

# « J'AIME CE QUE JE FAIS, J'AIME M'EN TRAÎNER »

**TRIATHLON** Médaillée d'or aux JO en 2012, Nicola Spirig visera un cinquième titre continental aux prochains Championnats d'Europe à Genève (du 9 au 12 juillet). Rencontre.

**L**a semaine dernière, Nicola Spirig a fait un passage éclair sur les rives du Léman pour y remettre les « Mérites sportifs » de Morges: l'occasion pour « Le Matin » d'aller à la rencontre d'une athlète très souriante qui ne se prend pas du tout la tête.

● **Nicola Spirig, avec ce joli sourire, vous êtes un véritable rayon de soleil printanier. D'ailleurs, en parlant de soleil, vous êtes déjà bien bronzée...**

« **Après, avec un titre olympique, il y a vraiment beaucoup de sollicitations. C'est difficile à gérer** »

Nicola Spirig, championne olympique 2012

C'est parce que je suis actuellement en stage d'entraînement aux îles Canaries. A la demande d'un sponsor, j'ai fait l'aller-retour pour venir à cette cérémonie. C'est aussi important d'être là pour les jeunes qui reçoivent un prix.

● **En parlant de jeunesse: avec des parents professeurs de sport, vous sentez-vous une prédestinée?**

Cela a été une chance pour moi, pour découvrir beaucoup de sports différents depuis toute petite: ski, snowboard, peau de phoque, athlétisme, natation et même gymnastique. J'ai beaucoup joué au

basket aussi. Mon père et mon oncle m'ont initiée au triathlon à l'âge de 10 ans. J'ai toujours aimé la course à pied et j'y ai obtenu de bons résultats. Mais je ne me voyais pas m'entraîner deux fois par jour uniquement pour courir. C'est pour cela que le triathlon m'a très vite fascinée.

● **En parlant de jeunesse toujours: à 33 ans, avec le palmarès qui est le vôtre, qu'est-ce qui vous a poussée à continuer après l'or olympique?**

C'est vrai que ce titre fut un tourbillon d'émotions immenses. J'avais préparé à fond la course, mais seulement jusqu'à la ligne d'arrivée. Je n'ai jamais voulu penser à ce qui aurait pu se passer après, en cas de victoire. Et après, justement, avec un titre olympique, il y a vraiment beaucoup de sollicitations. C'est difficile à gérer. Mais on ne peut pas s'y préparer à l'avance, car il faut se concentrer uniquement sur la course. C'était aussi le bon timing pour devenir maman. Et mon fils Yannis est né en 2013.

● **Pourquoi avoir repris alors?**

Le triathlon, c'est ma passion. J'aime ce que je fais, j'aime m'entraîner. Et je me suis fixé de nouveaux objectifs. Bien sûr, dorénavant mon fils passe avant toute autre chose: s'il devait avoir davantage besoin de moi, je n'hésiterais pas un instant.

● **Et parmi ces nouveaux objectifs, on recense également les championnats d'Europe à Genève dans trois mois et les JO de Rio l'an prochain, non?**

Oui, évidemment. J'ai vraiment une relation particulière avec les Européens. Je les ai déjà gagnés quatre fois (*ndlr: un 5e titre lui permettrait d'égaliser le record de la Portugaise Vanessa Fernandes*). Alors défendre mon titre 2014 dans mon pays, c'est un honneur et un plaisir. Pour ce qui est des Jeux olympiques, le parcours sera un peu plus long: il va falloir atteindre les minima lors de certaines épreuves, par exemple lors des premiers Jeux européens à Baku à la mi-juin. Mais ce qui est sûr, c'est que les JO de Rio seront mes derniers.

## NICOLA SPIRIG

**NAISSANCE** A Bülach (ZH) le 7 février 1982.

**VIE PRIVÉE** Mariée à Reto Hug, lui aussi triathlète. Un fils, Yannis, né en 2013. Licenciée en droit.

**TRIATHLON** Championne olympique 2012 à Londres. Championne d'Europe en 2009, 2010, 2012 et 2014.

**ATHLÉTISME** Championne de Suisse 2014 du 5000 m. Championne de Suisse 2014 du 10 000 m. Vice-championne de Suisse 2014 de marathon.

● **On peut donc miser sur votre retraite sportive en 2016? En plus, avec votre licence en droit, on vous verrait bien travailler pour une fédération sportive, voire pour le CIO...**

(Elle rigole.) Pour ce qui est de ma carrière post-sportive, nous aurons le temps d'en reparler. Surtout que le monde des fédérations sportives, ce n'est pas que du droit, mais surtout de la politique. Après Rio, j'ai déjà de nouveaux défis au programme: courir plus d'Ironman (*ndlr: triathlons longue distance*) et de marathons.

● **Vous ne vous arrêtez donc jamais de courir?**

J'aime beaucoup trop cela. Et puis, pour tout vous confesser, j'aime beaucoup manger. De tout. Même du chocolat. Je viens d'en dévorer une plaque en quelques minutes. Alors la course, ça m'aide à garder la ligne.

● **TEXTE: MIRKO MARTINO, MORGES**

● **PHOTO: LAURENCE RASTI**

## L'indispensable Félicien Du Bois

**R**egardez attentivement un match du HC Davos et vous aurez l'impression que Félicien Du Bois ne quitte jamais la glace. Le défenseur originaire des Ponts-de-Martel est le joueur le plus utilisé par Arno Del Curto depuis le début des play-off. Inusable, le Neuchâtelais fait tout, et surtout sait tout faire à la perfection: il défend (c'est tout de même sa mission première), il crée du jeu depuis les bases arrière, il se propose et apporte le surnombre en phase offensive, il joue un rôle fondamental à la ligne bleue lors des situations de supériorité numérique, et sait aussi s'imposer physiquement. Arno Del Curto se trompe rarement dans le choix de ses hommes: il a réalisé un coup de maître en attirant l'ancien défenseur de Kloten dans les Grisons à l'intersaison.

L'international (quatre participations à des Mondiaux entre 2009 et 2012) s'est aujourd'hui imposé comme le meilleur défenseur de LNA, le plus complet aussi. Il est tellement indispensable au HC Davos qu'il en est devenu l'homme à « abattre » dans le camp adverse. Samedi soir lors de l'acte II de la finale, il a encaissé – sans broncher mais en serrant les dents – une charge énorme de Baltisberger à la mi-match, derrière son but. Face à Berne au tour précédent, Scherwey a passé son temps à chercher le k.-o. technique. Aucun joueur n'est autant sous pression que Du Bois à chaque fois qu'il embarque sur la glace. C'est sans doute le prix à payer pour cet homme qui vise un premier titre, à 31 ans, après avoir perdu ses trois précédentes finales avec Kloten, dont deux face à... Davos (2009 et 2011). ●

Keystone/Sandro Campardo



Personne ne mériterait autant le titre que Félicien Du Bois.

## COUP DE CŒUR

Par Cyrill Pache  
Journaliste de la rubrique sportive  
cyrill.pasche@lematin.ch

### LNA: PLAY-OFF

**Finale Aujourd'hui (acte III)**  
16.30 Zurich Lions - Davos  
Situation dans la série: 1-1  
● La série se dispute au meilleur des sept matches.  
● Les autres dates: 9 avril, 11 avril, 14 avril (éventuel) et 16 avril (éventuel).

### LNA-LNB

**Promotion-relégation Aujourd'hui (acte III)**  
16.30 Rapperswil - Langnau Tigers  
Situation dans la série: 0-2  
● La série se dispute au meilleur des sept matches.  
● Les autres dates: 9 avril, 11 avril, 14 avril (éventuel) et 16 avril (éventuel).

« **Défendre mon titre 2014 dans mon pays, c'est un honneur et un plaisir** »

Nicola Spirig, championne d'Europe 2014

Nicola Spirig adore toujours autant ce qu'elle fait. Elle ne changera d'orientation qu'après les JO 2016.