



Rémi Cantan est l'un de nos étudiants sportifs de haut niveau. Il a accepté de répondre à quelques questions et de nous parler de lui et de sa passion : le ski alpinisme.

Bonjour Rémi, pourriez-vous vous présenter?

Je m'appelle Rémi Cantan, j'ai 18 ans et je suis en L1 géographie et aménagement. Je viens du Chablais, au-dessus de Thonon-les-Bains en Haute-Savoie.

Parlez-nous du sport que vous pratiquez.

Je pratique le ski alpinisme, c'est-à-dire la forme compétitive du ski de randonnée. Il existe 4 épreuves principales dans ce sport : l'individuel qui consiste à plusieurs montées et descentes en hors-piste pour un dénivelé total entre 1000/1500 mètres, la vertical race qui est une montée sur piste comprise entre 500 et 1000 mètres de dénivelé, le sprint qui se déroule en plusieurs manches sur un circuit avec plusieurs

manipulations, et pour finir l'épreuve reine, la course par équipe qui reprend le format de l'individuel en plus long et qui se court par équipes de 2 ou parfois 3.

A quel âge avez-vous commencé?

A 7 ans j'ai commencé les compétitions en ski alpin, que j'ai poursuivi jusqu'à 16 ans. C'est à 15 ans que j'ai débuté en parallèle le ski alpi. J'ai fait ma première saison complète à 16 ans.

Quand avez-vous eu envie de faire de la compétition? Y-a-t-il eu un événement déclencheur ou une rencontre déterminante?

Mes parents ont toujours fait du ski de rando donc j'y suis venu naturellement. Néanmoins, j'ai commencé la compétition grâce à l'entraîneur du ski club de Lullin où j'étais licencié, qui est un ancien compétiteur. Il m'a permis de passer les sélections du Comité Mont Blanc, que j'ai intégré.

Auriez-vous une anecdote rigolote ou incroyable à partager avec nous?

Ce n'est pas vraiment drôle mais j'ai cassé une fixation à l'échauffement de la deuxième étape de la Pierra Menta, ce qui m'a forcé à faire la course avec des skis qui n'étaient ni réglés à ma taille, ni des skis de compétitions. Enfin, bref la galère...

Quel est votre plus beau souvenir? Et le pire?

Mon plus beau souvenir est mon podium d'étape à la Pierra Menta en 2019, c'est vraiment la plus belle course de la saison avec des parcours et une ambiance unique, surtout pour une course jeune, alors faire un bon résultat là-bas c'est vraiment super!

Le pire est malheureusement arrivé le lendemain quand l'anecdote que je viens de raconter s'est passée en détruisant tous les rêves de victoire...

Avez-vous le temps pour d'autres passions?

Le ski alpi est vraiment un beau sport car pour m'entraîner je fais de nombreuses activités variées: trail, alpinisme, escalade, VTT... Bref passer du temps en montagne à me faire plaisir !

Comment vous voyez-vous dans 10 ans? Ou qu'avez-vous envie de faire plus tard?

J'aimerais continuer mes études à l'IUGA, puis peut être m'engager dans l'armée et pourquoi pas passer mon monitorat de ski et/ou faire guide de haute montagne. En tout cas, je vais continuer à aller le plus possible en montagne!

Comment l'Université vous aide-t-elle à coupler études et sport à haut niveau?

Cette année je n'ai pas d'aménagement car j'arrive à coupler entraînement et travail scolaire, mais la fac me permet de m'absenter pour aller en course quand c'est nécessaire. A l'avenir, je pourrais aussi répartir les UE sur plus d'années.

Propos recueillis par Bénédicte Boussaguet pour l'IUGA.