

### Jules Segers : « Le sport me libère l'esprit' »

*Le jeune skieur des Gets de 19 ans, Jules Segers, hémiplegique de naissance et initialement en groupe relève se préparant pour Cortina-2026, va participer à ses premiers Jeux paralympiques à Pékin.*

02 mars 2022 - 14:05 – Oscar Crassous

---



*Jules Segers compte profiter de ces JO pour prendre de l'expérience en vue de Cortina 2026.*

#### **Que recherchez-vous dans la pratique sportive ?**

« Le sport me libère l'esprit. Si on parle du ski en particulier, j'aime bien les sensations de glisse, de vitesse, les prises d'angle. Ce sont des sensations qu'on ne retrouve nulle part ailleurs. »

#### **Comment compensez-vous votre paralysie du côté droit au quotidien et dans votre pratique ?**

« Étant donné que c'est de naissance, je ne sais pas réellement comment j'arrive à compenser. Je dirais que c'est en grande partie grâce au personnel médical qui m'entoure, et surtout les kinés. J'ai toujours vécu comme ça, donc ça s'est fait finalement assez naturellement. Concernant le ski, au début je n'arrivais à tourner que d'un côté. Il faut créer des automatismes que l'on n'a pas forcément et essayer de récupérer les mouvements de l'autre côté. Les virages pied droit me demandent beaucoup plus de concentration. »

#### **Quelle est votre vision du handisport et de la place qu'il occupe aujourd'hui ?**

« Le handisport permet de faire de magnifiques rencontres, de montrer que notre handicap n'est pas une fatalité, qu'on peut faire plein de choses. Les médias ont un rôle important à jouer pour mettre en avant notre pratique. Et on voit qu'en année paralympique, les athlètes sont beaucoup plus sollicités et ça va dans le bon sens. »

**Comment gérez-vous la pluridisciplinarité de votre pratique ?**

« C'est la Fédération qui décide de nous aligner sur tous les formats ou presque pour avoir des athlètes polyvalents. J'aime bien cette diversité, ça permet de sortir de la routine. Pour s'entraîner, c'est assez compliqué sur les épreuves de vitesse car les pistes sont plus rares. On a plus d'entraînement en géant et slalom, et finalement c'est une gestion assez exigeante de s'entraîner dans chaque discipline. »

**Par rapport aux valides, est-ce qu'il y a des adaptations ?**

« On a les normes féminines au niveau de taille et des rayons de courbe des skis pour certaines disciplines. Au niveau des tracés, là aussi on évolue sur les pistes de Coupe du monde féminine, et aux Jeux on prendra nos départs aux mêmes endroits que les épreuves dames. »