



## La sélection lecture de la rédaction #3

Cette semaine, la rédaction des Sportives vous propose une nouvelle sélection de livres qui l'a marqué. Avec le coup de coeur de la rédaction en vidéo! Et cette fois, c'est Daphné Lemerrier, ambassadrice contributrice, qui le présente. Un roman

Invisible sous la lumière – Carrie Snyder

Gallimard, mars 2016, 368 pages.

Après avoir couru toute sa vie, Aganetha Smart, une canadienne de 104 ans, vit dans une maison de retraite où elle ne quitte plus son fauteuil roulant. Lorsqu'un jour une jeune membre de l'équipe canadienne d'athlétisme et son frère viennent la chercher, la vieille dame se doute que le prétexte d'un documentaire sur sa carrière n'est pas le seul motif de leur visite. Ce périple se transforme en voyage à travers le temps, où chaque excursion témoigne des événements marquants de sa vie : la guerre, les deuils, la crise de 1929, mais surtout la découverte d'une passion pour la course. A travers elle, elle rencontre l'amour et l'amitié, mais connaît aussi la gloire lorsqu'elle remporte le 800 mètres des Jeux Olympiques d'Amsterdam en 1928. Aganetha se dévoile au fil des pages et des immersions dans sa mémoire. Les bribes de souvenirs forment un destin tourmenté, celui d'une femme du XXe siècle dont la performance a marqué le monde du sport des années 20. Bouleversant portrait d'une femme passionnée, le livre de Carrie Snyder devient alors un document historique sur les difficultés pour les femmes de courir aux Jeux Olympiques.

Ce livre est disponible sur les libraires en ligne (22,50 euros) ou en ebook ( 15,99 euros).

>> A retrouver dans le Numéro 3 Les Sportives

Une biographie

A la verticale de soi – Stéphanie Bodet

Editions **Paulsen**, 2017, 294 pages

Pourquoi une jeune fille souffrant d'asthme devient-elle une vagabonde des grands espaces ? La richesse de ce livre vient de la résolution de ce paradoxe. Ensorcelée par l'escalade dès son adolescence, Stéphanie Bodet découvre la stabilité, l'équilibre et la confiance en elle. Avec Arnaud Petit, son compagnon, la « flânerie aérienne » succède à l'escalade car la montagne et l'altitude deviennent indispensables à leur vie. C'est aussi un merveilleux prétexte pour voyager et découvrir de nouvelles cultures, s'ouvrir aux autres. Une nécessité de sortir de leur zone de confort pour donner un sens à leur vie. Tel des funambules, nos deux grimpeurs sont toujours sur un fil entre la réussite et le drame, entre la tragédie et le burlesque. Grâce à une écriture brillante et littéraire, Stéphanie Bodet réussit parfaitement à mêler l'alpinisme et la littérature, deux mondes empreints d'émotion et d'émerveillement. Comme le dit Sylvain Tesson dans la préface, « vous ne trouverez pas dans ces pages de récits d'ascensions avec cordées héroïques [...] mais une éducation sentimentale en milieu vertical ».

Ce livre est disponible sur les libraires en ligne (25 euros) ou en ebook ( 7,49 euros).

>> A retrouver dans le numéro 7 Les Sportives

Un essai

Casser le moule – Séverine Tamborero

Qu'ébec Amérique, 2017, 139 pages

Depuis 28 ans, Séverine Tamborero est entraîneuse de tennis de haut niveau. Basé sur son expérience, ce livre interroge la société et ses nombreux préjugés, cet « ennemi à abattre » : est-ce normal qu'en 2017 les hockeuses soient considérées comme des « garçons manqués » ou les danseurs comme des homosexuels ? Pourquoi les entraîneurs ne sont pas attentifs aux changements physiologiques que provoque la puberté chez les jeunes filles ? Ce livre se veut être

un électrochoc pour sensibiliser les entraîneur(e)s aux besoins spécifiques des adolescent(e)s, en concevant une approche adaptée à chaque individu. Il est inconcevable d'avoir un entraînement à « modèle unique ». Dans ce but, l'auteure donne des outils aux différents intervenants qui leur permettront d'individualiser leurs approches. La prise en compte des spécificités physiologiques des athlètes, notamment à la puberté, est fondamentale pour éviter les blessures et le risque de décourager un(e) athlète à poursuivre le sport. Au-delà des conseils pour adapter l'entraînement, ce livre résume parfaitement les problématiques du sport au féminin : stéréotypes genrés, médiatisation, rémunération, accès au poste à responsabilités. Il contribue finalement à l'avènement d'une société plus ouverte, inclusive et éduquée.

Ce livre est disponible sur les libraires en ligne (19 euros) ou en ebook ( 10,99 euros).

>> A retrouver dans le