Silke Pan au sommet du monde

Silke Pan ici dans l'épreuve du contre-la-montre de 18 kilomètres. LDD

HANDBIKE

Au terme d'un contre-la-montre de 18 kilomètres et d'une épreuve en ligne de 38 kilomètres pour 1'000 mètres de dénivelé, la Chablaisienne d'adoption Silke Pan décroche la médaille d'argent lors de la Coupe du monde de handbike, qui avait lieu le 12 mai à Carridonia, en Italie. Depuis peu naturalisée suissesse, la vice-championne du monde vise désormais les Jeux paralympiques de Tokyo 2020. Rencontre.

Jonathan Corbillon

Silke Pan (à gauche), devancée par la Russe Svetlana Moshkovich. LDD

Artiste de cirque pendant plusieurs années, Silke Pan avait conquis les publics, chez Nock notamment, jusqu'au 24 septembre 2007, où un accident lors d'une répétition allait changer sa vie. Une chute, la moelle épinière sectionnée et deux vertèbres brisées l'empêchent de se relever. Mais pas pour autant de rêver. Douze ans plus tard, la voilà sur les roues de son handbike, à décrocher la lune, lors de chaque course et chaque compétition.

Retour gagnant

Si l'athlète paraplégique s'est absentée pendant 3 ans des compétitions UCI, il ne lui aura pas fallu longtemps pour retrouver les sommets. En quête d'un passeport suisse, Silke Pan devait attendre les démarches administratives pour reprendre les courses UCI. «Je n'ai pas pour autant joué à la pâte à modeler ou fait du tricot (rires)! Je me suis entraînée plus de 20 heures par semaine et j'ai tout de même remporté d'importantes courses, telles que le Giro d'Italie.» Et voilà qu'elle décroche une médaille d'argent à la coupe du monde de handbike, au terme d'un contre-la-montre de 18 kilomètres et d'une épreuve en ligne de 38 kilomètres pour 1'000 mètres de dénivelé. C'est la Russe, Svetlana Moshkovich, qui remporte l'or. Sous ses nouvelles couleurs rouge et blanc, elle court aujourd'hui et vise clairement une participation aux jeux paralympiques 2020. Cette médaille en Italie indique qu'elle est sur la bonne voie pour retrouver ses sensations de 2015, où elle avait terminé vice-championne du monde.

> «Le but est d'obtenir le plus de bons résultats jusqu'en juin 2020 et ainsi avoir les minima pour les Jeux de Tokyo»
>
> Silke Pan

Désormais triathlète

Lorsqu'on lui demande ce qu'elle fait en dehors de ces compétitions, Silke Pan sourit: «Ma vie c'est une course non-stop! Je participe à toutes les courses qui m'intéressent, à savoir presque toutes...» La Chablaisienne n'est jamais fatiguée et, à en croire son emploi du temps, elle ne s'arrête jamais. Entre courses, entrainements et tournages TV, à tel point qu'elle s'est découvert une nouvelle passion: le triathlon. «J'ai profité de la pause UCI pour me diversifier et viser de nouveaux objectifs, j'ai entrainé la natation, le fauteuil de course et d'autres sports pour garder mon niveau et ainsi être en forme dès mon retour.»

Souffler après les JO

Silke annonce la couleur et ne cache pas ses ambitions: «Sur le plan sportif, mes objectifs sont clairement toutes les courses que j'affronterai cette année. Le but est d'obtenir le plus de bons résultats jusqu'en juin 2020 et ainsi avoir les minima pour les Jeux de Tokyo. Il s'agira ensuite d'aller aux Jeux et de profiter de l'expérience! Après? Je prendrai le temps de souffler un peu... pouvoir oublier juste un moment le handbike et penser à autre chose.»

Traverser 26 lacs à la nage, son nouveau défi

En véritable dévoreuse de records et de défis, la championne des Giro 2017 et 2018 enchaîne les projets. «J'ai un nouveau défi pour cet été: j'ai deux semaines de pause entre les compétitions et je vais en profiter pour faire un superbe entrainement qui me permet de dépasser mes limites. Montrer à toutes les personnes qui sont comme moi qu'on peut aller très loin et qu'un handicap ne doit jamais nous arrêter! Le 14 juillet, le lendemain du triathlon de Nyon, je pars pour plus de 1'000 km en «mode triathlon» pour traverser 26 lacs que je rejoins en fauteuil de course et en handbike. Les lacs, je les traverse à la nage et en bellyak (kayak couché). Sans aucun doute le plus gros de tous mes défis ! Je me réjouis de ce « tour des lacs ». Un projet de plus ! »