

«Je suis lycéen

NATATION

Lucas Schweingruber espère franchir un palier cette saison. Le Neuchâtelois du Red-Fish vise les Jeux olympiques de Paris en 2024.

PAR LYNDON VIGLINO



Le papillon, la nage de prédilection de Lucas Schweingruber. LUCAS VUITEL

« Cette année, je souhaite enfin me qualifier pour mes premiers championnats internationaux », ambitionne Lucas Schweingruber, nageur neuchâtelois du Red-Fish. Objectif: les Universiades à Naples, début juillet. Discipline de prédilection: le 50 mètres papillon. Pour obtenir son précieux sésame, le membre du cadre élites de Swiss Swimming devra battre son record personnel lors des championnats de Suisse à Uster (ZH), fin mars.

Réaliser une traversée du grand bassin (50 m) en 24''57 – sa meilleure prestation réussie à Aarau en juillet 2018 – ne suffira pas. Le temps limite fixé par la fédération étant de 24''39. « Ce chrono a été choisi car il correspond au temps nécessaire pour atteindre les demi-finales selon les moyennes des deux dernières Universiades », précise le Neuchâtelois de 18 ans.

Parmi les dix hommes du cadre élites de Swiss Swimming, Lucas Schweingruber est le seul à ne pas avoir encore dis-

«
**Je fais toujours
les choses
au dernier moment.»**
LUCAS SCHWEINGRUBER
NAGEUR

puté la moindre compétition internationale. Ni championnats du monde, ni championnats d'Europe, ni Jeux olympiques de la jeunesse... « S'il faut choisir mon principal défaut, je dirais celui de toujours faire les choses au dernier moment », rigole l'étudiant en troisième année au lycée Denis-de-Rougemont. En effet, l'Americano-Suisse – il est né à Houston – a pris son temps avant d'entrer dans la cour des grands. « Je n'ai jamais été le meilleur parmi les jeunes de mon âge, mais j'ai forte-

ment progressé ces quatre dernières années », se réjouit-il. Résultat: une sélection parmi le cadre national juniors lors de la saison 2017-2018. Le Neuchâtelois n'est d'ailleurs pas près d'oublier ses débuts avec les meilleurs jeunes éléments du pays. « Mon premier camp d'entraînement au centre national de performance, à Tenero, s'est déroulé en même temps que la Fête des vendanges », sourit-il sans le moindre regret. Depuis, son palmarès n'a cessé de grandir. Comme point d'or-

avant tout»

Neuf mille francs pour une saison

Dix-huit compétitions, sept semaines de camps d'entraînement, la saison 2018-2019 n'est pas de tout repos pour Lucas Schweingruber.

Que ce soit avec le cadre élites de Swiss Swimming ou bien les membres du Red-Fish Neuchâtel, le nageur de 18 ans parcourt l'Europe afin de s'entraîner dans des grands bassins ou de se mesurer aux autres athlètes. Au programme, des escapades à Bâle, Lausanne, Dunkerque, Chypre, en Norvège et peut-être à Naples en cas de qualification pour les Universiades.

Tout ceci a évidemment un coût, comptez environ 9000 francs pour l'ensemble de la saison.

«Swiss Swimming m'a encouragé à améliorer mon suivi, cela pourrait faire monter le budget dans le futur», indique Schweingruber.

Concrètement, cela signifie des consultations fréquentes chez l'ostéopathe, des massages pour bien récupérer et un encadrement par un nutritionniste. L'espoir de la natation helvétique compte actuellement sur le soutien d'un équipementier, de la fondation Sport NE et de la commission LoRo-Sport Neuchâtel.

Dans le futur, une recherche de sponsors ou le lancement d'une campagne sur un site de financement participatif n'est pas à exclure.

gue, sa médaille de bronze décrochée en 100 m papillon aux derniers championnats de Suisse. Logiquement, en septembre dernier, Swiss Swimming a annoncé sa sélection au sein du cadre élites. «Je suis encore souvent derrière les autres nageurs aux entraînements, mais je rattrape gentiment mon retard», s'impatientait-il.

Peu d'arrangements

Un autre défi pour Lucas Schweingruber consiste à arriver à l'heure à la piscine après les cours. «Cette saison, j'ai loupé quelques débuts d'entraînement au Nid-du-Crô», confesse l'étudiant inscrit au programme sports-arts-études du canton de Neuchâtel. «Pour ma défense, les arrangements proposés sont loin d'être les meilleurs de Suisse», regrette-t-il. «Dans certains cantons, les après-midi sont laissés libres aux jeunes sportifs. Personnellement, je suis simplement exempté de cours de sport et

je ne dois pas suivre les cours de philo, mais les rattraper à la maison.»

S'entraînant neuf fois par semaine, soit un total hebdomadaire de 24 heures d'effort, Lucas Schweingruber doit parallèlement se concentrer sur l'obtention de sa maturité.

Les études avant tout

Ses priorités sont toutefois claires: «Je me considère comme un lycéen qui fait du sport et non le contraire.» Réussir ses examens, cet été, est primordial sur les deux tableaux étant donné qu'il devra logiquement être inscrit à l'Université – il souhaite rejoindre l'institut de biologie à Neuchâtel – afin de pouvoir prétendre à une participation aux Universiades. Avant de viser la note maximale aux examens, il faudra toutefois viser les 24 secondes et 39 centièmes aux championnats de Suisse. Cette fois-ci, obligation d'être en avance.

BIO EXPRESS

→ **18 ans** Né le 17 décembre 2000 à Houston (Etats-Unis), il vit à Neuchâtel. 1m95 pour 80 kg.

→ **Formation** Etudiant en troisième année au lycée Denis-de-Rougemont. Il souhaite ensuite s'inscrire à l'Université de Neuchâtel en biologie.

→ **Club** Red-Fish Neuchâtel

→ Palmarès 2018

Dix podiums.

Championnats de Suisse en grand bassin:

3e du 100 m papillon.

Championnats de Suisse en petit bassin:

3e du 100 m papillon.

Championnats de Suisse Open Water: 3e du 10 000 m.

Championnats de Suisse espoirs: 1er du 200 m papillon,

3e du 100 m papillon, 3e du 100 m nage libre.

Championnats de Suisse d'été: 1er du 50 m nage libre, 1er

du 50 m papillon, 1er du 100 m papillon, 2e du 200 m papillon.

3 QUESTIONS À...

XAVIER FLEURY

ENTRAÎNEUR DE LUCAS SCHWEINGRUBER DEPUIS CINQ ANS



«Lucas a besoin de soutien»

Lucas devra battre son meilleur chrono pour accéder aux Universiades. Quelles sont ses chances?

Lucas en est tout à fait capable. Il doit améliorer son record personnel de quelques centièmes, ce n'est pas inaccessible. Son plus grand obstacle se situe au niveau de la gestion de son planning. Lucas doit réussir ses examens au lycée cet été, cela représente beaucoup de travail et d'investissement en plus de la natation.

Depuis 2015, sa progression est fulgurante. Comment l'expliquez-vous?

Il n'a jamais loupé un entraînement, une compétition ou bien un stage. Lucas travaille fort et s'investit énormément. Il bénéficie également

de qualités intellectuelles et physiques au-dessus de la moyenne. Son gabarit, son envergure, représente tout simplement le profil idéal pour réussir à haut niveau.

Certains nageurs vont à l'étranger pour progresser. Peut-on décrocher une qualification pour les JO en restant à Neuchâtel?

C'est au comité du Red-Fish et à la Ville de Neuchâtel de mettre en place les conditions nécessaires pour cela. Cette saison, nous aurions voulu que Lucas puisse bénéficier d'une ligne d'eau pour s'entraîner deux fois par semaine. Ça n'a pas été possible. Disputer les JO 2024 à Paris est un objectif réalisable, mais pour l'atteindre, il a besoin de soutien.