

SNOW ACTIVE

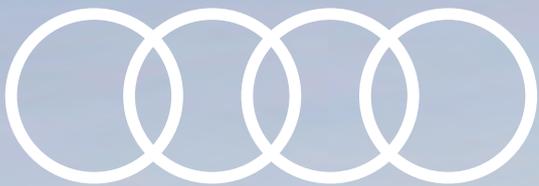


Le magazine officiel
de la Fédération

Swisski

OCTOBRE 2024

LOÏC MEILLARD: PERDRE, GAGNER, RÊVER · FART FZERO, UN PRODUIT MAISON · LE GLOBE DU TÉLÉMARK À LA CAVE



Prenez place dans Audi Business Class

Edition
SWISSski

En tant que membre de Swiss-Ski, vous bénéficiez chez Audi de conditions spéciales sur de nombreux modèles.

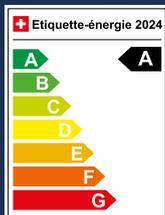
Audi Q4 e-tron Edition Swiss-Ski dès CHF 369.-/mois

avantage prix Swiss-Ski de 14,3% inclus

Audi Q4 45 e-tron quattro Edition Swiss-Ski

Prix brut	66 900.-
Bonus Premium de 3,3%	- 2200.-
Remise MemberPlus Swiss-Ski de 11%*	- 7350.-
Prime de contrat de vente	- 2000.-
Votre prix spécial	55 350.-
Votre avantage prix	11 550.-
Taux d'intérêt annuel du leasing	1,99%
Mensualité de leasing	369.-

**D'autres offres
attrayantes pour
membres de Swiss-Ski**



Audi Q4 e-tron Edition Swiss-Ski 45 e-tron quattro, 285 ch, 17,2 kWh/100 km, 0 g CO₂/km, cat. B. Offre de leasing: Calculs de prix selon le tableau ci-dessus, premier versement: CHF 13 840.-, 48 mois, 10 000 km par an, taux annuel effectif du leasing 2,01%, hors assurance casco complète obligatoire. Modèle présenté: Audi Q4 e-tron Edition Swiss Ski 45 e-tron quattro, 285 ch, 17,5 kWh/100 km, 0 g CO₂/km, cat. B., Extérieur S line, Violet Aurora métallisé, jantes Audi Sport, Aero rotor à 5 bras, noir, finition brillante, 8,5 J | 9,0 J × 21, pneus 235/45 | 255/40 R21, châssis sport, vitrage teinté pare-soleil, boîtiers de rétroviseurs extérieurs en noir, suppression de la désignation de la puissance et du type de technologie, prix catalogue CHF 72 530.-, bonus Premium CHF 2390.-, remise MemberPlus CHF 7970.-, prime de contrat de vente CHF 2000.-, prix d'achat au comptant CHF 60 170.-, premier versement: CHF 15 040.-, Mensualité de leasing: CHF 399.-/mois L'octroi d'un crédit est interdit s'il entraîne le surendettement du consommateur. Financement par AMAG Leasing SA. Promotion valable pour les contrats conclus jusqu'au 31.12.2024 ou jusqu'à révocation. Sous réserve de modifications. Valable pour tous les véhicules importés par AMAG Import SA. Recommandation de prix sans engagement de l'importateur AMAG Import SA. *MemberPlus: offre valable uniquement pour les membres de la fédération Swiss-Ski.



IL FAUT AUSSI DE LA CHANCE

L'hiver approche et avec lui une question lancinante: serai-je à la hauteur? Les athlètes mettent tout en œuvre pour atteindre leurs objectifs. Mais leur réussite dépend d'une multitude de facteurs: leur talent, leur santé et, aussi, la chance.

Eliane Christen a eu beaucoup de malchance ces dernières années. La guérison a été longue et difficile après sa première fracture tibia-péroné, la deuxième un peu plus rapide et moins douloureuse. Mais malgré tout: c'était la deuxième en deux ans. Nous avons rendu visite à cette spécialiste des disciplines techniques pour évoquer avec elle son avenir. Si la saison à venir ne se déroule pas comme Eliane Christen l'espère, elle se demandera sérieusement s'il vaut la peine de continuer. Non pas le ski alpin, mais le ski de compétition. La jeune femme de 25 ans fait clairement la distinction entre les deux. Le ski est sa grande passion. La compétition est le complément parfait pour se mesurer aux autres.

Eliane Christen veut vivre une carrière en Coupe du monde. Si elle n'y arrive pas, elle travaillera dans l'agriculture. Les Christen sont éleveurs de moutons à Hospental, un village de 184 âmes situé entre Andermatt et le col du Gothard. Un endroit austère pour vivre et pratiquer l'agriculture. Mais les Christen sont heureux et surtout reconnaissants d'être en bonne santé, eux et leurs animaux.

Comme dans la vie d'un paysan de montagne, tout dans le ski de compétition tourne autour du dévouement, de la discipline et de la volonté infatigable de relever les défis. Les athlètes passent d'innombrables heures à s'entraîner; ils connaissent le sentiment d'échecs et les blessures, mais aussi la joie et la fierté de la réussite. De la même manière, les paysans de montagne sont confrontés jour après jour aux caprices de la nature: la météo, la santé des animaux ou la qualité du foin. Les athlètes, comme les paysans de montagne, doivent souvent faire face à des circonstances imprévisibles qui peuvent changer du jour au lendemain.

Eliane Christen sait que, dans la vie, il n'y a pas que le ski de compétition. Son lien avec la nature et l'agriculture lui donne une perspective qui manque à beaucoup de sportives et sportifs. Le sens de la terre et le réalisme qui règnent autant dans le ski de compétition que dans la vie des paysans de montagne relient ces deux mondes. Ses deux personnalités, la skieuse et l'agricultrice, savent qu'elles ne peuvent atteindre leurs objectifs qu'en s'adaptant constamment et en travaillant dur. Et que c'est parfois la chance qui décide d'une bonne course, mais qui fait aussi que le loup attrape ou non un mouton.

Je me réjouis de reprendre la rédaction en chef de «Snowactive» dès ce numéro. N'hésitez pas à envoyer vos commentaires, suggestions et souhaits à lia.naepflin@swiss-ski.ch.

Je vous souhaite un bel hiver, placé sous le signe du succès et de ce petit coup de pouce de la chance, qui fait la différence.

LIA NÄPFLIN, *Rédactrice en chef*

IMPRESSUM

SNOW ACTIVE

Le magazine officiel de la Fédération Swiss-Ski,
paraît quatre fois par an
Édition d'octobre 2024, 59^e année

EDITEUR Swiss-Ski

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

RÉDACTION

Lia Näpflin (lia.naepflin@swiss-ski.ch)
Roman Eberle (roman.eberle@swiss-ski.ch)

PIGISTES

Ramona Hirt, Peter Birrer, Anita Fuchs, Benjamin
Steffen, Stephan Bögli, Philipp Schmidli

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.

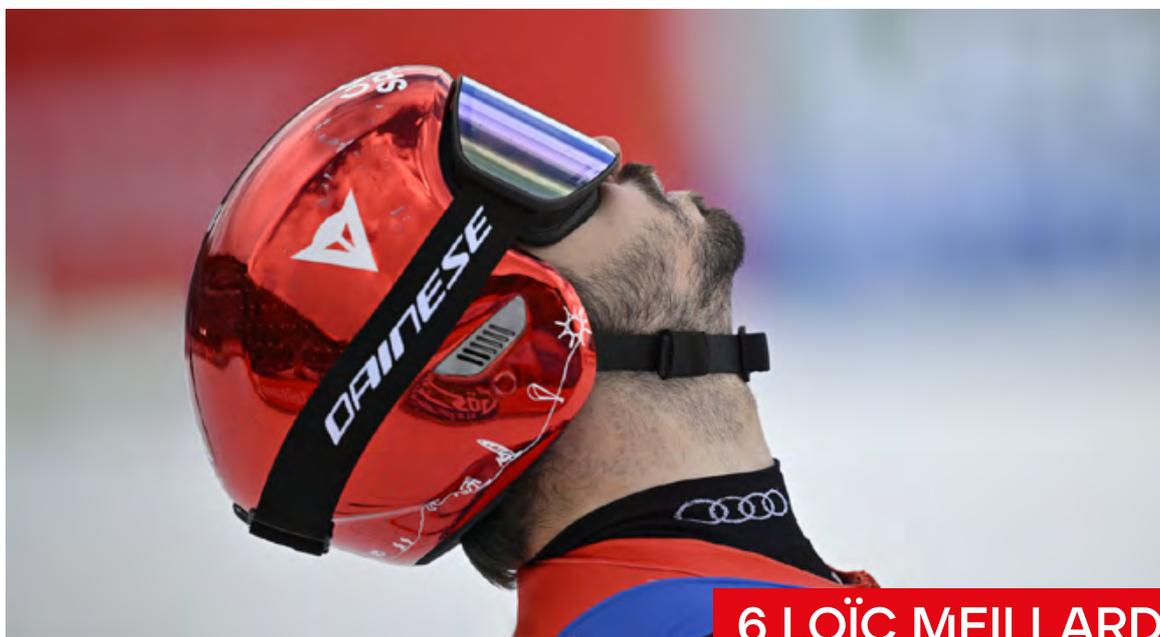


14 PETER BARANDUN



Dans l'intimité de...

28 JANINE SCHMITT



6 LOÏC MEILLARD



42 ELIANE CHRISTEN

12 COUPES DU
MONDE EN SUISSE
2024/25

20 FART FZERO

26 BAR DE NEIGE

36 LÉA LATHION

Notre domaine skiable

50 NADINE ET
CYRIL FÄHNDRICH

54 20 ANS DE LA
FONDATION GRÜTTER

Notre ski-club

58 CLUB FREESTYLE
ACADEMY LAAX

Snowstainability

64 RYAN REGEZ

Rubrique

66 TERRAIN GLISSANT



Qu'est-il devenu?

60 CONNY LEHMANN-KISSLING

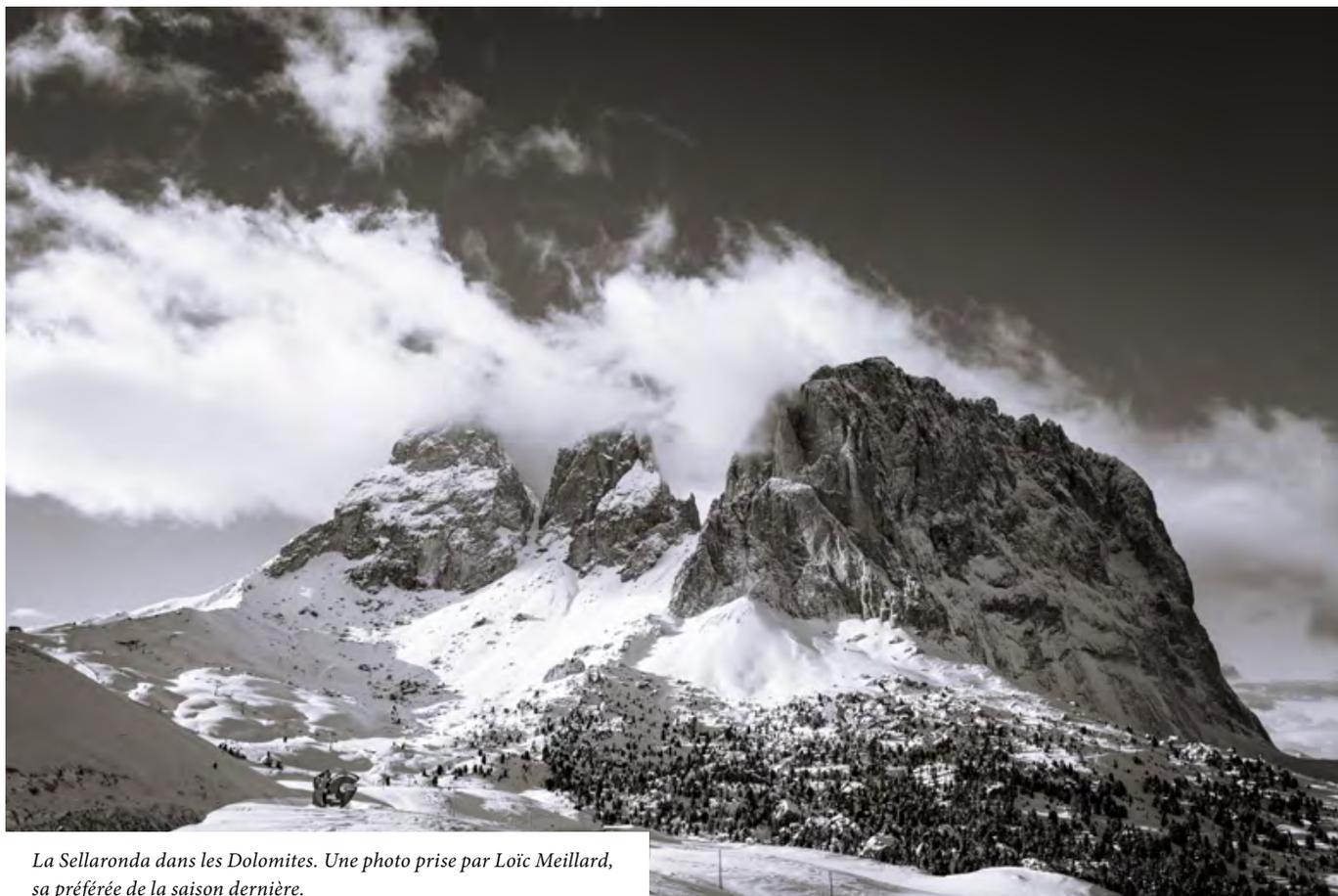


POUR L'ÂME, POUR LUI- MÊME

IL A PERDU UN SKI ET SA CONFIANCE, MAIS LOÏC MEILLARD A AUSSI BEAUCOUP GAGNÉ L'HIVER DERNIER. ET IL A CONSERVÉ UN GRAND RÊVE.

La question posée à Loïc Meillard est assez simple: quelle est la photo de l'hiver dernier qui lui a laissé le plus de souvenirs? Le skieur d'Hérémente se prend au jeu et veut faire bien, car c'est un photographe passionné. Il demande s'il faut une photo qu'il a prise lui-même ou un cliché de lui. Il saisit ensuite son smartphone, fait défiler sa galerie et cherche. Verdict: une photo de la Sellaronda, le légendaire tour du massif du Sella dans les Dolomites, peu avant Noël 2023.

C'était la période entre les géants d'Alta Badia et de Madonna di Campiglio. Une randonnée qui montre à quel point Loïc Meillard est un skieur hors du commun. Il a fait la Sellaronda après avoir eu «un week-end difficile» à Alta Badia. Comme il le dit lui-même, «c'était une journée de ski pour l'âme». Et c'était une journée de ski sans autres skieurs suisses,



La Sellaronda dans les Dolomites. Une photo prise par Loïc Meillard, sa préférée de la saison dernière.



Loïc Meillard s'aligne dans trois disciplines et profite des pauses de compétition pour faire du ski de randonnée... quand il y a des pauses. Photo: MAD

«TU AS MOINS DE PAUSES POUR SOUFFLER, TOUT DOIT TOUJOURS FONCTIONNER À 100%, CHAQUE JOUR»

car il s'était retrouvé seul à ce moment-là. Les géantistes suisses étaient déjà partis et les slalomeurs pas encore arrivés. Comme Loïc Meillard fait (notamment) partie des deux groupes, il attendait et a opté pour une randonnée à ski. Une journée pour l'âme.

DES CIMES AUX ABÎMES

En effet, au cours de cette période, il y avait peu de place pour l'âme. Loïc Meillard fait partie des rares slalomeurs de haut niveau qui s'alignent aussi en vitesse. Il y a deux ans, il est certes passé officiellement du groupe de géant à celui de slalom, mais peu importe son statut: il est sans cesse ailleurs. «Tu as moins de pauses pour souffler, tout doit toujours fonctionner à 100%, chaque jour», explique l'athlète. Or qui parvient à atteindre en permanence ces 100%?



La saison dernière a été marquée par des moments de doute. Il ne manquait que quelques centièmes à Loïc Meillard pour finir aux avant-postes, quand il ne perdait pas un ski en course. Photo: KEYSTONE-ATS

Quand un technicien a cinq jours à disposition et se concentre uniquement sur une discipline, le slalom ou le géant, et que la première journée se passe mal... «Lui peut se dire: peu importe, j'ai encore quatre jours», constate Loïc Meillard. «Mais moi, je prévois peut-être deux jours de slalom, deux jours de géant et un jour de super-G. Je ne peux pas me permettre de perdre un seul jour.»

Ne pas perdre un jour dans un sport qui nécessite déjà de perdre le moins de centièmes possible. Mais qui ne tolère pas que l'on perde un ski ou, encore pire, sa confiance.

L'hiver dernier, il y a eu des courses où Loïc Meillard n'a concédé que 0"16 au vainqueur, ou 0"14, ou même seulement 0"03; et deux fois, il a perdu un ski. Et sa confiance.

«Tu peux perdre ta confiance en deux courses, mais il te faut dix courses pour la retrouver», déclarait le skieur d'Héremence en janvier 2024, après avoir perdu un ski lors de deux slaloms géants de Coupe du monde, à Sölden et à Adelboden. Et il n'a pas changé de discours. Comme si un sentiment l'avait accompagné pendant tous ces mois, celui de lutter pour trouver la confiance, sa propre confiance.

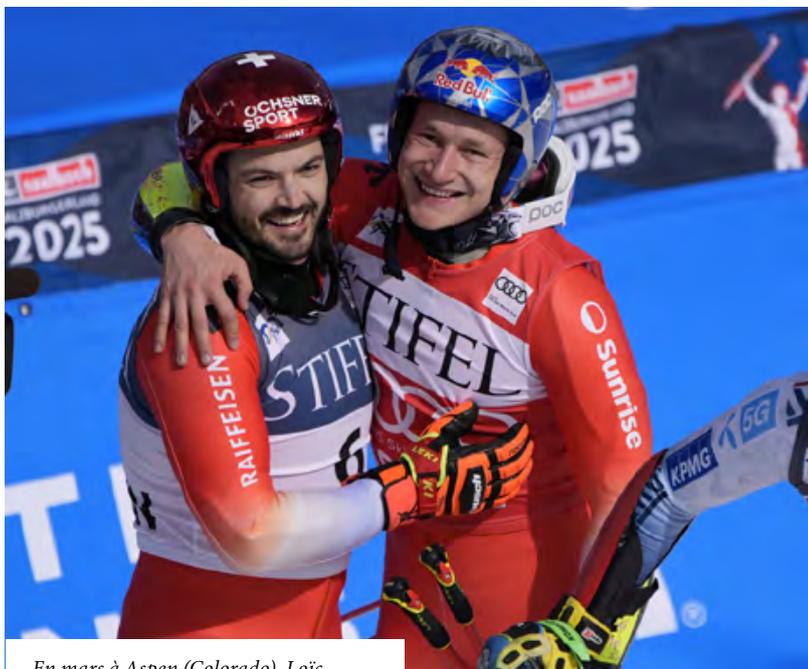
«Connaître l'élimination dans une course en Suisse, sur une piste où tu sais que tu es capable de skier vite – tu étais très haut et tu tombes vraiment bas», confie l'athlète de Swiss-Ski aujourd'hui. «Ça m'a fait très mal.»

Par deux fois, sa fixation s'est ouverte sans raison apparente, une fois sur le ski gauche, une fois sur le ski droit. De quoi susciter du scepticisme chez les suiveurs, car il utilisait un nouveau système de fixation. Loïc Meillard a pourtant déclaré qu'il

n'avait jamais perdu un ski à l'entraînement, bien qu'il ait skié sur des pistes jouissant de nettement moins bonnes conditions. «Je n'ai actuellement aucune justification pour que cela se produise deux fois en course et jamais à l'entraînement.» Mais comme il est impossible que tout fonctionne toujours à 100%, il est possible que tout n'ait pas toujours de sens.

DES COMPARAISONS PRESQUE DÉPLACÉES

Loïc Meillard confie aujourd'hui qu'il a toujours cru en ces fixations. «J'ai toujours été convaincu qu'elles me permettaient de skier vite.» Il a néanmoins perdu la confiance en l'espace de deux courses et l'aurait peut-être retrouvée plus rapidement s'il n'y avait pas eu cette mésaventure majeure. «Tous les jours, des gens te disent que tu devrais revenir à l'ancien système.



En mars à Aspen (Colorado), Loïc Meillard se classe 2^e en géant derrière Marco Odermatt. Il monte aussi deux fois sur la plus haute marche du podium ce mois-là. Photo: KEYSTONE-ATS

Et quand tu l'entends tous les jours, ça finit par entrer dans ton esprit.» Ces mots lui trottent dans la tête chaque jour durant dix courses. Ou en tout cas sept.

Lors de sa septième course, après avoir perdu son ski et sa confiance, Loïc Meillard se classe 3^e du super-G de Garmisch-Partenkirchen. Lors de la neuvième course, il finit 2^e du slalom de Chamonix. Et lors de la treizième course, il termine 2^e du géant d'Aspen.

Virage après virage, course après course, il reprend confiance. Et le retour de la confiance s'accompagne de succès, puis les succès de souvenirs. Autant de photos que le skieur n'a pas prises lui-même, mais qui ont été prises de lui. Loïc Meillard sur le podium, dans trois disciplines différentes, avec différents coéquipiers. Le Valaisan a fêté deux victoires l'hiver dernier, les deux au mois de mars, et c'est sans doute là son plus grand triomphe de la saison: le fait d'avoir réussi à créer des images fortes et positives après être tombé relativement bas; au point qu'il a même terminé à la 2^e place du classement général de la Coupe du monde, derrière Marco Odermatt.

Et c'est l'éternelle question de cette carrière, l'éternelle question... des autres: Loïc Meillard serait-il capable d'aller encore plus haut, lui qu'on avait présenté, avant Marco Odermatt, comme le futur vainqueur suisse du classement général de la

Coupe du monde? Le skieur lui-même se pose moins cette question que les autres; ces autres qui te disent tous les jours que tu devrais quand même viser la victoire au général de la Coupe du monde. Et quand tu l'entends tous les jours, ça finit par entrer dans ton esprit. Et y rester.

Ou pas: Loïc Meillard a trouvé une manière de gérer cette question, les comparaisons avec Marco Odermatt, triple vainqueur du classement général de la Coupe du monde. Des comparaisons qui parfois n'en étaient pas vraiment, mais plutôt des commentaires déplacés. «En Suisse, beaucoup de choses tournent autour de Marco. Mais aujourd'hui, cela ne me dérange plus. Je suis content de ce que je fais, je suis content d'être qui je suis, je suis content de ma vie.» Par le passé, cela lui faisait mal de lire des textes durs ou incorrects, «alors que tu as déjà atteint un niveau que beaucoup n'atteindraient jamais. Tu sais que tu fais de ton mieux et que tu travailles dur, tout en ayant l'impression de ne pas forcément être pris au sérieux.»

Voilà les autres thèmes à gérer dans une carrière de skieur: comment se retrouver soi-même et rester soi-même quand les autres parlent toujours du seul skieur qui est encore meilleur; quand les autres te disent de reprendre tes fixations d'avant. Jusqu'à ce que cela rentre dans ton esprit et que tu réalises à quel point il est difficile de te retrouver et de rester toi-même.

Le peu de cas que Loïc Meillard fait de l'extérieur, de l'impact extérieur et de l'opinion extérieure en dit peut-être long: sur son site Internet, le temps semble s'être arrêté. Comme si le nombre de centièmes qu'il perd, le nombre de courses qu'il gagne, le nombre de mois et d'années qui passent, le nombre de fois où il cherche et retrouve la confiance n'avaient aucune importance. En cliquant sur l'onglet «News» du site Internet de Loïc Meillard à la fin du mois d'août 2024, la dernière publication remontait au 14 juillet 2022, soit à plus de deux ans. Le titre de l'article: «L'aventure continue». Comme s'il avait justement besoin de cette formule au caractère intemporel.



Deux médailles pour deux 2^e places: l'une au classement général de la Coupe du monde et l'autre au classement du géant. Photo: GABRIELE FACCIOTTI

ZURBRIGGEN, LÜSCHER... ET MEILLARD?

L'aventure continue, encore et toujours, toujours différente. C'est la caractéristique d'une carrière de sportif d'élite qui se fait souvent surprendre, y compris par lui-même. Quand on lui demande s'il sait combien de courses de Coupe du monde il a déjà disputées, il répond: «150 ou 160, je crois.» Et quand il apprend qu'il en est déjà à 184: «Ça va vite.»

Et peut-être si vite qu'il sera confronté plus vite qu'il ne le voudrait à l'idée de s'aligner en descente. «J'adore la descente et il est probable qu'elle devienne un objectif à un moment donné. Mais pas pour le moment, parce qu'il est à mon avis impossible de tout skier. Ce serait trop difficile.» Pour cinq jours d'entraînement, il en faudrait six favorables... Tout devrait coller à la perfection, à plus de 100%, et il y aurait encore moins de place pour des journées de

ski pour l'âme. Loïc Meillard confie avoir un grand rêve. Un rêve qui sonne comme un besoin de prouver qu'il ne se mesure pas seulement à l'aune du classement général de la Coupe du monde ou de son duel avec Marco Odermatt: «Le rêve absolu? Monter au moins une fois sur le podium ou même gagner dans chaque discipline durant ma carrière.

Lorsqu'on lui fait remarquer qu'il se démarquerait ainsi de nombreux autres coureurs suisses, dont Marco Odermatt bien sûr, mais aussi de Carlo Janka ou de Daniel Albrecht, car seuls Pirmin Zurbriggen et Peter Lüscher ont réussi l'exploit de monter sur le podium dans toutes les disciplines, il répond: «Ça m'est égal d'être le premier, le troisième ou le centième. Ce serait surtout magnifique pour moi et la récompense de toutes ces années de travail. Et pas pour les autres.

Peut-être que tout a toujours un sens, même une saison avec des skis perdus sur la piste et une confiance en berne: grâce à la confiance retrouvée et aux courses gagnées. Peut-être que la raison derrière ces fixations qui lâchent aura été de permettre au jeune athlète d'apprendre à écouter la personne pour laquelle il skie aussi: Loïc Meillard.

Texte: BENJAMIN STEFFEN

54 compétitions dans notre pays

Ski Alpin

21. / 22.12.	Saint-Moritz	Femmes super-G (2x)
11. / 12.1.	Adelboden	Hommes slalom géant, slalom
17. - 19.1.	Wengen	Hommes super-G, descente, slalom
22. / 23.2.	Crans-Montana	Hommes descente, super-G

Ski de Fond

13. - 15.12.	Davos	Sprint par équipes F, Sprint F, 20 km C
24. - 26.1.	Silvaplana	Relais mixte, Sprint F, 20 km F

Saut à ski

21. / 22.12.	Engelberg
--------------	-----------

Snowboard

19.10.	Chur	Big Air
21.12.	Davos	Alpin, PSL
11.1.	Scuol	Alpin, PGS
18.1.	Laax	Halfpipe, Slopestyle

Skicross

17.12.	Arosa
1. / 2.2.	Veysonnaz

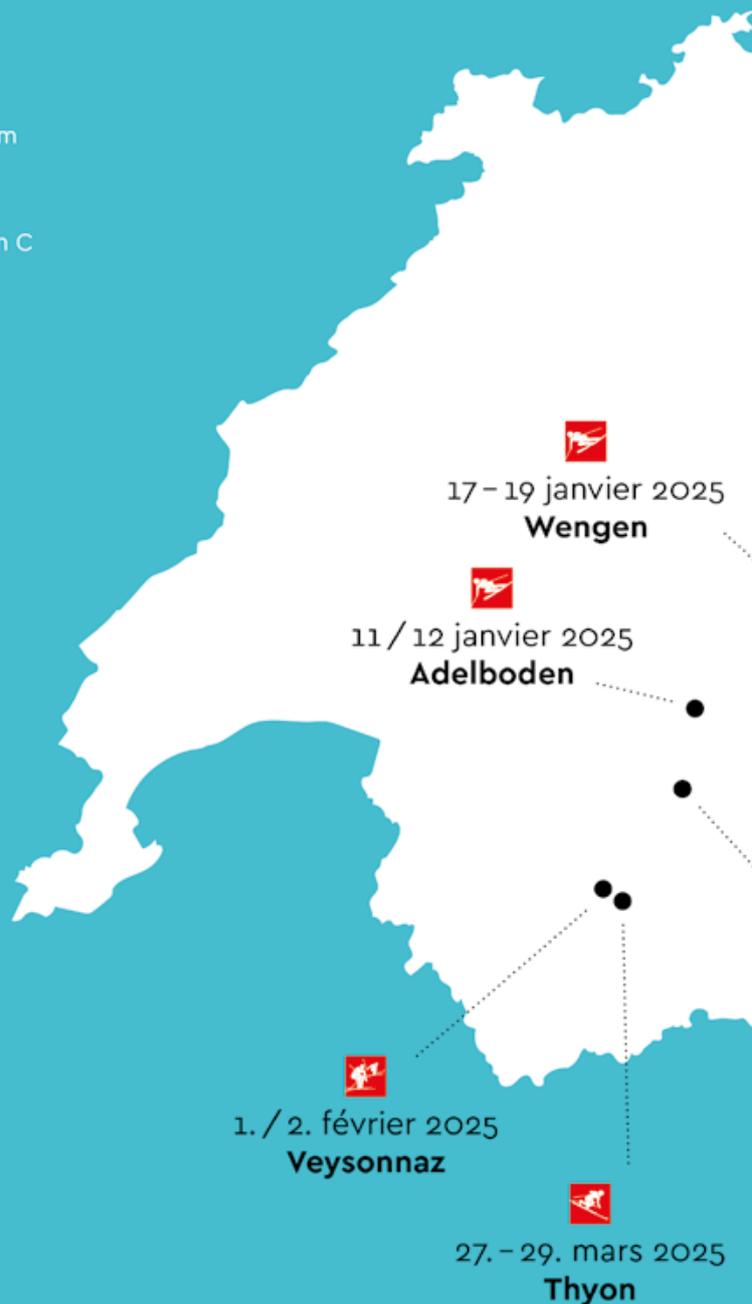
Freeski

18.10.	Coire	Big Air
17.1.	Laax	Slopestyle

Télémark

24. / 25.1.	Melchsee-Frutt	Sprint parallèle
27. - 29.3.	Thyon	Classic, sprint, Sprint parallèle

Informations détaillées:





-  Ski Alpin
-  Saut à ski
-  Freeski
-  Snowboard
-  Ski de Fond
-  Télémark
-  Skicross

LA FRAÎCHEUR ET L'EXPÉRIENCE

PETER BARANDUN EST COPRÉSIDENT DE SWISS-SKI DEPUIS FIN JUIN 2024. L'ENTREPRENEUR SERA DÉSORMAIS LE VISAGE À LA TÊTE DE LA FÉDÉRATION AUX CÔTÉS D'URS LEHMANN. IL EXPLIQUE SES PLANS AVEC SWISS-SKI, D'OÙ LUI VIENT SA PASSION POUR LES SPORTS DE NEIGE ET POURQUOI IL PARVIENT AUSSI BIEN À TRAVAILLER DUR QU'À FAIRE LA FÊTE.



Photos: STEPHAN BÖGLI



Electricien de formation, Peter Barandun est le CEO du fabricant d'appareils



Peter Barandun lors du Swiss-Ski Golf Trophy.



Après douze ans de vice-présidence, Peter Barandun forme désormais le binôme à la direction de Swiss-Ski

Peu de choses le déstabilisent. Faire un discours devant 1000 personnes? C'est un jeu d'enfant pour lui. Mais lorsque les athlètes de Swiss-Ski sont au départ, le cœur de Peter Barandun a tendance à s'emballer. «Là, je suis tout à coup très nerveux.» Suffisant, pas suffisant? Va-t-elle toucher ou manquer la cible? Va-t-il réussir sa réception ou chuter? Autant de questions qui accompagnent systématiquement Peter Barandun durant une compétition. «Je ne me relâche pas tant que tout le monde n'a pas franchi la ligne d'arrivée.»

Son cœur va s'emballer encore un peu plus souvent à l'avenir. En devenant coprésident de Swiss-Ski, Peter Barandun représentera davantage la Fédération sur le terrain aux côtés d'Urs Lehmann. Après douze ans en tant que vice-président, le Grison forme désormais un binôme avec Urs Lehmann. Un duo qui fonctionne. Selon lui, ils pensent de la même manière sur de nombreux sujets et tous deux sont tournés vers l'avenir. «Impossible est un mot qui n'existe pas chez nous», dit Peter Barandun.

La coprésidence est un investissement pour le futur. Elle doit permettre de raccourcir les voies décisionnelles et de répartir les responsabilités. Car les thématiques sont de plus en plus variées, les défis plus complexes, les étapes de Coupe du monde et les grands événements plus nombreux. Avec Peter Barandun, Urs Lehmann s'est doté d'un partenaire qui sera responsable de l'orientation stratégique du secteur Commercial en compagnie du co-CEO Diego Züger. L'objectif est notamment de faire progresser le système d'affiliation et d'exploiter les potentiels qu'offre la numérisation. «Nous ne devons pas nous arrêter à ce que nous avons; le monde évolue. Nous ne voulons pas simplement participer aux compétitions à l'avenir, mais jouer un rôle de premier plan.»

Urs Lehmann et Peter Barandun ont tous deux la mentalité pour cela. Le premier a été CEO du groupe Similasan jusqu'au printemps 2024 et siège depuis à la présidence du conseil d'administration. Peter Barandun dirige Electrolux Suisse en tant que CEO et président du conseil d'administration. Deux leaders à la tête de Swiss-Ski?



Cette coprésidence doit permettre de raccourcir les voies décisionnelles et de mieux répartir les responsabilités. «Impossible est un mot qui n'existe pas chez nous», dit Peter Barandun.

«Ce n'est pas comme si nous étions toujours partis en vacances ensemble. Sur les douze ans passés ensemble à la présidence, il nous est déjà arrivé de nous donner des coups de cornes», reconnaît Peter Barandun dans un sourire. Mais il précise que c'est exactement ce qu'il faut. «Ça ne sert à rien de caresser dans le sens du poil si l'on veut progresser. L'essentiel, c'est de se comprendre et de se respecter au plus haut niveau.»

D'ÉLECTRICIEN À CEO

Peter Barandun en connaît un rayon en matière de progrès. Ce sexagénaire est l'exemple parfait qu'il est toujours possible de vivre une carrière fulgurante après un simple apprentissage. Fils de paysan, il a grandi à Prüz (GR). «Nous avions très peu d'argent et n'avions, par exemple, ni eau chaude ni douche à la maison. Grandir dans ce cadre a été fondamental pour moi. J'ai

eu une belle jeunesse.» Peter Barandun a commencé sa carrière professionnelle par un apprentissage d'électricien; en parallèle, à 16 ans, il a pris en charge la section OJ locale de ski alpin après avoir abandonné sa propre carrière de skieur.

Après avoir suivi plusieurs formations continues en marketing à l'école de commerce, Peter Barandun est entré en 1996 chez le fabricant d'appareils électroménagers Electrolux, où il a gravi les échelons de responsable opérationnel à CEO et président du conseil d'administration. Electrolux est aujourd'hui le leader du marché de l'électroménager.

Peter Barandun a profité des opportunités qui s'offraient à lui. Il a toujours fait preuve d'assiduité et donné le meilleur de lui-même. Il a également obtenu, en 2009, – «à un âge avancé», comme il le dit en riant – un Executive MBA (Master of Business Administration) à l'Université de Saint-Gall.

Mais Peter Barandun est conscient qu'il n'y a pas eu que du travail acharné dans son parcours professionnel. La chance l'a aussi accompagné. «Je pense que la chance se présente quelques fois chez tout le monde. Certains la saisissent et en font quelque chose, alors que d'autres ne réalisent que plus tard qu'elle était là.»

Lui, a saisi sa chance et ne l'a plus lâchée. Depuis maintenant 22 ans, il est CEO de la branche suisse du fabricant suédois d'appareils électroménagers. Lui-même a besoin de soutien dans son propre ménage. «Dès qu'il s'agit de laver, de repasser et de plier, je suis clairement plus à l'aise du côté technique et j'apprécie que ma femme m'aide», dit-il.

En revanche, Peter Barandun s'épanouit davantage aux fourneaux. «J'aime servir un bon repas et un bon vin à mes hôtes.» Qu'il s'agisse de hacktätschli (boulettes de viande) des Grisons préparées selon une

recette de sa mère, de pizzoccheri, de capuns ou de maluns: il fait la part belle à la cuisine de sa région. Mais il opte aussi volontiers pour un morceau de viande ou un risotto milanais.

UNE LONGUE TRADITION FAMILIALE

La constance de Peter Barandun ne se manifeste pas seulement au travail, mais aussi dans sa vie privée. Il peut toujours compter sur le soutien de sa famille, y compris dans son rôle de nouveau coprésident de Swiss-Ski. La décision d'accepter ce mandat a été prise en famille par lui-même, sa femme Claudia et leurs trois enfants adultes. Il accorde d'ailleurs toujours une grande place aux activités en famille. Au début de l'année, il est parti au Canada pour faire de l'hélicoptère avec ses enfants. «Nous avons une connexion familiale merveilleuse», dit celui qui est devenu grand-père d'une petite Gioia cet été.

Son plus jeune fils, Lucien, a connu une ascension aussi fulgurante que celle de son père. De menuisier, il est devenu chef de chantier. Ils partagent également la même passion pour le ski: Lucien a participé à des courses jusqu'en 2018 et il se livrait même à des duels au coude à coude avec Marco Odermatt dans sa jeunesse. Jusqu'à ce que son corps ne tienne plus le choc. «Cela m'a ouvert les yeux sur la vitesse à laquelle les choses peuvent aller», dit Peter Barandun. Que se serait-il passé si Lucien ne s'était pas blessé? Une question que son papa ne se pose pas. Chaque week-end d'hiver, il skiait avec ses enfants, puis seul avec Lucien et le CRP de Hoch-Ybrig. Pendant dix ans, il a farté les skis de son junior tous les vendredis et samedis soirs, sans oublier au début ceux de ses deux autres enfants, Désirée et Joël. Des moments qui resteront gravés dans sa mémoire.

LA PASSION AVANT TOUT

Le ski est une longue tradition dans cette famille. La chambre de Peter Barandun était déjà tapissée de posters de Bernhard Russi, Franz Klammer et Ingemar

Stenmark. Mais il a aussi chaussé ses propres skis. «En dehors du travail à la ferme, il n'y avait pas beaucoup d'autres possibilités au Heinzenberg.» Plus tard, son neveu, auquel le nom de Barandun est étroitement lié dans le monde du ski, allait briller dans ce sport: Gian Luca. Il a grandi avec sa famille dans la maison d'enfance de Peter Barandun et était considéré comme un diamant brut. Gian Luca Barandun était en passe d'atteindre l'élite mondiale lorsqu'il a été victime d'un accident de parapente en 2018, à l'âge de 24 ans. Pour Peter Barandun, ce fut un nouveau coup du sort après le décès de son frère, le père de Gian Luca, six ans plus tôt.

Ces expériences terribles sont en partie à l'origine de la volonté de Peter Barandun de vivre sa vie de manière plus consciente. Aujourd'hui, il fait tout ce qui lui fait plaisir et ce qui lui permet de faire bouger les choses. Il est conscient que c'est un luxe. Son engagement récent à la tête de Swiss-Ski est venu s'y greffer. Parce que c'était une opportunité et non un devoir;

et parce qu'il bénéficie de son expérience de CEO. «Diriger une fédération sportive, c'est exactement comme diriger une entreprise. Tu es simplement plus exposé au public.»

Comme il dirige corps et âme, le défi sera de prendre du recul. «Quand je suis à fond sur quelque chose, j'ai du mal à lâcher prise.» Il se décrit comme prévenant, fiable, loyal et orienté vers les gens. Ses distractions tournent autour du sport, du freeride, de la randonnée... et même de la piste de danse. «Même si je ne sais pas vraiment danser», confie-t-il. «Happy Hawaii» d'ABBA ne doit manquer à aucune de ses playlists ni aucune fête. «Je sais travailler, mais aussi faire la fête.» Si la nouvelle saison commence de la même manière que la précédente s'est terminée, le nouveau coprésident devrait bientôt avoir quelques occasions de le faire.

Texte: RAMONA HIRT

MARKUS WOLF CANDIDAT À LA PRÉSIDENTIE DE SWISS OLYMPIC

Swiss-Ski aura bientôt deux co-présidents, et Swiss Olympic sera bientôt dirigé par un nouveau président ou une nouvelle présidente. Markus Wolf, ancien CEO de Swiss-Ski présente sa candidature pour ce poste de premier plan au sein de la fédération. Jusqu'ici, Markus Wolf, 51 ans, originaire des Grisons, était à la tête du groupe Weisse Arena à Laax, qui emploie jusqu'à 1300 personnes pendant la haute saison.

Swiss-Ski a lancé la candidature de Markus Wolf en collaboration avec Swiss Cycling, Swiss Unihockey et Swiss Hockey. «En échangeant avec plusieurs autres fédérations spécialisées et parties prenantes du sport suisse, nous sommes parvenus à la conviction commune qu'il faut un leader, qui connaisse parfaitement notre système sportif suisse de l'intérieur et à tous les niveaux, pour développer Swiss Olympic de façon brillante», déclare Urs Lehmann, co-président de Swiss-Ski.

L'élection aura lieu le 22 novembre. Plus d'informations sur la candidature sur www.markuswolf.ch

THE ULTIMATE SHOWDOWN

FIS SNOWBOARD | FREESTYLE | FREESKI
WORLD CHAMPIONSHIPS
ST.MORITZ ENGADIN 2025



Official Supplier



F. Smith
Ambassadeur Schöffel
Fanny Smith

DÉCOUVRIR 3L JACKET PIZAC

STRETCH



CAPUCHE
COMPATIBLE

IMPERMÉABILITÉ
PERMANENTE
20.000 mm
colonne d'eau



Très
RESPIRANTE
20.000 MVTR



EXTREME COLD HIGH PERFORMANCE

ENERGY ACCUMULATOR LIGHT



X-BIONIC.COM

X BIONIC



Photos: STEPHAN BÖGLI

LES BRICOLEURS DE LA VALLÉE DU RHIN

LE CENTRE TECHNOLOGIQUE DE SWISS-SKI PRODUIT LE FART SANS FLUOR FZERO. SON DIRECTEUR, DANIEL ZÜGER, EST LUI-MÊME ISSU DU SPORT DE COMPÉTITION ET LE CHIMISTE UDO RAUNJAK TRAVAILLE SANS RELÂCHE SUR LES MIXTURES QUI FERONT LA DIFFÉRENCE.

Les étagères sont remplies, l'hiver peut arriver. Daniel Züger l'annonce tout de go: «Nous sommes équipés.»

Daniel Züger est mécanicien sur machines de formation et ancien skieur de compétition. Il a accédé à la Coupe du monde en 2000 et évolué en tant que professionnel durant six saisons, avant de mettre fin à sa carrière à 26 ans, faute de perspectives. Il est néanmoins resté très attaché au sport. Aujourd'hui âgé de 45 ans, il travaille dans une branche particulière en tant que directeur de Technologiecenter AG à Altstätten (SG), une filiale de Swiss-Ski. La société produit du fart pour les athlètes de toutes les disciplines. Et il se trouve que depuis la saison dernière, le défi lié à la fabrication s'est nettement renforcé.

Depuis 2023, la Fédération internationale de ski (FIS) interdit l'utilisation de fart au fluor. La raison invoquée est que le fluor est à la fois cancérigène et nocif pour l'environnement. Toute infraction à cette interdiction est sanctionnée d'une disqualification.

«NOUS FAISONS COMME LES PRODUCTEURS DE L'APPENZELLER: NOUS GARDONS LE SILENCE»

Udo Raunjak

LA RECHERCHE A COMMENCÉ EN 2020

Ce contexte s'accompagne de défis pour les fédérations. Quelle est l'alternative? Quelle substance possède les mêmes propriétés ou du moins des propriétés similaires à celles du fluor, à savoir repousser l'humidité, l'huile et la saleté?

En 2020, Swiss-Ski commence à se pencher sur ces questions lors de l'apparition de premières rumeurs quant à une future interdiction. Le centre de performance et de technologie d'Altstätten se met alors à la recherche d'un fart qui non seulement répond aux exigences de la FIS, mais rend également les skis rapides. Un élément important de la solution: les additifs de silicone, c'est-à-dire des additifs spécifiques à base de silicone qui imprègnent le fart comme le fluor.

Daniel Züger est un homme d'expérience. Il a travaillé durant plusieurs années pour le fabricant suisse de skis Stöckli dans la vente et le service. En hiver, il testait les skis de compétition pour les athlètes. Plus tard, il a équipé les jeunes talents et a été le responsable du domaine compétition

de Stöckli pendant quatre ans. En 2019, il était présent aux Championnats du monde d'Åre, en Suède, et toujours au plus près de l'action.

LE CHIMISTE NE LÂCHE PAS LE MORCEAU

Il y a sept ans, il a reçu le mandat de Swiss-Ski d'établir un centre de compétences qui s'occupe principalement des questions de matériel. Il effectuait des tests de skis et prenait également en compte l'efficacité du fart dans différentes conditions de température et de neige. Il y a quatre ans, le centre de compétences a fusionné avec le département qui fabrique désormais le fart pour Swiss-Ski. C'est ainsi qu'est née la société Swiss-Ski Technologiecenter AG. Daniel Züger en est le CEO et met à profit sa vaste expérience.

Le siège de l'entreprise est situé à Altstätten, dans la vallée du Rhin saint-galloise. Cela est notamment dû à un homme intransigeant, connu pour ses talents de bricoleur: Udo Raunjak. S'il aime le ski, il n'a jamais disputé de compétitions.

Ce chimiste de 53 ans, originaire de Kriessern (SG), a en revanche acquis de nombreuses connaissances dans ce domaine. Après un apprentissage de laborantin en chimie, il a suivi une formation de chimiste et également fait des études en micro-nanotechnologie. Sur le plan professionnel, il a notamment un long passé chez Toko: pendant 16 ans, il a occupé le poste de chef de la recherche et du développement chez la célèbre marque de fart suisse.

«NOUS AVONS UN PEU LA PRESSION»

Sur mandat de Swiss-Ski, il recherche donc des solutions de fartage toujours plus performantes, qui doivent d'un côté répondre aux normes de durabilité et de respect de l'environnement. D'un autre côté, elles doivent garantir que les lattes des sportives et sportifs d'élite glissent au moins aussi vite qu'avant l'interdiction. «FZero» est le nom du produit sorti d'Altstätten. Un produit de haut niveau, également utilisé par la relève et les sportifs amateurs, ou que l'on peut acheter dans une sélection de magasins de sport.



Daniel Züger est le directeur de Technologiecenter AG à Altstätten (SG), une filiale de Swiss-Ski, où est fabriqué le fart sans fluor FZero.

Mais Udo affiche ses ambitions et ne se contente pas de cela. Il se sent, en effet, sans cesse obligé de repousser les limites du possible: «C'est d'ailleurs pour cela que j'ai été embauché par Swiss-Ski. Nous avons donc un peu la pression. Nous voulons en tirer un avantage.»

Il passe une grande partie de son temps dans le laboratoire intégré au centre technologique d'Altstätten. La production se déroule dans un coin aux faux airs de cuisine. Le regard est attiré par une imposante marmite d'une capacité de 40 litres. A côté, on trouve de grands seaux remplis de différentes sortes de farts sous forme de granulés. Bien entendu, les créateurs ne dévoilent pas le savant mélange. Seules les personnes directement impliquées connaissent les recettes. «Nous faisons comme les producteurs de l'Appenzeller: nous gardons le silence», sourit le chimiste. «Ils gardent la recette pour eux. Nous le faisons aussi. Tout

cela est loin d'être gagné d'avance. C'est un travail de longue haleine.» Daniel Züger ajoute: «L'interdiction du fluor par la FIS a aussi créé des opportunités. Nous les avons saisies.»

LES MOULES À FART DANS LE CONGÉLATEUR

La fabrication à Altsätten débute par le fart liquide, qui est ensuite mis en bouteille. D'autre part, on produit également du fart en bloc. Le matériau liquide est versé dans des moules à l'aide de théières, puis refroidi dans un congélateur pouvant contenir jusqu'à 200 pièces. Les flacons se distinguent par leur couleur. Le bleu correspond au fart utilisé à des températures de -10°C à -20°C; le rouge est la version «moyenne», la plus fréquemment utilisée; quant au jaune, il est prévu pour les conditions chaudes.

Mais avant qu'un fart ne sorte du laboratoire, ne serait-ce que pour être testé, il subit une longue période d'essai. «Souvent, il faut faire de nombreux essais», explique Udo Raunjak. «Parfois, le solvant ne fonctionne pas, parfois il est impossible de mélanger différents farts. C'est pourquoi il faut s'armer de patience pour obtenir un nouveau mélange. Les servicemen ne reçoivent un fart que lorsque nous sommes sûrs qu'il fonctionne. Les défis sont énormes, mais aussi passionnants; ils rendent le travail quotidien excitant.»

Daniel Züger est en général la première personne à tester et Udo Raunjak l'accompagne afin d'obtenir les premiers retours. L'équipe comprend également Cédric Steiner, en charge du ski nordique, et Lukas Stobbies, en charge du ski alpin. Plus tard, le chimiste reçoit également des informations précieuses, voire indispensables, de la part des servicemen.

«DÉSORMAIS, IL EST ENCORE PLUS IMPORTANT DE CONNAÎTRE LA NATURE DE LA NEIGE DANS LES MOINDRES DÉTAILS, SINON CELA PEUT FAIRE PERDRE DU TEMPS EN COURSE. L'ADÉQUATION ENTRE LE FART ET LES TEMPÉRATURES EN COMPÉTITION DOIT ÊTRE PARFAITE.»

Daniel Züger



Le chimiste Udo Raunjak est l'inventeur et le développeur du fart FZero.

DES SERVICEMEN PARTICULIÈREMENT SOLLICITÉS

Les directives de la FIS ont également des répercussions sur le travail des servicemen. Auparavant, une erreur de quelques degrés lors de la préparation des skis n'avait pas forcément d'impact majeur, explique Daniel Züger: «Désormais, il est encore plus important de connaître la nature de la neige dans les moindres détails, sinon cela peut faire perdre du temps en course. L'adéquation entre le fart et les températures en compétition doit être parfaite.» C'est pourquoi il est très important d'instruire les servicemen qui côtoient les athlètes de Swiss-Ski. Daniel Züger appelle cela une «formation de produit» et des séances sont régulièrement organisées à Altstätten avec un joli succès. La saison dernière, la cinquantaine de servicemen de Swiss-Ski a utilisé FZero à 90% lors des compétitions.

On redoutait alors l'éventualité d'actes de sabotage durant la saison. Mais pour le CEO du centre technologique de Swiss-Ski, ce n'est pas un problème. Ou ce n'en est plus un. «Certains servicemen avaient une certaine crainte, mais la saison passée a montré que cette crainte n'était

pas fondée», dit-il. Je ne peux pas imaginer qu'il y ait vraiment des gens qui manipulent intentionnellement des skis fartés d'autres nations.»

Question: quand le fart sans fluor dépassera-t-il le fart traditionnel en termes de qualité? «Nous avons déjà progressé dans le développement. Mais nous n'avons pas encore rattrapé notre retard. Je m'attends à ce que cela prenne encore un an.»

Avant cela, il y aura donc la saison 2024/25. Et pour cet hiver, il y a suffisamment de matériel de pointe à disposition dans les armoires d'Altstätten.

Texte: PETER BIRNER



Lui-même ancien athlète de Coupe du monde, Daniel Züger connaît la course et ce que sont des skis rapides.

 Sunrise PRESENTS

FIS 17-30 MARCH 2025 ST. MORITZ, ENGADIN FREESTYLE WORLD CHAMPIONSHIPS



20 25
ENG ADIN

FIS SNOWBOARD | FREESTYLE | FREESKI
WORLD CHAMPIONSHIPS



Presenting Partner



Official Partner

REPOWER



OPEL 

RAIFFEISEN

helvetia 

Official Broadcaster

SRG SSR

BMW IBU CHAMPIONNATS DU MONDE DE BIATHLON



LENZERHEIDE

12 - 23 FÉVRIER 2025

BILLETTS MAINTENANT SUR LENZERHEIDE2025.CH!

20 % de réduction pour les membres de Swiss-Ski



VIESSMANN



HÖRMANN



BAUHAUS

WURTH

CONTACT Software

swisski

graubünden

Lenzerheide

EUROVISION SPORT

infront

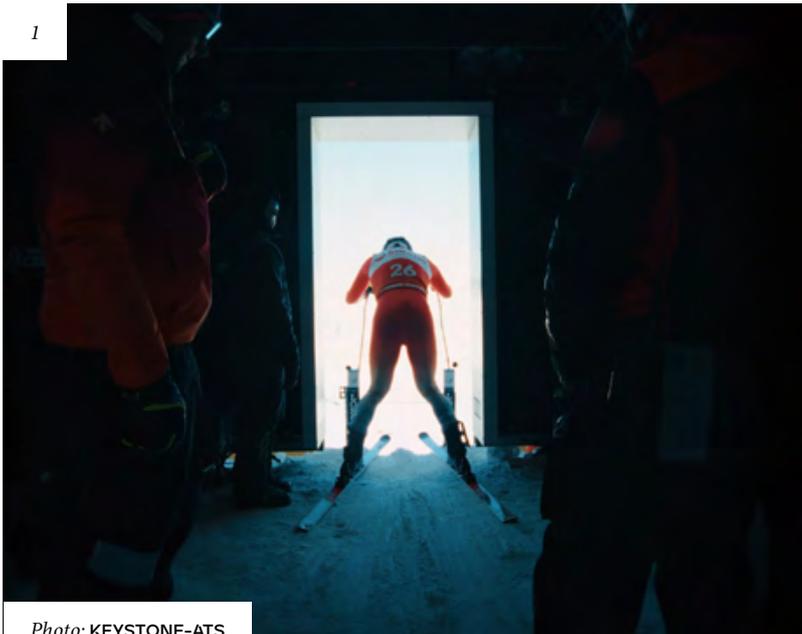


Photo: KEYSTONE-ATS

1 LE FILM SUR LA COURSE CONTRE LES LIMITES

Le projet audacieux qui prévoyait d'organiser des descentes de Coupe du monde au Cervin n'a pas abouti, ni en 2022 ni en 2023. Malgré tout, le Matterhorn Cervino Speed Opening a fait l'objet d'un film commémoratif. «Aiming High - a race against the limits» a été présenté en avant-première au Festival du film de Zurich. Ce documentaire de 90 minutes a été réalisé par la société Filmgerberei en collaboration avec MySports et avec le soutien de Sunrise, partenaire principal de Swiss-Ski. «Aiming High» accompagne les organisateurs des courses du Cervin dans leurs montagnes russes émotionnelles et fait un zoom sur des stars comme Lara Gut-Behrami, Corinne Suter, Marco Odermatt ou Aleksander Aamodt Kilde. Le film sera diffusé gratuitement à partir du 20 octobre sur la plateforme de streaming One+ ainsi que sur TV24. (PBH)

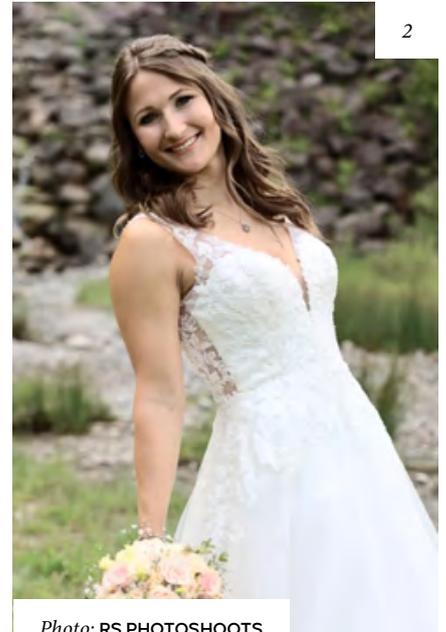


Photo: RS PHOTOSHOOTS

2 SAISON DES MARIAGES CHEZ SWISS-SKI

Swiss-Ski a vécu un été sous le signe de l'amour. Le spécialiste de la vitesse Nils Hintermann a passé la bague au doigt de sa dulcinée. Le géantiste Thomas Tummler a lui aussi dit «oui». Pareil pour Priska Nufer, qui n'a pas seulement troqué sa tenue de course contre sa robe de mariée le temps d'une journée, mais s'appelle désormais Priska Ming-Nufer. «Last but not least», le couple de snowboardeurs Ladina Jenny et Dario Caviezel s'est également dit oui. La mariée s'alignera désormais en compétition sous le double nom de Caviezel-Jenny. Il ne s'agit plus seulement de viser la victoire sur les pistes, mais aussi dans la vie. Chez Swiss-Ski, on fait la course au mariage! (LIN)



Photo: SWISS-SKI

3 PREMIÈRE À SUCCÈS AU NIVEAU DES CLUBS

Swiss-Ski a organisé en septembre la première Journée de l'éthique au niveau des clubs. Les participants ont discuté de l'éthique dans le sport (égalité de traitement, respect et intégrité) au stade du Wankdorf à Berne. Mise sur pied par Marlen Marconi, la responsable de l'éthique chez Swiss-Ski, la journée était axée sur la



Photo: SWISS-SKI

4 AUGMENTATION DES COURSES ET DES ENTRAÎNEMENTS

La nouvelle édition de la Swiss Regio Cup offrira davantage de courses et de possibilités intéressantes de vivre la passion du ski de compétition. La série débute en décembre sur la neige de Davos, où seront organisées des journées d'entraînement et une course d'ouverture. Le nouveau lancement proposera la collaboration d'entraîneurs et coaches expérimenté(e)s et la possibilité d'échanger avec d'autres participant(e)s. Inscris-toi et rejoins cette communauté unique offrant des compétitions passionnantes, de magnifiques prix et la grande finale des Championnats suisses amateurs en mars à Meringen-Hasliberg! (LIM)

Vous trouverez plus d'infos et les dates des journées de course et d'entraînement ici



boussole éthique de Swiss Olympic et sur Swiss Sport Integrity. Des cas pratiques ont été traités en groupes, donnant lieu à des discussions passionnantes. Il est clairement apparu qu'il est souvent difficile de définir des limites précises dans les questions éthiques. Walter Reusser, CEO Sport de Swiss-Ski, a souligné l'importance du sujet et remercié les participant(e)s de leur engagement. (LIM)

5 NOUVEAU PARC DE FREESTYLE DÈS L'AUTOMNE

Par le passé, les équipes de freestyle de Swiss-Ski avaient l'habitude de préparer la saison en grande partie outre-mer ou en Autriche. Cette année, les athlètes pourront toutefois rester «à la maison». En effet, les remontées mécaniques du Schilthorn à Mürren ont ouvert fin septembre un parc complet avec la neige de l'année dernière. Cela a été possible grâce au «snowfarming» que la station pratique depuis plusieurs années déjà.

Pendant l'année, le soleil ne baigne que rarement l'Engtal auf Birg (2500 m d'altitude), qui se prête donc idéalement à ce projet. Le parc offre tout ce qu'il faut aux freestylers: une ligne S/M et L avec différents rails et des sauts de 6 à 15 mètres, pour tous les niveaux. Le parc est ouvert à tous, mais une inscription préalable est requise car le nombre de participant(e)s est limité.

La collaboration donne lieu à une situation gagnant-gagnant: les remontées mécaniques en profitent financièrement, car seule une exploitation réduite est nécessaire à une période de l'année où les sports d'hiver ne génèrent pas de recettes. En parallèle, la scène du freestyle bénéficie d'un nouveau lieu d'entraînement, puisque la relève n'a sinon aucune possibilité de s'entraîner sur la neige en automne en Suisse. Cette «session» durera jusqu'au 27 octobre 2024. La collaboration est d'abord limitée à cette année, mais pourrait être étendue à long terme. (LIM)



Photo: PÄNDA SNOWPARK



Photo: LIA NÄPFLIN

«CE QUI EST IMPORTANT POUR MOI, C'EST DE PRENDRE DU PLAISIR DANS CE QUE JE FAIS.»

Janine Schmitt

PLACE À LA COUPE DU MONDE

La saison dernière, Janine Schmitt n'a pas seulement remporté le classement du super-G, la Saint-Galloise de 23 ans a également triomphé au classement général de la Coupe d'Europe. La skieuse du cadre B de Swiss-Ski a ainsi décroché une place fixe en Coupe du monde dans toutes les disciplines. Durant l'hiver 2022/23, Janine Schmitt a fait ses débuts en Coupe du monde à Cortina d'Ampezzo et a marqué des points dès sa deuxième course, avec une 26^e place. Janine Schmitt est la deuxième d'une fratrie de quatre enfants. Elle vit avec sa famille à Wangs, dans l'Oberland saint-gallois. Sa sœur a arrêté le ski de compétition il y a deux ans et ses frères sont gymnastes – le plus jeune fait partie de l'équipe nationale U21. L'hiver qui arrive est synonyme pour elle de nouveau chapitre dans sa carrière. Elle a quitté son équipementier Stöckli pour rejoindre Kästle.

📷 [INSTAGRAM.COM/ JANINE._.S](https://www.instagram.com/janine._.s)
WWW.JANINESCHMITT.CH

L'interview a été réalisée le 24 juin dernier dans un café de Berne. Janine Schmitt était de passage à Macolin, pour un camp de préparation physique. Elle n'a rien commandé.

ENFANT, QUELLE ÉTAIT TA PLUS GRANDE PASSION?

Nous avons notre propre table de bricolage à la maison. Le dimanche matin, comme nous nous levions plus tôt que nos parents, nous découpions des fleurs dans du papier coloré et les déposions sur la table du déjeuner. Pour le ski, mes parents ont dû un peu me pousser. Après deux descentes, j'avais le droit de retourner à l'appartement de vacances pour jouer aux Lego. Mon enthousiasme pour le ski de compétition est venu plus tard.

DE QUOI AVAIS-TU PEUR QUAND TU ÉTAIS PETITE?

De l'obscurité et de ce qui pouvait s'y cacher. Et je n'arrivais pas à m'endormir si j'avais vu un film trop violent le soir. J'avais toujours besoin d'allumer la veilleuse avec le petit canard dessus pour dormir.

DE QUOI RÉVAIS-TU?

Mon rêve d'enfant était de devenir pianiste. J'ai pu prendre des cours et mes parents m'ont acheté un piano. Aujourd'hui, je ne joue que lorsque j'en ai envie et de préférence pour moi-même. Entre l'école, le sport et la musique, c'était une période intense au gymnase. Jouer du piano venait en dernier dans le programme de ma journée. Après l'entraînement de ski et les devoirs, je n'avais souvent plus d'énergie pour m'asseoir au piano.

ET DE QUOI RÊVES-TU AUJOURD'HUI?

De ski. Gagner une médaille aux JO est bien sûr le rêve de toutes les skieuses. Mais j'aime malgré tout me fixer ce genre d'objectifs. Ce qui est important pour moi, c'est de prendre du plaisir dans ce que je fais. Même si les

«AVANT, JE CACHAIS MES MAUX DE DOS AUX ENTRAÎNEURS ET JE SERRAIS LES DENTS JUSQU'À CE QUE JE NE PUISSE PLUS SUPPORTER LA DOULEUR.»

Janine Schmitt

choses deviennent «sérieuses» en Coupe du monde, je veux toujours avoir du plaisir à skier. Je crois que c'est la meilleure manière d'obtenir des résultats.

Y A-T-IL UNE PERSONNE DANS TA VIE QUI T'A PARTICULIÈREMENT INFLUENCÉE?

Clairement mes parents. Nous sommes une famille cool. Le soutien que nous recevons à la maison est incroyable. La saison dernière, ils se sont même rendus en Norvège pour m'encourager. Nous sommes quatre enfants et ce n'était pas toujours facile pour eux de tous nous combler.

QUAND AS-TU DÛ FAIRE PREUVE DE COURAGE?

Il y a deux ans, j'ai chuté à deux reprises en l'espace de deux semaines. La première chute a été brutale: sortie dans les filets, saut périlleux, skis cassés. Il ne m'est rien arrivé et cette chute ne m'a pas affectée. La deuxième chute s'est produite après une faute sur le ski inférieur. Je me suis entaillé la lèvre supérieure avec la carre du ski. Il a fallu recoudre la blessure. Depuis, je ressens un certain respect. J'ai compris qu'il n'est

pas nécessaire de faire une mauvaise chute pour se blesser grièvement. Avec le temps, la confiance est revenue. Je peux à nouveau bouger normalement ma lèvre et la cicatrice ne me dérange plus.

QU'EST-CE QUI TE MET EN COLÈRE?

Mes frères et sœurs, mais je crois que c'est normal. Nous cuisinons souvent ensemble, ma sœur et moi. Mes deux frères sont en revanche un peu paresseux et rechignent même à mettre la table. Ça me met vraiment en colère.

QU'EST-CE QUI TE FAIT PLEURER?

J'ai eu une hernie discale en 2017, à l'âge de 17 ans. Mon dos me fait souffrir mentalement. Quand les choses n'avancent pas, que je ne comprends pas le problème et que je ne sais pas comment faire autrement, les larmes me montent aux yeux.

QUAND AS-TU PLEURÉ POUR LA DERNIÈRE FOIS?

J'ai eu une crise il y a deux semaines, justement à cause de mon dos. Je m'étais entraînée normalement toute la semaine. Le vendredi, je n'avais soudain plus d'énergie et mal au dos.

J'ai dû interrompre l'entraînement, ce que je ne fais jamais d'habitude. Le lendemain, tout allait à nouveau bien. Je ne sais pas ce qui s'est passé.

QUE RACONTES-TU QUAND TU VEUX IMPRESSIONNER QUELQU'UN?

Je ne veux pas impressionner et je ne parle pas de ski si on ne me le demande pas. Si je disais dès le début ce que je fais, je pense que les gens auraient une autre image de moi. Le sport de compétition est synonyme de vie passionnante et implique beaucoup de choses.

QU'EST-CE QUI TE DÉRANGE LE PLUS CHEZ LES AUTRES PERSONNES?

Quand on ne s'aide pas mutuellement. Au sein d'une équipe de ski, tu es particulièrement dépendant des autres, par exemple pour charger et décharger les bagages et les skis. Si quelqu'un n'aide pas, ça me gêne.

VOIS-TU LES «ERREURS» DES AUTRES PLUS CLAIREMENT QUE LES TIENNES?

Je crois que je les vois de la même manière. Je suis consciente de ne pas être parfaite. Je travaille sur moi. Quand je dis à quelqu'un qu'il pourrait améliorer quelque chose, je regarde d'abord si je le fais moi.

DE QUOI N'AIMES-TU PAS PARLER?

Des objectifs. Nous devons en fixer chaque année, c'est considéré comme important. Même les entraîneurs le disent: «tu dois avoir tes objectifs en tête.» J'ai lu un jour que lorsqu'on fixe ses objectifs et qu'on les énonce à voix haute, le cerveau a l'impression de les avoir déjà à moitié atteints. Mon objectif est simplement de toujours faire de mon mieux. Ça me suffit.

QU'EST-CE QUE TU NE POURRAIS JAMAIS ACCEPTER?

Le manque de respect, en général. Par exemple, si je ne suis pas satisfaite de ma performance, je félicite toujours celles qui sont devant moi. J'attends la même chose en retour.



Photo: KEYSTONE-ATS

QU'EST-CE QUE TU ÉVITES DE FAIRE?

Je n'aime pas nager. Quand j'avais encore plus de problèmes de dos, je m'entraînais beaucoup dans l'eau. Aujourd'hui, j'évite la piscine autant que mes excuses le permettent.

EVITES-TU LES CONVERSATIONS DIFFICILES?

Je suis une personne qui cherche le dialogue. Je trouve qu'il est important de parler de certains sujets. Même si ce n'est pas ce que mon interlocuteur veut entendre, ou moi. Comme ça, il y a moins de problèmes.

QUELLES LIBERTÉS SONT IMPORTANTES POUR TOI?

En tant que skieuse, j'ai beaucoup de libertés. En dehors de l'entraînement, je peux faire ce que je veux. Nous évoluons maintenant à un niveau qui nous permet de nous exprimer à l'entraînement et les entraîneurs l'acceptent. La liberté de pouvoir décider pour moi-même est importante pour moi, surtout à cause de mon dos. Avant, je cachais mes maux de dos aux entraîneurs et je serrais les dents jusqu'à ce que je ne puisse plus supporter la douleur.

QUEL EST LE CADEAU QUE TU ESPÉRAIS, MAIS QUE TU N'AS JAMAIS REÇU?

Avec mes frères et sœurs, nous avons toujours voulu un animal de compagnie. N'importe lequel, même un hamster. Mais nous ne l'avons pas eu.

SI TU ÉTAIS UN ANIMAL, LEQUEL ET POURQUOI?

Mon animal préféré est l'aigle, l'aigle à tête blanche. Il est tranquille dans les airs et attaque pile au bon moment.

AS-TU UN TALENT CACHÉ?

Tu veux voir? (elle bouge les oreilles et plie la langue de différentes manières.)

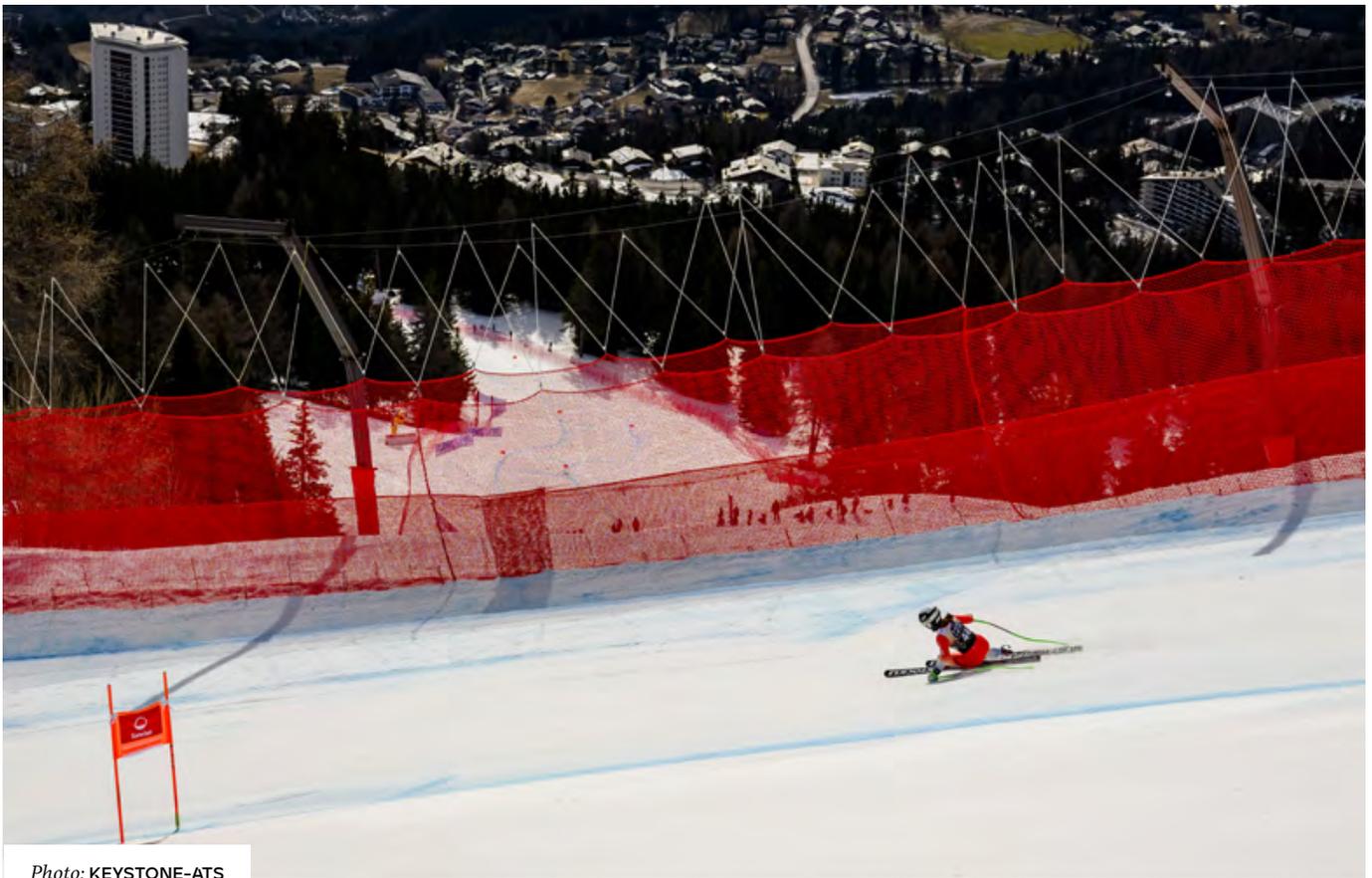


Photo: KEYSTONE-ATS

QUEL IMPACT LE SUCCÈS A-T-IL SUR TOI?

Je pense que c'est très individuel et je crois que mon succès ne m'a pas changée. Sauf que j'ai maintenant davantage confiance en moi.

N'EST-CE PAS UNE ILLUSION DE CROIRE QUE LE SUCCÈS NE NOUS CHANGE PAS?

Si, bien sûr. Mais si c'est le cas, je pense que ce sont les gens qui t'entourent qui te changent. Ils te voient différemment en raison du succès. Je trouve ça dommage.

POURQUOI UNE VICTOIRE NE FAIT-ELLE PAS PLUS DE BIEN QU'UNE DÉFAITE NE FAIT MAL?

Qui dit ça? Une victoire fait toujours du bien. Mais si tu as toujours du succès, une défaite est plus douloureuse. Dans mon cas, les revers sont particulièrement amers, car je ne pense pas seulement à moi. Je suis une sportive individuelle, mais il y a toute une équipe derrière mes performances. Ça fait toujours mal de les décevoir.

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

L'année dernière, j'ai assisté pour la toute première fois à un festival open air au Flumserberg. Trauffer, Megawatt et le Stubete Gäng ont joué, c'était un style vraiment traditionnel. Il a plu toute la soirée et j'ai dû enfiler un imperméable et des bottes en caoutchouc.

QU'EST-CE QUE TU AIMERAIS POUVOIR FAIRE, MAIS QUE TU NE PEUX PAS FAIRE?

J'aimerais bien parler plus de langues. Sur le cirque blanc, on entend tellement de langues différentes et ça me plaît. En ce moment, j'en suis à l'allemand, l'anglais et un peu de français et d'italien. J'aimerais être capable de mieux maîtriser l'italien. Ou peut-être apprendre le suédois?

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

J'aimerais faire des études de physiothérapie ou plus généralement des études en rapport avec le corps et la thérapie. Faire des études à plein temps pendant ma carrière n'est pas possible. Pour moi, il est clair que je ne m'y mettrai que lorsque j'arrêterai le ski.

TU AS TROIS VŒUX À FORMULER, LESQUELS CHOISIS-TU?

Comme tout le monde: la santé, pour moi et ma famille. Pouvoir atteindre et réaliser ce que je souhaite. Et pouvoir jouer du piano à la perfection.

Interview: LIA NÄPFLIN

NOUS RESTONS ACTIFS

96% de nos clientes et clients recommandent vivement nos voyages d'action. Cette marque de confiance nous motive chaque jour chez Twerenbold à travailler avec la plus grande passion pour vous offrir des vacances parfaites.

Depuis cette année, Twerenbold Voyages est fier d'être le partenaire de Swiss-Ski.



LES MEMBRES EN PROFITENT

Les membres de Swiss-Ski bénéficient d'une réduction de CHF 100 sur tous nos voyages d'action à partir de 3 jours, en utilisant le code promotionnel TWSKI25.



Plus d'informations
twerenbold.ch

Avec nous, vous êtes entre de bonnes mains!



Retrouvez ces voyages et l'ensemble de notre offre sur
www.twerenbold.ch/kataloge

Sunrise Freestyle Day 2024

Plus qu'un simple événement, une expérience de freestyle

Le 29 juillet 2024, la Freestyle Academy de Laax est devenue le cœur d'une animation avec 50 jeunes amateurs et amatrices de sports d'hiver provenant de toute la Suisse. Le premier Sunrise Freestyle Day offrait bien plus qu'un simple entraînement; il a ouvert les portes à des rêves et a permis de vivre des moments inoubliables. Cette journée a été une source d'inspiration et d'adrénaline pure pour les enfants qui ont eu l'occasion de s'entraîner en exclusivité avec les meilleurs athlètes, comme Andri Ragettli et Nicolas Huber.

L'enthousiasme des enfants était presque palpable dès leur arrivée, elle se lisait sur leurs visages rayonnants, leurs yeux brillants et l'excitation pour l'évènement à venir était perceptible. Après un accueil chaleureux, l'aventure a commencé par un échauffement énergétique où l'on pouvait sentir l'enthousiasme dans l'air. La Freestyle Academy était uniquement à la disposition des jeunes talents. Les enfants et les athlètes ont été les premiers à tester la Freestyle Academy, et ils ont profité de chaque seconde. Que ce soit dans le skate bowl, l'espace de trampoline ou l'air bag, les enfants se sont attaqués à l'entraînement les yeux brillants et le sourire aux lèvres, soutenus par les professionnels qui les ont aidés à perfectionner leur technique, à surmonter leurs peurs et à repousser leurs limites.





Qu'est-ce que les enfants
ont vécu et appris?
Retrouve ici la vidéo
de l'événement

Sunrise

DREAM BIG. DO BIG.



**«J'ADORE VOIR
COMMENT LES
ENFANTS SE
DÉPASSENT.»**

Andri Ragettli

«J'adore voir comment les enfants se dépassent», a déclaré Andri Ragettli, visiblement ému par l'énergie des jeunes participants. Et c'est cela qui a rendu cette journée si spéciale: la rencontre de la joie pure de l'enfance avec la passion et le savoir-faire de l'élite mondiale.

Pour Gabriel Thomann, responsable du sponsoring et des événements chez Sunrise, cet événement a une signification encore plus profonde: «En tant que sponsor principal de Swiss-Ski, il est important à nos yeux d'encourager la nouvelle génération et de lui montrer qu'elle peut réaliser ses rêves par le biais d'événements comme celui-ci. Ces jeunes talents sont les champions de demain.» Nicolas Huber a ajouté: «La joie de vivre que les enfants manifestent ici est tout simplement contagieuse. Ils se lancent dans de nouveaux tricks avec tant de désinvolture, de joie et de curiosité... C'est une vraie source d'inspiration.»

RÉALISER SES RÊVES

Pour les enfants, le meilleur moment de la journée a eu lieu peu avant le repas de midi bien mérité, quand ils ont été autorisés à assouvir leur curiosité en bombardant leurs idoles de questions. Le moment où ils ont enfin reçu leurs pochettes surprise dédicacées avec des dossards personnalisés et où ils ont posé pour la photo souvenir avec leurs stars restera à coup sûr gravé dans leurs mémoires. Pour beaucoup, c'est le début d'un rêve qui pourrait bien se réaliser. «Il n'y a pas que les enfants qui gardent ces moments en mémoire», a déclaré Andri Ragettli à la fin de la journée. «Nous aussi, en tant qu'athlètes, nous retenons énormément de ces expériences.»

La Freestyle Academy de Laax, qui a été rénovée récemment, a constitué une scène idéale pour cet événement spécial. Les participants ont pu se concentrer pleinement sur leur passion et donner le meilleur d'eux-mêmes. Cette journée n'a pas uniquement été l'occasion d'apprendre de nouveaux tricks, mais aussi de conquérir les cœurs. Un jour dont tous, petits et grands, se souviendront longtemps.

UN GLOBE À LA CAVE



Photo: SWISS-SKI

IL Y A DOUZE MOIS, LÉA LATHION N'ÉTAIT ENCORE QU'UNE JEUNE SPÉCIALISTE DE TÉLÉMARK AMBITIEUSE. AUJOURD'HUI, ELLE A REMPORTE UN GLOBE DE COUPE DU MONDE ET DEUX TITRES MONDIAUX CHEZ LES JUNIORS. ELLE NOUS EXPLIQUE SES OBJECTIFS ET POURQUOI ELLE A CHOISI DE PLACER SON TROPHÉE À UN ENDROIT INHABITUEL.

Une surprise. Léa Lathion utilise sans cesse ce mot pour décrire ses succès de la saison dernière. Et ce n'est pas «surprenant»: jusqu'au début de l'hiver dernier, la Valaisanne de 20 ans était une jeune athlète talentueuse. Rien de plus. Pas encore. L'équipe de télémark était alors en pleine mutation. Avec pas moins de cinq départs, dont ceux des leaders de l'équipe Amélie Wenger-Reymond et Beatrice Zimmermann, ainsi que l'arrivée de l'entraîneur en chef Julien Annequin, la priorité a d'abord été donnée à l'aspect humain. «L'objectif était de trouver ma place dans la nouvelle équipe.»

Ce qui n'a pas été simple les premiers temps. Léa Lathion était souvent l'unique femme de l'équipe. «Je me suis sentie seule au début.» Mais l'entraîneur en chef est arrivé et Léa Lathion a trouvé ses repères. «Il a apporté un nouveau regard. Ça a rapidement fonctionné pour moi. J'ai fait beaucoup de progrès.» Avancer petit à petit, dans le calme? Léa Lathion avait, de toute évidence, rapidement d'autres plans en tête. En 16 départs de Coupe du monde lors de la saison 2023/24, elle a terminé à onze reprises dans le top 10. En février 2024, elle a décroché son premier podium de Coupe du monde à Melchsee-Fruyt en sprint parallèle. Une journée inoubliable pour elle. Deux jours plus tôt, la jeune athlète avait encore été éliminée en classic. Cette première place sur le podium a été «magnifique», et pas seulement pour cette raison. «Je l'ai obtenue pile le jour de l'anniversaire de ma mère, qui était aussi sur place.»

TRÈS TÔT SUR LES PISTES

C'est justement sa maman, Natacha, qui a très tôt transmis le goût du ski à Léa Lathion et à son frère Alexis (22 ans). Elle-même ancienne membre du cadre de ski alpin, elle a mis sa fille sur les skis pour la première fois à l'âge de deux ans et demi. Grâce

à la proximité du domaine skiable – les Lathion habitent à Haute-Nendaz, au-dessus de Sion – Léa dévalait les pistes dès qu'elle avait du temps libre. Son esprit de compétition l'a rapidement poussée à se livrer à des courses contre son frère. «Pauvre maman», se souvient-elle en riant. «Mais heureusement, nous ne nous sommes jamais blessés.»



Léa Lathion a mis son globe de cristal à la cave: «J'ai peur de ne plus en gagner si je le vois trop souvent.» Photo: RAMONA HIRT



En 16 départs de Coupe du monde lors de la saison 2023/24, Léa Lathion a terminé à onze reprises dans le top 10. Photo: SAM DECOU

**«LE TÉLÉMARK EST
UN SI BEAU SPORT.
J'AIMERAIS QU'IL SOIT
UN PEU PLUS CONNU.»**

Léa Lathion

Et sa fille s'inscrit très tôt au ski-club local, où elle pratique surtout le ski. Mais comme maman Natacha voulait qu'elle s'essaie aussi à un autre sport, Léa est montée pour la première fois sur des skis de télémark à 12 ans. Un sport qui jouit d'une grande notoriété et d'une belle popularité dans son canton: avec Bastien Dayer et Amélie Wenger-Reymond, deux stars du télémark sont originaires du Valais romand. Léa Lathion prend également goût à la discipline et en 2016, elle rejoint finalement le club de télémark, jonglant entre les skis alpins classiques et les fixations de télémark. Jusqu'à il y a deux ans, elle pratiquait les deux, avec une préférence pour le géant et le super-G en ski alpin. Après une chute qui a causé une grave commotion cérébrale, elle a pensé arrêter. Mais ses bons résultats en télémark l'ont convaincue du contraire, raison pour laquelle elle a joué cette carte à fond. «Ça aurait été dommage d'arrêter», dit-elle, «car la diversité du sport qui m'a toujours passionnée.» Les trois aspects techniques du télémark – un saut, des virages, du skating – en font un «sport magnifique à regarder», s'enthousiasme Léa Lathion. Elle aime le sprint, le sprint parallèle aussi. Il n'y a que la discipline classic, dans laquelle les manches peuvent durer jusqu'à 2'30", qu'elle aime un peu moins. «Il m'est malheureusement aussi arrivé de ne pas réussir à franchir la ligne d'arrivée.»

UN SPORT DANS L'OMBRE

Le fait qu'elle ait choisi le télémark, sport non olympique, plutôt que le ski alpin, un sport très populaire en Suisse, peut paraître surprenant vu de l'extérieur. Mais pour Léa Lathion, la signification de cette décision était claire dès le départ: «Je ne réfléchis pas à ce qui se serait passé si j'étais restée une athlète alpine», confie-t-elle. «J'ai volontairement choisi le télémark.»

Elle trouve néanmoins dommage que le télémark ne bénéficie pas d'un peu plus d'attention. «Le télémark est un si beau sport. J'aimerais qu'il soit un peu plus connu et que davantage de gens le pratiquent.» Le fait qu'elle ait elle-même commencé par le ski alpin lui a été utile

en télémark: choisir la bonne ligne, aborder la porte, sans oublier l'expérience de la course, tout cela l'a aidée. «Mais c'était très difficile de passer au pas de télémark. J'ai donc reçu beaucoup de pénalités et je dois encore me concentrer sur la technique aujourd'hui.»

UNE SAISON EXCEPTIONNELLE

La saison dernière, il n'y a pas que le pas de télémark qui a fonctionné à merveille. Léa Lathion a été sacrée double championne du monde junior en sprint et en sprint parallèle; grâce à deux autres podiums et d'autres places de choix, elle a mis la main sur le petit globe de cristal en sprint parallèle lors de la dernière course. Ce globe a été une «énorme surprise». D'autant qu'avant la dernière course à Pra Loup, elle occupait la 4^e place provisoire dans la discipline. «Je n'ai pas du tout pensé à

faire des calculs. Je voulais juste faire ma course.» Arrivée en bas, elle avait décroché la 2^e place – suffisant pour s'assurer le globe de cristal. Le chef de la discipline du télémark Hans-Peter Birchler avait fait les calculs pour elle, se souvient-elle en riant. Et ces calculs étaient bons: peu de temps après, elle avait le globe dans les mains. «Je n'arrivais pas à y croire. Je n'ai vraiment réalisé qu'au moment où je l'ai reçu.»

Désormais, le globe a trouvé sa place dans la maison des Lathion. Dans une vitrine, dans une armoire à trophées, au milieu de sa chambre? Non. Il est stocké dans la cave à skis, bien emballé dans sa boîte de transport. «Je suis un peu superstitieuse», raconte la jeune femme de 20 ans qui a passé sa maturité cet été. «J'ai peur de ne plus en gagner si je le vois trop souvent.»

Heureusement, les probabilités sont minces. Après les succès de l'hiver dernier, la saison de la confirmation l'attend bientôt. Elle l'abordera en tant que membre de l'équipe nationale. Les attentes ont augmenté; pas seulement de l'extérieur, mais aussi envers elle-même. «Je veux obtenir de bons résultats dans toutes les disciplines dès le début de la saison, et pas seulement en sprint parallèle», déclare Léa Lathion. Elle aborde également les Mondiaux aux Contamines avec des ambitions de médaille. «Rentrer avec une médaille serait vraiment cool.» C'est en sprint qu'elle estime avoir le plus de chances. Quand on lui demande la couleur de la médaille, elle rigole: «Un podium me suffirait, je prends toutes les couleurs.»

Texte: RAMONA HIRT

Maintenant dans le
swiss-Ski Store
s'équiper pour
l'hiver

SWISSSKI
STORE



Prêt pour la saison ?
swiss-ski.store



Audi Q4 e-tron «Edition Swiss-Ski»: la nouvelle star des adeptes de ski alpin



Depuis plus de 55 ans, AMAG/Audi Suisse accompagne la Fédération suisse de ski Swiss-Ski sur son ascension vers le sommet des sports d'hiver. Il est grand temps de rendre hommage à l'actuelle nation numéro un en ski avec un modèle spécial. L'Audi Q4 45 e-tron quattro «Edition Swiss-Ski» impressionne par son allure et son équipement particulièrement sportifs, notamment l'intégration haut de gamme du logo Swiss-Ski sur le montant C, les surpiqûres décoratives rouges et un couvre-clé rouge Tango. La performance n'est pas en reste; elle roule également en toute sécurité sur la neige et le verglas grâce à sa transmission intégrale, une autonomie pouvant atteindre 518 km et une puissance de charge encore plus rapide.

Audi et Swiss-Ski sont liés par une longue tradition de précision, de fiabilité et de progrès technique. Les deux sont synonymes de normes de qualité les plus élevées, non seulement sur les routes, mais aussi en montagne. L'Audi Q4 e-tron quattro a déjà fait sensation avec son espace généreux et son rayon de braquage étroit. Avec l'édition spéciale «Swiss-Ski», Audi lance maintenant sur le marché une variante exclusive qui séduit non seulement par son design sportif, mais aussi par son lien étroit avec les sports d'hiver suisses et les valeurs caractéristiques de la marque Audi.

TRANSMISSION INTÉGRALE ET PRÉCISION SUISSE

Le modèle spécial reprend l'Audi Q4 45 e-tron quattro et convainc déjà dans sa version de base avec sa transmission intégrale quatre de pointe. Celle-ci assure une stabilité de conduite et une sécurité exceptionnelles sur les routes enneigées, tout en reflétant le lien étroit avec la Fédération suisse de ski, où la précision et la perfection sont décisives pour la réussite et la performance. Mais l'«Edition Swiss-Ski» répond également à toutes les attentes en matière de technologie. Dotée de systèmes d'assistance à la conduite avancés, d'un système d'info-divertissement intuitif et d'un impressionnant affichage tête haute à réalité augmentée, la Q4 e-tron quattro est parfaitement équipée

pour relever tous les défis, qu'il s'agisse de franchir des cols de montagne enneigés ou de redescendre dans la vallée après une longue journée de ski.

L'ALLIANCE DE LA SPORTIVITÉ ET DE LA TRADITION ALPINE

Étant l'un des SUV électriques les plus vendus en Suisse, l'Audi Q4 45 e-tron quattro ne se contente toutefois pas de convaincre par sa technologie, mais aussi par sa motorisation électrique moderne. Avec une autonomie allant jusqu'à 518 km selon WLTP et une puissance électrique maximale de 210 kW (286 ch), cet élégant véhicule électrique n'a pas seulement l'allure sportive, il l'est aussi. Une sportivité qui se reflète également dans la puissance de charge accrue de 175 kW: l'«Edition Swiss-Ski» passe de 10 à 80% de charge en 28 minutes.

CARACTÉRISTIQUES DE DESIGN ET D'ÉQUIPEMENT EXCLUSIVES DE L'«EDITION SWISS-SKI»

Visuellement, la nouvelle Audi Q4 45 e-tron quattro «Edition Swiss-Ski» se démarque clairement. Dans l'habitacle, les matériaux haut de gamme et les sièges sport en microfibre Dinamica avec surpiqûres rouges suscitent l'enthousiasme: l'idéal pour les longs trajets à travers les paysages hivernaux. En guise de «Globe de cristal», le cache-clé exclusif rouge tango.

Et comme ce n'est toujours pas suffisant, Audi verse CHF 200.- par «Edition Swiss-Ski» vendu à la promotion de la relève de ski alpin de Swiss-Ski, pour étayer le succès durable entre Audi et Swiss-Ski.



Sièges sport avec surpiqûres rouges



Cache-clé rouge Tango

En bref: avec l'Audi Q4 45 e-tron quattro «Edition Swiss-Ski», Audi envoie un signal clair. L'hiver peut arriver, il est accompagné d'un véhicule aussi à l'aise sur les routes de montagne que sur les chaussées de ville. L'Audi Q4 45 e-tron quattro «Edition Swiss-Ski» coûte CHF 66 900.- et en version Sportback, CHF 68 850.-.

En savoir plus sur www.audi.ch

Audi Suisse, en tant que partenaire automobile officiel de la Fédération suisse de ski, souhaite aux athlètes de ski alpin beaucoup de succès pour la saison 2024/25 de la Coupe du monde de ski, et une conduite sûre en toute circonstance.

Nous avons hâte de vivre des moments de frisson inoubliables, avec le ski alpin de haut niveau.



Photo: PHILIPP SCHMIDL

UNE ATHLÈTE ENTRE LES MOUTONS ET LE SKI

Eliane Christen partage sa vie entre les pistes de ski, ses études à l'EPFZ et son troupeau de moutons, chez elle à Hospental. L'Uranaise de 25 ans veut enfin tirer un trait sur son passé de blessures afin de réintégrer le cadre B.

Sur un pâturage alpin au-dessus de Hospental dans le canton d'Uri, un homme se tient sur un rocher, entouré de ses animaux. Il observe le versant d'en face avec ses jumelles. A un moment donné, il lâche: «Tu peux faire tout juste et pourtant, un matin, tu retrouves un mouton mort dans la bergerie.» L'homme qui se tient là debout en ce matin de juillet est Remo Christen, le père de la skieuse Eliane Christen. Et il évoque sa vie de paysan de montagne. Mais il parle aussi de la carrière de sa fille et de ses blessures.

Quatre heures plus tôt, trois kilomètres en aval: Eliane Christen est assise à la table de la cuisine, avec son ordinateur portable ouvert devant elle et une montagne de notes. Elle est en train de plancher sur une formule de physique. L'Uranaise de 25 ans étudie l'agronomie à l'EPFZ. En outre, elle est athlète de cadre C et dispute



Eliane Christen étudie depuis trois ans l'agronomie à l'EPFZ, une filière qui demande beaucoup d'efforts. Et elle s'aligne aussi en ski de compétition. Photo: PHILIPP SCHMIDLI



Quand elle n'est pas à l'université ou sur les pistes, Eliane Christen aide sa famille à s'occuper des moutons, chez elle à Hospental. Photo: PHILIPP SCHMIDLI

des courses de slalom et de géant. Quand elle n'a pas cours et qu'elle n'est pas sur les pistes, elle vient aider à s'occuper des moutons dans la ferme familiale. Dans sa carrière, elle a beaucoup fait tout juste: diplôme au gymnase sportif d'Engelberg,

accès direct au prochain cadre de la relève après les années OJ, puis cadre C, cadre B et, en 2023, premier départ en Coupe du monde. Et pourtant, elle n'a pas eu de chance. Ou comme dirait son père: elle a eu un mouton mort dans la bergerie.

«Je préfère la physique à la chimie», dit Eliane Christen, en ajoutant un X à la formule et en le rayant aussitôt. Elle pose son stylo et regarde par la fenêtre. Son tout premier examen universitaire était un examen de chimie, dont la pondération était très élevée. «C'est l'EPFZ, ma foi.» Pendant la préparation, elle a fondu en larmes à trois reprises; elle pensait ne pas y arriver, pour finalement réussir l'examen avec brio. «Si tu rates cet examen, c'est fini», déclare-t-elle en souriant. Elle a commencé ses études il y a trois ans et il lui en reste encore deux pour obtenir son bachelors. La question de savoir si Eliane Christen poursuivra directement avec un master dépendra de sa carrière de skieuse. «Si tout se passe bien cet hiver, je continuerai le ski. Si ce n'est pas le cas, je réfléchirai à mon avenir au printemps.» Ce ne serait pas la première fois qu'elle envisagerait de mettre un terme à sa carrière



L'Uranaise était déjà considérée comme un grand talent durant ses années OJ et elle l'a confirmé par son ascension rapide dans les cadres de Swiss-Ski. Mais une longue série de blessures a tout changé. Photo: STEPHAN BÖGLI

de skieuse. Le 4 décembre 2020, elle s'est retrouvée couchée dans la neige à Adelboden, avec une fracture du tibia et du péroné – encore une fois. «Je ne vais pas revivre ça», s'est-elle alors dit sur le moment.

DEUX FOIS LE MÊME DIAGNOSTIC

Son péroné n'avait jamais été complètement soudé et s'est malgré tout cassé à un autre endroit. Le tibia, quant à lui, s'est brisé exactement au même endroit que deux ans auparavant. La première fois en géant, la deuxième fois en slalom. La skieuse a tout de suite compris ce qui se passait. «J'ai senti la blessure enfler et quand j'ai essayé de me mettre debout sur ma jambe, le bas a tout simplement basculé.» Ce n'était pas la rééducation qu'elle redoutait, ni la reconstruction. C'était la douleur. Pendant plus d'un an, Eliane Christen avait souffert de

douleurs intenses, car la première fois, sa fracture tibia-péroné avait failli traverser la peau. Les tissus et les nerfs étaient endommagés, chaque pas était une torture. Mais l'Uranaise a encore plus souffert de ne pas pouvoir faire les choses qu'elle aimait – grimper, faire de la slackline, du freeride. Une femme aux multiples talents qui se décrit avec modestie.

On frappe à la porte. Eliane Christen ouvre, c'est son père qui vient lui demander son adresse e-mail. Il ne l'a pas enregistrée et doit lui transmettre quelque chose. C'est en lien avec les moutons. Elle lui donne l'adresse, il la remercie et repart. Il a certes la sienne, mais ne consulte que très peu sa boîte de réception. Les e-mails sont donc gérés par «la petite», comme le père appelle sa fille. Il parle d'ailleurs toujours des «petits» lorsqu'il évoque ses quatre enfants. Il s'inquiète beaucoup pour eux, comme on le verra plus tard dans la journée.

QUASI IMPOSSIBLE FINANCIÈREMENT

Outre les e-mails de la famille, Eliane Christen suit également le troupeau de près. Elle documente les marques sur les oreilles des 300 moutons qui paissent sur deux alpages à proximité de la maison familiale. Les deux sœurs vivent dans la maison récemment construite juste à côté de la ferme, mais elles devront partir au plus tard dans quatre ans. Dès que leur jeune frère reprendra la ferme, les parents s'y installeront. Eliane Christen précise que tout le monde adhère à ce plan. «Je serai moi-même encore longtemps occupée par mes études et mon frère sera prêt à reprendre l'exploitation après son deuxième apprentissage d'agriculteur.» La ferme devra être transmise dans ce laps de temps, car son père aura 65 ans. Un âge à partir duquel les

«J'APPRENDS DE MANIÈRE EFFICACE ET J'ARRIVE BIEN À FIXER DES PRIORITÉS.»

Eliane Christen



aides directes ne sont plus accordées. «Sans cet argent, il serait pratiquement impossible de travailler ici comme paysan», explique la jeune femme.

Ce lundi-là, Sonja, la mère, travaille au bureau de Wassen. Sa sœur Maria est enseignante à Göschenen et Remo, le frère qui reprendra la ferme, est à un cours de répétition. Les Christen sont donc trois aujourd'hui à la table de midi au lieu de six. Yves, le benjamin, a pris un congé exprès pour aider à faire les foins

en l'absence de son frère. «Je vis au septième ciel, car je suis quatre fois millionnaire», dit le père Christen. Une déclaration lancée sous forme de boutade qui reste d'abord sans réponse. Lui qui vient d'expliquer qu'il n'avait pas été facile de financer le ski de compétition pour tous les enfants? Sans oublier que les deux filles ont suivi le gymnase sportif d'Engelberg et ont passé cinq ans à l'internat. Yves donne un coup de pied dans la jambe de son père sous la table pour qu'il explique enfin ce qu'il veut dire.



Les liens étroits qui unissent la famille Christen sont particulièrement perceptibles lorsque Remo, le père, évoque les blessures de sa fille au ski. Le travail avec les moutons l'aide à moins y penser. Photo: PHILIPP SCHMIDLI

DIX OPÉRATIONS PLUS TARD

L'explication officielle: il est quatre fois millionnaire parce qu'il a quatre enfants en bonne santé. La série de blessures de sa fille Eliane a commencé en 2018 par une fracture de la clavicule. Puis il y a eu les deux fractures tibia-péroné ainsi qu'une infection contractée à l'hôpital. Pendant cinq ans, elle a été régulièrement blessée, a dû subir dix opérations et s'est toujours battue pour revenir. Le maximum de courses

qu'elle a disputées avant de se blesser à nouveau? Quatre. La relégation du cadre B au cadre C ce printemps a été la cerise (amère) sur le gâteau. «Maintenant, je n'ai plus de douleurs», dit Eliane Christen en souriant à son père. Il lui rend son sourire.

Agricultrice et skieuse de compétition: une femme comme Eliane Christen a l'habitude de concilier beaucoup de choses. «J'aime m'entraîner seule.» Dans l'idéal, elle répartit ses séances d'entraînement sur la journée afin de pouvoir étudier et aider à



Eliane Christen a son propre chien de berger, Lupo, qui est toujours à ses côtés, autant à la ferme qu'avec ses béquilles. Photo: PHILIPP SCHMIDLI

«IL FAUT AUSSI DE LA CHANCE. ON L'A OU ON NE L'A PAS.»

Remo Christen

la ferme durant les pauses. Concilier des études à l'EPFZ, le sport de compétition et 300 moutons nécessite un vrai talent d'organisation. «J'apprends de manière efficace et j'arrive bien à fixer des priorités», confie Eliane Christen. En revanche, les travaux de groupe à l'université la rendent nerveuse, surtout si tout le monde n'apporte pas sa pierre à l'édifice. «Chez moi, j'y arriverais plus vite et plus facilement.» A l'EPFZ, il n'y a pratiquement pas de vacances entre les semestres, car les examens tombent en général à ce moment-là, aussi bien en été qu'en hiver, pendant la saison

de ski. Ce qui serait difficilement réalisable pour d'autres, l'Uranaise le surmonte avec brio. «J'ai toujours voulu étudier dans cette orientation», dit-elle.

Ce matin de juillet, à 5h30, toute la famille est allée déplacer des moutons d'un alpage à l'autre. Après le dîner, Eliane Christen et son père montent dans la jeep pour aller voir les animaux. Ceux qui sont là aident. Dans cette famille, cela semble aller de soi. «Nous n'avons jamais été forcés

d'aider si nous ne le voulions pas. Mais c'était rare», dit-elle. Elle marche vers la clôture électrique et l'enjambe; les moutons courent déjà vers elle.

PAS BESOIN DE COMPASSION

Dans le paysage alpin escarpé, les animaux se pressent autour d'elle tandis qu'elle répand du sel et ordonne à son chien de berger Lupo de rester de l'autre côté de la clôture. Le père Christen observe sa fille et désigne la seule brebis blanche du troupeau: Julia. La mère l'ayant refusé, il a dû nourrir l'agneau au biberon. Lorsqu'il franchit à son tour la clôture, Julia court directement vers lui. Il se penche et lui gratte le cou. Quand Eliane Christen s'assoit dans l'herbe, Lupo cherche pareil traitement directement sur ses genoux. «La vie à Hospental est rude», dit-elle. Le vent mordant fait voler ses cheveux mal disciplinés. Malgré tout, elle aime cet endroit et ne s'absente que lorsqu'elle le doit.

Cette année, Eliane Christen n'a manqué l'accès au cadre B que pour deux points de classement. Mais le statut de cadre lui importe peu: l'essentiel, c'est de skier! Et si la saison prochaine ne se déroule pas comme elle l'espère, elle continuera quand même à skier, en tant que sportive d'élite ou non.

Quand Eliane Christen s'est retrouvée à l'hôpital après son deuxième accident, son entraîneur lui a dit sans aucun signe de compassion: «C'est de la malchance, regarde devant toi.» Cette réaction l'a surprise, mais la skieuse savait à ce moment-là qu'elle allait continuer. Son père y voit un parallèle avec le travail à la ferme, un matin où l'on découvre un mouton mort. «Il faut aussi de la chance. On l'a ou on ne l'a pas.»



**Hannes
Strolz**

Sport Schuh Fitting ... and you feel good!

Beim Skischuhspezialisten Michel Rieble erhalten Sie neue Skischuhe nach Mass oder individuelle Anpassungen für bestehende Skischuhe aller Marken.

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



TARTE À LA CRÈME: LA DOUCE MOTIVATION DES

Nadine et Cyril Fährdrich, tous deux athlètes de Coupe du monde, font du ski fond depuis leur plus tendre enfance. Les frères et sœurs évoquent avec émotion leur village natal d'Eigenthal (LU), où leur père les entraînait et où leur mère gardait une vision d'ensemble depuis l'atelier.

Le luxe est à portée de main. Et dans leur cas, le luxe prend la forme d'une piste de ski de fond.

Nadine et Cyril Fährdrich sont assis à la table de la cuisine de la maison de leurs parents à Eigenthal. Par la fenêtre ouverte, ils entendent les clapotis d'un ruisseau. Juste devant passe la piste sur laquelle, durant leur enfance, ils ont consacré d'innombrables heures au maniement de leurs skis étroits. Et c'est là qu'ils s'entraînent encore aujourd'hui quand le temps le leur permet. Car la Lucernoise de 29 ans et son frère de quatre ans son cadet sont d'accord sur un point: «Il n'y a aucun endroit plus beau qu'ici.»

Nadine et Cyril ont grandi dans le cadre idyllique d'un village qui possède son propre code postal, mais qui appartient politiquement à la commune de Schwarzenberg. Eigenthal est à l'abri de toute agitation, dans un cadre de montagnes où prospèrent les chemins de randonnée. Le Pilatus s'y dresse majestueusement et se prête parfaitement aux entraînements estivaux à pied. Et si la ville nous manque, le centre de Lucerne est accessible en moins d'une demi-heure de voiture.

EIGENTHAL

Cantons: LUCERNE ET NIDWALD

Altitude: 1000 M

Nombre de pistes: 6 PISTES,
TOUTES NOCTURNES

Kilomètres de piste: 17 KM DE PISTES DE
SKI DE FOND EN CLASSIQUE
ET 18 KM EN SKATING

LES SKIS ALPINS ÉTAIENT TROP «LOURDS»

A un peu plus de 1000 m d'altitude, le duo Fährdrich aurait également eu tout loisir de se consacrer au ski alpin. Un télésiège est d'ailleurs exploité en hiver à Schwarzenberg. Mais les deux athlètes ont privilégié le ski de fond, et pas seulement à cause de la piste toute proche. «Je n'avais pas un grand talent pour le ski alpin», dit Cyril. «Mon goût du risque a toujours été limité», ajoute Nadine. Elle voyait un autre paramètre non

négligeable: «Une journée sur les pistes demande généralement beaucoup plus d'organisation qu'une journée sur les pistes de ski de fond.»

Malgré tout, le ski alpin reste une tradition pour eux. Dans leur jeunesse, ils se rendaient chaque année en Engadine pendant les vacances d'hiver. La destination parfaite pour dévaler des pentes, selon eux. Mais Nadine a rapidement vu un autre argument en faveur du ski de fond:



Le village d'Eigenthal peut se targuer d'avoir deux stars: Nadine et Cyril Fährdrich, deux athlètes de la Coupe du monde de ski de fond. Photos: STEPHAN BÖGLI

«C'est agréable de ne pas devoir faire la queue pour skier. Et l'équipement a aussi ses avantages: nos chaussures, par exemple, sont moins lourdes et encombrantes.»

Les frères et sœurs sont très tôt montés sur des skis de fond – «à 2 ans», précise Cyril. La formation a d'abord été familiale: Käthy, la maman, et Kurt, le papa, ont toujours incité leurs enfants à se défouler dans la nature. Et si la motivation venait à manquer, les parents trouvaient toujours facilement une solution pour stimuler leur progéniture: un thé Ricola sur les pistes ou un dessert au restaurant Unterlaulen: glace, gâteau, tarte à la crème... Beaucoup de douceurs, en somme. Cyril a gardé un souvenir marquant de leurs débuts: «Le circuit de 17 km paraissait interminable.»

UNE MAMAN CHEFFE D'ATELIER

Le loisir hivernal est devenu quelque chose de plus. Nadine et Cyril étaient dotés de qualités qui les ont propulsés au rang d'espoirs nationaux. Leur père, qui était aussi leur premier entraîneur et créait des plans, a aménagé dans le garage une petite salle de musculation dans laquelle



Nadine et Cyril Fährdrich ont grandi sur les skis de fond et les pistes d'Eigenthal.
Photo: PRO EIGENTHAL SCHWARZENBERG

un manuel détaillé est aujourd'hui encore accroché au mur, avec 16 exercices différents. La mère assumait le rôle de cheffe d'atelier. Elle préparait notamment les skis à roulettes et les bâtons de ski, tout en gardant une vue d'ensemble sur le matériel. Et lorsque les deux talents avaient des compétitions à l'étranger, elle se glissait également dans le rôle du chauffeur.

Nadine a ouvert la voie en tant que sœur aînée, avec une volonté de fer de s'établir au plus haut niveau. Aujourd'hui âgée de 29 ans, elle a fréquenté le gymnase sportif d'Engelberg et a suivi une formation commerciale; Cyril est également allé à Engelberg et a choisi la même voie professionnelle que sa sœur. Tous deux représentaient le ski-club Horw. Et encore une fois, ils partagent le même avis: «Il n'y a pas de meilleur club.»

Nadine et Cyril ont réussi à percer, ils sont devenus les figures sportives d'Eigenthal. Nadine Fährndrich a fait ses débuts en Coupe du monde en 2015 et a décroché quatre victoires à ce jour, toutes en sprint. Elle a également participé aux JO 2018 (PyeongChang) et aux JO 2022 (Pékin) ainsi qu'à quatre éditions des Mondiaux. Cyril s'est lui aussi établi en Coupe du monde. Il a fait ses débuts en 2020 et son meilleur résultat à ce jour est une 3^e place – lors d'une étape du Tour de Ski 2023/24, qu'il a terminé à la 13^e place du classement général. Tous deux espèrent désormais briller lors du grand rendez-vous de la saison à venir: les Mondiaux de ski nordique à Trondheim.

LE RECORD DU PARCOURS SUR LA «GÖPFI-LAUF»

Nadine vit à Knutwil (LU), Cyril à Gossau (ZH). Mais ils reviennent régulièrement dans leur village de cœur et s entraînent au pied du Pilate (côté nord). Enfants, ils passaient des heures à se défouler en plein air; aujourd'hui, d'innombrables possibilités de peaufiner leur forme s'offrent à eux – par exemple, en montant la colline de Malters à Eigenthal à ski à roulettes, en gravissant le Pilatus à pied ou alors en courant en direction du Mittaggüpfli. Tous deux ont déjà participé à la traditionnelle



Les deux frères et sœurs ne vivent plus à Eigenthal, mais reviennent régulièrement à la maison.



Cyril Fährndrich confie que c'est un privilège pour eux d'avoir grandi à cet endroit.

«Göpfi-Lauf», avec son menu costaud de 14,2 km et 1100 m de dénivelé. Nadine détient encore aujourd'hui le record du parcours en 1h38'.

«Nous nous sentons privilégiés d'avoir pu grandir ici et d'y être toujours chez nous», lâche Cyril Fährndrich. Sa sœur ne peut que confirmer: «C'était vraiment merveilleux de pouvoir vivre à Eigenthal durant notre enfance.» Pour eux, de rentrer à la maison le jour de Noël va de soi. Ce qui leur permet de recharger encore une fois les batteries avant le Tour de Ski. Il n'y a qu'une chose à laquelle Nadine renonce alors: participer à des jeux de société avec

sa famille. «Je suis une mauvaise perdante», admet-elle, avant d'ajouter avec un clin d'œil: «C'est pourquoi je préfère renoncer avant même le début.»

Les parents sont bien entendu fiers de la trajectoire qu'ont connue Nadine et Cyril. Nous ne les avons jamais poussés, nous ne pensions pas que les deux pourraient un jour devenir des professionnels», souligne Käthy Fährndrich. «Mais une chose était importante pour nous: leur transmettre de ne jamais faire à moitié tout ce qu'ils entreprennent. Et qu'ils terminent ce qu'ils ont commencé.»

Elle le sait depuis longtemps: ses enfants ont totalement appliqué ce conseil.

La neige du Haut-Adige se déguste juste après le Brenner

Région de ski Sterzing-Ratschings-Gossensass

L'hiver dans le Haut-Adige commence juste après le col du Brenner, dans la région de ski Sterzing-Ratschings-Gossensass située à un peu plus de quatre heures de train ou de voiture de la Suisse. Ski alpin, ski de fond, ski de randonnée ou luge: ici, les plaisirs de l'hiver sont nombreux et l'enneigement est garanti!

Sterzing et Ratschings complètent, avec Gossensass, le trio d'une région de rêve qui, une fois visitée, fait revenir les touristes. La situation sur la crête principale des Alpes est une garantie de météo constante et d'enneigement à 100%, tout comme la région de ski avec les domaines skiables de Rosskopf, Ratschings-Jaufen et Ladurns fait la meilleure publicité pour les 66 kilomètres de pistes de ski alpin et une offre hivernale alternative encore plus considérable. A cela s'ajoutent 19 cabanes de ski pour savourer une pause bien méritée.

Dans ces trois domaines skiables certes petits, mais de qualité, des remontées mécaniques modernes assurent le confort nécessaire pour accéder aux domaines skiables le plus rapidement et sûrement possible – par exemple à plus de 2030 m d'altitude à Ladurns, à 2150 m

d'altitude à Ratschings-Jaufen ou à 1860 m d'altitude au Rosskopf. Différents modèles de forfaits de ski sont proposés pour découvrir la région de ski Sterzing-Ratschings-Gossensass en toute décontraction. Le forfait de ski de la vallée de Wipp (Haut-Adige) inclut les trois domaines skiables ainsi qu'une prairie de ski avec un télésiège pour débutants ou un paradis des enfants directement dans le domaine skiable de Ladurns (station intermédiaire).

Mais les amateurs de ski de fond ne sont pas en reste. Pour celles et ceux qui préfèrent une ambiance hivernale un peu plus tranquille et qui souhaitent troquer leurs skis alpins contre des spatules étroites: avec 60 km de pistes de ski de fond, il n'y a aucun risque de bousculade en ski nordique, pas plus que sur les nombreux sentiers de raquettes et de randonnée hivernale ou sur la piste de patinage. Les enfants ne sont pas non plus oubliés, par exemple au Fichtl's Kinderland à Ladurns. Sans oublier que petits et grands peuvent s'élancer sur la plus longue piste de luge éclairée et enneigée du Haut-Adige et d'Italie, au Rosskopf.

Dans les trois communes de Sterzing, Ratschings et Gossensass, il est possible de passer la nuit dans des hôtels, des pensions et des appartements de vacances. Celles et ceux qui apprécient la combinaison de la ville et de la montagne ne devraient pas rater Sterzing. Elle figure parmi les plus belles villes des Alpes grâce à sa situation unique le long de la frontière autrichienne et entourée de cols alpins. A la fin de l'année, le marché de Noël local fait partie des marchés de Noël originaux du Haut-Adige. Venir skier à Sterzing en hiver présente encore un autre avantage: il suffit de douze petites minutes pour monter en téléphérique sur la montagne de Sterzing.

La région propose huit lieux de vacances qui forment une belle harmonie entre les offres pour les sportifs actifs et les lieux naturels, traditionnels et contemplatifs pour les touristes. La saison hivernale dans la région de ski dure plus longtemps que partout ailleurs: du 5 décembre 2024 au 27 avril 2025. L'avons-nous déjà précisé? L'enneigement est garanti!



Infos

SITUATION Le domaine skiable de Sterzing-Ratschings-Gossensass se situe au nord du Haut-Adige et commence juste après le col du Brenner. Altitude: 800 m à 2150 m Les trois domaines skiables sont situés à Ladurns, Rosskopf et Ratschings-Jaufen.

SKI ALPIN Les remontées mécaniques de Sterzing, Ratschings et Gossensass proposent 66 km de pistes dans les trois niveaux de difficulté, 19 cabanes de ski et 180 installations pour l'enneigement artificiel.

ALTERNATIVE 100 km de pistes de ski de fond, des sentiers de randonnée à pied ou en raquettes, un paradis des enfants sur la piste de luge de Ladurns et d'autres alternatives d'activités et de loisirs.

SAISON 5 décembre 2024 au 27 avril 2025.

ACCÈS

En train: Brenner, Gossensass, Sterzing et Freienfeld ont leur propre gare. Il est ensuite possible de continuer en bus ou avec les services de transfert des hôtes.

En voiture: depuis la Suisse, l'itinéraire le plus rapide passe par Innsbruck et le col du Brenner.

MOBILITÉ SUR PLACE: le réseau de transports publics est bien développé. Le «Südtirol Guest Pass» («active-Card») est délivré par les hôtes participants. Il inclut les transports publics, les navettes de ski et des rabais sur la location de ski et dans les magasins de sport.

TEMPS FORTS DE LA SAISON

Ski au lever du soleil et luge nocturne au Rosskopf (tous les vendredis). Ski et cabane (Hüttengaudi) dans le domaine skiable de Ratschings du 11 au 26 janvier 2025, Sonnenskilauf du 22 mars au 5 avril 2024. Pantalon de cuir à la neige dans le domaine skiable de Ladurns le 15 mars 2025.

PLUS D'INFORMATIONS

www.sterzing-ratschings.com

UNE GÉNÉROSITÉ À L'IMPACT DURABLE

Il y a 20 ans, alors que la Suisse du ski était au plus bas sur le plan sportif, la relève du ski alpin a reçu une aide financière d'une ampleur à peine imaginable. Ces prochaines années, de jeunes athlètes continueront de profiter de l'amour d'un docteur en pharmacie pour le ski suisse.

«Ces dernières années, nous nous sommes souvent dit que cela aurait été merveilleux que Heinz puisse vivre les succès actuels», déclare Annalisa Gerber, responsable des relations chez Swiss-Ski, à quelques semaines du début de la saison 2024/25 au Home of Snowsports à Worblaufen. Alors qu'elle prononce ces mots, elle se tourne vers Mike von Grünigen. Celui-ci approuve d'un signe de tête et ajoute: «Heinz serait très heureux.» Tous deux se sont rendus à une séance au cours de laquelle les demandes de soutien sont examinées. Et tous deux parlent de Heinz Grütter, un promoteur sportif et docteur en pharmacie de Langenthal, décédé en 2014 à l'âge de 92 ans.

Au début du siècle, l'expression «crise du ski» commençait à fleurir dans les médias suisses et aux tables des bistrots. Le 7 février 2004, en plein milieu de cette crise sportive, une fondation pour la promotion du ski alpin a été créée à Adelboden et le Dr Heinz Grütter l'a dotée d'un capital important. Son amour du ski et sa générosité ont constitué la base d'une promotion durable de la relève, dont le système du ski alpin de Swiss-Ski bénéficie encore aujourd'hui. «La Suisse doit redevenir la nation numéro un du ski alpin», telle était la volonté du donateur.

PROMOTION INDÉPENDANTE DU STATUT SOCIAL

La première place au classement des nations de la Coupe du monde était alors inaccessible pour la Suisse. Les skieurs alpins de Swiss-Ski n'étaient même pas les premiers contradicteurs de l'Autriche. Au classement des nations de la saison 2003/04, la Suisse occupait encore la 3e place derrière l'Italie, avec pas moins de 11 989 points de retard sur des Autrichiens déchaînés. On a cherché en vain une Suissesse ou un Suisse dans le top 10 du classement général de la Coupe du monde. Un an plus tard, la situation était encore plus sombre, car en plus de l'absence de médailles aux Championnats du monde de Bormio, les Suisses ont chuté à la 4e place du classement par nation. Chez les femmes, la Suisse n'était plus que la dixième meilleure équipe.

Beaucoup se sont battus pour remédier à la gueule de bois générale, mais le Dr Heinz Grütter l'a fait avec une véhémence toute particulière, notamment sur les conseils de son ami et gestionnaire de fortune Hans-Peter Vöggtli. Améliorer l'environnement social des athlètes en mettant l'accent sur la relève, promouvoir les projets de ski scolaire, soutenir la mise en place d'infrastructures pour le ski alpin et soutenir les personnes en difficulté: tels sont les objectifs et les missions de la fondation qui existe depuis maintenant 20 ans. Des centaines de jeunes skieurs en ont bénéficié et continueront d'en bénéficier à l'avenir. «Pour que la Suisse reste une nation de ski, les talents doivent être détectés tôt et promus de manière globale, indépendamment de leur statut social», expliquait Heinz Grütter pour justifier son engagement en



*Un grand ami et promoteur
du ski de compétition suisse:
Heinz Grütter († 2014). Photo: MÄD*

faveur de la relève du ski. Selon le mécène de Langenthal, qui a injecté 10 millions de francs dans la fondation lors de sa création, le ski est indissociable de la Suisse. Le donateur voulait pourtant rester anonyme, mais le nom de ce pharmacien passionné de ski, lui-même skieur actif à l'époque de Karl Molitor, a cependant rapidement filtré dans les médias.

UN COUP DE CHANCE LOIN D'ÊTRE UNE ÉVIDENCE

Mike von Grünigen a contribué dès le début à l'histoire à succès de la fondation. L'ancien skieur de l'Oberland bernois préside la Dr. Heinz Grütter-Jundt Stiftung pour la promotion du ski alpin en Suisse depuis 2007. Il a ainsi succédé à l'ancien conseiller fédéral Adolf Ogi, qui avait joué un rôle déterminant dans la création de la fondation. Au sein du conseil de fondation, il est soutenu par la vice-présidente Annalisa Gerber ainsi que par les autres membres Caroline Gunzenhauser, Daniel Saner, Rudolf Suter et Hans-Peter Vöggtli.



Heinz Grütter appréciait les moments de convivialité au sein de la famille du ski suisse. Photo: MÄD

Auparavant, le slalomeur aux 23 victoires en Coupe du monde, double champion du monde et médaillé de bronze aux JO 1998 avait déjà présidé le comité consultatif de la fondation durant les trois premières années. Il s'agit de l'organe qui assiste le conseil de fondation sur les questions spécifiques au sport et qui émet des recommandations sur les demandes de soutien à accepter. «Dès le début, il était important pour nous que les connaissances spécifiques au ski de toutes les régions de Suisse puissent être partagées au sein du comité consultatif», explique Mike von Grünigen.

Actuellement, le comité est composé des anciens skieurs Daniel Albrecht, Marc Gini et Caterina Wehrli-Dietschi ainsi que de Didier Bonvin, Annalisa Gerber et lui-même. Les athlètes des niveaux U14 à U21 ainsi que celles et ceux des centres de performance de la relève (CPR) de Swiss-Ski ont droit à un soutien. Les demandes peuvent être déposées jusqu'à fin juillet, puis le comité consultatif de la fondation se réunit pour élaborer des recommandations à l'attention du conseil de

fondation composé de six membres. Cette année, 72 demandes ont été déposées. Mais il y en avait parfois plus d'une centaine, avant la création de la fondation Passion Schneesport.

Au cours des 20 dernières années, la fondation de Heinz Grütter a versé plusieurs millions à la relève du ski suisse. «Il est important de ne jamais l'oublier. C'est un coup de chance et cela ne va pas de soi que quelqu'un s'engage autant pour notre jeunesse, comme l'a fait Heinz Grütter», déclare Annalisa Gerber, qui fait partie du conseil de fondation depuis sa création en tant que vice-présidente et représentante de Swiss-Ski. «Notre devoir est de prendre soin de l'héritage de Heinz Grütter», ajoute Mike von Grünigen. «Il s'agit d'utiliser consciencieusement ces montants conséquents. La fondation est très bien organisée, ce qui signifie que beaucoup d'autres athlètes profiteront encore de l'amour que portait Heinz Grütter au ski.»

Heinz Grütter, qui n'a pas eu d'enfants et dont l'épouse est décédée en 2003, se sentait très à l'aise au sein de la famille du ski suisse. De son vivant, en tant que membre du conseil de fondation, il suivait de près l'évolution des jeunes skieuses et skieurs qu'il soutenait. Il appréciait aussi de pouvoir échanger avec les athlètes lors des courses de Coupe du monde et d'autres manifestations de Swiss-Ski. Il insistait toujours auprès des responsables de Swiss-Ski sur le fait que la Suisse devait absolument redevenir la nation numéro un du ski alpin, se souvient Annalisa Gerber. «Heinz Grütter était très heureux et fier du fait qu'un ancien champion du monde, Mike von Grünigen, ait repris la direction de sa fondation.»

DES FRUITS PRÊTS À ÊTRE RÉCOLTÉS

Les trois centres de performance de la relève de Swiss-Ski à Brigue, Engelberg et Davos bénéficient depuis deux décennies d'un soutien financier annuel de la part



Les membres du conseil de fondation lors du Golf Trophy de Swiss-Ski: Mike von Grünigen, Caroline Gunzenhauser, Hans-Peter Vögli, Rudolf Suter (de g. à dr.).

Manque: Daniel Saner. Photo: STEPHAN BÖGLI

de la fondation. La stratégie de la relève de Swiss-Ski dans le domaine du ski alpin est également soutenue, saison après saison, par un montant important. La Dr Heinz Grütter-Jundt Stiftung a récemment participé à un projet d'infrastructure à Zinal. Il s'agissait de rendre possible l'enneigement artificiel d'une piste afin que la relève du ski puisse l'utiliser le plus tôt possible pour les entraînements et les compétitions.

La grande importance de la fondation pour la relève du ski alpin est illustrée par le fait que plusieurs athlètes d'hier et d'aujourd'hui qui sont montés sur le podium de la Coupe du monde ont reçu des prestations de soutien dans leurs jeunes années. Sans ces aides financières, certain(e)s athlètes de cadre auraient dû abandonner le ski de compétition il y a quelques années. «Ces familles en sont parfaitement conscientes. Nous ressentons une grande gratitude», déclare Annalisa Gerber.

Les fruits d'une promotion durable et ciblée de la relève ne peuvent pas être récoltés à court terme. Mais aujourd'hui, le ski suisse vit sa meilleure période depuis les années 1980. Outre les nombreux sacres aux JO, aux Mondiaux et en Coupe du monde, Heinz Grütter a vu son souhait exaucé à quatre reprises au cours des cinq dernières années: la première place au classement des nations de la Coupe du monde. Il n'a pas eu la chance de vivre ces succès. Il est donc d'autant plus important que ses services rendus à la relève du ski suisse ne tombent jamais dans l'oubli.

Texte: ROMAN EBERLE



Le président et la vice-présidente de la fondation: Mike von Grünigen et Annalisa Gerber. Photo: STEPHAN BÖGLI

T U R N

into a hero



CYPRIEN SARRAZIN
Kitzbühel Hero



HERO ELITE

**L'EXPERTISE DE LA COURSE,
LA PUISSANCE À CHAQUE
VIRAGE.**

Conçu pour les passionnés de compétition, le Hero Elite ST Ti est un ski haute performance inspiré de la Course et de nos athlètes, destiné aux skieurs techniques sur piste, adeptes de virages vifs, courts et incisifs.



L'HISTOIRE D'UN MODÈLE DE RÉUSSITE

Attentif et toujours souriant, Ivan Capaul observe les derniers travaux de la Freestyle Academy de Laax, qui comprend une zone de skate, une zone de trampoline et une zone de parkour. Il prend le temps nécessaire pour terminer la nouvelle construction de ce qui fut la première salle de freestyle indoor d'Europe à son ouverture en décembre 2010 – à l'époque dans l'ancienne halle de tennis. Une discussion par-ci, une discussion par-là. L'ambiance est détendue, comme c'est souvent le cas dans le milieu du freestyle. Il y a toujours de la place pour la joie et le plaisir, mais aussi pour l'ambition. L'un n'exclut pas l'autre.

C'est cette combinaison qu'Ivan Capaul, qui travaille pour la société Weisse Arena AG depuis 1995, ainsi que son équipe mettent en œuvre au Club Freestyle Academy de Laax. Ainsi, on trouve des freeskieurs, des snowboarders freestyle et des skateboarders qui souhaitent avant tout passer un moment décontracté ensemble, tandis que d'autres affichent clairement leurs ambitions et voient le sport de compétition comme leur objectif. Rien qu'au cours de l'hiver 2023/24, le deuxième groupe a signé pas moins de 113 podiums lors de compétitions régionales, nationales et internationales.

L'excellent travail réalisé au sein du Club Freestyle Academy de Laax n'a pas échappé aux responsables de la fédération de ski grisonne. Il y a un an, ils lui ont décerné le label de «Centre régional de performance», comme il en existe d'autres dans le canton des Grisons, en Haute et Basse-Engadine, là où se dérouleront les Mondiaux

de freestyle l'an prochain. Il ne fait aucun doute que des athlètes qui s'entraînaient ou qui s'entraînent encore à la Freestyle Academy Laax seront présent(e)s lors de ce grand événement, à commencer par le freeskieur Andri Ragettli, «qui a grandi chez nous», comme le dit fièrement Ivan Capaul.

UN SYSTÈME MODULAIRE

Le Club Freestyle Academy Laax est né d'une nécessité, «parce qu'une licence est nécessaire pour disputer des concours et qu'elle ne peut être obtenue que par le biais d'un club», explique Ivan Capaul. La demande en la matière ne cessait de croître au sein de la Freestyle Academy et nous ne pouvions pas faire autrement que d'élargir l'offre et de créer un club.» Ce qui a été fait en mars 2020. Depuis le début, le club sert

quasiment de levier pour que tout soit en ordre et en conformité avec les instances (Association grisonne de ski et Swiss-Ski). Les responsables de la société Weisse Arena AG, dont fait partie la Freestyle Academy Laax, s'occupent toujours de l'ensemble des entraînements.

Le Club Freestyle Academy Laax est différent de la plupart des autres clubs, et pas seulement parce qu'il compte parmi ses membres des pratiquants d'un sport d'été, le skateboard. L'offre d'entraînement ne fonctionne pas comme d'habitude selon un programme, mais propose un système modulaire. «Les parents peuvent choisir les prestations qu'ils souhaitent demander pour leur enfant», explique Ivan Capaul. L'offre est composée d'entraînements sur et



Laax est l'un des hauts lieux de la scène du freestyle suisse et de la promotion des jeunes talents. Photos: CLUB FREESTYLE ACADEMY LAAX

Dans un esprit de compétition ou pour le plaisir: l'essentiel est que les enfants bougent et qu'ils vivent les joies du freestyle.



hors neige ainsi que de camps. L'important, c'est que les athlètes qui participent à des compétitions aient le nombre d'heures d'entraînement requis par la Fédération.

Afin de leur offrir les meilleures conditions possibles, la Freestyle Academy Laax travaille en étroite collaboration avec la Freestyle Academy Zurich. Environ un cinquième des athlètes qui s'entraînent à la Freestyle Academy Laax et au Crap Sogn Gion habitent en dehors des Grisons et s'entraînent hors neige à leur domicile. Le coach en chef Jonas Sigg, ainsi qu'un entraîneur de freeski, un de snowboard freestyle et un de skateboard s'occupent des compétiteurs à Laax. En plus de ce quatuor permanent, le club Freestyle Academy Laax peut faire appel au pool des professeurs de ski et de snowboard de la Laax School, qui sont payés à l'heure.

La question centrale de la coopération entre la Freestyle Academy de Laax et celle de Zurich est le décompte des subventions de Swiss-Ski, Jeunesse+Sport (J+S) ainsi que de l'Association grisonne de ski (BSV) et de l'Association zurichoise de ski (ZSV). Les deux organisations procèdent de manière simple, l'élément décisif étant que les athlètes soient affilié(e)s à un club. La charge administrative est néanmoins considérable, même pour une cinquantaine de membres actifs (auxquels s'ajoutent à peu près autant de membres passifs) comme c'est le cas au sein du club Freestyle Academy Laax.



La première salle de freestyle indoor d'Europe

«PAS D'ESPRIT DE CONCURRENCE»

Revenons à la Freestyle Academy Laax. Aurait-elle été relancée en raison des Mondiaux de l'année prochaine? «Non», répond clairement Ivan Capaul. «Nous n'avons pas non plus d'esprit de concurrence, nous avons même échangé des informations.» Les organisateurs des Mondiaux ont ainsi accompagné l'équipe d'organisation du Laax Open en amont et lors

de l'événement freestyle le plus prestigieux d'Europe. Les responsables de la Freestyle Academy de Laax ne sont pas impliqués dans l'organisation des Mondiaux. Andri Ragettli et les autres ne manqueront pas de soutien de la part de la Surselva et de la Freestyle Academy en mars 2025 en Engadine, car ces Mondiaux dans leur propre canton sont un événement majeur.

Texte: ANITA FUCHS



UN NOM POUR TOUJOURS ASSOCIÉ AU SKI

CONNY LEHMANN-KISSLING A DANSÉ SUR LA NEIGE, SAUTÉ DES TREMPLINS ET SERPENTÉ SUR DES PISTES DE BOSSES. AUJOURD'HUI, LA SOLEUROISE EST ÂGÉE DE 63 ANS. ET LE SPORT CONTINUE DE MARQUER LE QUOTIDIEN DE L'ÉPOUSE DU CO-PRÉSIDENT DE SWISS-SKI URS LEHMANN.

Il est midi et Conny Lehmann-Kissling est au meilleur de sa forme. Elle prend place dans le centre de fitness devant un groupe qui se retrouve tous les mercredis au Gym-Fit d'Affoltern am Albis (ZH) pour une leçon de Reformer Pilates. «Nous allons délier le dos et mobiliser la colonne vertébrale!», s'exclame la prof de 63 ans. Elle montre l'exercice dans un style impeccable et avec une grande aisance. «Concentrez-vous sur votre posture!»

Des leçons comme celles-ci font partie intégrante de son planning. Elles ne font pas seulement du bien à ses élèves, mais aussi à elle. Elles augmentent la confiance en soi et améliorent la posture. Et Conny

Lehmann-Kissling se tient toujours très droite dans la vie. «Je suis en forme, en tout cas suffisamment pour me sentir bien», dit-elle.

LA COMBINAISON «BANANE» ET WALKMAN

Le sport l'accompagne depuis toujours dans sa vie. Aujourd'hui encore, beaucoup associent son nom de célibataire à un sport qui n'existe plus sous cette forme: le ski acrobatique. Et ce nom indissociable: Conny Kissling.

Chez les plus âgés, des images surgissent immédiatement à l'esprit, montrant une jeune femme en combinaison de ski multicolore qui danse avec élégance sur la neige. Ce que l'on appelait le ballet à ski. Des souvenirs gravés dans la mémoire. Comme ces séquences d'entraînement qui montrent une athlète avec une «banane» sur le ventre et un walkman, le lecteur portable de musique.

La Soleuroise montrait bien plus que du «simple» ballet sur ses skis. Mais nous y reviendrons plus tard.

Pia Cornelia, son prénom de naissance, devient Conny dans sa petite enfance. Et Conny grandit à Olten dans une famille passionnée de sport. Comme pour ses frères et sœurs, ses parents lui demandent de choisir un sport qui ne les transforme pas en service de taxi pour se rendre aux entraînements. Conny aime la danse dès son plus jeune âge, son talent est indéniable. Et cette passion ne la quitte pas, bien au contraire.

Mais elle a une deuxième passion: le ski. Hiver après hiver, les Kissling passent leurs vacances à Sörenberg. Et c'est là, dans l'Entlebuch lucernois, que Conny croise un jour un jeune homme qui fait des sauts audacieux sur les skis. Et des pirouettes. Cela la fascine tellement qu'elle essaie très vite à



Conny Lehmann-Kissling a fait du sport sa raison de vivre. Autrefois sportive d'élite, elle est aujourd'hui coach de fitness.

«AU FOND DE MOI, JE SUIS QUAND MÊME CHAMPIONNE OLYMPIQUE.»

son tour des figures. Là voilà qui danse sur les skis. Peut-on rêver meilleure combinaison pour une femme si passionnée par les deux sports?

«CONNY STAR» SOUS LES FEUX DE LA RAMPE

Pratiquer les deux sports à un haut niveau, le ski et la danse, n'est guère possible. Conny Kissling doit donc faire un choix. Elle porte son choix sur les sports d'hiver, augmente le volume de ses entraînements et élargit son répertoire. Le ballet

à ski est une discipline, puis elle y ajoutent les sauts spectaculaires en aeriels et les parcours tout aussi spectaculaires du ski de bosses. Tout cela fait d'elle une athlète complète que l'on appellerait aujourd'hui une freeskieuse. Sur les pistes de bosses, elle utilise des skis de 1,90 m; ceux de saut mesurent 1,60 m; et pour le ballet, elle a des lattes de 1,40 m.

Conny Kissling obtient un diplôme de commerce, travaille dans un bureau et investit beaucoup de temps dans le ski acrobatique. Elle est considérée comme une pionnière qui, grâce au soutien de

sponsors, parvient à miser entièrement sur le ski acrobatique à 25 ans et à gagner sa vie. Dans les archives de la RTS, on trouve un portrait de 17 minutes de la série «Sous la loupe» datant de 1983 et intitulé «Conny Star». Dans ce reportage, elle raconte que ce n'est pas son intention d'être connue: «Je fais ça pour moi.»

A l'époque, elle n'en est certes qu'au début de sa carrière au plus haut niveau. Mais dans le reportage, elle est déjà qualifiée d'«étoile au firmament du sport suisse». Elle réussit en effet à percer, fait sortir de l'anonymat un sport qui était jusqu'alors méconnu du grand public et lui donne un visage, le sien.

LE TITRE OLYMPIQUE EN 1992, AVEC UN ASTÉRISQUE

Elle se hisse au rang de grande dominatrice de son sport et remporte dix fois de suite le classement général de la Coupe du monde. Et elle marque également deux éditions de Jeux olympiques de son empreinte.

En 1988, elle obtient le bronze en ballet et en ski de bosses. Quatre ans plus tard, elle décroche l'or en ballet. Hélas, il ne s'agit que d'épreuves de démonstration, ce qui signifie que la Soleuroise n'est pas officiellement championne olympique.

C'est sans doute un bémol, mais cela ne l'empêche pas de dire: «Au fond de moi, je suis quand même championne olympique.» Elle n'oubliera jamais des moments tels que celui de la cérémonie de remise des médailles à Calgary, avec les acclamations auxquelles elle a aussi droit, elle la Suisseuse qui a terminé deux fois 3^e. «C'est ce que doit ressentir une rockstar», pense-t-elle alors. Aujourd'hui, elle éprouve encore de la fierté en regardant les photos de l'époque: «C'était un sentiment indescriptible.»

Conny Kissling a conservé sa volonté de fer et se dit convaincue que la danse l'aide au quotidien. C'est pour elle une manière idéale d'optimiser la maîtrise de son corps: «Pour moi, danser signifie bouger, mais aussi s'affirmer par sa posture.»

En 1992, elle se retire de la compétition. Même si elle a un contrôle total sur son corps, elle ne peut pas ignorer certains signaux qu'il lui envoie. Kissling estime que le moment est venu de prendre sa retraite. La même année, elle est élue sportive suisse de l'année. Sa popularité lui ouvre ensuite des portes dans le secteur privé. Elle prend des cours de chant auprès d'une amie soprano afin de travailler précisément sa voix. On lui propose des mandats d'animatrice, elle présente des émissions sportives sur «Tele-Bärn», effectue un stage à la «Schweizer Illustrierte», avant d'atterrir finalement dans le marketing de l'entreprise de mode «Bogner». En 1997, elle fait la connaissance d'Urs Lehmann lors d'un événement organisé par Salomon. A l'époque, le vainqueur de la descente des Mondiaux 1993 à Morioka travaille pour l'équipementier de ski.

A DEUX SUR LES PISTES

Les deux tourtereaux se mettent en couple, puis se marient en 2002 au Grütli. Conny Kissling s'appelle désormais Conny Lehmann-Kissling, et deux ans plus tard, leur fille Nina voit le jour. Le

Conny Lehmann-Kissling remporte le classement général de la Coupe du monde dix fois de suite et décroche trois médailles lors des épreuves de démonstration aux JO 1988 et 1992. Photo: MÄD



Conny en action – retrouvez ici le reportage de la SRF sur la fin de sa carrière



trio s'installe alors dans la commune argovienne d'Oberwil-Lieli. Mais s'installer ne signifie pas prendre racine. En 2008, Urs Lehmann est élu président de Swiss-Ski, tandis que Conny continue à s'engager dans le domaine du marketing. Mais elle donne toujours beaucoup d'importance au sport. Elle suit une formation d'institutrice de spinning, de fitness et de Reformer-Pilates: «Bouger régulièrement et de manière intense fait partie de ma vie.»

Quand elle ne donne pas elle-même de leçons, elle roule à vélo, sur la route ou à VTT. Le golf fait également partie de ses loisirs, à un rythme de deux parcours par semaine. Avec une amie, elle joue au golf à Küsnacht am Rigi, avec une autre à Schönenberg (ZH). En hiver, le couple Lehmann-Kissling profite aussi de quelques journées de ski en commun. Et elle aime bien sûr aussi des courses de ski: «Je m'intéresse aux résultats des Suisses, en ski de compétition mais aussi dans de nombreux autres sports.» Sans oublier le ballet à ski. Pour danser dans la neige, elle se rend de préférence à Hoch-Ybrig.

En parallèle, elle s'occupe d'un bien immobilier qu'elle a acquis avec son mari à Jonen (AG) et dans lequel elle travaille le plus souvent avec le restaurant italien La Rotonda, par exemple lorsqu'il s'agit de se prononcer sur du nouveau mobilier. Sans oublier une activité qui lui tient à cœur: son rôle d'ambassadrice Laureus. Depuis 2012, elle s'engage pour la fondation, dont l'objectif est d'influencer positivement la vie des enfants et des adolescents grâce au sport.

La positivité: voilà une valeur que Conny Lehmann-Kissling souhaite faire rayonner. «Il est très important pour moi d'avoir un effet aussi motivant que possible sur mon entourage», dit-elle. C'est exactement ce qu'elle fait ce mercredi-là à Affoltern am Albis, devant un groupe de douze personnes pour une leçon de Reformer Pilates. La leçon se termine. Une femme prend congé: «C'était une super leçon, merci!»

Conny Lehmann-Kissling répond à ce beau compliment par un sourire. Objectif atteint.

Texte: PETER BIRNER

«LA NATURE AVEC SES MONTAGNES ET SES LACS EST POUR MOI UN ENDROIT OÙ IL FAIT BON

Ryan Regez 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?

Ryan Regez: D'une part, le skicross est synonyme d'énergie et d'adrénaline. En même temps, ce sport me procure beaucoup de plaisir. Ce qui me motive le plus, c'est la volonté de toujours vouloir être le meilleur.

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

Les hivers devenant toujours plus courts, les compétitions devront se dérouler sur une période plus condensée. En outre, la préparation estivale ne pourra débuter que plus tard dans l'année.

Photo: MAIK WENDT



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

Je me nourris à base de plantes, car une alimentation saine et durable me tient à cœur. De plus, je plaide pour que les entraînements sur neige débutent le plus tard possible dans l'année. L'un des avantages serait que nous pourrions nous entraîner sur les glaciers, ici en Suisse, au lieu de devoir nous rendre outre-Atlantique.

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

Je souhaite que la conception du calendrier soit adaptée aux développements et mieux réfléchi, par exemple en organisant des compétitions doubles, c'est-à-dire des compétitions féminines et masculines qui se tiendraient sur un seul et même site. Cela présenterait notamment l'avantage de mieux exploiter la préparation des pistes.

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

Une meilleure planification du calendrier serait déjà une contribution considérable. D'autres mesures consisteraient à commencer la saison plus tard dans l'année et à la raccourcir, ainsi qu'à organiser les courses les unes après les autres dans des lieux proches afin de limiter au maximum les déplacements entre deux courses.

POURQUOI T'ENGAGES-TU AU SEIN DE SNOWSTAINABILITY ET QU'ESPÈRES-TU ATTEINDRE AVEC TON ENGAGEMENT?

La durabilité dans les sports de neige est importante afin que les générations futures puissent, elles aussi, profiter des sports d'hiver.

QUE SIGNIFIE POUR TOI «SNOWSTAINABILITY»?

Snowstainability signifie ne pas se voiler les yeux, regarder les choses en face et agir en faveur de notre planète.

RYAN REGEZ ET SNOWSTAINABILITY

Le skicrosser Ryan Regez (30 ans) a remporté l'or aux JO 2022 et a décroché la même année le grand globe de cristal du classement général de la Coupe du monde. Le Bernois est membre de l'équipe nationale de Swiss-Ski et retrouve petit à petit les sommets après une blessure au genou. Ryan Regez fait partie des ambassadeurs de Snowstainability, au même titre que Lea Meier, Daniel Yule et Kilian Peier. Cette association a été créée en mai 2022 par Swiss-Ski et son partenaire 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. Snowstainability 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.snowstainability.ch



DOUCEUR OU PEUR – D’OÙ VIENT LA MOTIVATION?

Que trouve-t-on dans une tarte à la crème? De la pâte feuilletée, à laquelle il faut ajouter, selon la recette traditionnelle, du lait, des jaunes d’œufs, du sucre, de la féculé de maïs, des gousses de vanille, de la gélatine et de la crème entière. Pour le glaçage: de la gelée de coings, du sucre en poudre, de l’eau (chaude) et du jus de citron (quelques gouttes).

Et en quoi consiste le fait de «pousser»? Avez-vous déjà rencontré des parents qui disent avoir poussé leurs enfants? Aucun, ou presque. Même pas quelques gouttes? Non. Les enfants font ça pour eux-mêmes.

«Je le fais pour moi», disait Conny Lehmann-Kissling dans un reportage télévisé des années 1980, comme on peut le lire en page 60 de ce numéro de «Snowactive». Elle n’avait pas l’intention de devenir connue.

En 1992, la skieuse acrobatique a remporté l’or en ballet aux Jeux olympiques. Conny Lehmann-Kissling est devenue célèbre, mais n’est pas officiellement championne olympique, car elle pratiquait un sport de démonstration.

Pour qui Léa Lathion le fait-elle? Qui la pousse? La peur? La spécialiste de télémark dit que son petit globe de cristal pour sa victoire au classement du sprint parallèle

est conservé dans une boîte, dans sa cave à skis. Elle est un peu superstitieuse et a peur de ne plus jamais en gagner «en le voyant trop souvent» (p. 36).

Dans quelle mesure un succès est-il vraiment un accomplissement s’il s’accompagne de la peur de ne plus le célébrer à nouveau? L’enthousiasme vient-il plus tard?

«Au fond de moi, je suis quand même championne olympique», déclare Conny Lehmann-Kissling. Léa Lathion est-elle «quand même» gagnante d’un petit globe de cristal au fond d’elle-même? Ou seulement dans sa cave?

«Nous ne les avons jamais poussés», dit Käthy Fähndrich à propos de sa fille Nadine et de son fils Cyril, qui ont tous deux atteint la Coupe du monde en ski de fond (pp. 50). Mais si la motivation manquait, il y avait une belle tranche de tarte à la crème au restaurant d’alpage.

«Pour le ski, mes parents ont dû un peu me pousser», dit la skieuse Janine Schmitt (pp. 28). «Après deux descentes, j’avais le droit de retourner à l’appartement de vacances pour jouer aux Lego. Mon enthousiasme pour le ski de compétition est venu plus tard.»

«Pousser» ses enfants se fait-il aussi à base de lait, de jaune d’œuf, de sucre, d’amidon de maïs, de gousse de vanille, de gélatine, de crème entière, de gelée de coings, de sucre en poudre, d’eau (chaude) et de jus de citron (quelques gouttes)? Quelle est la différence entre le fait de «pousser» et une tarte à la crème?

Conny Lehmann-Kissling: «Je m’intéresse aux résultats des Suisses, en ski de compétition mais aussi dans de nombreux autres sports.»

Pour qui les athlètes s’engagent-ils dans les sports d’hiver, jusqu’à ce qu’ils soient convaincus ou au moins un peu persuadés qu’ils le font pour eux? Le font-ils pour satisfaire leur envie de jouer aux Lego ou pour leurs parents? Ou pour celles et ceux qui sont intéressés par les résultats des athlètes suisses?

Au début, ils n’ont pas l’intention de se faire connaître. Mais une fois qu’ils sont connus et qu’ils ont du succès, les stars des sports d’hiver et de beaucoup d’autres sports ont peut-être peur de ne plus intéresser s’ils ne gagnent plus les compétitions qu’ils gagnaient par le passé.

Si vous souhaitez un jour faire une tarte à la crème, faites-la pour vous.

Texte: BENJAMIN STEFFEN

Benjamin Steffen travaille pour l’agence GECKO Communication ainsi que, depuis peu, comme chroniqueur et auteur pour «Snowactive». Jusqu’au printemps 2024, ce journaliste sportif bernois travaillait pour la NZZ, pour laquelle il écrivait notamment sur le ski alpin.

TERRAIN

GLISSANT

F ZERO
THE SPEED TECHNOLOGY

RACE PROVEN BY SWISS-SKI

FZero, les farts de performance durables sans fluor.
Testés en course par l'équipe nationale de Swiss-Ski.
Développés et produits en Suisse.

Commander maintenant

SwissSki
STORE



helvetia.ch/swiss-ski

20 ans. Partenariat. Solide.

Depuis 20 ans, en collaboration avec Swiss-Ski: Helvetia –
votre partenaire fiable pour des performances de pointe.

simple. clair. helvetia 
Votre assureur suisse

Notre engagement



Michelle Gisin
Team Helvetia | Ski alpin

CONDITIONS IDÉALES POUR LES FANS DE SKI

Réservé aux membres de Swiss-Ski: Up Mobile L

35.95

au lieu de
71.90
par mois

Commandez ici
sunrise.ch/swiss-ski



Up Mobile L: CHF 35.95/mois pendant 10 ans, après CHF 71.90/mois. Pas de durée minimale de contrat. Consultez les conditions contractuelles particulières sur sunrise.ch/swiss-ski



Sunrise

Principal partenaire officiel de **SWISSKI**