www.swissparalympic.ch

merci

La newsletter de

Numéro **2** /2016

Rendez-vous avec ...

Marcel Hug :
le champion de Rio

Marcel Hug : « Étant enfant, je rêvais déjà d'une victoire aux Jeux Paralympiques. »

Grâce à ses courses magistrales lors des Jeux Paralympiques de 2016 à Rio, le quadruple médaillé fait désormais partie des grandes stars de l'athlétisme paralympique d'aujourd'hui. Dans une interview avec « merci », il raconte quelles conditions et quel niveau d'engagement se cachent derrière ces succès.

Lors des Jeux Paralympiques à Rio, le Thurgovien de naissance Marcel Hug a remporté deux médailles d'or et deux médailles d'argent. L'athlète en fauteuil roulant résidant à Neuenkirch est ainsi monté sur le podium de chacune des quatre finales auxquelles il a participé. Rien d'étonnant à ce que le trentenaire désigne l'année 2016 comme la meilleure de sa carrière jusqu'à présent. Mais pour y parvenir, Marcel Hug a dû parcourir un long chemin.

La suite en page 4

Newsticker

Beat Fäh désigné entraîneur de l'année

Le 24 octobre a eu lieu la remise des Swiss Olympic Coach Awards. À cette occasion, l'entraîneur national des athlètes en fauteuil roulant Beat Fäh a reçu la distinction d'entraîneur sport handicap 2016.

Abassia Rahmani désignée révélation de l'année

L'athlète Abassia Rahmani a reçu l'Award de la révélation de l'année lors de la cérémonie d'hommage aux sportives et sportifs de Swiss Paralympic 2016. La sprinteuse amputée des deux jambes en-dessous des genoux a créé la surprise en remportant la médaille de bronze du 100 m lors de sa première participation aux Championnats d'Europe et s'est classée 4e du 200 m lors des Jeux Paralympiques à Rio. La Zurichoise de 24 ans a reçu la distinction et le chèque de 1500 francs des mains d'Urs Bretschger d'Allianz Suisse.

Franz Nietlispach intronisé au Hall of Fame de l'IPC

Franz Nietlispach, un des plus grands sportifs handicapés suisse de l'Histoire, est le premier Suisse à entrer dans le Hall of Fame du Comité International Paralympique (IPC), en marge des Jeux Paralympiques de Rio. À chaque édition des Jeux Paralympiques, trois à cinq personnalités à succès sont honorées pour les services qu'elles ont rendus au sport handicap en intégrant le Hall of Fame de l'IPC.

Jeux Paralympiques de 2016 à Rio : la grande rétrospective **page 2**

Rétrospective sur les CE d'athlétisme à Grosseto **page 6**

5 réponses du professeur Sarah M. Springman, rectrice à l'EPF Zurich **page 8**

Paralympics 2016

Editorial

Obrigada Rio

Pour de nombreux sportives et sportifs, participer aux Jeux Paralympiques est un moment marquant de leur vie. Ceux qui se qualifient pour les Jeux Paralympiques comptent parmi les meilleurs du monde. Vingt-quatre sportives et sportifs suisses ont justement réussi à se qualifier et ont donc réalisé un de leurs rêves. Certains d'entre eux se sont classés parmi les tout meilleurs, et deux sont même parvenus à décrocher une médaille. Quatre ans après son premier succès, Tobias Fankhauser a remporté à Rio sa deuxième médaille paralympique en paracycling. Marcel Hug est quant à lui monté quatre fois sur le podium, dont deux fois sur la plus haute marche. Nous garderons un superbe souvenir de ces succès, de la magnifique ville de Rio située au pied du Pain de Sucre et de ses habitants, les Cariocas, toujours prêts à danser et à donner de la voix.

Tandis que certains s'accrochent encore aux notes de samba brésilienne, d'autres sont déjà en pleine préparation pour les Championnats du monde de ski, qui se tiendront fin janvier à Tarvisio (ITA). Cette compétition permettra de dresser un état des lieux important en vue des Jeux Paralympiques d'hiver de 2018 à PyeongChang. Les sportifs qui se qualifieront pour ces CM auront de bonnes chances d'être également de la partie en 2018, et c'est le souhait de tous ceux qui travaillent dur pour vivre leur rêve.

En vous remerciant chaleureusement pour votre soutien et votre fidélité parfois de longue date, je vous souhaite une très belle période de l'Avent, de joyeuses fêtes de Noël et une bonne année 2017.

Cordialement vôtre Veronika Roos
Secrétaire générale de Swiss Paralympic

24 sportives et sportifs suisses se sont envolés à Rio.

Roger Bolliger

Les cyclistes et les spécialistes de handbike ont effectué leur circuit le long de la côte.

Christoph Sommer

Lors du dernier jour des Jeux Paralympiques, Christoph Sommer et quatre de ses coéquipiers ont disputé le marathon à Copacabana.

Rétrospective de Rio

Les vingt-quatre membres de l'équipe suisse des Jeux Paralympiques 2016 ont ramené cinq médailles et dix-neuf diplômes de Rio. Les quatre 4es places et les quatre 5es places montrent qu'il s'en est fallu de peu pour que certains diplômes soient remplacés par des médailles. Le bilan s'élève donc à deux médailles d'or et deux médailles d'argent pour l'extraordinaire Marcel Hug, ainsi qu'une médaille de bronze en paracyclisme sur route pour Tobias Fankhauser.

Pour la première fois, les compétitions paralympiques d'athlétisme ont été retransmises

Catherine Debrunner

Carla De Bortoli

Martin Imboden

Nicole Häusler

Celine van Till

Silvio Keller

Celine van Till et sa coéquipière Nicole Geiger ont montré de quoi elles étaient capables dans le carré de dressage.

Le joueur de tennis de table Silvio Keller a participé aux Jeux Paralympiques pour la troisième fois.

en direct à la télévision suisse. Plus d'un demi-million de personnes ont vibré avec nos athlètes suisses grâce aux médias sociaux et à la page d'accueil de Swiss Paralympic. Les médaillés Marcel Hug et Tobias Fankhauser ont notamment fait le bonheur des supporters situés des deux côtés de l'Atlantique.

Cette fois-ci, nous laissons parler les images. Elles montrent que l'engagement, le courage, le talent, la volonté et bien entendu les émotions sont tout autant à leur place aux Jeux Paralympiques qu'aux Jeux Olympiques.

Comme neuf autres membres de la délégation suisse, l'athlète Catherine Debrunner a vécu sa première participation aux Jeux Paralympiques.

La seule nageuse de l'équipe suisse: Carla De Bortoli.

Les archers Martin Imboden et Magali Comte ont disputé leurs compétitions dans le célèbre Sambodrome de Rio.

Les tireurs sportifs Nicole Häusler et Paul Schnider avaient la cible dans le viseur.

Calendrier sportif

Du 23 au 31 janvier 2017
CM de ski alpin à Tarvisio (ITA)

Du 10 au 19 février 2017
CM de ski nordique à Finsterau (GER)

Du 14 au 23 juillet 2017
CM d'athlétisme à Londres (GBR)

Du 3 au 7 août 2017
CM juniors d'athlétisme à Nottwil (SUI)

Du 21 au 27 août 2017
CE de para-equestrian dressage à Göteborg (SWE)

Du 31 août au 3 septembre 2017
CM de paracycling à Pietermaritzburg (RSA)

Du 12 au 17 septembre 2017
CM de tir à l'arc à Pékin (CHN)

Du 26 septembre au 5 octobre 2017
CE table de tennis à Lasko (SVN)

Novembre 2017
CM Para-Badminton à Ulsan (KOR)

C'est avec fierté que présente Tobias Fankhauser sa médaille de bronze.

Les athlètes en point de mire

Marcel Hug, le champion de R

Suite de la page 1

Né le 16 janvier 1986 avec un spina bifida, Marcel Hug a grandi avec ses trois frères aînés dans la ferme familiale située à Pfyn, dans le canton de Thurgovie.

En 1996, il participe pour la première fois à une course juniors à l'âge de 10 ans et la remporte. Lors des CS Sports Awards 2004, le Thurgovien de 18 ans est élu « Newcomer de l'année » devant Fabian Cancellara (vélo) et Johann Vonlanthen (football). Ses deux premières médailles de bronze remportées aux Jeux Paralympiques d'été à Athènes ont certainement contribué à ce résultat exceptionnel. La star de l'athlétisme paralympique, qui se surnomme « Silver Bullet » en raison de son casque argenté bien visible, peut déjà se targuer d'une carrière sportive longue de deux décennies. Et il ne compte pas s'arrêter là, toujours aux côtés de son entraîneur de longue date Paul Odermatt et de son entourage dans le milieu sportif et au quotidien.

Merci : Marcel Hug, aviez-vous rêvé d'un triomphe tel que celui que vous venez de vivre aux Jeux Paralympiques à Rio lorsque vous avez gagné votre première course juniors en 1996, à l'âge de 10 ans ?

Marcel Hug : Peut-être pas directement après ma première course, mais très rapidement j'ai rêvé de monter un jour sur la plus haute marche du podium aux Jeux Paralympiques.

Quels souvenirs gardez-vous de vos débuts dans le sport ?

J'en garde de très bons souvenirs. Au début, tout était nouveau et palpitant. J'aimais déjà les frissons que l'on ressentait avant la course et toute l'atmosphère autour. J'aimais aussi beaucoup regarder les courses des grands champions.

Quand avez-vous su que le potentiel qui vous a mené vers l'élite mondiale sommeillait en vous ?

Déjà chez les juniors, on me disait souvent que j'avais un grand potentiel. Et avec le temps, j'ai simplement fini par le croire ! ☺ Mais plus tard, j'ai également ressenti au fond de moi que c'était la voie que je souhaitais suivre.

Combien de temps passez-vous à l'entraînement ? Appliquez-vous des méthodes ou des techniques d'entraînement particulières ?

Cette saison, j'ai légèrement adapté mon système et mon rythme d'entraînement. Ces dernières années, j'ai aussi développé une méthode avant les blocs de marathon au printemps et à l'automne qui consiste à faire une « semaine de marathon extrême », pendant laquelle je réalise jusqu'à cinq marathons d'entraînement sur la distance entière. C'est très éprouvant, mais si je la programme au bon moment avant les courses, cela me permet d'atteindre mes objectifs. Sinon, je m'entraîne six jours par semaine, avec un maximum de trois unités par jour.

Quels sont les facteurs et les personnes qui vous motivent à le faire ? Les raisons de votre motivation sont-elles les mêmes que celles qui vous animaient pendant votre enfance ou votre adolescence ?

Chez les juniors, je voulais être le meilleur, prouver quelque chose aux autres et peut-être même acquérir une certaine notoriété. Aujourd'hui, je souhaite plutôt aller jusqu'au bout du chemin que j'ai décidé d'emprunter chez les juniors. Cette voie m'a beaucoup marquée et a été très exigeante pour mon entourage. J'ai toujours été convaincu qu'un jour je deviendrai champion paralympique. Je voulais réaliser ce « rêve de gosse » et me prouver que je pouvais y arriver.

Quel est le rôle de votre entraîneur Paul Odermatt ?

Paul me soutient autant que possible depuis 20 ans déjà et s'investit énormément pour atteindre nos objectifs et pour l'athlétisme en fauteuil roulant en général. Il m'a apporté son aide non seulement dans le sport, mais

... Marcel Hug

Portrait

Né le : **16 janvier 1986**
Domicilée à : **Neuenkirch, LU**
Profession : **Sportif professionel**
Handicap : **Spina bifida**
Cause : **dos ouvert à la naissance**
Sport : **Athlétisme**
Catégorie de compétition : **T54**

Palmarès

2016 – Jeux Paralympiques à Rio :
2 médailles d'or, 2 médailles d'argent
2015 – CM à Doha :
1 médaille d'argent, 1 médaille de bronze
2014 – CE à Swansea :
3 médailles d'or, 1 médaille de bronze
2013 – CM à Lyon :
5 médailles d'or, 1 médaille d'argent
2012 – Jeux Paralympiques à Londres :
2 médailles d'argent
2011 – CM de Christchurch :
1 médaille d'or, 4 médailles d'argent
2008 – Jeux Paralympiques à Pékin :
2 fois 4e, 1 fois 5e
2006 – CM à Assen :
1 médaille d'or, 3 médailles d'argent
2005 – CE d'Espoo : 5 médailles d'or
2004 – Jeux Paralympiques à Athènes :
2 médailles de bronze

Multiple vainqueur des marathons de Berlin, de Boston, de Londres et de New York

Multiple lauréat du prix de sportif handicapé de l'année

Nominé aux Laureus Sports Awards en 2014

aussi dans d'autres domaines tels que la formation. Je lui en suis très reconnaissant.

Chaque sportif de haut niveau connaît également des échecs et des déceptions. Comment les gérez-vous ? Qu'est-ce qui vous rend si fort ? D'où vient votre volonté de fer ?

Pour moi, les échecs font partie intégrante d'un processus qui vous mène vers le succès et peuvent tout à fait contenir des aspects positifs. Mes défaites me permettent donc de mieux apprécier mes victoires car elles servent aussi de valeur de référence par rapport aux victoires. Comme le disent les proverbes, « celui qui a peur de perdre ne peut pas gagner » et « il faut encaisser les défaites aussi dignement qu'il faut fêter les victoires. »

En 2017, Nottwil (LU) organisera les Championnats du monde paralympiques juniors d'athlétisme. Quelles sont selon vous les chances de la relève suisse ?

Pourvoir disputer des Championnats du monde juniors à domicile est une grande opportunité et sera certainement une superbe expérience ! Je m'entraîne souvent avec de jeunes athlètes, par exemple dans le cadre du Swiss Silver Bullet Camp à Nottwil, et je suis toujours ravi de voir à quel point les jeunes sont motivés par l'athlétisme en fauteuil roulant. Je crois que ces athlètes pourront réaliser de grandes performances s'ils continuent à s'entraîner avec assiduité sur nos excellentes installations à Nottwil.

Qu'aimeriez-vous transmettre à la prochaine génération dans votre sport ?

Avant, je pensais que le sport était ma vie. Mais j'ai appris que le sport n'était pas ma vie mais plutôt une partie importante de celle-ci. Avec de la passion, beaucoup de discipline et de la volonté, il est possible d'accomplir beaucoup de choses dans le sport, mais il ne faut jamais oublier de prendre du plaisir dans le sport et dans la vie, tout en restant conscient qu'il y a d'autres choses dans la vie.

CE d'athlétisme 2016

Beat Bösch

Philipp Handler

Abassia Rahmani

Alexandra Helbling

Heinz Frei

CE d'athlétisme à Grosseto : sept médailles pour la Suisse

Quasiment trois mois avant le début des Jeux Paralympiques à Rio, les Championnats d'Europe d'athlétisme se sont déroulés à Grosseto (ITA). En l'absence des leaders de l'équipe Marcel Hug et Manuela Schär, les huit athlètes sélectionnés ont profité des Championnats d'Europe pour se distinguer en vue des Jeux Paralympiques. Et le résultat est plus qu'honorable, puisque l'équipe suisse a remporté sept médailles. Les deux athlètes confirmés Beat Bösch et Heinz Frei ont remporté ensemble un jeu complet de médailles, soit l'or et l'argent pour le premier, et le bronze pour le deuxième. Quatre autres médailles de bronze ont été empochées par Philipp Handler, Alexandra Helbling (2) et Abassia Rahmani.

Une jeune équipe suisse aux CE de natation

En mai de cette année ont eu lieu des Championnats d'Europe paralympiques de natation à Madère. L'entraîneur national Martin Salmingkeit a fait le déplacement à Funchal avec les jeunes nageuses Nora Meister (Lenzburg/AG), 13 ans, et Carla De Bortoli (Salmsach/TG), 19 ans, ainsi qu'avec Joshua Grob (Middlesborough/GBR). Pour la première fois depuis des années, la Suisse était donc représentée par trois athlètes dans un Championnat d'Europe. Les trois nageurs ont réalisé de très bonnes courses, pendant lesquelles Carla De Bortoli et Nora Meister ont battu certains de leurs records personnels. Joshua Grob s'est quant à lui montré très convaincant sur le 400 m nage libre.

Joshua Grob dans son élément

Hommage aux sportifs 2016

Les meilleurs de 2016 : Marcel Hug, Beat Bösch, Alexandra Helbling, Karin Suter Erath, Heinz Frei, Tobias Fankhauser (assis), Philipp Handler et Abassia Rahmani (debout).

Partner, Family and Friends

Coop prolonge son partenariat de trois ans supplémentaires

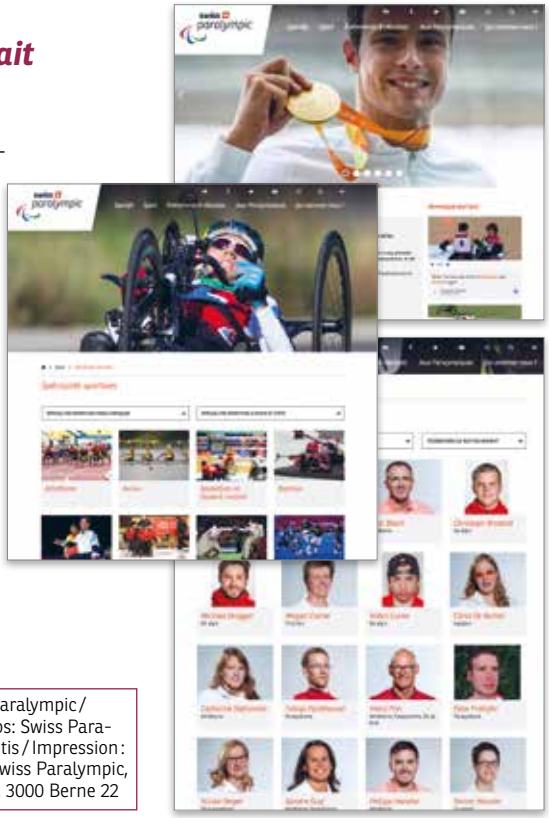
Convaincu par le succès croissant du partenariat et l'intérêt grandissant du public, les responsables de Coop ont prolongé leur contrat de partenariat avec Swiss Paralympic jusqu'en 2019. Nous en sommes ravis et les remercions de leur confiance.

Continuation des partenariats fructueux

Prolongation des contrats avec les fournisseurs Erima, l'hôtel Schweizerhof et Rickli+Wyss.
L'équipementier Erima a prolongé son contrat de quatre ans, tandis que l'hôtel Schweizerhof et le spécialiste de l'impression Rickli+Wyss ont conclu un nouvel accord pour une année supplémentaire.
Rivella comme nouveau fournisseur.
Jusqu'à présent membre de la Gold Team de Swiss Paralympic, le fabricant suisse de boissons Rivella deviendra fournisseur de Swiss Paralympic à partir de 2017.
Pro futura reste dans la Gold Team.
Pro Futura continuera de nous soutenir en 2017 au sein de la Gold Team de Swiss Paralympic.

Le site Internet de Swiss Paralympic fait peau neuve

Internet est le moyen de communication et d'information le plus efficace pour suivre l'actualité et obtenir une vue d'ensemble. En collaboration avec l'agence Cubetech, Swiss Paralympic a mis en ligne son nouveau site Internet. Venez nous rendre visite. N'hésitez pas à nous faire part de vos suggestions et de vos critiques: www.swissparalympic.ch



Impressum Editeur, textes: Swiss Paralympic / Layout: Meier Media Design / Photos: Swiss Paralympic, Divers / Traduction: Semantis / Impression: Rickli+Wyss / Adresse de contact: Swiss Paralympic, Maison du Sport, case postale 606, 3000 Berne 22

Faites un don maintenant et devenez membre de la Swiss Paralympic Family.

Vous pouvez soutenir le sport-handicap suisse de manière ponctuelle ou régulière. Veuillez cocher la catégorie de sponsoring souhaitée sur le bulletin de versement.

Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta

Einzahlung für / Versement pour / Versamento per
UBS AG
CH-8098 Zürich

Zugunsten von / En faveur de / A favore di
CH64 0022 7227 2432 51M6 R
Swiss Paralympic Committee
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen

Ref.
Konto / Compte / Conto **80-2-2**
CHF

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

Die Annahmestelle
L'office de dépôt
L'ufficio d'accettazione

Einzahlung Giro

Einzahlung für / Versement pour / Versamento per
UBS AG
CH-8098 Zürich

Zugunsten von / En faveur de / A favore di
CH64 0022 7227 2432 51M6 R
Swiss Paralympic Committee
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen

Ref.
Konto / Compte / Conto **80-2-2**
CHF

303

Versement Virement / **Versamento Girata**

Zahlungszweck / Motif versement / Motivo versamento

- ☐ **Don**
- ☐ **Paralympic Family** (CHF 100.– par an)
- ☐ **Business Family** (CHF 300.– par an)
- ☐ **Team d'argent** (CHF 1000.– par an)
- ☐ **Encouragement de jeunes talents**

SM 5000 5. 08

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

441.02

... pour conclure

Premium Partner

Fondation suisse pour paraplégiques

Fondateurs

Sport suisse en fauteuil roulant
Association suisse des paraplégiques

PluSport

Partenaires

suva
Allianz
coop
Joseph Voegel Stiftung
Für verunfallte Sportler

Partenaires médical

Clinique romande de réadaptation
Sportmedizin Nottwil
Rehaklinik Bellikon
Der Name für Uniteam Reha

Supplier

swisscom
reusch. love your sport
rickli+wyss
Die Volksdruckerei – www.riwy-d.ch
erima
SWISS
wams
DermaPlast
Schweizerhof Bern
A Murwab Hotel

Gold Team

RAIFFEISEN
Reha Rheinfelden
rivella
PRO FUTURA
Zukunft schenken – Verantwortung tragen.
GLOBETROTTER
Reisen statt Ferien
BKW
Europcar

5 réponses de...

Prof. Sarah M. Springman, rectrice EPF Zurich

1 *Quel était le but de l'EPFZ avec l'organisation récemment du premier CYBATHLON lors duquel des sportifs équipés de différentes technologies d'assistance (par ex. fauteuil roulant dernier cri et prothèses modernes) se sont affrontés ?*

Cette compétition, où personnes handicapées et ingénieurs collaborent étroitement, montre comment la technologie aide ces personnes à surmonter des obstacles et donne une visibilité internationale à la recherche dans ce domaine.

2 *Un journal a qualifié la manifestation de « Jeux Olympiques des cyborgs ». Êtes-vous d'accord avec cette dénomination ?*

Pour nous, l'être humain est la priorité, je trouve donc la notion de « cyborg » déplacée. Par contre, je trouve la première partie du titre très appropriée et j'espère que le Cybathlon deviendra un grand évènement sportif.

3 *Vous êtes une ancienne triathlète d'élite. Le triathlon a été intégré pour la première fois dans le programme paralympique en 2016. Cela vous réjouit ?*

Oui, cela a effectivement été une grande joie. En tant que vice-présidente de l'Union Internationale de Triathlon, j'ai œuvré activement pour la procédure de candidature de cette spécialité sportive. Les deux jours de compétition avec 60 paratriathlètes à Rio ont été un évènement marquant pour moi.

4 *Comment vous motivez-vous après une contre-performance ou un échec ?*

Les succès et les échecs vont de pair. J'apprends de mes échecs et je m'en sers pour me fixer de nouveaux objectifs. Je partage l'avis du poète Rudyard Kipling qui écrivait : « If you can meet with triumph and disaster, treat those two impostors just the same. »

5 *Quel a été votre moment fort personnel cette année ?*

C'était une belle année avec les Jeux Paralympiques à Rio et le Cybathlon à Zurich. Nous sommes sur une bonne voie. C'est donc un moment fort composé de plusieurs étincelles.

Le Swiss Paralympic Team « Argent » nous apporte son soutien. Vous aimeriez en être ? Retournez à la page précédente.

AGRO AG Elektrotechnische Produkte 5502 Hunzenschwil
Amer Sports SA - Salomon 6332 Hagendorn
ATS Air Transport Service AG 8058 Zürich-Flughafen
Bruno Marazzi + Co. Immobilien 3073 Gümligen
Closemo AG 8424 Embrach
Cosanum AG 8952 Schlieren
CSS Versicherung AG 6002 Luzern
E M E AG Interconnection & Motion 8123 Ebmatingen
EBM Management AG 4142 Münchenstein
Ernst Nachbur AG, Präzisionsdrehteile 4718 Holderbank
Heinrich Kübler AG 6341 Baar
Intersport Schweiz AG 3072 Ostermundigen
JAKOB AG Drahtseilfabrik 3555 Trubschachen
Kimberly-Clark GmbH 4704 Niederbipp
Kühnis Brillen+Optik AG 9450 Altstätten
Post CH AG 3030 Bern
PricewaterhouseCoopers AG 6002 Luzern
Quinel Quality in Electronics 6343 Rotkreuz
Steiner-Stehlin AG 3604 Thun
Stiftung fürstl. Kommerzienrat 9490 Vaduz
Storz-Endoskop Produktions GmbH 8200 Schaffhausen
Swiss Infosec AG 6210 Sursee
Swiss Life 8022 Zürich
UZIN Tyro AG 6374 Buochs
W. Schneider+Co AG 8135 Langnau am Albis