

Championne d'athlétisme

Léonie Pointet explosive sur la piste comme dans la vie

Multiple médaillée nationale, la sprinteuse de Jongny a aussi participé aux Européens de Munich. Une expérience qu'elle compte bien renouveler.

Pierre-Alain Schlosser

Le caractère fait souvent la différence entre un bon sportif et un champion. Déterminée, Léonie Pointet fait assurément partie de la seconde catégorie.

La jeune femme de 22 ans court le 100 m en 11''20 et le 200 m en 23''23. Une explosivité sur la piste que l'on retrouve dans sa vie de tous les jours. «Mon caractère est lui aussi assez bouillant, relève la championne du CA Riviera. Mon copain arrive heureusement à me canaliser. Mais en compétition, je lâche tout.» Si bien qu'à l'entraînement, la sprinteuse a parfois besoin de «péter un câble». «J'ai l'impression que c'est presque un passage obligé. Après une mise au point avec les entraîneurs, ça repart toujours!»

Sous ses 163 cm, l'étudiante de Jongny développe une impressionnante puissance. À tel point qu'elle a pu participer l'été dernier aux Championnats d'Europe de Munich. Elle a pris part aux demi-finales du 200 m. La championne de Suisse de la distance a alors connu des moments inoubliables. «Je courais avec des personnes que je regardais à la télé, il y a cinq ans, raconte-t-elle, des étoiles plein les yeux. Je les ai prises dans mes bras après la course. C'était juste fou!»

Parmi ses modèles, il y a notamment Mujinga Kambundji. En demi-finale, la Vaudoise a couru au couloir 2, à côté de Jodie Williams. «J'ai fait un départ incroyable, se souvient-elle. Mais quand la Britannique a déployé ses jambes, elle a accéléré te telle façon que je ne l'ai plus revue. C'est un souvenir qui m'a marquée et qui m'a montré que j'avais encore des progrès à faire.» Humble et travailleuse, Léonie Pointet a pourtant failli ne pas connaître les joies de ce rendez-vous continental. «Pour Munich, je n'avais pas atteint les minima. Toutefois, les 34 premières du *ranking* recevaient une invitation. Je me trouvais à la limite. Une fois je me situais à la 34^e place. Le lendemain à la 35^e. Longtemps, je ne savais pas si je serais qualifiée. Quand ça s'est concrétisé, ce n'était que du bonheur, car il s'agissait de ma première expérience à ce niveau, chez les élites.»

Apprendre à se dépasser

Son aventure dans le sprint a commencé à l'âge de 8 ans. À cette époque, elle suivait tout ce que Cloé, sa sœur aînée, faisait. Comme cette dernière pratiquait l'athlétisme, Léonie a naturellement suivi cette voie.

Sa famille étant particulièrement sportive, le soutien à la prometteuse sprinteuse est immédiat et total. «Ma famille vient me voir en compétition. Comme ma sœur et mes parents sont impliqués dans le sport et la politique (*ndlr: son papa est conseiller national, sa maman municipale et sa sœur députée*



Léonie Pointet se donne les moyens de briller dans une discipline exigeante. CHANTAL DERVEY

Carte d'identité

Léonie Pointet
Née le 17 février 2001 à Lausanne.
Domicile Jongny.
Profession Étudiante en physiothérapie.
Club CA Riviera.
Taille 1,63 m.
Hobbies Vélo, ski.
Palmarès Participation aux CE de Munich en 2022. Demi-finale du 200 m; championne de Suisse 100 m et 200 m M23 outdoor; championne de Suisse 2022 élites indoor et vice-championne de Suisse 2023 sur 200 m; 2^e Championnats de Suisse élites 200 m outdoor. Temps sur 100 m: 11''20. Temps sur 200 m: 23''23. **PAS**

au Grand Conseil), ils savent ce que s'investir dans un domaine qui nous passionne signifie.»

Le sport lui a enseigné les valeurs essentielles de la vie. «Cela m'a appris à me dépasser. À pousser mon corps à l'entraînement, énumère-t-elle. Ces dernières années, j'ai surtout appris à m'écouter. Quand le niveau augmente, il y a des petites douleurs, des blessures qui apparaissent. Désormais, je fais beaucoup plus attention à moi, je fais attention de bien récupérer.»

Des nuits de dix heures

Alors celle qui a tendance à vouloir serrer les dents pour surmonter le mal s'est tournée vers différents moyens de régénérer son corps. Grâce à la cryothérapie, au

sauna, aux massages et aux protocoles chaud-froid. Elle veille à bien se nourrir et à dormir suffisamment. «Quand je le peux, je fais des nuits de dix heures. Dès que j'ai un peu moins de sommeil, je le ressens à l'entraînement. Les douleurs arrivent plus vite.» Chez elle, les sollicitations sont multiples. Elle surveille particulièrement ses ischio-jambiers, le bas du dos et toute la chaîne postérieure.

Pour se donner les moyens de vivre un jour son rêve olympique, elle ne boit pas d'alcool durant la saison. Elle prend soin de son alimentation, sans se priver d'un MacDo très occasionnellement. Récemment, elle a aussi décidé de changer d'entraîneur, afin de retrouver son meilleur niveau. Sous la férule de Kenny Guex, elle suit un entraînement plus qualitatif que quantitatif. Elle corrige sa technique, scrute le moindre détail.

Si elle consent tous ces efforts, c'est parce que Léonie Pointet souhaite revivre une expérience aussi folle que celle de Munich. «La satisfaction de se rendre à une telle compétition reste toujours dans un coin de la tête. Entrer dans ce stade était impressionnant. Je n'ai qu'une envie: revivre ces sensations. C'est pour ça que je me lève le matin. Même si l'entraînement est dur, il y a toujours une notion de plaisir. Et quand le groupe d'entraînement est cool, ça nous pousse encore plus vers le haut.»

Objectif Los Angeles

● Cette année, les objectifs de Léonie Pointet sont les Championnats d'Europe U23, à Espoo (Fin), en juillet. Elle vise une finale sur 200 m. Sur 4 x 100 m, elle pourrait même viser un podium, puisque le potentiel de l'équipe est énorme. Le quatuor idéal pourrait être composé de Melissa Gutschmidt, Natacha Kouni, Ditaji Kambundji et bien sûr de Léonie Pointet. Quant à ses ambitions olympiques, celles-ci se reportent plutôt vers 2028. «Paris

est un peu proche, concède-t-elle. Il y a beaucoup de concurrence sur le 4 x 100 m. Il faut voir si j'arrive à retrouver mon meilleur niveau, si je progresse. Les Jeux de Los Angeles auront lieu dans cinq ans. Ce n'est pas si loin.» Son rêve serait une participation individuelle. Pour parvenir à cet objectif, elle pourra compter sur ses trois plus grands atouts: des fibres explosives, un caractère de fer et une volonté inébranlable. **PAS**

Grosse victoire pour un LHC totalement relancé

Hockey sur glace

Les Lions ont logiquement dominé les Grisons (0-2) mardi soir au Eisstadion. Ils reviennent à un point de la barre et de la 10^e place qualificative pour les préplay-off.

Lausanne a frappé un grand coup mardi soir dans les Grisons. Extrêmement solides, les Vaudois ont pris le meilleur sur Davos (0-2) - l'équipe en forme du moment, invaincue depuis quatre rencontres - au terme d'une prestation très aboutie.

La formation de Geoff Ward, qui alignait exactement les mêmes hommes que trois jours plus tôt lors de la belle victoire décrochée à Fribourg, a réalisé une bonne opération au classement de National League puisqu'elle est revenue à une petite longueur seulement de la deuxième barre synonyme de préplay-off. Car pendant que les Lions décrochaient trois gros points sur la glace du Eisstadion, Lugano s'est largement incliné à Rapperswil (6-2).

Face au «Rekordmeister», le LHC a récité à la lettre le plan de match mis en place par le technicien canadien. Bien en place dans sa zone défensive, il a littéralement annihilé les velléités offensives des Davosiens. Ces derniers n'ont ainsi adressé que 18 tirs en direction de la cage défendue par Eetu Laurikainen. Blanchi pour la troisième fois sous les couleurs lausannoises, le gardien finlandais a décroché dans les Grisons un huitième succès en neuf apparitions avec les Lions.

Inébranlables derrière, les Vaudois ont dû se montrer patients de l'autre côté de la patinoire pour prendre à défaut le portier Sandro Aeschlimann.

Miikka Salomäki (5^e), Martin Gernat (10^e), Jiri Sekac (14^e, 20^e) et Ronalds Kenins (29^e) ont tous buté sur le dernier rempart international suisse. La décision est finalement venue de la troisième tripléte offensive et de la canne de Cody Almond (34^e, 0-1). Le N° 89 du LHC, mis sur orbite par une géniale inspiration de Michael Hügli, a marqué son troisième but de la saison. Assurément le plus important.

Alors que Davos tentait timidement de montrer une réaction en début d'ultime période, Lausanne a eu la bonne idée de se mettre à l'abri sur une réussite de Daniel Audette (48^e, 0-2). Décrit depuis son arrivée à la Vaudoise aréna en début de saison, le centre canadien a fait étalage de toute sa technique pour loger le puck sous la barre grisonne. Un but que n'aurait certainement pas renié l'ex-footballeur allemand Miroslav Klose, aperçu dans les tribunes du Eisstadion.

Fort de ce succès référence, le LHC va pouvoir préparer en pleine confiance le week-end ulttradécisif - contre Kloten et Ambri - qui l'attend. **CGE**

National League

Mardi

Davos - Lausanne.....0-2 (0-0 0-1 0-1)
Rapperswil - Lugano.....6-2 (3-0 2-2 1-0)
Zurich - Ge/Servette.....6-5 (3-1 1-2 2-2)

Mercredi

19.45 Zoug - Langnau

Classement

1. Ge/Servette	48	26	6	7	9	175-124	97
2. Bienne	48	26	4	4	14	151-123	90
3. Rapperswil	47	22	6	4	15	160-119	82
4. Davos	47	18	8	10	11	139-121	80
5. Zurich	48	22	5	4	17	138-113	80
6. Fribourg	47	21	2	8	16	141-123	75
7. Zoug	46	17	6	6	17	140-140	69
8. Berne	48	14	9	7	18	139-147	67
9. Kloten	48	17	4	5	22	128-166	64
10. Lugano	48	19	3	1	25	131-150	64
11. Lausanne	47	15	6	6	20	129-141	63
12. Ambri	47	12	11	4	20	137-143	62
13. Langnau	47	15	4	7	21	120-149	60
14. Ajoie	48	9	5	6	28	114-183	43

Davos - Lausanne

0-2 (0-0 0-1 0-1)

Eisstadion, 5080 spectateurs.
Arbitres: MM. Hebeisen, Borgia; Altmann, Burgy.
Buts: 34^e Almond (Hügli, Jelovac) 0-1, 48^e Audette 0-2.
Davos: Aeschlimann; Forra, Dahlbeck; Egli, Irving; Barandun, Paschoud; Minder, Morrow; Wieser, Corvi, Ambühl; Schmutz, Nussbaumer, Bristedt; Stransky, Rasmussen, Knak; Frehner, Egli, Sturny.

Lausanne: Laurikainen; Gernat, Frick; Glauser, Genazzi; Jelovac, Marti; Holdener, Sidler; Bozon, Jäger, Raffi; Riat, Fuchs, Sekac; Almond, Maillard, Hügli; Kenins, Audette, Salomäki.
Pénalités: 3 x 2' contre Davos; 4 x 2' contre Lausanne.
Notes: Lausanne sans Heldner, Emmerton, Pedretti, Krakauskas (blessés). Davos sans gardien de 59'19 à 59'59.

Double suisse au slalom parallèle des Mondiaux

Snowboard

Julie Zogg a été sacrée championne du monde en slalom parallèle. En finale, la Saint-Galloise a battu sa compatriote, la Schwytzoise Ladina Jenny.

L'épreuve de slalom parallèle en snowboard des Mondiaux de Bakuriani (Géorgie) a permis à la Suisse de fêter deux nouvelles médailles, en or et en argent. Dans une finale 100% helvétique, le titre est revenu à Julie Zogg, qui l'a emporté sur sa compatriote Ladina Jenny, coupant la ligne d'arrivée avec une avance de 26 centièmes. La médaille de bronze est revenue à l'Autrichienne Sabine Schoeffmann, éliminée par la Saint-Galloise en demi-finale. Julie Zogg (30 ans) n'en est pas à son premier coup d'éclat. La native de Walenstadt avait déjà été sacrée championne du monde en 2019 à Park City (États-Unis). Elle a de surcroît remporté un gros

globe de cristal (gagnante de la Coupe du monde du classement parallèle en 2015) et 5 petits globes (elle a décroché le classement général du slalom parallèle en 2015, 2019, 2020, 2021 et 2022). Elle compte 32 podiums dont 12 victoires en Coupe du monde.

Déjà médaillée de bronze en géant parallèle lors des Mondiaux voici quatre ans, Ladina Jenny (29 ans) s'était pour sa part qualifiée pour la finale aux dépens de l'Allemande Ramona Hofmeister. La Valaisanne Patrizia Kummer a été éliminée dès les huitièmes de finale.

Caviezel éliminé en quarts

Chez les hommes, Dario Caviezel, médaillé d'argent dimanche dans l'épreuve de géant, n'a pas passé le cap des quarts de finale. Le snowboardeur grison a été éliminé par le Canadien Arnaud Gaudet, qui l'a devancé de 1''8. L'épreuve a été remportée par l'Autrichien Andreas Prommegger (42 ans!). **NJR/RTY**