



Portrait de Liliah Sigwalt

 STRASBOURG EAUX VIVES - CANOË-KAYAK À STRASBOURG · MARDI 21 MARS 2017 © 27 lectures

Cette semaine nous sommes allés interviewer Liliah, l'une des coéquipières du jeune K4 féminin qui participera aux Championnats de France de Fond. La connaissez-vous? En tous cas elle partage presque le même surnom que certains adultes du club ! 🐢

Quel âge as-tu ? Où habites-tu ? « **J'ai 16 ans et j'habite à Strasbourg.**

Un surnom, ou peut-être plusieurs ? « **Cachalot, un surnom donné par ma coéquipière Lucine. Ce surnom me vient peut-être du fait que lorsqu'on était en k2 à Metz on est tombé "cash à l'eau".**

Comment es-tu venue au kayak ? Et pourquoi à SEV ? « **Je me suis mise au kayak un peu par hasard, après avoir essayé plusieurs sports qui ne m'étaient pas adaptés, je cherchais un sport de glisse. J'étais plus intéressée par la course en ligne et la descente que le slalom. C'est donc pour cela que je me suis dirigée vers SEV. De plus, la grande sœur de la fille avec qui je m'étais inscrite était déjà membre à SEV, donc pour moi c'était comme une évidence, je devais aller là-bas.**



Liliah au coude à coude avec son adversaire lors d'une épreuve de CEL à Mulhouse

Qu'est-ce que tu apprécies dans cette activité ? « **Ce que j'apprécie fortement, c'est la diversité d'activité à l'intérieur d'une même discipline. J'ai la possibilité de faire du canoë comme du kayak et de la course en ligne comme parfois de la descente. Je trouve que ces deux activités se complètent. L'activité que j'apprécie le plus reste l'équipage, que ce soit en K2 ou en C2.**

Quels sont tes projets cette année dans cette activité ? Tes prochains objectifs sportifs ? « **Mes projets pour cette année sont de continuer à m'entraîner en K2 de CEL et en C2 de descente avec Lucine car on a encore beaucoup de choses à apprendre. L'autre gros projet de cette année est de réussir à faire un K4 féminin, car la motivation est là. Il nous reste juste à essayer cet équipage au championnat de France de fond à Angers, car on aura enfin l'occasion de monter toutes ensemble. De plus je vais reprendre les entraînements en monoplace pour peut-être par la suite tenter les sélectifs nationaux de vitesse. Mes objectifs dans les prochaines années sont de continuer à énormément m'entraîner avec Lucine car nous nous complétons et nous nous motivons. L'un de nos objectifs est d'aller le plus loin possible en K2 et en C2 car on ressent un plaisir inouï à monter sur l'eau ensemble. Par la suite mon objectif personnel à long terme est de vraiment reprendre des entraînements en k1 pour, qui sait, essayer d'aller plus loin que les sélectifs.**



Lillah et Lucine...

As-tu pratiqué d'autres activités (sportives ou non) avant de venir au club ? « **Étant petite, comme toute jeune fille il fut un temps où j'ai pratiqué la gymnastique et la danse (cela ne m'a pas vraiment réussi 😊). En septembre 2013, je me suis inscrite au club et je ne l'ai jamais quitté.**

Est ce que tu peux nous parler d'un membre de notre association (un cadre, un dirigeant, un bénévole, un athlète...) qui compte beaucoup pour toi ou que tu trouves particulièrement important ? Et expliquer pourquoi ? « **Tous les membres du club sont importants. Les cadres sont tous très importants pour moi. Bruno a été mon premier entraîneur, celui qui m'a fait aimer le kayak. Ensuite je suis passé chez Raph avec qui j'ai appris énormément de choses. Puis j'ai été chez Pascal, c'est en partie grâce à lui que j'ai moins peur de l'eau vive. Maintenant je m'entraîne avec Loïc qui m'apprend beaucoup, mais aussi me motive beaucoup. J'admire tous ces entraîneurs qui ont réussi à me supporter. Toutes les filles du club sont aussi très importantes car il est primordial que nous soyons proches vu le faible nombre de filles présentes au club , sans oublier Amélie et Sabine qui me supportent tout le temps 😊.**

Puis il y a Lucine, elle était tout d'abord au club de l'ASCPA où elle pratiquait le slalom. On s'est connues sur les courses espoirs, et on s'est tout de suite bien entendues. Elle a donc décidé de changer de club en septembre pour rejoindre SEV pour qu'on puisse s'entraîner ensemble. On s'est donc tout de suite mise à l'équipage k2 et c2. Maintenant on n'avance plus seules mais ensembles.



Lucine et... Lillah !

Est ce que tu peux résumer Strasbourg Eaux vives en 3 mots ? « **Persévérance, entraînements, convivialité**

Un de tes meilleurs souvenirs avec SEV ? « **Ça va être dur de choisir un moment particulier. Pour moi chaque entraînement est un bon souvenir, il y a toujours quelque chose qui rendra ce moment important. Mais je pense que mon meilleur souvenir c'est lorsque Lucine et moi sommes montées pour la première fois en k2 ensemble, nous avons dessalée 18 fois en une séance. Je pense que cette séance a été déterminante pour trouver la motivation de remonter ensemble jusqu'à enfin vraiment pouvoir s'entraîner.**

Une devise ? « **Ta seule limite est celle que tu t'imposes.**

Une musique qui tourne en boucle dans tes écouteurs ? ou ton livre préféré ? «**Rockabye (Ft. Anne-Marie & Sean Paul)**». Mon livre préféré est « **Susan Hopper, Le parfum perdu** » .

Un dernier mot pour les autres SEViens ? « **Prenez du plaisir sur l'eau car le but premier est de s'amuser et de prendre du plaisir dans ce que l'on fait** ».



Bon maintenant vous n'aurez plus d'excuse pour les reconnaître ! (ah au fait...
Lucine est à gauche, Liliah à droite 😊