

J'aime/J'aime pas

J'aime : mon bébé, la mousse au chocolat, la franchise les couchers de soleil.
J'aime pas : les sports qui ne font pas transpirer, les cardés, les gens désobés.



► Emilie Geneste

INTO THE WILD

La nature, c'est l'élément de cette sportive vichyssoise, et elle l'a choisie comme terrain de jeu. Elle ne pouvait faire autrement que de courir et de pédaler au grand air...

La vie sans sport, Emilie ne saurait l'imaginer. Il coule dans ses veines et c'est en particulier la course à pied qu'elle a dans le sang. Née dans une famille de sportifs (son papa était cycliste professionnel et sa mère skieuse de fond), cette Vichyssoise a trouvé son équilibre dans la pratique de l'athlétisme et les courses de mi-fond dès l'âge de dix ans. Une activité physique qu'elle a complétée quelques années plus tard par le vélo afin de devenir duathlète et de conjuguer deux sports « qui lui vont bien ». Car Emilie est une accro à la nature, sensible à sa préservation et à sa beauté. « C'est dans notre intérêt de faire attention à notre environnement et quoi de plus magnifique qu'un coucher de soleil », avoue-t-elle. Ainsi le sport, pour elle, se doit donc d'être pratiqué à l'extérieur, dans les sentiers, au milieu des arbres, au cœur des montagnes... « Je n'aurais pas pu faire une activité en salle, même pas de la natation, il faut que je prenne l'air ». La nature lui est ainsi indispensable. C'est pourquoi elle s'est lancée dans des études de géographie jusqu'à obtenir un master. Durant cette période, elle est partie une année aux États-Unis, en Arizona. « C'est une région où la nature est exceptionnelle avec notamment le Grand Canyon, c'est pour cela que j'ai voulu aller là-bas ». Ce fut également l'occasion pour Emilie d'intégrer une équipe universitaire composée de filles possédant un niveau mondial et de connaître une tout autre méthode d'entraînement. Une expérience très



enrichissante mais lourde à gérer, comme durant toute sa scolarité. « J'allais parfois m'entraîner à 6 heures du matin et le soir à 20 heures, après les cours. » Et sa mère de préciser : « C'est une fille qui a toujours été persévérante, c'est une de ses qualités ». En effet, depuis le début de sa carrière, la sportive auvergnate n'a jamais courbé l'échine. Elle a toujours su fournir les efforts nécessaires. Le duathlon et le cross sont des sports

difficiles et ce n'est pas sans coup férir que les performances arrivent. « Il s'agit de disciplines simples, terre à terre, où il faut être complet et disposer d'un certain mental », explique la Vichyssoise. Aujourd'hui, à force de la trentaine et avec une expérience professionnelle dans le tourisme et l'aménagement du territoire au SMAI (le Syndicat Mixte d'Aménagement du Haut-Allier), Emilie est une femme sereine et épanouie. Sa récente grossesse, qui a donné le jour à une magnifique petite Léonie, doit aussi être l'une des raisons de ce bien-être. Mais même ce nouveau rôle de maman ne lui a pas fait abandonner le sport, la compétition et ses envies de nature. « Cela a été dur de revenir après l'accouchement, surtout pour la course à pied. Néanmoins, je voulais vraiment retrouver toutes mes sensations ». D'autant que la jeune maman ne veut pas arrêter le duathlon et le cross avant un bon moment. « Certaines femmes ont cinquante ans et galopent comme des lapins ! », affirme-t-elle avec un grand sourire. Alors, la carrière sportive d'Emilie a encore un bel avenir et l'athlète ne regrette rien de son passé : « J'ai toujours donné le meilleur de moi-même, j'aurais juste souhaité posséder plus de qualités physiques, ceci m'aurait permis d'avoir un niveau bien supérieur ». La miss vit ainsi en harmonie entre sport et vie de famille, et si le spectacle de la nature est toujours beau, Emilie est en son sein naturellement belle. **Éprouvé**

En bref

Née le : 12/01/1980 à Vichy
Athlétisme : RC Vichy
Vélo : Balance Sports Cycliste
Duathlon : TC Châteauneuf
Premières : 1^{er} championnat de France de duathlon, vice-championne de France duathlon par équipe 2007, 4^e Grand Prix des clubs de duathlon 2008

Texte : Stéphanie Merzet
Photos : Christophe Darbolet

“ Pour moi, le sport se pratique au cœur de la nature ”

ÉMILIE GENESTE