Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 1 (1999)

Heft: 1

Artikel: Le partenariat, une nécessité!

Autor: Kempf, Hippolyt

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995853

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Photos: Thomas Gerber

Kempf et Mosimann: médaillés de bronze à Nagano.

Deux yeux, quatre skis, une seule et même volonté

Le partenariat, une nécessité!

C'est en 1996 qu'Hippolyt Kempf a commencé à servir de guide à Adrian Mosimann. Adrian, atteint d'une cécité quasi totale, s'était fixé comme objectif de remporter une médaille de ski de fond aux Paralympiques de Nagano dans la catégorie des malvoyants. «Au cours des deux années pendant lesquelles nous nous sommes entraînés ensemble, j'ai vécu une expérience unique, basée sur une merveilleuse complicité et une profonde confiance réciproque», confie l'auteur.

Hippolyt Kempf

Au début, je ne savais pas grand-chose sur cette forme de ski de fond. J'ai appris qu'il existe trois grandes catégories de fondeurs malvoyants: la catégorie B1 (cécité complète), la B2 (cécité de 95%) et la B3 (cécité de 90%). Adrian Mosimann m'a expliqué qu'il lui restait environ 5% de vue et qu'il faisant donc partie de la catégorie B2. Concrètement, cela signifie qu'Adrian arrive à voir certaines choses de tout près, mais qu'il est incapable de discerner quoi que ce soit de loin. La distance qui le sépare des autres skieurs est déjà trop grande pour qu'il puisse prétendre se débrouiller seul. Du terrain, il ne distingue que les contrastes très nets et tout objet situé à plus de dix mètres de lui est déjà inaccessible à ses yeux. Sa vue dépend par ailleurs fortement de sa capacité de concentration. C'est dire que lorsqu'il est fatigué, elle perd encore en acuité.

Tâche du guide

Toutes ces informations étaient claires, mais qu'allaient-elles impliquer dans la pratique? Telle est la question que je me posais au début. Je savais bien sûr que j'allais devoir compenser les 95% de vue manquant à Adrian et que je serais un accessoire pour lui, au même titre que ses skis.

J'ai découvert que, concrètement, mon rôle consistait à le précéder en maintenant la plus courte distance possible entre lui et moi. Cette aide aurait en principe suffi à un athlète de la catégorie B3, les mouvements et les changements de direction lui fournissant assez d'informations pour lui permettre de s'orienter. Mais, compte tenu du handicap d'Adrian, il m'est aussi arrivé de devoir lui donner quelques explications à l'approche de passages plus délicats. Mes indications auraient joué un rôle beaucoup plus important si l'athlète que j'accompagnais avait appartenu à la catégorie B1. Les fondeurs de cette catégorie sont en effet entièrement tributaires des consignes de leur guide, sa voix constituant leur principal repère. Grâce à la description qui leur est faite de la piste, ils peuvent se faire une idée des tâches à résoudre.

Adrian se situe donc entre les deux extrêmes que je viens de décrire. C'est dire que lorsque le soleil brillait et que les contrastes lumière-ombre étaient nets, je pouvais me contenter de remplir ma

alder + eisenhut Mets un tigre dans tes baskets.

fonction à la façon d'un guide B3 . Les contours de mon corps permettaient également à Adrian de grappiller certaines informations. Ces impressions étaient complétées par les consignes que je lui donnais verbalement. L'aide que j'ai pu lui apporter était essentiellement d'ordre général (Où sommes-nous? La montée est-elle encore longue?) et géographique (Dans quelle direction allons-nous?). Il m'appartenait en outre de lui signaler tous les obstacles particulièrement sournois. Je savais que si je n'étais pas assez attentif et précis dans mes avertissements, Adrian risquait de se faire surprendre par les inégalités de terrain et de finir sa course dans la neige. En cas de grosse fatigue ou de mauvaise visibilité, je devais redoubler d'attention et de prévenance.

Hippolyt Kempf a fêté son plus grand succès sportif en remportant la médaille d'or olympique dans le combiné nordique. Après sa carrière sportive, il a étudié l'économie politique à l'Université de Berne. Au plan sportif, il a choisi depuis peu de mettre son expérience et son savoir-faire au service des fondeurs malvoyants. Adresse: Neubrückstr. 78, 3012 Bern.

Mettre en confiance

A force d'expériences, de corrections et d'ajustements, nous sommes parvenus à mettre au point une collaboration très subtile. Au début, je me suis contenté de reprendre les consignes classiques de la discipline et, petit à petit, je me les suis appropriées pour les affiner. Le but de notre collaboration visait à nous mettre réciproquement en confiance de manière à ce qu'Adrian puisse se fier complètement à mes indications et, par exemple, se laisser aller à fond dans les descentes sans crainte de chuter. Pour atteindre ce but, nous avons régulièrement analysé notre travail d'équipe au même titre que d'autres aspects de l'entraînement. J'ai également essayé de skier les yeux bandés pour mieux me rendre compte de l'impact que pouvaient avoir mes consignes. Pouvoir me faire confiance envers et contre tout était une condition sine qua non pour qu'Adrian puisse progresser. Toute négligence de ma part, synonyme dans le pire des cas de chute pour Adrian, avait des répercussions sur cette relation de confiance. Ces répercussions se traduisaient non seulement par un sentiment d'insécurité dans les passages difficiles, mais par une moins grande aisance dans l'exécution technique des mouvements. Plus je parvenais à sécuriser mon partenaire, plus il osait adopter une position dynamique, pour ne pas dire agressive, et accentuer son transfert de poids – deux éléments décisifs pour une technique optimale.

Guider, une tâche riche et complexe

Comme décrit plus haut, notre partenariat s'est développé à très large échelle. Guider ne consiste pas seulement, dans le contexte qui nous intéresse ici, à indiquer le chemin à suivre, mais implique également certaines tâches d'entraînement. En plus de l'intégration de la formation technique, le guide a pour mission d'imprimer un rythme à la course. L'athlète n'ayant aucune idée de la longueur et de la difficulté de la pente qu'il commence à gravir, il s'adapte quasi automatiquement à la vitesse proposée.

Guider signifie aussi encadrer. La séance d'entraînement n'est véritablement terminée que quand l'athlète a retrouvé son environnement habituel. Le partenariat acquiert une intensité particulière lors des camps d'entraînement et encore plus lors des compétitions. Un camp d'entraînement de deux semaines ressemble un peu à une traversée de l'Atlantique en bateau à rames dans le sens où chaque partenaire a son rôle à jouer dans la réussite de l'aventure et où aucun d'eux ne peut abandonner l'autre au risque de le voir dériver. m

« Chaque partenaire a son rôle à jouer dans la réussite de l'aventure et aucun d'eux ne peut abandonner l'autre au risque de le voir dériver. »

Tout comme Adrian devait s'adapter à Hippolyt, Hippolyt devait s'adapter à Adrian.

Le respect, base de la collaboration

Parce que notre ambition était de briller à deux, nous avons été amenés à repousser nos limites à l'extrême. Lorsque deux individus sont aussi dépendants l'un de l'autre que nous l'étions, leur collaboration ne peut être constructive que si elle repose sur un respect mutuel. Tout comme Adrian qui devait s'adapter à moi, je devais moi aussi pouvoir m'adapter à lui. Dans cette relation d'interdépendance, chacun de nous s'est arrogé certaines libertés qui ont été respectées par l'autre. Car, malgré l'importance du travail d'équipe, il fallait que chacun de nous donne le meilleur de lui-même. La communication a joué un rôle important dans la détermination et le respect de ces limites.

Ces dernières ont été exprimées verbalement, ce qui nous a permis d'écarter immédiatement les prétentions qui auraient pu être ineptes. C'est dire qu'il était important que nous nous montrions francs. Dans les périodes de stress, nous avons dû veiller à structurer clairement les principales actions à l'avance de manière à pouvoir nous concentrer sur l'essentiel au moment voulu. Cette approche s'est révélée efficace en particulier pour gérer le stress précédant le départ des courses, mais également pour contrôler nos émotions pendant toute la durée de notre séjour à Nagano. Elle nous a permis de faire taire quelque peu notre trac avant le départ, de limiter le stress qui nous envahissait et finalement de profiter pleinement des compétitions. Le passage de la ligne d'arrivée (au 3e rang) a constitué pour chacun de nous l'apothéose d'une collaboration unique en son genre.