

Les JO 2024 pour horizon

Frédérique Rol au large de Vidy à Lausanne, où elle a appris à ramer.

Frédérique Rol et sa coéquipière Patricia Merz tenteront de se qualifier pour les JO de Paris lors des Championnats du monde d'aviron à Belgrade, du 3 au 10 septembre.

TEXTE ALAIN WEY PHOTO DARRIN VANSELOW

Elle s'attache les cheveux et s'installe à bord de son esquif sur le rivage du club Lausanne-Sports Aviron à Vidy (VD). Frédérique Rol (30 ans) fend alors les eaux du Léman pour le plus grand bonheur du photographe qui la mitraille. Avec sa moitié sportive, Patricia Merz (30 ans), elles sont les meilleures rameuses helvétiques dans la catégorie double poids légers. Elles affichent une 7^e place aux JO de Tokyo en 2021 et une 5^e place aux Championnats du monde en Tchéquie en 2022.

Une compétition d'aviron file généralement sur trois courses et voit s'affronter six embarcations sur une distance de 2000 mètres. En mai dernier, Frédérique et Patricia ont gravi la première marche du podium en Coupe du monde à Zagreb, en Croatie. Elles ont désormais dans le collimateur l'une des 7 premières places des Championnats du monde à Belgrade en Serbie, sésame pour les JO de Paris en 2024. L'athlète revient à bon port et partage dans la fraîcheur du club son par-

cours truffé d'heureux hasards et une année pleine de rebondissements, qui a vu son équipe s'installer en Italie.

Parlez-vous «zugerdütsch»?

Frédérique est la benjamine d'une fratrie de quatre sœurs, dont deux ont brillé dans l'élite de la voile et du basket. Moitié Française du côté de son père, elle grandit à Pully au bord du Léman et tombe dans la marmite de l'aviron à 15 ans. «J'ai fait une initiation avec le gymnase ici, au Lausanne-Sports Aviron. Je pratiquais le plongeon acrobatique au niveau national et je recherchais un nouveau sport. J'ai tout de suite aimé le lac et l'ambiance du club, ce qui m'a motivée à continuer.» Elle rencontre Patricia Merz, rameuse du See-Club Zug, grâce à la Fédération suisse d'aviron et, dès 2012, la paire se frotte à l'élite mondiale en catégorie poids légers.

Comment communique-t-elle avec sa coéquipière? «En *zugerdütsch*, répond l'avironneuse, toujours souriante. Je le

parle couramment. J'ai fait le gymnase bilingue avec une année d'échange à Berne, puis je me suis perfectionnée avec Patricia.» Notre interlocutrice semble avoir un esprit conquérant dans tout ce qu'elle entreprend. Avec ses grands yeux bleu vert gris (sa carte d'identité en témoigne), elle décoche brièvement son cursus et il convient de s'accrocher: un bachelor en médias et communication à l'Uni de Zurich (2014), un master Online Business à Lucerne (2017) et un CAS (Certificate of Advanced Studies) en préparation mentale à l'Uni de Lausanne (2022). Parallèlement, la paire devient pro dès 2014. Plus de dix ans dans le même rythme de rames forgent une amitié et une complicité rares, impossibles à décrire avec le verbe.

La philosophie de Rocky

«Quand on tombe, on se relève.» Comme pour bien des sportives, la philosophie de Rocky est ancrée en elle, car l'athlète n'a pas été épargnée par les blessures. Une hernie discale en 2017, qu'elle a appris à gérer, et une côte cassée en 2020, suite à une fracture d'usure, juste avant la qualification pour les JO de Tokyo. S'ajoute à cela le drame survenu en décembre dernier. Alors que le duo s'entraîne sur le lac de Sarnen (OW) avec Jeannine Gmelin, ex-championne du monde en simple, leur entraîneur Robin Dowell fait une crise d'épilepsie et se noie. Dans la douleur, la paire décide de continuer et est prise sous l'aile de la coach italienne Paola Grizzetti, à Varèse, à quelques kilomètres du Tessin. Frédérique et Patricia rament dès lors sur le lac du même nom, qui accueille des équipes nationales de toute l'Europe. ●

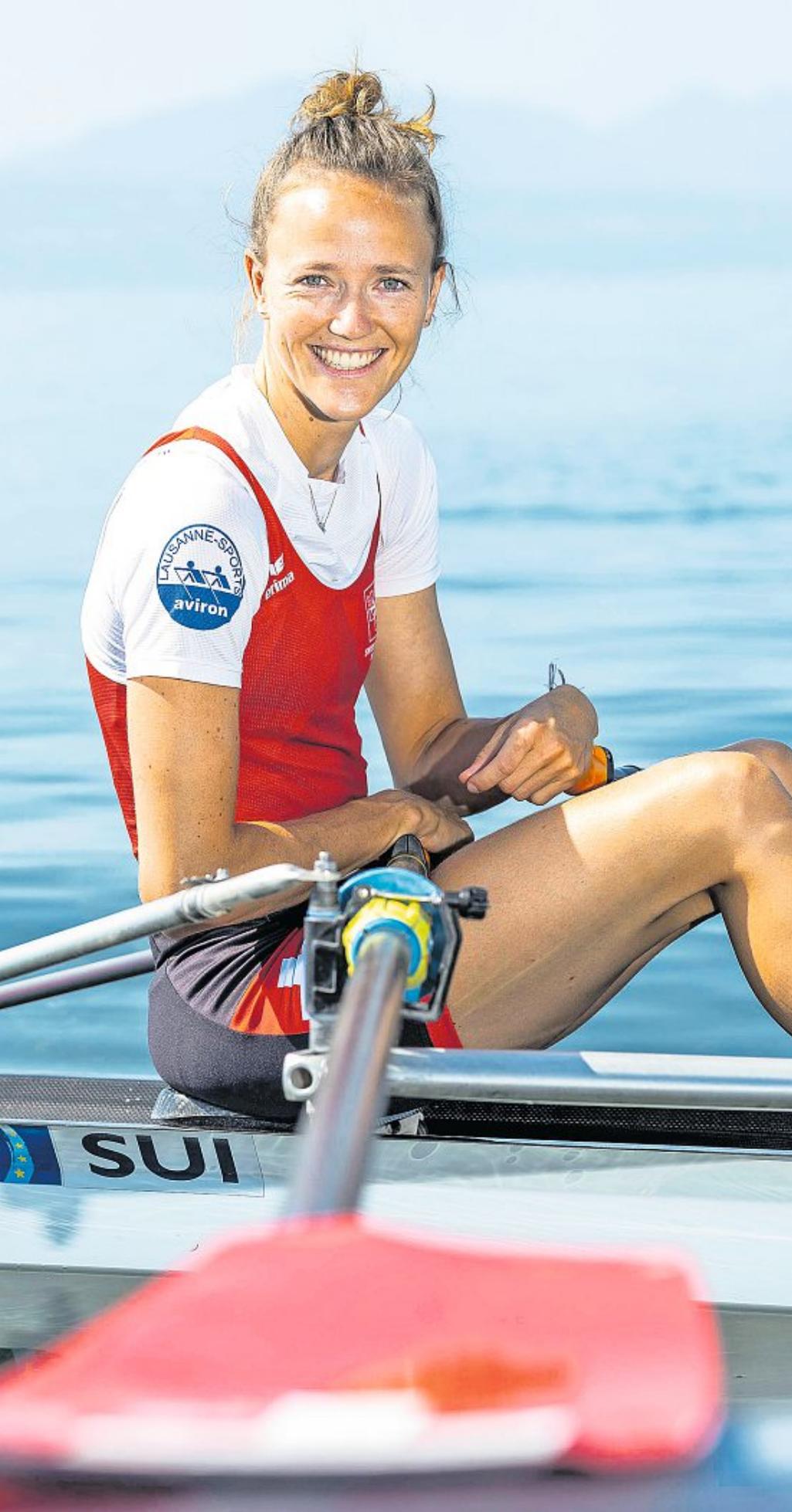
DUO INDÉPENDANT

Une équipe hors du commun

Au sortir des JO de Tokyo en 2021, Frédérique Rol et Patricia Merz quittent la Fédération suisse d'aviron pour créer leur équipe privée, le team Mero. Elles s'entraînent sous cette bannière depuis avril 2022. D'abord au lac de Sarnen (OW) jusqu'en décembre et le décès inattendu de leur entraîneur, puis à partir de février 2023 au lac de Varèse au nord de l'Italie, où elles se sont installées. Sous l'égide de Paola Grizzetti, elles mettent tout en œuvre pour décrocher leur place pour les Jeux olympiques.

www.team-mero.ch





MINI-QUESTIONNAIRE

Votre bruit préféré?

Les sons de la vie en forêt: les arbres, les oiseaux, les branches qui craquent.

Votre plat préféré?

Les crêpes. Mes favorites? Jambon-fromage... Ou plutôt beurre-aromate!

Le dernier livre lu?

«Marthe et Mathilde», de Pascale Hugues, un roman historique sur deux grands-mamans qui habitent en Alsace durant les deux guerres.

Un beau souvenir?

Mon voyage à vélo depuis ici jusqu'à Vienne avec Patricia en automne 2021.

Ce qui vous irrite le plus?

Quand je suis en retard.

Une qualité que les autres vous trouvent?

Mon envie d'aider.

Votre plus vilain défaut?

L'efficacité. Vouloir que tout soit fait tout de suite. Je ne suis pas très patiente.

Que feriez-vous s'il ne vous restait que six mois à vivre?

Un long voyage à vélo. Sans but. À l'italienne. Avec mon futur mari, Ben.

Votre remède quand ça va mal?

Du chocolat! Un coup de fil à mes meilleures amies.