

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 4 (2002)
Heft: 5

Artikel: Maïté Nadig, la grande dame du cirque blanc
Autor: Nadig, Maïté / Keim, Véronique
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995968>

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: 12.04.2026

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

Maité Nadig, la grande dame du cirque blanc

Automne 1999: L'orage gronde dans les rangs de l'équipe féminine de descente. Les filles reprochent à leur chef Peter Müller son manque de communication et ses méthodes trop radicales. Le dialogue est rompu. Pour rétablir le calme, Jean-Daniel Mudry, directeur de Swiss-Ski appelle Marie-Thérèse Nadig à la rescousse. A la veille d'entamer sa quatrième année à la tête des descendues, la seule femme entraîneur au niveau de la coupe du monde lève le voile sur sa vision du coaching.

Véronique Keim

Vous exercez la fonction d'entraîneur depuis 18 ans, dont 16 à un niveau national. Le fait d'avoir été athlète de pointe avant représente-t-il un gros avantage? Oui surtout sur le plan mental. Je connais les sentiments qui habitent les athlètes avant et après la course. Je peux mieux comprendre parfois leurs peurs et répondre à leurs dernières interrogations. Cela me permet de faire certains réglages durant l'entraînement qui n'étaient pas forcément prévus au programme. Le danger existe cependant aussi d'établir des comparaisons – pas toujours applicables – avec sa propre expérience...

Quelles sont les qualités que doit avoir un coach/entraîneur pour diriger une équipe de filles en particulier? Les émotions jouent un rôle important en sport, et elles sont particulièrement accrues chez les filles. Mes athlètes sont très sensibles. Ce ne sont pas des machines à courir, mais des filles qui essaient de dévaler la piste le plus vite possible. L'entraîneur doit faire preuve de beaucoup de tact et de force de persuasion pour obtenir le maximum de chaque fille. La communication joue un rôle clé à tous les niveaux.

Vous avez entraîné durant quatre ans l'équipe nationale masculine du Liechtenstein. La façon de mener une équipe de garçons est-elle la même? La gestion des conflits est plus directe chez les hommes. On peut leur parler avec des mots plus durs, ils oublient vite. Avec les filles, mieux vaut choisir ses mots et adapter son discours selon leur état psychique. Je

dirais que les hommes pardonnent plus difficilement les erreurs et essaient chaque jour de mettre à l'épreuve tes compétences. Une fois la relation de confiance établie, les filles ne remettent pas tout en question au moindre faux-pas.

Selon vous, est-ce plus facile pour une femme d'entraîner une équipe de filles? Non, cela dépend de la personnalité de l'entraîneur. Le principal travail du coach, qu'il soit masculin ou féminin, est de créer les conditions optimales pour l'épanouissement des athlètes. L'ambiance, le climat de confiance et le respect mutuel jouent le rôle principal, avant les considérations purement techniques.

Vous considérez-vous plutôt coach ou entraîneur? Comment éprouvez-vous la différence entre ces deux «casquettes»? Cela varie selon l'équipe. L'entraîneur représente la compétence technique, tandis que je vois le coach plutôt comme l'organisateur, le psychologue qui gère les aspects qui composent et gravitent autour de la cellule d'entraînement. Je me sens bien dans les deux rôles. Plus le niveau augmente, plus l'environnement et l'ambiance prennent de l'importance selon moi.

Vous donnez l'impression d'être très proche de vos athlètes. Comment définiriez-vous votre type de conduite? Exigeant et collégial! J'insiste souvent beaucoup sur les détails, jusqu'à l'entêtement, mais je montre aussi cette image dans la vie de tous les jours. Selon la situation, je peux être cheffe, sœur, amie. La confiance mutuelle reste mon credo. En cas de succès pour mes coureuses, je reste à l'écart; c'est



Photo: Keystone

Sapporo 72: une légende est née

Il y a trente ans, toute l'Autriche s'apprêtait à fêter le titre olympique promis à l'invincible Anne-Marie Pröll, lorsqu'une gamine de 17 ans et demi, portant le numéro 13, plongea tout un pays dans la stupeur. Marie-Thérèse Nadig entraînait avec fracas dans la cour des grandes en accrochant à son jeune cou deux médailles d'or en quatre jours! Depuis ces jours dorés, Maïté ne s'est pas endormie sur ses lauriers: 25 victoires en coupe du monde, un premier rang au classement général de la coupe du monde 81, deux globes de cristal en descente pour ne citer que les titres les plus importants. Sa carrière personnelle terminée, elle met ses talents et son expérience au service de la jeunesse et de l'élite avec huit années au Liechtenstein dont quatre à la tête de l'équipe masculine de descente, et huit à Swiss-Ski où elle dirige depuis quatre ans les descendeuses.

à elles de savourer l'instant magique. Dans les situations orageuses par contre, j'ouvre le parapluie et me tiens à leurs côtés.

Une athlète perd sa motivation suite à de mauvais résultats. Quel remède proposez-vous pour lui redonner l'envie et la confiance en ses moyens? Chaque athlète connaît des hauts et des bas. Il faut donc être prêt à réagir en conséquence. L'écoute et l'analyse du problème, l'accompagnement permanent sur le chemin du doute permettent de rallumer la flamme. Je veille aussi à ce que chacune garde les pieds sur terre en cas de succès, pour éviter justement ces fluctuations difficiles à gérer.

Contrairement à d'autres sports, une fois que la course est lancée vous ne pouvez plus rien dire ou faire pour vos coureuses. Les heures qui précèdent une descente sont donc d'autant plus importantes. Comment les occupez-vous? L'équipe se retire dans un lieu tranquille la veille de la course. Selon les résultats obtenus aux entraînements, les stratégies de préparation et de motivation diffèrent, avec des entretiens individuels si nécessaire. Le matin est consacré à la dernière reconnaissance de la piste. Je rappelle encore à chaque fille ses forces et ses atouts et lui montre ainsi la confiance qu'ils m'inspirent. Car parler de manière positive sans y croire soi-même ne sert à rien.

La saison approche à grands pas. Les camps d'entraînement se succèdent. Comment appréhendez-vous votre quatrième hiver à la tête des descendeuses helvétiques? La saison prochaine est marquée par les

championnats du monde à Saint-Moritz. Nous nous réjouissons tout en sachant que l'attente sera grande. Nous avons dévalé la piste en VTT et connaissons chaque aspérité! Les camps d'entraînement se succèdent – Saas-Fee, Zermatt, Las Lenas, Macolin – et nous travaillons très dur chaque détail. Le succès est à ce prix.

L'exemple canadien

Si en Suisse, les femmes qui exercent au niveau national restent peu nombreuses, il n'en est pas de même au Canada. En effet, l'Association canadienne des entraîneurs a lancé en 1987 une campagne intitulée «Women in coaching / les entraîneuses» destinée à favoriser l'accession des femmes aux postes d'entraîneurs et d'officiels. Cette campagne nationale a mis en place un véritable réseau de compétences pour promouvoir et valoriser le travail des femmes au sein des associations régionales et nationales. Plus de 400 femmes ont ainsi reçu un appui aussi bien financier (bourses) que technique (séminaires, ateliers, perfectionnement). Aujourd'hui, plus de 120 femmes sont entraîneuses d'athlètes ou d'équipes juniors et seniors à l'échelon national, et sept occupent même le poste d'entraîneur en chef d'une équipe nationale. Danièle Sauvageau reste la référence en la matière puisqu'elle cumule actuellement les postes de porte-parole de l'Association canadienne des entraîneurs, entraîneur de l'équipe nationale féminine de hockey sur glace et première femme à la tête d'une équipe de NHL!

Pour plus d'infos sur ce programme: www.coach.ca/women, le site des entraîneuses canadiennes, avec de nombreux liens sur l'entraînement.