

À 25 ans, Barnabé Delarze s'offre un palmarès impressionnant. Vice-champion du monde en 2018, vice-champion d'Europe en 2019, vainqueur du classement général de la Coupe du Monde en 2019 avec deux victoires, Barnabé voit loin et se donne les moyens d'atteindre ses objectifs.

Barnabé Delarze

LE SPORT, UNE DEUXIÈME NATURE

Pourquoi l'aviron ? « J'ai toujours aimé et pratiqué une multitude de sports différents depuis l'âge de trois ans. Ce n'est qu'à douze ans, que mon intérêt s'est fixé sur le rugby, séduit par l'esprit d'équipe, le contact et l'effort physiques. Malheureusement le rugby était encore très modeste en Suisse, à l'époque et je voulais m'entraîner plus. Arrivé à Lausanne en 2005, je vivais près du lac où j'ai pu pratiquer l'aviron en complément du rugby. C'est très vite devenu mon activité sportive majeure et celle dans laquelle je me suis engagé professionnellement en 2013. »

Quintuple Champion Suisse et recordman national, il détient les meilleurs temps ergomètre 2'000 m et 5'000 m en Suisse avec respectivement 5:43.9, record suisse (record mondial à 5:35.8) et 15:24.1, record suisse (record mondial à 14:54.5). Barnabé partage son temps entre le Lausanne Sports Club, section aviron et l'université de Lausanne où il étudie à temps partiel en Sports et en Sciences politiques. L'hiver on le trouvera aussi dévalant les pistes de Verbier, le ski étant depuis toujours un de ses sports favoris. Côté maison, c'est en cuisine qu'il apprécie de passer du temps ; il avoue avec le sourire : « J'aime beaucoup cuisiner et encore plus manger. Cela tombe plutôt bien, puisque je le fais en très grande quantité et que je prépare tous mes plats moi-même, en équipe suisse. »



Cette saison s'est achevée avec les Championnats du Monde, qui se sont déroulés à Linz début septembre. Une déception pour Barnabé qui, malgré sa bonne condition physique, n'a pas trouvé le podium, se contentant, avec son co-équipiers Roman Rössli, du cinquième rang, mais obtenant malgré tout la tant convoitée qualification olympique pour Tokyo 2020. Perplexe à l'issue de cette rencontre, Barnabé ne se laisse pas abattre et pense déjà à la suite. Il commente : « Il va falloir se poser les bonnes questions. Le niveau, clairement on l'avait. Il va falloir analyser la situation avec notre entraîneur, pour voir ce qu'il faut ajuster et redoubler d'efforts pour les JO de Tokyo, qui restent notre objectif principal. »

SUR LE CHEMIN DE TOKYO 2020

Les valeurs de Barnabé sont celles d'un sportif d'élite concourant dans l'une des disciplines les plus exigeantes. « Je suis constamment en recherche du progrès, de l'optimisation, de mes limites, de la perfection et de la glisse, afin de décrocher, après une septième place à Rio en 2016, une médaille aux Jeux Olympiques de Tokyo de 2020. »



*Objectif JO 2020
pour le champion suisse d'aviron*

Entraînement à Sarnen (OB) en 2019.

Médaille d'argent aux Championnats du Monde 2018 (Plovdiv, Bulgarie).



« Ce qui me motive au quotidien, c'est le progrès, tant au niveau technique que physique : le fait d'optimiser ma physiologie, de gagner en force, en endurance, de parfaire le geste technique, puis de faire profiter de tout cela mes co-équipiers, afin de faire glisser le bateau. Je sens que je suis encore très loin de mes limites dans les deux domaines et je veux continuer à explorer pour peut-être un jour les trouver. »

LE PRÉCIEUX APPORT DES SPONSORS OU MÉCÈNES

Pour un sportif d'élite qui suit parallèlement des études universitaires à Lausanne, en Sciences sociales et Sport, avec une mineure en Sciences politiques, les dépenses sont nombreuses : logement près du Centre d'entraînement national proche de Lucerne, déplacements hebdomadaires pour traverser la Suisse, camps et voyages d'entraînement, matériel technique et équipements (du bateau au vélo de course, des skis de fond à la machine à ramer, par exemple), soins physiques et, bien sûr, nourriture abondante nécessaire à l'entraînement intensif.

La question des partenaires et sponsors est dès lors essentielle, dans le sport de haut niveau. Barnabé est transparent quant aux dépenses engagées dans son parcours. Il remercie les institutions et sponsors principaux qui le soutiennent chaque année et propose aussi, via son site internet, différentes options permettant à chacun de faire un don ou de participer à son équipement. N'hésitez pas à le contacter si vous partagez ses valeurs : excellence, engagement, détermination, ouverture d'esprit !

DELPHINE LUGRIN

www.delarze-rowing.ch

Photos © DR