

# Cet Aiglon qui quitte sa chaise roulante pour battre les valides

**HALTÉROPHILIE Paraplégique, Philippe Herzog conserve son titre de champion du monde et devient numéro 1 mondial toutes catégories.**

*André Vouillamoz*

*Publié le 26 octobre 2005*

» **La semaine dernière, à Dessau (Allemagne), Philippe Herzog n'a pas seulement ajouté un sixième titre mondial à son palmarès. En soulevant 200 kilos, soit trois fois son poids, l'Aiglon, premier handicapé à se mesurer aux valides, est devenu le numéro un mondial toutes catégories (classement au rapport poids de corps/puissance) en développé-couché.**

– **Philippe Herzog, depuis quand rêviez-vous à cette barre de 200 kilos?**

– J'y pensais depuis trois ans. Je me disais que je n'arrêterais pas avant de l'avoir soulevée. En fait, c'est mon entourage, à commencer par mon entraîneur Jean-Sébastien Scharl (réd: responsable du Centre d'analyse sport et santé à l'Université de Lausanne), qui a commencé à en parler. Pour me persuader à mon tour que j'avais les 200 kilos dans les bras, il a fallu que j'effectue un énorme travail psychologique.

– **Ce sixième titre semble avoir pour vous une saveur particulière...**

– Tout à fait. Je sais que le 18 octobre dernier, à Dessau, j'ai été au bout de ce que j'étais capable de faire ce jour-là. Je n'aurais pas pu lever 500 grammes de plus. C'est la plus belle compétition de ma vie, l'accomplissement de dix-huit ans de fonte. Le scénario a été idéal, notamment au niveau du temps de récupération entre les trois essais. En fixant la première de mes trois barres à 195 kilos j'ai pris un gros risque. Je me suis dit «ça passe ou ça casse». Et ça a passé, même si, à 200 kilos, j'ai dû m'y prendre à deux fois en raison d'une faute technique.

– **Quand on est six fois champion du monde, détenteur du record du monde et numéro un mondial, quel objectif peut-on bien encore se donner?**

– C'est vrai que j'ai atteint tous les buts que je m'étais fixés. Or, pour continuer à consentir autant d'efforts, j'ai besoin d'un challenge. Le seul qui me reste, c'est d'améliorer mon record du monde. A l'entraînement, j'ai déjà réussi 205 kilos. Mais avec le stress et les contraintes de la compétition, c'est autre chose...

– **A 44 ans, vous êtes-vous fixé un terme à votre carrière?**

– 2006 sera certainement ma dernière saison de haut niveau. Je continuerai ensuite à m'entraîner et à participer à des concours mineurs. Je sais déjà que le milieu de l'haltérophilie me manquera beaucoup. Il m'a permis de me faire des amis dans le monde entier. Vous savez, dans notre discipline, il n'y a pas d'argent à gagner. Les athlètes ont encore le respect du sport. J'y ai rencontré une vraie solidarité. Tenez, comme il n'y a pas d'équipe de Suisse, j'ai été en quelque sorte adopté par les Allemands. Ils m'ont même proposé de concourir pour eux.

– **Auriez-vous pratiqué l'haltérophilie sans votre accident?**

– Jamais je ne serais arrivé à ce niveau, en tout cas. En fait, lorsque j'ai eu mon accident, en 1992, je préparais ma

première compétition nationale. J'étais marié depuis un mois et demi... Quand je me suis retrouvé au centre de rééducation de Nottwil, mon premier objectif fut d'en sortir au plus vite. J'ai très rapidement compris que la pratique intensive du sport constituerait pour moi le seul moyen de rester en forme, mentalement et physiquement.

– **Vous auriez pu vous limiter aux compétitions sport handicap. Qu'est-ce qui vous a poussé, en 2000, à vous confronter aux valides?**

– Déjà le fait que la fédération des valides s'ouvrait alors aux handicapés. Répondre à son invitation, c'était pour moi une façon de marquer ma reconnaissance à son égard. Et puis, surtout, me retrouver au milieu des handicapés me rappelait trop les souffrances par lesquelles je suis passé. Ma vie, je la fais avec les valides: pourquoi pas le sport? Surtout que j'ai la chance de pratiquer une discipline dans laquelle un handicapé peut rivaliser avec les valides sans adaptations particulières.

– **Vous étiez le premier haltérophile handicapé à concourir avec les valides. Comment ceux-ci vous ont-ils accueilli?**

– Déjà, au départ, ils ont eu de la peine à croire que j'étais un athlète. Le respect est venu avec le temps, avec les performances. Les athlètes savent trop quels efforts sont nécessaires pour arriver à ce niveau; le fait que je doive, en plus, gérer un handicap ne fait qu'accroître leur émotion quand je gagne. A Dessau, plusieurs d'entre eux ont pleuré lorsque j'ai réussi 200 kilos.

## CARTE D'IDENTITÉ: Philippe Herzog

» **Naissance:** 16 juin 1961.

» **Domicile:** Aigle.

» **Etat civil:** marié, un enfant (Matthieu, 5 ans).

» **Profession:** quartier-maître au Service du feu d'Aigle.

» **Hobby:** Ferrari (s'intéresse à tout ce qui touche à la Scuderia).

» **Palmarès:** six titres mondiaux (dont cinq chez les valides), quatre titres européens, quinze titres nationaux, neuf records du monde (l'a porté de 187,5 kg à 200 kg).

» **Sportifs préférés:** Michael Schumacher et Roger Federer.

---

© Edipresse Publications SA, tous droits de reproduction et de diffusion réservés.

[Conditions générales](#) | [Contacts](#) | [Copyright](#) | [Charte](#)