

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2015)
Heft: 64

Artikel: Anita, une athlète toujours en piste
Autor: Rein, Frédéric
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-830997>

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: 12.01.2026

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

Anita, une athlète toujours en piste

La Lausannoise Anita Protti a passé les obstacles de la vie comme les haies d'un 400 m, discipline dans laquelle elle a excellé: avec abnégation et volonté. Rencontre avec une insatiable sportive.

Son dernier tour de piste officiel, en forme de tour d'honneur, remonte aux championnats suisses indoor d'athlétisme de Macolin, en 1996. A 32 ans, la Lausannoise Anita Protti, spécialiste du 400 m haies, mettait un point final à une remarquable carrière, qui l'a notamment vue remporter un titre de vice-championne d'Europe à Split, en 1990, et une médaille de bronze aux Mondiaux en salle de Séville, en 1991. Ses blessures à répétition aux tendons d'Achille auront eu raison de sa motivation. «Mon corps m'a poussé à passer à autre chose», lâche la quinquagénnaire, qui a abandonné sa volumineuse crinière d'antan pour des cheveux lissés, mais a conservé son regard pétillant, teinté de volonté. Point de nostalgie dans le verbe, mais un semblant de fierté, toute légitime. Adieu donc Sandra Farmer-Patrick, Sally Gunnell ou encore Tatyana Ledovskaya, ses rivaux de l'époque. Les pointes restent au fond du sac, les projecteurs s'éteignent, le vertige de l'après se fait sentir. «J'avais l'impression d'être livrée à moi-même», se souvient-elle. Mais bien vite, elle décide d'écrire un nouveau chapitre dans le grand livre de son existence. «J'ai vraiment voulu investir dans ma vie de femme, que j'avais longtemps mise de côté.» Changement de lieu, changement de nom de famille: Anita Walder-Protti vit désormais à Zurich, où habite son mari. Naît alors la petite Coralie, aujourd'hui âgée de 17 ans, et pour laquelle elle s'investit pleinement. Un divorce plus tard, en 1999, mère et fille reviennent ensemble dans la capitale vaudoise.

Mon travail m'a redonné confiance

La sportive qui sommeille en elle se réveille. Elle réalise deux formations dans la foulée (normal pour une coureuse!); une en fitness/aérobic, afin de pouvoir donner des cours de renforcement musculaire, l'autre en spinning – ces vélos fixes sur lesquels on pédale en musique. «Ce travail était aussi une

manière d'entretenir ma propre condition physique. Le sport est ancré en moi

pour toujours.» Preuve supplémentaire en 2002, quand elle lance «Sport-Vac», un concept de vacances actives à l'étranger, encadrées par des personnalités du sport et du showbiz, comme le cycliste Pascal Richard ou les comiques Cuche et Barbezat. «Cela a rencontré un fort succès, mais sans pour autant me permettre de gagner ma vie. Alors, quand je me suis séparée de mon compagnon et associé de l'époque, nous avons tous deux cessé cette activité.»

«Nous manquons d'athlètes charismatiques»

Puis, en 2007, entre deux cours de fitness, un événement tragique entre en piste: sa mère, avec qui elle est si complice, tombe gravement malade. Trois ans durant, elle l'accompagnera vers l'inévitable. «Cela a été un moment extrêmement difficile à surmonter», souligne celle qui a perdu son père à l'âge de 11 ans. Après cette douloureuse épreuve, une pause s'impose, et elle arrête de donner des cours de fitness. Une nouvelle page se tourne, peut-être pour mieux s'écrire.

Sans vraiment savoir quel avenir professionnel elle se souhaite, elle trouve un emploi à la Ville de Lausanne. La voici, signe du destin, secrétaire à 70 % dans une structure de réinsertion professionnelle. «A 49 ans, après plus de 30 ans sans véritable activité professionnelle, j'avais un poste «conventionnel», avec un rythme imposé. Cela me plaît et m'a redonné confiance en moi, car j'ai des responsabilités et une certaine indépendance.»

Anita Protti a gardé le goût du sport qu'elle pratique régulièrement: course à pied, tennis et ski.

Le sport trouve-t-il encore une place dans son agenda? Evidemment, et même une place de choix. Il y a la course à pied, puisque, depuis 13 ans, elle fait partie d'un groupe réservé jusqu'en 2013 aux employés de la commune – qu'elle avait commencé par animer. Le ski en hiver aussi, de



Ce n'est pas facile de vieillir. Il faut apprendre à s'accepter.»

Anita Protti

piste régulièrement, en version peaux de phoque occasionnellement depuis un an. Sans oublier le tennis, qu'elle a découvert avec son ex-mari, ancien joueur d'élite. Classée autour de la 1000^e place suisse (R4 pour les initiés), elle aiguisé son sens inoxydable de la compétition dans les tournois et les interclubs. «C'est une discipline que l'on peut pratiquer à tout âge. Mais je me rends bien compte qu'à 50 ans, même si je n'ai pas de gros pépins de santé, je ne peux plus m'appuyer sur mes acquis musculaires, comme je l'ai fait pendant des années. De toute façon, ce n'est pas facile de vieillir. Il faut apprendre à s'accepter.» De son passé de sportive de haut niveau, elle conserve aussi un goût marqué pour le perfectionnisme. «Mais dans notre société, où le rendement est au centre des priorités, ce n'est pas toujours facile...»

Un manque cruel

Et l'athlétisme, dans tout cela? Elle suit les compétitions d'un œil, au gré des grands meetings et des championnats majeurs. L'an dernier, Anita Protti a passé une semaine aux championnats d'Europe de Zurich. «En Suisse, nous manquons cruellement d'athlètes charismatiques, qui redonneraient une saveur particulière à ce sport.» Parole de l'actuelle détentrice du record de Suisse sur 400 m haies et 400 m, pour qui aucun obstacle ne semble insurmontable.

Frédéric Rein