

La force mentale à 17 ans

By *ehelms*

Created 01/18/2010 - 23:06

Ski freestyle

Smith. Un nom à consonance moins vaudoise qu'anglophone. «Oui, mais je suis bien Suisse!» rétorque Fanny du tac au tac. Et d'expliquer: «Mon papa est Américain et ma maman Anglaise. Mais ils sont naturalisés et, comme moi, ils sont Suisses.» Malgré la timidité de ses 17 ans, la skieuse de Villars sait s'affirmer. En interview, comme sur la neige. La régularité de ses performances en Coupe du monde de skicross en témoigne. «Elle a terminé deux fois 3^e, une fois 5^e, une fois 7^e et une fois 11^e en qualifications. Ce qu'elle réalise cette saison est assez fantastique, se réjouit son entraîneur, Guillaume Nantermod. Elle manque juste d'expérience dans les finales.»

Car la jeune femme n'a qu'une saison de skicross dans les jambes. «J'ai fait du ski alpin jusqu'en septembre 2008. Ensuite j'ai décidé de changer, de me lancer dans le cross. J'ai toujours adoré faire du freestyle - au début, je suivais mon grand frère - parce que c'est plus fun, je m'y sens plus libre que dans l'alpin. Et puis le skicross est un sport complet, il réunit tout: la vitesse, les sauts, etc. Ça correspond mieux à mon caractère. Il me faut quelque chose qui bouge. En alpin, seule la descente te donne autant d'adrénaline.»

Mtivée et à l'écoute

Fanny Smith fait partie du Swiss Team, mais bénéficie au quotidien de l'expérience et des conseils de l'ancien snowboarder Guillaume Nantermod. «J'ai essayé de lui donner en une année ce que j'ai appris en dix ans, raconte le champion du monde de boardercross 2001. Ce sont les parents de Fanny qui m'ont contacté l'année dernière. Ils savaient que j'avais arrêté la compétition et m'ont demandé de l'encadrer un peu au début.» La skieuse enchaîne, enthousiaste: «On a commencé ensemble et on continue, parce que ça se passe superbien!»

Guillaume Nantermod poursuit: «La préparation se fait un peu avec l'équipe suisse de skicross pour apprendre, mais aussi beaucoup de notre côté pour varier les modules. On fait du half-pipe, des sauts et on s'entraîne avec des snowboarders notamment pour optimiser les départs. C'est là-dessus que Fanny doit travailler. Elle a une grande marge de progression et l'on peut imaginer de belles choses!» Le coach monthesyan détaille les qualités de sa protégée. «Fanny est très motivée, travailleuse, à l'écoute. Elle est la plus jeune athlète du Tour, pourtant sa façon d'évacuer la pression est extraordinaire. Elle a une grosse force mentale.» Avec cet atout, qu'elle développe par le biais de la sophrologie, la skieuse vaudoise peut s'imaginer atteindre les sommets. Et participer aux Jeux olympiques. A 17 ans seulement! «Vancouver, ce serait un rêve qui se réalise», glisse-t-elle.

Guillaume Nantermod y croit. «Avant, notre objectif était d'aller aux Jeux. Maintenant, c'est d'y faire un résultat.» Alors pour engranger de l'expérience en vue de ces JO, Fanny Smith va disputer ces prochaines semaines plusieurs courses au Canada et aux

Etats-Unis. Où elle participera également à la grand-messe des sports freestyle: les fameux X Games.

<http://fanny-smith.com>

Source URL: <http://www.lematin.ch/sports/ski/force-mentale-17-ans-221591>