

Retour sur les Championnats de France et du monde de ski adapté

En ce chaud début de saison estivale, quoi de plus rafraichissant qu'une descente fiévreuse sur les pentes enneigées du Vercors ? Remontons le temps de quelques mois. En février 2011, à Autrans, se tenaient les Championnats de France et du monde de ski adapté. Parmi les sportifs en compétition, 11 personnes venaient du Foyer Gai Soleil près de Gap (Hautes-Alpes). Nous retrouvons Marie-Soleil, Emmanuel, Delphine, Aurélien et Stéphane, quelques mois après l'événement. Ils reviennent pour vous sur cette expérience qui les a beaucoup marqués. Marie-Laure, éducatrice au foyer, les accompagne.

Stéphane concourait en ski alpin et en ski de fond, Delphine et Emmanuel en ski de fond et Aurélien en ski alpin. Quant à Marie-Soleil, elle faisait partie de l'équipe de France de ski alpin et a donc participé au Championnat du Monde. Les sportifs font un bilan, satisfaits de la compétition.

Stéphane : Sur les 11 sportifs que nous étions, nous avons ramené 17 médailles, dont 14 en ski alpin. J'ai obtenu la médaille d'or au slalom géant, au super G et au spécial. Je faisais partie de la division 1, en catégorie vétérans.

Marie-Soleil : J'ai eu 2 médailles d'or dans la division 1 des moins de 20 ans.

Marie-Laure : Marie-Sol était au pied du podium. Elle est arrivée 4e mondiale, juste derrière les Japonaises !

Marie-Soleil sourit modestement. Pour ceux qui habitent à proximité de la montagne, l'accès aux sports d'hiver est plus facile.

Marie-Laure : Dès que l'enneigement le permet, les entraînements ont lieu aussi souvent que possible, dans les stations proches de Gap : le Col Bayard, Chaillol, Orcières-Merlette, ... Certains vont skier entre eux ou avec leur famille.

Marie-Soleil : Moi c'est avec ma famille avant le championnat et ensuite, en centre d'entraînement intensif à Autrans avec l'équipe de France pendant une semaine.



Emmanuel : Moi, personne ne m'a vraiment appris à skier. J'ai appris tout seul, sur le tas.

Aurélien : Je fais du ski depuis tout petit, notamment avec mes grands-parents.

La compétition n'est pas facile pour tout le monde. Elle engendre du stress, comporte des aléas...

Aurélien : Le jour du championnat, j'ai fait ce que j'ai pu. J'étais un peu déçu mais j'ai surtout pensé à mes amis. J'étais inquiet de les voir descendre et heureux pour eux quand ils faisaient un bon temps.

Delphine : J'ai fait une chute et j'ai dû arrêter à cause d'une entorse ! J'étais déçue mais très contente aussi pour mes amis. Quand je suis tombée, beaucoup de sportifs se sont arrêtés pour m'aider. Je leur ai dit de continuer, que nous étions en compétition, qu'il ne fallait pas qu'ils s'arrêtent. Même si nous étions en compétition, il y avait un vrai esprit d'équipe, une cohésion très forte entre nous.

Aurélien : Je n'ai pas quitté Delphine une seconde après sa chute. Je l'ai même accompagnée chez le médecin.

Stéphane : Lorsque j'ai eu terminé le ski de piste, j'ai dû enchaîner tout de suite avec le ski de fond. J'ai couru pour pouvoir prendre le départ,

je suis arrivé in extremis et j'ai failli être disqualifié. Les entraîneurs et les éducateurs m'ont demandé de me ménager, mais j'ai tout donné.

Marie-Soleil : La compétition me donne beaucoup de plaisir, mais tout autant de stress. Ce n'est vraiment pas facile !

Les championnats ont réuni des sportifs de 8 nationalités différentes : Japonais, Italiens, Espagnols, Australiens, Russes, Tchèques, Suédois et Français. L'occasion de faire de belles rencontres avec des personnes de différentes cultures.

Aurélien : On a eu l'occasion de rencontrer des Japonais durant le championnat. J'ai une pensée très émue pour eux qui ont été victimes du tsunami et des conséquences qui ont suivi.

Emmanuel : On a vraiment bien sympathisé avec eux ! Nous en gardons un très bon souvenir.

Stéphane : Nous étions logés dans un gîte de groupe, avec l'équipe de France. On est arrivés le mercredi et repartis le dimanche.

Aurélien : Lors de la soirée de gala, nous avons fait connaissance avec les autres sportifs des autres pays.





C'était extraordinaire de rencontrer ces gens qui venaient de si loin. On a relâché la pression, il n'y avait plus d'esprit de compétition. Il y a eu une cérémonie d'ouverture. Toutes les délégations ont défilé avec le drapeau de leur pays. On a entendu les différents hymnes nationaux. C'était très émouvant. Pour moi, skier, c'est vraiment que du bonheur.

L'évènement restera pour tous une expérience inoubliable.

Emmanuel : Quand on repense à ces championnats, on n'a que des bons souvenirs !

Aurélien : Si tout ça a été possible, c'est beaucoup grâce aux éducateurs du centre, qui nous soutiennent énormément.

Marie-Laure : Il faut dire aussi que l'organisation sur place était irréprochable. Les organisateurs ont fait un travail très professionnel. C'est très enrichissant pour tout le monde.

Les entraînements devraient reprendre fin décembre. D'ici là, Marie-Sol, Delphine, Aurélien, Manu et Stéphane se maintiennent en forme en faisant du judo, de l'escalade et de la gym.

Marie-Laure : L'année dernière, nous avions accès à certaines stations gratuitement, mais pas cette année et le problème est que le ski coûte assez cher... On verra comment cela

se passera l'année prochaine, on espère pouvoir recommencer.

Pour conclure, les sportifs tiennent à partager une anecdote montrant la complicité qui les unit.

Delphine : Nous avons même une mascotte, une peluche porte-bonheur que nous emmenons partout avec nous.

Marie-Soleil : On lui avait mis son forfait. Elle a même fait une descente dans mon dossard !

Christopher n'a pas pu faire le déplacement à Grenoble ce jour-là, mais il a tenu à faire partager son témoignage :

« Je ressens beaucoup de bonheur en compétition et j'adore la solidarité sportive. Durant le championnat, nous sommes restés soudés comme une famille. Nous étions tous solidaires, dans les victoires comme dans les défaites. Ce séjour nous a semblé un peu court, mais nous en avons bien profité. Nous avons passé de merveilleux moments entre amis, à échanger des éclats de rire avec nos concurrents. J'ai adoré les relations que nous avons avec les sportifs des autres pays. Je me rappelle avoir fait beaucoup de connaissances.

J'ai félicité tout le monde, car j'ai vraiment apprécié le spectacle des skieurs du Championnat du Monde. Il y avait d'incroyables sportifs qui m'en ont mis plein la vue, en ski de piste et en ski nordique. J'ai même chanté « Viva España » avec toute une table d'Espagnols !

Je garde vraiment un bon souvenir de ce championnat, des 2 médailles que j'ai eues et je n'oublierai jamais la valeur du sport. Quand nous sommes arrivés dans le Vercors le mercredi, nous avons le sourire ; quand nous sommes repartis du Vercors le dimanche, on ne voyait plus que des têtes d'enterrement dans le minibus. Vive le sport ! »

Les Championnats du Monde et de France de ski adapté

D'après la rencontre avec plusieurs membres de l'organisation : Marion (Ligue Rhône-Alpes de Sport Adapté), Emilie (Comité Départemental Sport Adapté de l'Isère), Christian, Hervé et Jean-Robert (Cadres Techniques Nationaux de la FFSA).

Les Championnats du Monde de Ski Adapté et ceux de France se sont déroulés en même temps du 2 au 6 février 2011 à Lans en Vercors et Autrans.

Les Championnats de France

Il existe 3 divisions de pratique. Elles respectent toutes, la logique sportive de l'activité :

- **Division 1** : pratique du ski dans des conditions proches de la Fédération Française de Ski (FFS). Elle donne le titre de champion de France.
- **Division 2** : pratique du ski avec une réglementation FFS aménagée.
- **Division 3** : pratique du ski avec une réglementation FFS simplifiée mais restant compétitive.

Les Championnats du Monde

Seuls les sportifs de la division 1 peuvent accéder au haut-niveau. La Commission Nationale FFSA* Ski a créé la première équipe de France de Ski Alpin et Nordique Adapté. Les sportifs ont été sélectionnés au regard de leurs performances sur la France en 2010 et ont ensuite présenté un dossier d'éligibilité auprès d'une instance internationale. L'enjeu est actuellement de faire reconnaître le Ski Adapté comme sport de Haut-Niveau et de réintégrer des sportifs sur les Jeux Paralympiques d'hiver de Sotchi en 2014. La décision sera votée en Juin 2011.

Pour les sportifs, ces championnats représentent une opportunité :

- de valorisation et d'intégration
- de développement d'un projet personnel et d'un programme d'entraînement
- de participer à une fête, incluant athlètes, familles et amis
- de vérifier sa progression dans un environnement inhabituel.