

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 5 (2003)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Viktor Röthlin : éprouver ses propres limites  
**Autor:** Rentsch, Bernhard  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996053>

### **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:** 11.04.2026

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

Projet «Sport d'élite sans dopage»

# Viktor Röthlin: Eprouver ses propres limites

Le marathonien Viktor Röthlin n'a pas l'âme d'un missionnaire. Pourtant, ce coureur de niveau mondial adhère totalement au message inscrit au fronton du projet «Sport d'élite sans dopage». Il est convaincu que des performances de pointe sont aussi possibles sans substances proscrites.

Bernhard Rentsch

**V**iktor Röthlin pratique son sport au plus haut niveau sans compromis. A côté d'une activité à temps partiel de physiothérapeute à Macolin, cet athlète de 28 ans vit pour la course de fond. «Je m'entraîne environ 25 heures par semaine. Au programme: course, entraînement de la force, mais aussi, pour équilibrer, natation, cyclisme et roller inline.»

## Aller loin et en être fier

Avec deux grands rendez-vous par an, la préparation ne doit rien laisser au hasard. Qu'il faille aider la nature est évident, mais à condition de ne pas violer un principe sacro-saint: «Aller le plus loin possible avec des moyens honnêtes. Je me suis fixé ce principe au début de ma carrière déjà. Ce qui me motive, c'est d'apprendre à connaître mes limites.» Röthlin s'est intéressé par conséquent aussi activement à la question du dopage. Et il l'a définitivement classée, par crainte de ses répercussions sur la santé: «Je n'aimerais pas devoir expliquer à mes enfants que leur père est handicapé parce qu'il a participé à des expériences médicales.» A ses yeux, les barrières éthiques et morales ont été plus que franchies.

## «Dopé» à l'air de la montagne

Ce qui ne l'empêche en rien de saluer toutes les méthodes qui lui permettent de progresser en toute légalité. Ce printemps, par exemple, après une série de stages d'entraînement à Macolin, en altitude, il a complété sa préparation par

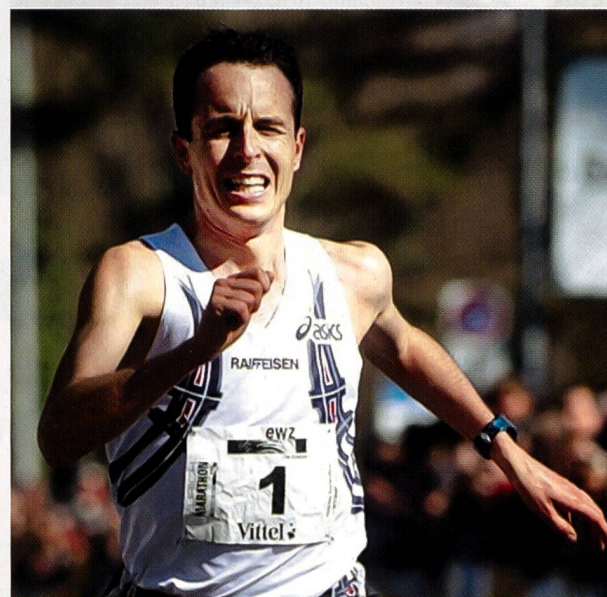
un séjour en chambre hypoxique, conformément au principe: «living high, training low». Les résultats qu'il a obtenus au Championnat du monde de cross et au Marathon de Zurich lui ont donné raison. Ses excellents temps ne sont certes pas dus à un seul élément. «La chambre hypoxique n'a contribué que pour une petite part à mon succès. Je ne veux pas accorder trop d'importance à cette expérience.» Le principe, à mille lieues de celui du dopage, ne lui pose aucun problème: «Ce n'est ni mauvais pour la santé, ni injuste. Tous mes concurrents ont les mêmes chances de départ. C'est un moyen simple d'améliorer ses performances, alors autant en profiter.»

## L'honnêteté, une affaire personnelle

A l'instar de ses collègues d'athlétisme, Viktor Röthlin a immédiatement été d'accord de participer au projet «Sport d'élite sans dopage». Il voudrait bien, avec André Bucher et Christian Belz, servir d'exemple, sans pour autant passer pour Monsieur Propre. «Il appartient à chaque athlète de définir ses propres limites. Je me garderai de toute tentative de prosélytisme.» La seule condition à laquelle les analyses doivent obéir, c'est de pouvoir être effectuées à l'improviste. Et pour cause: «Si les dates des contrôles étaient fixées à l'avance, il serait trop facile de se racheter une vertu.»

## La barre des 2h10 en point de mire

Fixer ses limites, se préparer longuement à une compétition et y réaliser une excellente performance, voilà ce qui fascine Viktor Röthlin dans le marathon. Il



n'a pas besoin de confirmations à un rythme régulier. De toute façon, il se mesure d'abord à lui-même, c'est-à-dire à son temps: «Je veux pouvoir courir un jour au-dessous des 2h10. J'y travaille.» Que le système le mesure par la froide réalité des classements le dérange: «Pour me qualifier, je dois courir en un temps prescrit, ce qui ne correspond pas tout à fait à ma conception des choses», regrette Viktor Röthlin. En vrai professionnel, il se plie toutefois à cette exigence. Cela fait partie du métier. **m**

**Pour plus d'infos** sur le projet

«Sport d'élite sans dopage»:

[www.dopinginfo.ch](http://www.dopinginfo.ch)