à moitié maîtrisée que nous voulons, non, il s'agit de savourer pleinement le trajet à ski. Nous nous engageons à fond et nous nous consacrons entièrement à notre cause.»

Au-delà du débat suisse sur le «bon» ski, les défenseurs des disciplines nordiques dominaient les fédérations nationales de ski, et notamment la Fédération internationale de ski (FIS). Ils s'opposaient même à la reconnaissance du ski alpin dans les compétitions officielles. Les descendeurs ont donc voulu prouver que la descente et le slalom sont des disciplines à part entière, qui nécessitent une technique adaptée et un entraînement spécifique. Pour appuyer cette théorie et attirer encore plus de skieurs alpins, le pape du ski britannique Arnold Lunn a fondé le Kandahar Ski Club (KSC) au début de l'année 1924. Ce qui a motivé Walter Amstutz et ses camarades à fonder de son côté le SAS vers la fin de l'année, dans le même objectif. Arnold Lunn et Walter Amstutz ont lancé en janvier 1925 les Anglo-Swiss, des courses lors desquelles des étudiants anglais et suisses s'affrontaient. Les deux ski-clubs ont ensuite organisé une série de courses de ski alpin (dont les Championnats suisses et internationaux universitaires) et ont invité la communauté internationale du ski afin de la convaincre de la valeur sportive de la descente et du slalom. Sur le plan



L'équipe suisse de descente aux Universiades 1978, avec notamment le futur vice-président de Swiss-Ski, Jean-Philippe Rochat (deuxième à partir de la droite).



Das ganze Volk fährt Ski

Jetzt erst recht, nachdem die Schweizer Skischulen um

40 bis 50% verbilligt worden sind.

Die Ermäßigung beträgt pro Halbtagslektion Fr. 1.50

Affiche des années 40.
Photo: OFSPO

institutionnel, le KSC et le SAS ont fait du lobbying auprès de la FIS pour que les disciplines alpines soient reconnues. Il fallut attendre 1930 pour que le Congrès de la FIS adoube la descente et le slalom en tant que disciplines officielles de compétition.

LE «SCHNEEHASE»: MIROIR DE L'ESPRIT DU SAS

Les pionniers du SAS ont poursuivi l'objectif de populariser les disciplines alpines non seulement en organisant des courses, mais aussi en créant un organe de publication: «Der Schneehase» (littéralement «Le Lièvre des neiges»), publié à intervalles irréguliers depuis 1927, lequel couvre l'actualité du ski depuis 1924. Il a été le premier organe spécialisé non anglophone (le

SWISS SPORTS HISTORY

Ce texte est l'un des 50 articles publiés dans la 41^e édition du livre «Der Schneehase» parue en février. La publication du Ski-Club Académique Suisse (SAS) peut être commandée par e-mail à schneehase@sas-ski.ch au prix de 59 francs.

Les auteurs Simon Engel, Michael Jucker et Nils Widmer travaillent pour la plateforme numérique Swiss Sports History (sportshistory.ch), qui vise à faciliter l'accès à l'histoire du sport helvétique et s'engage à préserver l'héritage culturel du sport suisse.

Après le déménagement de Swiss-Ski de Muri à Worblaufen l'année dernière, Swiss Sports History est actuellement chargée, sous la direction de Nils Widmer et Michael Jucker, de réorganiser et de cataloguer les archives de la Fédération. Un travail qui prend notamment la forme d'annuaires, de magazines de la Fédération, de rapports annuels et d'une bibliographie en lien avec le ski.

British Ski Year Book a servi de modèle) à se consacrer aux disciplines alpines. Après la reconnaissance du ski alpin, «Der Schneehase» est devenu un forum de questions et d'analyses sur le ski international donnant régulièrement la parole à des voix qui comptent. Aujourd'hui encore, la publication intègre des informations en trois langues sur l'histoire du ski, la vie des clubs et l'avenir du ski. Il s'agit donc une source précieuse pour retracer l'évolution du ski au cours des 100 dernières années.

Le nom «Schneehase» vient de l'idée que les membres du SAS rejoignent le club en tant que lièvres et qu'en cas d'intégration réussie et de compétences

techniques, ils sont élevés au rang de lièvres des neiges par le comité central. Encore aujourd'hui, avant d'être admis au SAS, les nouveaux membres potentiels doivent faire leurs preuves au cours d'une phase de candidature qui dure un à deux ans. En principe, seuls les universitaires peuvent devenir membres. Ce type d'association exclusive s'inspire des gentlemen's clubs britanniques, qui regroupent des militaires, des entrepreneurs, des politiciens et des nobles ayant une formation universitaire. Soit le statut des personnes que les pionniers du SAS côtoyaient à Mürren entre les courses de ski et le Grand Hôtel.

Au sein du SAS, cet élitisme se manifestait à l'époque des pionniers par l'habillement – les hommes avaient l'habitude de skier en cravate – et par l'image qu'ils avaient d'eux-mêmes jusque dans les années 60 environ, par leur ambition de leadership académique et leur conscience avant-gardiste, qu'ils diffusaient via le «Schneehase». Walter Amstutz, cofondateur du SAS, écrivait ainsi en 1934: «Les universitaires sont par nature destinés à assumer certains rôles de leaders [...]. Rien n'est impossible si l'on soutient une bonne cause suffisamment longtemps.» Il ajoutait que le SAS était un club réservé à l'élite «car nous sommes une communauté de pairs, qui cherchent à donner le meilleur d'eux-mêmes, dans le sport comme au travail». En 1965, Oskar Hug sonnait la révolte:



Nouvelle parution: «Der Schneehase», 41^e édition. Photo: MELANIE SCHWEIZER



Le Président de Swiss-Ski Urs Lehmann, le rédacteur en chef Ivan Wagner et le Président du ski-club Kitzbühel Michael Huber lors du vernissage du Schneehase le 7 février 2024. Photo: MELANIE SCHWEIZER

«Ces dernières années, le SAS semble avoir suivi les dernières tendances; il a donc fait exactement ce que tout le monde fait. Est-ce la raison pour laquelle il a perdu toute influence directe dans ce sport? Mais à quoi servent les universitaires? N'est-ce pas notre rôle d'identifier et de diffuser les tendances propices au développement?» En lisant le «Schneehase», on constate toutefois que des barrières républicaines ont été posées à l'élitisme, du moins sur le plan rhétorique, d'une manière bien suisse. Walter Amstutz écrivait ceci en 1929: «Si, nous avons pu être considérés comme de véritables flâneurs au début, rien n'a jamais été plus éloigné de nous que le repli sur soi. Notre club n'a jamais été confiné dans un isolement académique.» Et dans un article de 1974 intitulé «SAS quo vadis?», on peut lire, à propos de la structure des membres, qu'il faut résolument lutter contre la tentation du «snobisme pur et simple».

LE SAS, UN BASTION MASCULIN?

Jusqu'en 2000, l'adhésion était réservée aux étudiants hommes. Puis le SAS s'est aussi ouvert aux femmes. Certes, les étudiantes pouvaient déjà participer à des courses avec une licence SAS et les premières tentatives d'admission des femmes ont eu lieu dès 1946, mais elles ont régulièrement échoué, car les opposants considéraient que cette ouverture mettait en danger «l'esprit du SAS»: «On n'est pas simplement membre du SAS comme on l'est d'un autre club. Même les fils de membres du SAS ne deviennent pas automatiquement membres du SAS. [...] Au SAS, ce n'est pas l'aspect matériel qui compte, ni l'origine, mais la volonté d'être là pour le bien des autres, en d'autres termes la camaraderie. Ce qui est déterminant, c'est la volonté de lutter contre tout type de médiocrité.» On remarque dans l'argumentaire que la camaraderie et l'excellence sont implicitement connotées au masculin. Une construction sociale qui est encore aujourd'hui fortement perceptible dans le sport en particulier. L'idée qu'il y aurait des sports «durs et masculins» et des sports «doux et féminins» est toutefois plutôt exceptionnelle dans la perspective de l'histoire du ski, car les femmes ont été acceptées relativement tôt, du moins dans les disciplines alpines.

Pourquoi de nombreux membres du SAS considéraient-ils encore 56 ans après Oskar Hug (1944) que «le grand jeu de l'homme adulte et mûr» était en danger, près de 30 ans après l'adoption du droit de vote des femmes et une vingtaine d'années après l'introduction de la loi sur l'égalité dans la Constitution fédérale? C'est dans ce contexte que la recherche en sciences sociales et culturelles a inventé le terme de «ligue masculine», entendant par là des groupes d'hommes formels et informels clairement séparés de l'extérieur – en l'occurrence les femmes –, tout en mettant en scène des modèles de comportement «masculins» en son sein. De nombreux membres du SAS redoutaient sans doute de perdre un espace qui leur était familier et unique – en particulier la génération socialisée à une époque où les rôles des hommes et des femmes n'étaient guère remis en question et considérés comme «naturels». Cependant, comme mentionné, très tôt au sein du SAS, certains hommes ont résisté à la dynamique du groupe d'hommes. Le SAS a longtemps été un bastion masculin, toutefois relativement perméable.

L'ESPRIT DU SAS AUJOURD'HUI

La conscience de représenter l'élite (masculine) et l'avant-garde du ski était surtout présente dans les 50 premières années du SAS, jusqu'à ce qu'il soit caractérisé par des skieurs socialisés durant la période allant de la fondation du club à celle qui a immédiatement précédé la Seconde Guerre mondiale. Après la guerre, le ski est devenu en Suisse un sport populaire et de masse. Le nombre de membres du SAS a ainsi augmenté jusqu'au début des années 80 pour atteindre près de 1000. Aujourd'hui, ils sont environ 1200. La proportion toujours plus grande de membres issus des jeunes générations a progressivement fait disparaître la conscience avant-gardiste de l'époque des pionniers. Le SAS continue cependant de s'estimer être un club d'élite, comme le faisait remarquer en 2019 Martin Hodler, ancien rédacteur en chef du «Schneehase»: «Le club est resté élitiste, non pas au sens matériel ou d'origine, mais dans sa volonté de mesurer tout ce que ses membres font [...] à l'aune d'exigences élevées, pour ne pas

dire extrêmes. Que ce soit en maîtrisant défis sportifs, en cultivant la camaraderie au sein du club ou en s'engageant dans la pratique du ski.»

Aujourd'hui encore, le SAS défend le credo d'origine («Ski et performance de pointe»), c'est-à-dire l'idée que tous les membres du SAS doivent aspirer à l'excellence dans le ski et ainsi exercer un impact en parallèle dans d'autres domaines de la société. C'est pourquoi les critères d'admission restent relativement stricts. Cependant, pour atteindre régulièrement l'excellence sportive, une certaine professionnalisation est apparue nécessaire à partir des années 70, raison pour laquelle une «commission technique» est née au sein du SAS. Le club a dû s'adapter aux évolutions internationales: le ski a été de plus en plus considéré comme une activité majeure et le nombre de courses a augmenté, ce qui a entraîné des investissements plus importants dans le matériel et l'entraînement. Aujourd'hui encore, le SAS (qui fait partie de Swiss-Ski) organise notamment les Championnats suisses universitaires alpin et nordique et est responsable de la sélection, de l'entraînement ainsi que de la gestion des équipes nationales d'étudiants. Il gère également un groupe d'alpinisme. Mais le club encourage aussi de manière ciblée le sport de masse (week-ends d'initiation et courses pour le plaisir sans licence) et tente de maintenir l'équilibre entre les exigences sociales/bénévoles et les celles sportives/professionnelles.

Le SAS continue donc de célébrer son histoire et de cultiver son esprit particulier, mais jamais par intérêt. Depuis sa création, le club et ses membres font partie intégrante du «système global du ski» suisse. D'abord en tant qu'instigateur d'innovations telles que la descente et le slalom, puis dans un rôle de soutien fiable et ambitieux des jeunes skieurs. L'énergie inépuisable des «lièvres des neiges» – hommes et femmes – continuera probablement à marquer l'histoire du ski au cours du siècle prochain.

Texte: SIMON ENGEL, MICHAEL JUCKER
ET NILS WIDMER



Photo: KEYSTONE

«MALHEUREUSEMENT, L'ARGENT EST SOUVENT LE NERF DE LA GUERRE»

Killian Peier fait partie des quatre ambassadeurs de Snowsustainability présentés par «Snowactive» dans une série d'interviews.

QUE REPRÉSENTE TON SPORT POUR TOI? QU'EST-CE QUI TE MOTIVE?

Killian Peier: Pour moi, le sport est une école de vie. On apprend toujours quelque chose de nouveau, on échange des idées et des points de vue avec des personnes de cultures différentes, tout cela avec un objectif ultime: se frayer un chemin jusqu'à l'élite mondiale.

SELON TOI, QUELS SONT LES DÉFIS AUXQUELS SERONT CONFRONTÉS LES SPORTS DE NEIGE À L'AVENIR EN RAISON DU CHANGEMENT CLIMATIQUE?

Les attentes en matière de qualité de neige sont de plus en plus grandes. Il est donc d'autant plus important de planifier au mieux nos ressources afin de les utiliser de la manière la plus efficace possible.

QUELLE EST TA CONTRIBUTION PERSONNELLE À DES SPORTS DE NEIGE PLUS DURABLES POUR LES GÉNÉRATIONS FUTURES?

Les voyages font partie du sport, que ce soit pour les entraînements ou les compétitions. Ils représentent une grande partie de notre consommation d'énergie. C'est pourquoi j'essaie toujours de me déplacer en équipe et avec le moins de véhicules possible. Et je n'hésite pas à utiliser ma voiture électrique pour ça. Nous réduisons ainsi la consommation d'énergie de notre équipe.

QU'ATTENDS-TU DES DIFFÉRENTS ACTEURS DES SPORTS DE NEIGE POUR QUE LES SPORTS D'HIVER PUISSENT ÊTRE PRATIQUÉS ENCORE LONGTEMPS?

Malheureusement, l'argent est souvent le nerf de la guerre. On ne choisit pas assez la solution la plus durable, notamment parce qu'elle coûte généralement plus cher. Je souhaiterais que les grands acteurs du marché – ceux qui rendent tout ça possible et qui disposent des moyens financiers – aident à trouver des solutions durables qui soient financièrement accessibles à tous.

SELON TOI, QUELS SONT LES PRINCIPAUX LEVIERS POUR DES SPORTS DE NEIGE PLUS DURABLES?

Si chacun d'entre nous s'efforce d'utiliser autant d'énergie renouvelable que possible, je suis convaincu que nous pouvons pratiquer un sport plus propre et plus durable. Nous pouvons, par exemple, utiliser l'énergie renouvelable pour la préparation des pistes et les dépôts de neige que nous pourrions utiliser l'année suivante.



KILLIAN PEIER ET SNOWSUSTAINABILITY

Killian Peier dispute la Coupe du monde de saut à ski depuis une dizaine d'années. Parmi les grands moments de la carrière du Vaudois de 29 ans, on peut mentionner sa médaille de bronze aux Mondiaux 2019 sur le grand tremplin d'Innsbruck ainsi que sa 2^e place en Coupe du monde à Nijni Taguil. Killian Peier fait partie des ambassadeurs de Snowsustainability, au même titre que Lea Meier, Daniel Yule et Ryan Regez. Cette association a été créée en mai 2022 par Swiss-Ski et son partenaire de durabilité BKW. Elle promeut des projets dans les domaines de la durabilité écologique, sociale et économique qui sont mis en œuvre en Suisse et ont un lien direct avec les sports d'hiver. Tous les acteurs et les actrices de la communauté suisse des sports d'hiver ont l'opportunité de demander du soutien pour leur projet de durabilité. Snowsustainability permet aux entreprises et aux personnes privées intéressées de soutenir directement les sports d'hiver durables, sous forme de partenariat, de mécénat ou de donation.

www.snowsustainability.ch

AIROLO: BENVENUTO CENTRO DI FREESTYLE!

La Leventina è la roccaforte delle discipline di moguls e aerials, soprattutto grazie a un centro di allenamento di alto livello sul versante sud del Gottardo.



Lo sci freestyle ha una lunga e ricca tradizione nella Svizzera italiana. In particolare la Valle Leventina che, con la stazione di Airolo ma anche con quella più piccola di Prato Leventina, funge da oltre vent'anni da punto di riferimento per le discipline moguls e aerials. Dal 2000, sulle nevi di Airolo si sono susseguite molteplici manifestazioni di rilievo internazionale e il maggior comprensorio leventinese è diventato quindi, a tutti gli effetti, la «casa» della squadra nazionale elvetica – ciò grazie soprattutto alla fortissima (per non dire esclusiva) rappresentanza ticinese nella disciplina delle gobbe. Il naturale passo in avanti è stato quindi creare ad Airolo il Centro di allenamento nazionale per le specialità moguls e aerials che, da questo inverno, è finalmente divenuto realtà.

UN BINOMIO PERFETTO

Era il 2004 quando TiSki (Federazione di Sci della Svizzera italiana), sotto il nome di Ticino Freestyle, riuscì a portare un grande evento di sci freestyle ad Airolo, ovvero la Coppa del mondo di moguls. Tre anni più tardi furono organizzati i Mondiali junior in ben cinque discipline differenti: moguls, dual moguls, aerials, skicross e half pipe. Dal 2010 si sono susseguite ininterrottamente molteplici prove di Coppa Europa sia ad Airolo sia a Prato Leventina. Si è arrivati quindi all'anno 2018 quando si ritentò di riportare in Leventina una tappa della Coppa del mondo di dual moguls, purtroppo sfumata a causa delle pessime condizioni meteorologiche il giorno della gara – e poi al 2023 quando Ticino Freestyle dovette rinunciare alla tanto attesa seconda edizione dei Mondiali junior di moguls e aerials, questa volta per mancanza di neve.

Il comprensorio ai piedi del massiccio del San Gottardo aveva, pertanto, ogni anno le piste e le infrastrutture pronte a ospitare i maggiori appuntamenti internazionali – e, poco a poco, si faceva conoscere anche oltre i confini nazionali diventando una tappa fissa e apprezzata all'interno del calendario delle gare internazionali della FIS, grazie anche alla sua posizione strategica nel mezzo delle Alpi.



La nuova pista di gobbe Photo: ANYA CENSI

UNA NAZIONALE A TINTE ROSSOBLÙ

Nella disciplina delle gobbe, la storia rossocrociata è stata scritta soprattutto dai freestylers e dalle freestylers nati e cresciuti nella Svizzera italiana. Deborah Scanzio prima, Marco Tadé e Nicole Gasparini dopo e più recentemente Enea Buzzi hanno ottenuto, tutti e quattro, risultati mirabili in campo internazionale. Per nominarne alcuni, l'ex campionessa classe 1986, originaria proprio della Leventina, ha in bacheca quattro podi in Coppa del mondo (di cui una vittoria) e una medaglia di bronzo ai Mondiali del 2007, oltre ad aver collezionato quattro partecipazioni olimpiche dal 2006 al 2018 (l'ultima indossando i colori della Svizzera). Marco Tadé si è invece messo al collo un bronzo mondiale storico nel 2017, è salito sul podio del massimo circuito FIS per ben tre volte ed è stato atleta olimpico nel 2022, mentre Nicole Gasparini ed Enea Buzzi hanno conquistato rispettivamente una generale di Coppa Europa nel 2016 e una medaglia d'argento ai Mondiali junior nell'edizione del 2022.

I traguardi conquistati dai ticinesi nella disciplina delle gobbe, uniti all'imprescindibile e all'impegno di TiSki in tutti questi anni e alla disponibilità di Valbianca

SA – la società che gestisce gli impianti di risalita – hanno sicuramente giocato un ruolo importante per far sì che Airolo venisse scelta come meta ideale per la creazione di un nuovo Centro di allenamento nazionale.

UN PERCORSO LUNGO E FRUTTO DI UN'AMPIA COLLABORAZIONE

L'iter che ha portato alla nascita del centro di freestyle nasce nel 2012, con lo stanziamento da parte della Confederazione di diversi fondi da investire negli impianti sportivi presenti sul territorio, tra cui quelli dedicati agli sport invernali. Un anno più tardi, Swiss-Ski ha quindi intravisto in Airolo la possibilità di creare un centro riconosciuto a livello nazionale per la formazione e l'allenamento delle proprie squadre di moguls e aerials.

TiSki, in qualità di promotrice del progetto, negli anni a seguire ha portato quindi avanti gli studi e i lavori preliminari fino ad arrivare all'estate 2023 in cui sono iniziati i lavori di costruzione sui pendii interessati.

Il progetto ha visto, in una prima tappa, la realizzazione da zero di una nuova pista di gobbe e un ampliamento della zona dedicata all'aerials. Le nuove infrastrutture adempiono i parametri imposti dalla FIS per poter ospitare le principali manifestazioni internazionali: non solo la Coppa del mondo ma potenzialmente anche i Mondiali e i Giochi olimpici invernali. Oltre a ciò, dalla stagione 2024-2025 sarà presente un sistema di innevamento programmato che permetterà una fruibilità delle piste fin dai primi mesi invernali. Tutto ciò permetterà una preparazione ai massimi livelli alle squadre di freestyle di Swiss-Ski e di TiSki, in linea con quelli che sono ormai gli standard a livello professionistico in altri parti del mondo.

IL «BATTESIMO» DELLA NUOVA PISTA DI MOGULS

Il 4 e il 5 marzo 2024 sono andate in scena ad Airolo le prove di Coppa Europa di moguls e dual moguls. La prima competizione di moguls in assoluto nella nuova pista del centro di freestyle non poteva concludersi in modo migliore per lo sci elvetico e ticinese. La gara è stata vinta dal campione di casa Marco Tadé che ha reso memorabile un giorno già di per sé speciale. Assieme al 28enne dello Sci Club Airolo, hanno anche sfilato i compagni di squadra Martino Conedera (6°), Paolo Pascarella (7°), Enea Buzzi (16°) e Jöel Gianella, oltre che Emilie Foresti (10°) e le giovani speranze Fedro Bognuda, Tazio Buzzi e Marco Albertalli – questi ultimi tre al loro debutto in campo internazionale. Il secondo giorno di gara, nel dual moguls, Marco Tadé si è portato a casa un 2° posto sfiorando la doppietta, mentre gli altri atleti rossoblù non hanno trovato un posto nella top 16.

Ora che il Centro di allenamento nazionale è divenuto realtà e la stagione sta volgendo lentamente al termine non resta che attendere i prossimi inverni per poter ammirare, ad Airolo, lo sci freestyle in tutto il suo splendore.

Testo: NICOLÒ MANNA



CHRISTIAN STAHL

D'UN DUO DE COMMUNICATION À UNE PETITE AGENCE MÉDIATIQUE

Je suis le premier étonné quand je pense à tout ce qui a changé depuis mes débuts chez Swiss-Ski en août 2008. Le chiffre d'affaires était alors trois fois moins important qu'aujourd'hui. Les réseaux sociaux venaient d'apparaître et laissent encore la vedette aux piles d'articles de journaux imprimés chaque jour au siège de la Fédération. Le département Communication était composé de ma cheffe de l'époque, Diana Fähr, qui couvrait le ski alpin, de moi-même, responsable du ski nordique, et d'une stagiaire qui nous donnait un coup de main durant l'hiver.

Avant cela, mon lien avec le ski nordique se limitait à une saison de ski de fond en tant qu'OJ à Hasliberg. Je venais du football, j'ai joué en tant que gardien chez les U21 de Young Boys et j'étais durant quelques matches membre de l'équipe

première du FC Thoune, pour lequel j'ai ensuite travaillé comme chef de presse. Jusqu'à l'Euro 2008 en Suisse et en Autriche, j'ai fait partie de l'équipe de communication de l'Association suisse de football.

Quand j'ai rejoint Swiss-Ski, Dario Colonna était un triple champion du monde U23 dont on disait le plus grand bien. Simon Ammann était, quant à lui, un double champion olympique qui venait de retrouver les sommets de la hiérarchie mondiale après des années de crise. Dario et Simon allaient marquer mes premières années chez Swiss-Ski. Accompagner Dario d'une étape à l'autre, m'occuper de son travail médiatique et de relations publiques tout en le coachant sur le sujet, grandir en quelque sorte avec lui, fut quelque chose de formidable.

Cela vaut aussi pour Simon. De la période passée avec lui, deux sentiments extrêmes sont restés le plus profondément gravés dans ma mémoire: la saison 2009/2010, lors de laquelle il a remporté ses deux autres titres olympiques et pour ainsi dire tout gagné. Et à l'inverse, les heures d'angoisse qui ont suivi sa terrible chute le jour de l'épiphanie 2015 à Bischofshofen. J'étais en bas du tremplin et j'ai immédiatement couru vers lui, avant de l'accompagner à l'hôpital et de rester à ses côtés. Un coup dur avec Dario a été les Championnats du monde 2011 à Oslo, lorsque le staff a tout – mais vraiment tout – donné et essayé, sans parvenir à trouver la solution à ses problèmes de matériel. Là aussi, cela m'a touché.

Le fait d'avoir pu travailler aussi longtemps et de manière aussi étroite avec les deux athlètes suisses les plus titrés aux JO d'hiver a été un grand privilège. Tout au

long de cette période, mon travail consistait principalement à gérer les demandes médiatiques. Il est vrai que l'intérêt pour ces deux champions d'exception était énorme.

En 2018, j'ai saisi l'opportunité d'assumer la direction du département Communication qui avait pris de l'ampleur au fil des ans. Les réseaux sociaux jouaient désormais un rôle bien plus important, nous aidions les athlètes à les utiliser à leur faveur et avons également développé les propres pages de la Fédération. Comme les mesures d'économie des entreprises de médias ont fait chuter le nombre de journalistes présents sur place lors des compétitions, Swiss-Ski s'est mise à produire de plus en plus ses propres contenus.

Les formats vidéo se sont multipliés après l'introduction de la newsroom de Swiss-Ski par Erika Herzig, qui m'avait précédé à ce poste. Aujourd'hui, notre département est une vraie petite entreprise de médias qui produit également beaucoup de contenu pour les partenaires de la Fédération et qui est devenu un vecteur économique pour Swiss-Ski. Le département Communication emploie actuellement sept collaborateurs permanents, ainsi que deux stagiaires durant la saison.

Après 16 ans passés chez Swiss-Ski, je vais maintenant me tourner vers d'autres cieux, le cœur et la tête pleins de gratitude et de souvenirs. Je pense notamment aux opérations spéciales sous haute tension, telles que la candidature de notre Président Urs Lehmann à la présidence de la FIS ou le succès de la candidature de dernière minute pour les Mondiaux de biathlon 2025 finalement attribués à Lenzerheide.

Je me souviens de notre arrivée à Sölden, Diana Fähr et moi, à l'automne 2008. Nous n'avions encore jamais assisté à une course de ski en direct et on nous avait dit ici et là que nous aurions du mal à nous en sortir. Autrement dit, que nous ne resterions pas bien longtemps. La course masculine s'était terminée par un doublé suisse avec la victoire de Daniel Albrecht devant Didier Cuche. Et puis la sauce a pris, d'une manière ou d'une autre. Mais à l'époque, je n'aurais jamais imaginé cela durerait aussi longtemps.



EXCLUSIF



SWISS-SKI MEETS ON



Christian Stahl, 43 ans, a rejoint Swiss-Ski en 2008 en tant que responsable Communication du ski nordique. Le Bernois a ensuite été responsable Communication de la Fédération depuis 2018. Il occupera désormais la même fonction dans le cadre des Mondiaux de hockey sur glace 2026 à Zurich et Fribourg. Son successeur sera le rédacteur en chef de «Snowactive» Philipp Bärtsch. Christian Stahl restera lié à Swiss-Ski pour le travail de communication du projet olympique «Switzerland 2038».



SHOP THE COLLECTION
SHOP.SWISS-SKI.CH



DEVENEZ VOUS AUSSI UN CHAMPION DE VITESSE

Réservé aux membres de Swiss-Ski: Up Connect L avec Smart WiFi-Pod

55.95

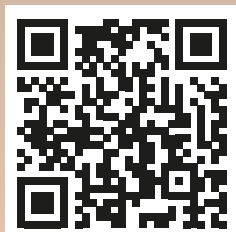
au lieu de

99.90

par mois



Commandez ici
sunrise.ch/swiss-ski



Offre valable pour la souscription d'un abonnement Up Internet L en combinaison avec Up TV L: CHF 55.95/mois pendant 10 ans, après CHF 99.90/mois. Durée contractuelle minimale: 12 mois. Consultez les conditions contractuelles particulières sur sunrise.ch/swiss-ski

Principal partenaire officiel de **SWISSKI**



Sunrise