



**DEPARTEMENT
BILDUNG, KULTUR UND SPORT**
Abteilung Berufsbildung und Mittelschule
Sektion Mittelschule

MITTELSCHULEN AARGAU

AUFNAHMEPRÜFUNG GYMNASIUM

Fanzösisch

Text 2025

« Le golf s'est démocratisé »

La golfeuse Albane Valenzuela, qui a terminé à la 13^e place lors des derniers Jeux olympiques de Paris, parle de son sport et brise certains clichés qui y sont liés. La Genevoise évoque également sa vie entre quatre cultures.



Pour Albane Valenzuela (26 ans), le golf est une histoire de famille : ses parents et son frère en font et sont ses premiers soutiens¹, pour ne pas dire ses coachs. Son petit ami n'hésite pas non plus à lui servir parfois de porteur de sac sur le terrain, comme lorsque nous l'avons rencontrée. « C'est impossible de réussir² en étant seul, tout athlète est entouré », nous dit-elle. Ce soutien fonctionne très bien puisqu'elle est une des golfeuses suisses les plus talentueuses, classée 13^e des JO de Paris. Le sport de haut niveau est d'une exigence folle, pourtant Albane Valenzuela est parvenue à obtenir, en parallèle, un bachelor³ en sciences politiques. La jeune femme, installée aux États-Unis, qui a les nationalités suisse, américaine, française et mexicaine, nous en dit plus sur son parcours et sur le golf, dont elle rejette l'image sélecte.

Le golf n'est plus réservé à quelques privilégiés ?

Avant, c'était un sport entre guillemets élitiste, mais il s'est énormément ouvert. En Suisse, le golf se démocratise et attire un nombre croissant⁴ de jeunes de tous les milieux. Il y a aussi de plus en plus de golfs publics, et l'Association suisse des golfeurs indépendants (ASGI) propose des offres intéressantes. Il existe également de nombreux golfs indépendants. Bien sûr, comme beaucoup de sports, il y a un coût initial. Mes parents ont fait un énorme sacrifice⁵ au départ. J'ai eu la chance d'être soutenue rapidement par la fédération suisse, ce qui a vraiment aidé ma famille. Autre évolution : avant, le golf était très masculin. Les grands clubs n'ouvraient pas leurs portes aux femmes, ce n'est plus le cas.

Que diriez-vous pour convaincre quelqu'un de faire du golf ?

Ce qui est génial pour les enfants, c'est que c'est une activité de plein air à faire avec des amis. Vers 8 ans, je retrouvais mes copines au Golf Club de Genève, on allait ensuite prendre un cake au chocolat et un thé froid, c'étaient des moments supers ! C'est un sport social qu'on peut faire à tout âge, quel que soit le niveau qu'on ait. Ce n'est pas ennuyeux, car on peut jouer des coups différents. Le *driver* est un coup très long, qu'on peut faire de façon explosive. Le *putting* est presque de l'art, très fin.

Ce sport exige d'être très concentré ?

Oui. On apprend aussi à avoir confiance en soi et à se connaître dans les moments de stress. C'est un sport de résilience, d'humilité, où l'on réalise que les choses ne se passent pas toujours de la manière planifiée, qu'on peut connaître de bons et de mauvais moments. C'est comme la vie. Voilà pourquoi on dit : « Golf is the game of life » (ndlr : le golf est le jeu de la vie). Le golf m'a aidée pour mes études, et pour beaucoup d'autres choses.

¹ soutenir : unterstützen

² réussir : gelingen

³ bachelor : *Diplom, das man bei einem dreijährigen Studienabschluss bekommt.*

⁴ un nombre croissant : eine steigende Anzahl

⁵ faire un sacrifice : ein Opfer bringen

À quel âge avez-vous commencé ?

Mon père m'a appris à jouer à 3 ans. Mon frère joue aussi, et il est mon caddie (ndlr : porteur du sac du joueur sur le terrain). Mon père a également tenu ce rôle cette saison. On fait du golf à quatre, avec ma maman aussi.

45 **Qu'avez-vous éprouvé aux JO de Paris, où vous avez fini 13^e ?**

C'était évidemment l'un de mes grands objectifs⁶ de la saison et que je ne voulais manquer pour rien au monde. J'ai fait plus d'une vingtaine de tournois majeurs, j'ai joué les US Open, mais les Jeux olympiques sont mes meilleures expériences : on participe à la cérémonie d'ouverture, on voit les athlètes, on joue pour quelque chose de beaucoup plus grand que soi-même.

50

Combien d'années avez-vous vécu en Suisse ?

J'ai vécu quinze ans à Genève, où mon père travaillait. Je suis née à New York. J'ai été naturalisée suisse à l'âge de 14 ans. Je suis ensuite repartie aux États-Unis pour mon bachelor.

D'après un article de Myriam Genier dans Coopération, n° 35, 27 août 2024

⁶ un objectif : ein Ziel