

Muriel Hurtis se livre devant les licenciés de l'Ovalive

Ludovic Ferro

On n'a pas toujours l'occasion de rencontrer un ou une athlète de haut-niveau. Les licenciés de l'Ovalive club des Alpilles ont eu cette chance vendredi soir avec la venue de Muriel Hurtis pour une conférence organisée par le Crédit agricole à la salle Agora de Maussane sur les valeurs du sport. Une cinquantaine de personnes avaient répondu à l'invitation de la championne qui, durant une demi-heure, a parlé de ses 20 ans de carrière, de son expérience et de tout ce qui lui a apporté le sport par les valeurs qu'il transmet. Un discours à destination des jeunes "ovaliens" qui ont pu découvrir l'univers d'une sportive de haut niveau. C'est ainsi qu'ils ont pu apprendre qu'elle n'était pas attirée par le sport dans sa jeunesse mais que c'est un professeur de sport qui a insisté durant deux ans pour qu'elle passe le cap. *"Ce fut une révélation et la découverte d'une passion à l'âge de 13 ans"*, confiait-elle. *"Le sport est une école de vie"*, se plaît-elle à rappeler tout au long de son intervention. *"C'est la construction de soi quel que soit son niveau. On y apprend les valeurs de partage, l'humilité, la confiance, le dépassement de soi, le rebond après l'échec, le respect, aussi bien envers ses adversaires, ses entraîneurs que ses équipiers. C'est une étape importante vers l'émancipation"*. Et le partage est l'une des valeurs

essentielles à ses yeux comme elle l'explique : *"Même dans un sport individuel comme la course on est au service des autres, de l'équipe. Et j'aime bien prendre comme exemple les courses de relais. Il n'est pas rare de voir des athlètes réaliser de meilleures performances en relais qu'en individuel, car on se transcende pour l'équipe, le collectif. C'est un peu la même chose au rugby"*, ajoute-t-elle. *"En individuel on n'est pas grand chose, en groupe on peut faire des miracles"*.

Et d'insister qu'il faut croire en ses capacités, se donner les moyens en se battant sans jamais baisser les bras. C'est d'ailleurs ce que Muriel a redit aux quatre joueurs de la catégorie M12, montés sur scène afin qu'elle leur confie quelques conseils avant le tournoi qui les attendait le lendemain à Mouriers. Mais pour obtenir des résultats et s'améliorer, il faut respecter quelques règles élémentaires que la jeune retraitée de l'athlétisme a évoqué. *"Une bonne récupération avec des repas équilibrés, du sommeil, de l'hydratation, voire du kiné... bref une bonne hygiène de vie est nécessaire si l'on veut progresser"*, avant de confier un peu plus tard : *"J'ai souffert physiquement pendant des années et mon corps avait besoin de se reposer. J'estime avoir eu de la chance d'aller aussi loin (35 ans, ndlr) car j'ai toujours fait attention à*

mon hygiène de vie".

Suivirent des questions sur différents sujets qui ont permis d'aborder les grandes heures de sa carrière. *"Mon meilleur souvenir, ce sont les médailles que j'ai obtenues, dont celle de mon premier titre senior au championnat d'Europe en 2003"*. Et c'est avec des étoiles dans les yeux, qu'elle raconte également la dernière course de sa carrière : *"Le 4 x 400m au championnat d'Europe pour lequel personne ne croyait en nos chances et dans lequel je suis passée du doute à l'euphorie en remportant la médaille d'or"*.

Sur sa fin de carrière, elle explique : *"J'ai arrêté il y a deux ans car je suis arrivé au bout de ma vie sportive. En revanche j'ai arrêté du jour au lendemain car je n'avais plus d'objectif de compétition et cela n'avait plus de sens d'aller s'entraîner. En revanche la compétition me manque et je suis fixé de nouveaux challenges. Comme celui de prendre une licence au football américain avec les argonautes. Un sport qui allie course et ça, je connais, stratégie et puissance. Le contact ne me fait pas peur. Je vais également participer au raid des Alizés en Martinique"*. Difficile de ne pas aborder le dopage dans ce sport. *"J'ai côtoyé des athlètes qui se dopaient et remporté des médailles sur tapis vert après disqualification de certains"*. Une frustration avoue-t-elle, car cela la privait d'une joie sur la piste.