



Lydie Arlot, *Licence 1* *en Géographie et Aménagement* *Sportive Haut Niveau en ski alpin*

Bonjour Lydie, pourriez-vous vous présenter ?

Je m'appelle Lydie ARLOT, j'ai 19 ans, je viens de St Martin d'Uriage et je pratique le ski alpin à haut niveau au sein du ski club de Chamrousse et du Comité du Dauphiné. Je suis en Licence de géographie et aménagement du territoire.

Parlez-nous du sport que vous pratiquez.

Je pratique le ski alpin, qui est composé de deux catégories principales : la discipline technique et la discipline de vitesse.

Dans la discipline technique, nous avons les courses de géant et les courses de slalom.

Dans la discipline de vitesse, nous avons les courses de super géant et de descente.

Chaque course se compose de deux manches où l'on additionne le temps des deux manches.

A quel âge avez-vous commencé ?

J'ai appris à skier à l'âge de 2 ans, puis j'ai intégré le club de Chamrousse à l'âge de 6 ans. Grâce à mes résultats, j'ai pu intégrer à l'âge de 14 ans le Comité du Dauphiné qui regroupe les meilleurs jeunes de la région. Je suis donc allée au collège ski étude de Bourg d'Oisans, pour ensuite aller au lycée de Villard de Lans pour faire un bac en 4 ans pour allier ski et études.

Quand avez-vous eu envie de faire de la compétition ? Y a-t-il eu un élément déclencheur ?

Tout s'est fait naturellement. J'avais un niveau plus élevé que les autres. On m'a donc proposé d'intégrer le club de Chamrousse qui est fait pour la compétition. J'ai participé à ma première course vers l'âge de 7 ans. Puis j'en ai fait d'autres et ainsi de suite.

Quel est votre plus beau souvenir ?

L'un de mes plus beaux souvenirs est ma victoire aux coqs d'or (course nationale). Chaque année, je regardais d'en bas les personnes montées sur le podium devant une foule immense et une animation incroyable. C'était un de mes objectifs de pouvoir un jour monter sur ce podium. Et ce petit rêve s'est réalisé et en plus, sur la plus haute marche du podium.



Et le pire ?

Je n'ai pas vraiment de pire souvenir mais plutôt une saison ratée. Ma saison dernière n'a pas du tout été à la hauteur de mes espérances. Pleines d'ambitions mais le ski ne voulait pas suivre. Course après course, je subissais la saison et la pression de vouloir bien faire et finalement rien n'a fonctionné comme je le voulais.

Comment vous voyez-vous dans 10 ans ? Qu'aimeriez-vous faire plus tard ?

Difficile de répondre à cette question car je ne me projette jamais aussi loin dans le futur. Je ne peux pas vous dire si ma carrière dans le ski sera finie ou sera encore en cours. Mais au niveau de ma vie professionnelle, je voudrais travailler dans l'urbanisme ou l'architecture.

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

Avoir le statut haut niveau c'est vraiment une aide que je n'ai pas pu refuser pour me faciliter ma vie entre le sport et les études. Grâce à ce statut, je peux être libérée comme je le souhaite et cela me permet d'avancer au rythme que je veux. Mais aussi passer mes partiels au moment où je le souhaite, au moment où c'est le plus pratique et le plus libre pour moi. Sans ce statut, j'aurais dû faire un choix entre le sport et les études alors que là, je peux faire les deux en même temps.

*Merci beaucoup Lydie d'avoir pris le temps de répondre à nos questions.
Nous vous souhaitons une belle réussite dans tous vos projets !*

