

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 6 (2004)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Itinéraire d'une jeune fille douée  
**Autor:** Keim, Véronique  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995435>

#### **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:** 27.01.2026

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



Promotion des talents

## Itinéraire d'une jeune

Maturité en poche, Sophie Lamon a posé ses valises à Paris. A 19 ans, elle s'exile afin de poursuivre sa progression, au sein d'un nouvel environnement pas totalement inconnu. Mais qu'est-ce qui la pousse à aller toujours aussi vite?

*Véronique Keim*

**L**orsqu'on évoque sa médaille d'argent olympique de Sydney, obtenue à l'âge de 15 ans, Sophie s'empresse de compléter «par équipe! J'étais très bien entourée. Ce moment reste un merveilleux souvenir qui m'a permis d'engranger une expérience qui me sert encore aujourd'hui.» Elle ne s'étend d'ailleurs pas plus longtemps sur le sujet. On l'a compris. Sophie regarde vers l'avant. Ses plus grands succès sont à venir.

### Un talent polysportif

A peine savait-elle marcher que Sophie accompagnait déjà son père, compétiteur et entraîneur, dans les différentes épreuves d'escrime. «A cinq ans, j'ai eu envie de commencer; j'ai croché très vite.» Mais Sophie a bien trop d'énergie et d'envies pour se confiner à une seule activité. Elle suit sa grande sœur sur les terrains d'athlétisme, pratique la danse classique dès l'âge de six ans et ce jusqu'à 14 ans, prend des cours de tennis... «Mais j'ai su très vite que l'escrime serait mon sport de prédilection.» Il faut dire qu'avec un papa professeur de sport et une maman très sportive elle aussi, l'activité physique allait de soi dans la famille. «Avec ma sœur et mon frère, on a eu la chance de tou-

cher à tout.» Sophie garde aussi un excellent souvenir des cours de gymnastique à l'école, toutes disciplines confondues. C'est à l'école d'ailleurs qu'a pris naissance, dans sa classe, un véritable mouvement collectif vers l'escrime. «Avec un ami, aussi passionné que moi, on a réussi à motiver la moitié de la classe à s'inscrire au club de Sion. Cet effet de groupe était vraiment exceptionnel.»

### La compétition dans le sang

Très tôt, Sophie a émis le désir de se mesurer «pour de vrai» avec d'autres jeunes escrimeurs. A cinq ans, elle participe ainsi à sa première compétition, avec des adversaires plus âgés qu'elle. Sa quatrième place la déçoit... Elle a hâte de remettre ça! Les années de compétition en catégories jeunesse se suivent et se ressemblent: elle gagne tout, même en tirant dans les catégories supérieures. C'est en 2000, l'année olympique, qu'un grand pas est franchi. Elle remporte le titre mondial des M17, alors qu'elle n'a pas encore 15 ans. Les JO s'ouvrent à elle, avec le succès que l'on connaît. A ceux qui prétendent qu'elle a éclaté trop tôt, Sophie répond: «Ces remarques émanent de gens qui ne connaissent rien. Cette médaille était un succès d'équipe. Ils ne voient pas la progression individuelle, le fait qu'à la veille des JO d'Athènes je pointais au 11<sup>ème</sup> rang mondial, alors que

**Sophie Lamon**

Née le 8 février 1985 à Sion  
Multiple championne suisse  
Championne du monde cadette en 2000  
Vice-championne olympique par équipe à Sydney en 2000  
2<sup>ème</sup> de la Coupe du monde à la Havane en 2003  
11<sup>ème</sup> du classement général de la coupe du monde avant Athènes 2004

# fille douée

quatre ans auparavant je n'étais qu'aux alentours de la 50<sup>ème</sup> place. Ces considérations ne me touchent pas, je connais la valeur des choses.»

*«J'ai su très vite que l'escrime serait mon sport de prédilection.»*

**Objectif Pékin 2008**

Cela fait déjà deux ou trois ans que l'idée de partir faisait son chemin. Sa maturité en poche, Sophie fait le grand saut, même si elle sait où elle met les pieds. «J'ai rejoint le Racing-Club de France et son entraîneur Daniel Levavasseur, un ami de mon père et de la famille, ancien entraîneur de Laura Flessel.» Une référence. La jeune Sédunoise y trouve des conditions d'entraînement optimales, avec de nouvelles oppositions qui lui permettent de progresser jour après jour. Mais que doit-elle encore améliorer pour gravir les marches qui mènent au sommet? «La vitesse de mon bras! Je dois former ma main et mon bras pour qu'ils aillent plus vite que mes jambes...» Et lorsque l'on sait que la vitesse de déplacement est justement l'atout principal de la jeune athlète, on imagine l'ampleur de la tâche! Un autre défi attend Sophie: ses études en parallèle à la Sorbonne. Elle s'est en effet inscrite en «Economie et gestion», l'équivalent de la HEC chez nous. Histoire de garder l'équilibre et d'envisager Pékin 2008 en toute sérénité... **m**

**Bourse sportive**

## Un investissement rentable

L'an dernier, Swiss Olympic Talents a introduit un modèle promotionnel destiné à la relève sportive. Cette initiative, basée sur le partenariat, implique des jeunes talents qu'ils recrutent eux-mêmes des sponsors.

**Thomas Richard**

La relève suisse a besoin de soutien – financier en particulier. Conscient de cette nécessité, Swiss Olympic Talents, organe directeur de la relève sportive, a introduit en 2003 un système de bourses sportives officiellement baptisées «Sport Scholarships». Ces bourses, financées par l'Office fédéral du sport et l'Aide sportive suisse, servent à couvrir partiellement les frais d'entraînement, de compétition et de régénération. Swiss Olympic signe là une prestation inédite: soutenir le travail des fédérations par des mesures d'encouragement individuelles.

**Le talent se monnaie**

Les jeunes qui réalisent des performances exceptionnelles aux Championnats d'Europe ou du monde chez les juniors témoignent d'un talent qui sort de l'ordinaire. Pour autant qu'ils soient intégrés dans une structure de promotion de la relève, leur fédération sportive peut, en leur nom, faire une demande de soutien financier. En cas de réponse positive, les jeunes espoirs reçoivent un montant unique d'une valeur de 6000 francs. Condition posée aux bénéficiaires: trouver eux-mêmes un ou plusieurs partenaires disposés à financer un tiers du montant de la bourse, soit 2000 francs. Mais vers quels partenaires les jeunes peuvent-ils se tourner? En fait, du canton et de la commune à la fédération sportive elle-même en passant par une entreprise, une société de services ou un club, les partenaires potentiels ne manquent pas. Les membres de la famille des jeunes sportifs ne font par contre pas partie des papables!

Une seule bourse peut être octroyée par candidat et par année de compétition, même si les exigences sont remplies plusieurs fois au cours de l'année considérée. Un total de 125 bourses a déjà été accordé depuis l'introduction de ces nouvelles mesures de promotion il y a une année.

**Soutien à long terme**

Au vu du succès remporté par son modèle de promotion, Swiss Olympic Talents a décidé de l'étoffer en proposant un soutien financier sur plusieurs années. Cette formule ne se base plus sur les seuls résultats obtenus en compétition, mais aussi – et surtout – sur le potentiel sportif. Elle permet aux jeunes qui n'ont pas encore eu l'occasion de participer à un grand championnat de bénéficier aussi d'un soutien individuel. La sélection des bénéficiaires relève des fédérations sportives compétentes. **m**

*Pour en savoir plus, tapez [www.swissolympic.ch](http://www.swissolympic.ch) et consultez les rubriques «Relève» et «Promotion des athlètes».*

Le programme d'entraînement «Le 11»: pour être plus vite en forme

**suvaliv!**  
Vos loisirs en sécurité



Vos loisirs en sécurité

**suvaliv!**

Le programme d'entraînement «Le 11»: sans lui, vous seriez plus rapidement à l'hôpital