

Panathlon Family Games

# Le sport, un moyen génial pour contrer les idées reçues

Quelque 6900 enfants et parents ont pu tester une quarantaine d'activités, ce week-end à la Vaudoise aréna. Un succès grandissant.



Pierre-Alain Schlosser

Publié aujourd'hui à 08h28



Le côté obscur de la force n'a pas gagné. Daniele Cassatella et son fils Pietro, ravis de leur expérience.

Pratiquer des sports à la carte parmi un choix de quarante activités: il n'y a que les Panathlon Family Games qui proposent cela. Samedi et hier à la Vaudoise aréna, parents et enfants ont pu tester des disciplines aussi variées que le wushu, la capoeira, le cheerleading ou des sports plus classiques comme la natation, le basket ou le tennis de table.

Côté surprise, l'escrime a innové en offrant un cours de sabres lasers. Résultat: un plébiscite! «On ne s'attendait pas à recevoir autant de monde», s'enthousiasme Aymeric Guiot, maître d'armes. Bien encadrées par des moniteurs à la pointe, forcément, les activités se sont déroulées en toute sécurité. Et il fallait être attentif puisque le danger peut être sous-jacent. On ne s'attend pas à ce que les sabres lasers soient par exemple aussi solides. «Ils sont produits en polycarbonate. Ce sont de vraies armes, très solides. On peut briser des membres si on y va trop fort», atteste l'entraîneur du Cercles des armes de Lausanne.

**«Les enfants peuvent se faire leur propre idée, selon leur ressenti. Et le choix proposé est fantastique.»**

## Daniele Cassatella, papa de Pietro (6 ans)

Ce sport rappelant les meilleures scènes de «Star Wars» a suscité un énorme intérêt. Pietro Cassatella, 6 ans et demi, a pour sa part expérimenté à la fois l'escrime classique et les sabres lasers.

«J'aime les ninjas et les ninjas utilisent beaucoup les épées»,

raconte le jeune Jedi. «Ces initiations sont idéales quand on

recherche une activité pour nos enfants, raconte son papa

Daniele, de Renens, venu en voisin. Les enfants peuvent se faire

leur propre idée, selon leur ressenti. Et le choix proposé est

fantastique. On propose autre chose que le foot ou d'autres

sports que l'on connaît déjà.»

Les structures de la Vaudoise aréna ont permis de pratiquer de

nouveaux sports, à l'image du plongeon. «C'est une chance de

profiter de ce complexe», atteste Pierrick Misse, un papa venu

avec son épouse et ses trois enfants. Sa fille Emma, 10 ans,

membre du club de Morges Natation, a apprécié. «D'habitude, je

plonge depuis des plots, ça me change!»



Pour la première fois, des initiations de plongeon étaient proposées.

MARIE-LOU DUMAUTHIOZ

Parfois, les débutants ont payé de leur personne. Chris, 9 ans, et Ryan, 10 ans, l'attestent: «Je me suis pris deux plateaux», a déclaré le premier. «Et moi, un», assure le second. Olivier Rudman, papa de Ryan, rit jaune: «Moi, j'ai eu des douleurs, disons... plus spécifiques aux hommes.» «C'est parce que tu n'as pas fermé les jambes», confirme Isabelle Mercier, venue avec ses deux garçons, Chris et Ethan.



La technique se prépare au sec avant de tester sur les plateformes.

MARIE-LOU DUMAUTHIOZ

Les familles ont suivi les instructions de Manon Lombardo, entraîneuse au Lausanne Aquatique. D'abord, il y a eu un échauffement gymnique au sol, puis des exercices au bord du bassin, avant de passer à 1 m, puis à 3 m et enfin, pour les plus courageux, à 5 m. «On voit que les familles ont envie d'en savoir plus, remarque la monitrice. C'est chouette de pouvoir partager notre passion pour une discipline plus stricte et technique que certaines autres. Les gens sont très réceptifs.»

# Au pays des sirènes

Dans le bassin d'à côté, des tritons humains et des sirènes nagent à l'aide de monopalmes. Leurs jambes sont recouvertes de tissu coloré. Au placard les clichés, les messieurs se sont inscrits à cette discipline avec grand plaisir. «Notre fils adore les sirènes dans les dessins animés ou les Barbies sirènes. Et il adore nager», raconte Hervé Perritaz. Le Lausannois s'est lui-même paré de la tenue de sirène. «Casser les codes, c'est rigolo. Il n'y a pas de sexe attribué aux sirènes, alors pourquoi un homme ne pourrait pas le faire?» Pourquoi pas, effectivement! Et le papa de Matteo, 6 ans, de relever qu'il s'agit d'un sport à part entière. «Ça demande du physique! C'est de l'apnée et, en plus, on sent bien les mollets, une fois la séance terminée», atteste le papa Neptune. Heureux de découvrir autant de sports en un même endroit, Hervé Perritaz trouve l'idée des Panathlon Family Games fantastique.



La sirène Hervé Perritaz aime casser les codes.

MARIE-LOU DUMAUTHIOZ

Sans doute comme l'ensemble des 6900 participants qui a adoré se faire surprendre par des sports parfois déroutants. Le Club lausannois d'haltérophilie et de musculation a ainsi fait soulever des barres à de jeunes enfants. «Avec les plus jeunes, il faut bien choisir les poids, explique Dominic Niemand, entraîneur. Les moins de 16 ans sont systématiquement supervisés par un coach, pour des raisons de sécurité.» «Nous avons des barres adaptées dès l'âge de 6 ans, relaie Michel Tschan, également entraîneur. Pour leur apprendre la technique, nous bricolons des cercles de Sagex sur des balais en bois.» Malin!



Lola Deloison a adoré soulever une barre spécialement conçue pour les enfants.

MARIE-LOU DUMAUTHIOZ

Abel (6 ans) a justement entraîné son papa et sa sœur Lola (9 ans) soulever des haltères. «C'est plutôt amusant», témoigne cette dernière, adepte de natation synchronisée, mais pas la dernière lorsqu'il faut porter du poids. Elle reste imperturbable, même quand son papa, Thomas Deloison, lui chatouille les aisselles en plein effort, pour la faire rigoler. Un instant de complicité comme on en a vu beaucoup aux Panathlon Family Games.