

Camille Rast s'est réconciliée avec ses skis courts

La Valaisanne, sévèrement blessée au genou en mars 2019, retrouve ce week-end la Coupe du monde de slalom à Levi (Finlande).



von
Sylvain Bolt



lematin.ch



Vidéo



Radio



Cockpit

Home Suisse **Sports** Faits divers Monde People Loisirs High-Tech Société Économie Santé & Environnement Plus ▾

Cela faisait dix-neuf mois qu'elle attendait ça. Alors, forcément, lorsque Camille Rast a enfilé son dossard 53 lors du géant inaugural de Sölden il y a un mois, elle a ressenti une certaine émotion. En Autriche, la Valaisanne a raté la qualification en seconde manche pour 33 centièmes. Mais l'essentiel était ailleurs. «La frustration est vite passée, confie la skieuse de Vétroz au téléphone, sur la route du retour de l'entraînement à Diavolezza, dans les Grisons. Après autant d'absence, je me suis prouvée que je pouvais rivaliser avec le top 30.»



Camille Rast a fait son retour sur le Cirque blanc il y a un mois à Sölden.
KEYSTONE

Comme un symbole, c'est à Sölden que la carrière de Camille Rast avait débuté en Coupe du monde en 2016, elle avait alors 17 ans. Une neuvième place en géant à Kronplatz, en janvier 2017, a ensuite confirmé le potentiel de l'espoir du ski helvétique. Mais une mononucléose est venue freiner brutalement sa progression, comme une neige de printemps qui colle aux spatules. Avant qu'une chute lors des championnats de Suisse de slalom ne la mette définitivement hors course en fin de saison 2019.

«Même si mon objectif reste de retrouver les points en géant, ce n'est que du bonus de pouvoir être à nouveau alignée en slalom»

Camille Rast

Il lui a fallu remettre en état son genou meurtri (déchirure du ligament croisé antérieur et du ligament collatéral antérieur tibial). Et tout recommencer, en délaissant son premier amour. «Avec le slalom, c'est une longue histoire, sourit la Valaisanne. Pendant ma maladie, j'ai dû mettre ma discipline favorite entre parenthèses, en raison de l'intensité trop forte qu'elle exige. Et puis il y a eu cette chute... Franchement, je reviens de loin avec ces skis courts.»

...

Le VTT comme échappatoire

Pendant ces trois dernières années de galère, Camille Rast a passé beaucoup de temps sur son VTT, son autre passion. «Ça m'apporte beaucoup de plaisir, une sorte d'évasion et un certain équilibre, confie-t-elle. La pratique du VTT de descente me permet aussi d'adapter mes lignes et de gérer les mouvements de terrain. C'est bénéfique pour le ski alpin.»

De retour ce week-end à Levi

À 21 ans, la championne du monde juniors de slalom (c'était en 2017) va retrouver ce week-end les piquets serrés lors des deux slaloms de Coupe du monde de Levi (Finlande). Ce ne seront que ses troisième et quatrième départs dans la spécialité. La technicienne profite notamment de l'hécatombe des forfaits chez les spécialistes suisses (Charlotte Chable, Aline Danioth et Elena Stoffel se sont blessées ces dernières semaines).

Mais la Valaisanne doit aussi sa sélection à sa victoire lors du slalom FIS de Diavolezza la semaine passée. «J'avais de l'appéhension à lâcher les chevaux en slalom, il m'a fallu du temps, mais la confiance revient et cette victoire le prouve, se réjouit la championne de Suisse de géant 2019. À Levi, je vais surtout essayer de me faire plaisir, de skier de manière libérée. Je me suis en quelque sorte réconciliée avec mes skis courts et ce n'est maintenant que du bonus de pouvoir être à nouveau alignée en slalom. Mais l'objectif cette saison reste prioritairement celui de retrouver les points en géant.»