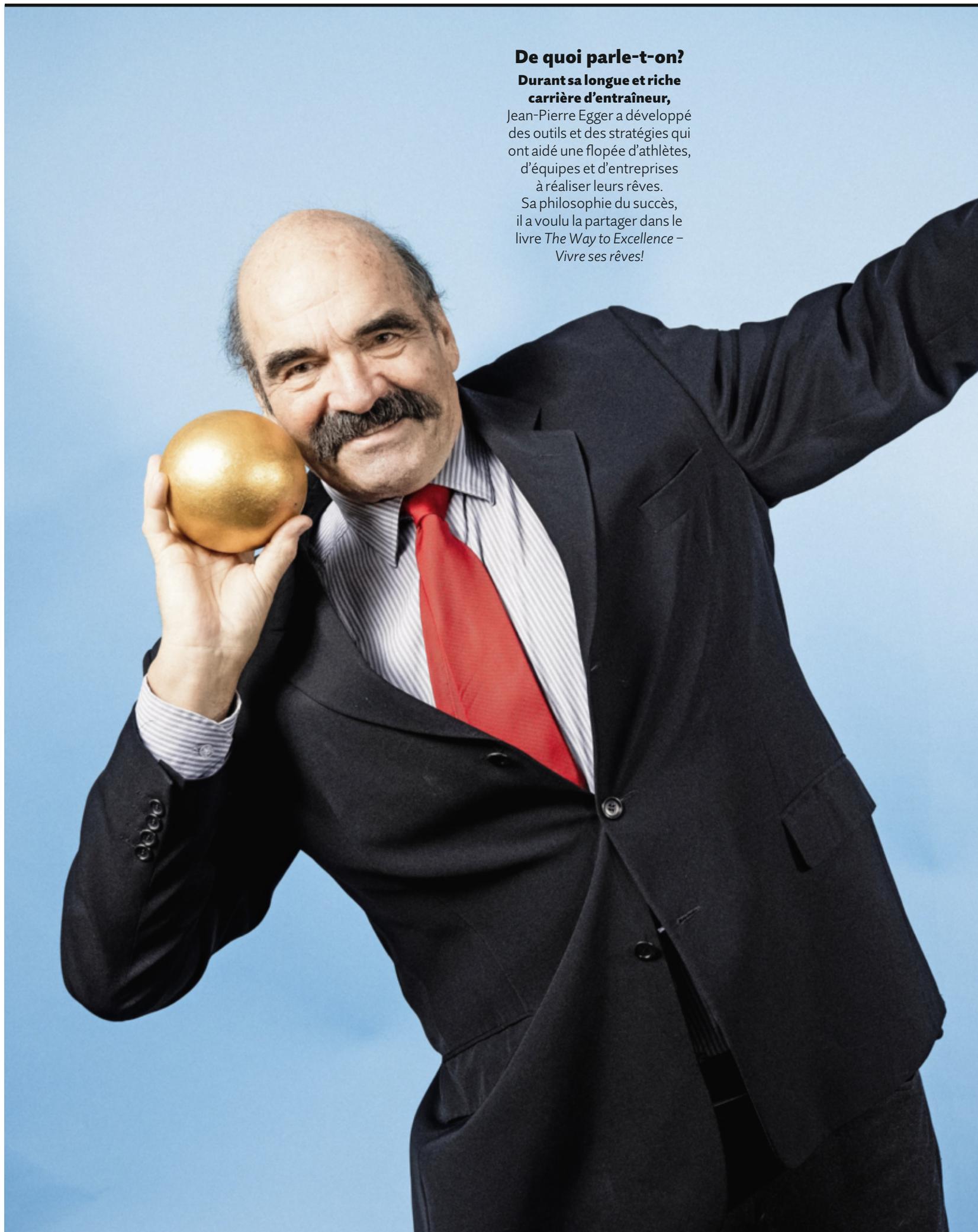


De quoi parle-t-on?

Durant sa longue et riche carrière d'entraîneur,

Jean-Pierre Egger a développé des outils et des stratégies qui ont aidé une flopée d'athlètes, d'équipes et d'entreprises à réaliser leurs rêves.

Sa philosophie du succès, il a voulu la partager dans le livre *The Way to Excellence – Vivre ses rêves!*





«Mon secret? C'est d'aimer les gens avec qui je travaille»

Coach à succès de Simon Ammann, du team Alinghi, de Werner Günthör, de l'équipe de France de basket ou encore de l'entreprise Micarna, le charismatique Neuchâtelois Jean-Pierre Egger résume dans un livre son incessante quête de l'excellence.

Texte: Alain Portner Photos: Guillaume Perret

Jean-Pierre Egger, «vivre ses rêves!», c'est le sous-titre de votre ouvrage. Quels étaient les vôtres?

Mon rêve, ce n'était pas de devenir policier ou gendarme comme les autres gamins. Non, moi j'avais envie de m'épanouir dans le sport. Je crois que j'étais en quelque sorte prédestiné à suivre cette voie.

Avec toujours les Jeux olympiques en ligne de mire?

Mes premiers rêves de Jeux olympiques remontent à mes 17 ans, après avoir vu les JO de Rome chez un de mes oncles qui avait la télévision. J'ai assisté aux exploits de la sprinteuse américaine Wilma Rudolph, du sauteur en hauteur russe Valeriy Brumel, du décathlonien américain Rafer Johnson... Après cela, j'ai dit à mes parents: «Aller aux Jeux olympiques, c'est le truc que je veux faire!»

Pour atteindre cet objectif, vous avez opté pour une discipline – le lancer du poids – qui a priori ne fait pas trop rêver...

Le poids n'était pas la discipline de mes rêves, c'est vrai. J'aurais préféré faire du décathlon, mais à l'époque les infrastructures nécessaires n'existaient pas à Neuchâtel. Du coup, j'ai choisi le lancer du poids et le lancer du disque, deux disciplines où j'étais moins mauvais ou peut-être meilleur que les autres. Et au bout du compte, c'est celle que j'aimais le moins des deux qui m'a servi à aller aux jeux! Le lancer du poids a donc été l'instrument qui m'a permis de réaliser mon rêve olympique.

Enfin, vos rêves, ne les avez-vous pas plutôt réalisés à travers les performances des sportifs et équipes que vous avez coachés par la suite avec le succès que l'on sait?

Est-ce que j'ai rêvé d'être champion olympique? Non, je ne crois pas, je suis un idéaliste, mais avec les pieds sur terre. Par conséquent, je savais que si je voulais aller encore plus loin dans le rêve, j'y parviendrais effectivement en inspirant – par mon travail de pédagogue, d'enseignant – des athlètes plus doués que moi.

Simon Ammann, Werner Günthör, Valerie Adams, Matthias Sempach, Grasshopper, l'équipe de France de basket, le team Alinghi... Vous les avez tous aidés à atteindre les sommets dans leurs disciplines. Quel est votre secret?

Je n'ai pas de secret! Ou alors s'il y en a un, c'est d'aimer les gens avec qui je travaille. Je suis très, très complice de leurs rêves, sans doute parce que j'ai eu ces mêmes rêves...

La lanceuse de poids Valerie Adams a écrit à votre propos:

«Jean-Pierre Egger se souciait d'abord de mon bonheur, l'entraînement et la performance viendraient plus tard.»
C'est ça votre patte, votre grande humanité?

Oui, je pense que c'est ça au départ, c'est l'engrais, le terrain. Après, il y a tout le travail de l'expert que je suis devenu de par ma formation et mon métier. C'est grâce à l'expérience accumulée au fil des ans que j'ai pu dessiner ce chemin qui mène à l'excellence.

Chemin qui privilégie une approche globale, holistique de l'athlète...

Mon approche est vraiment holistique. Quand j'entraîne quelqu'un, j'essaie toujours de le faire progresser sur tous les plans: moteur, physique, mental, émotionnel et même spirituel. Pour moi, c'est un tout.

De toute votre carrière, si vous ne deviez retenir qu'une seule expérience, ce serait laquelle?

Celle que j'ai vécue avec Werner Günthör, le premier vrai pro de l'athlétisme suisse. Il a été une sorte de cobaye dans tout le développement de mon approche globale. Beaucoup d'athlètes ont d'ailleurs profité de cette expérience par la suite et je suis scandalisé quand il y a des attaques le concernant!

Vous voulez parler des accusations de dopage dont a fait l'objet Werner Günthör?

Oui et nous n'avons rien à nous reprocher. Ou alors seulement d'avoir utilisé la fenêtre thérapeutique qui existait à l'époque. Franchement, nous aurions été bêtes de ne pas le faire à un moment où tout le monde se dopait à fond toute l'année. Nous vivions alors dans un autre monde... C'est comme si on disait que telle pilule est autorisée aujourd'hui, mais qu'elle ne le sera plus demain parce qu'on a découvert qu'elle était mauvaise pour la santé. Et qu'ensuite on condamne tous ceux qui l'ont prise avant l'interdiction. C'est criminel d'entrer dans ce jeu-là!

Tous les athlètes que vous avez coachés étaient propres?

Mes athlètes sont propres! Je n'en ai jamais eu un seul qui ait été déclaré positif. En fait, je n'ai jamais eu de problème avec le dopage. Mais ça, les gens ne peuvent pas le croire, ils estiment qu'il n'est pas possible d'être mêlé au sport d'élite sans être concerné par ce problème. Ou bien alors je suis complètement naïf, mais je ne le crois pas. Même si je ne peux pas totalement exclure que

Bio express

- 1943** Naît le 30 juillet à Neuchâtel.
- 1964** Obtient son brevet d'instituteur à l'École normale de Neuchâtel et son diplôme de maître d'éducation physique et de sport à l'Université de Lausanne.
- 1976** Se qualifie pour les Jeux olympiques de Montréal (puis les JO de Moscou en 1980).
- 1978** Entame sa carrière d'entraîneur d'élite, de formateur et de conseiller pour le compte de Swiss Olympic.
- 1981** Entraîne pendant douze ans Werner Günthör, triple champion du monde du lancer du poids et médaillé de bronze des JO de Séoul en 1988.
- 2001** Embarque dans l'aventure Alinghi (victoires de la Coupe de l'America en 2003 et 2007).
- 2010** Coache la lanceuse de poids néo-zélandaise Valerie Adams (médaillées d'or aux JO de Londres 2012 et d'argent à Rio en 2016).
- 2013** Fête la victoire de son poulain Matthias Sempach, couronné roi de la lutte suisse à Berthoud (BE).
- 2017** Reçoit le «Lifetime Award» de Swiss Olympic qui récompense l'ensemble de sa carrière.
- 2019** Publie *The Way to Excellence – Vivre ses rêves!* aux Éditions Werd & Weber. En vente sur exlibris.ch



«Mes athlètes sont propres! En fait, je n'ai jamais eu de problème avec le dopage»

des athlètes trichent, je pense – car j'ai un contact profond avec ceux que je coache – que je remarquerais s'il y en avait un qui bricolait.

Vos protégés avaient-ils droit à l'échec?

Bien sûr qu'ils avaient le droit à l'échec. Les échecs sont formateurs. Comme athlète ou entraîneur, j'ai d'ailleurs remarqué que mes plus grands succès survenaient généralement juste après un échec, même cuisant.

Avec votre méthode visant à l'excellence, vous avez non seulement bonifié des sportifs de haut niveau, mais aussi des entrepreneurs comme Albert Baumann, le directeur de la société Micarna, qui a reçu le prix du meilleur CEO de Suisse en 2014...

Micarna a été une magnifique aventure. Nous avons travaillé cinq, six ans avec tous les cadres d'Albert Baumann. Et ça a abouti à une reconnaissance de ses pairs pour ce qu'il a développé dans son entreprise. Lui et ses cadres ont vraiment réussi à humaniser leur organisation, leur travail.

Quels sont les points communs entre le monde du sport et celui de l'entreprise?

Même si on parle plutôt de productivité dans l'entreprise et de performance dans le sport – ce qui est un peu pareil au final –, il y a beaucoup de similitudes entre ces deux mondes. À commencer par la recherche de l'excellence. À ce propos, je pense que nous pouvons apporter beaucoup aux entreprises sur le plan humain, parce que jusqu'à présent – mis à part quelques exceptions – elles n'ont pas fait grand-chose pour améliorer le bien-être de leurs collaborateurs, pour leur permettre de se développer sur les plans physique, mental et émotionnel. C'est mon challenge de propager cet esprit-là dans un monde technocratique où certains patrons exercent encore beaucoup de pression.

Aujourd'hui, à 76 ans, vous collaborez à nouveau avec la lanceuse de poids néo-zélandaise Valerie Adams en vue des JO de Tokyo 2020. Est-ce votre ultime défi avant de prendre une retraite bien méritée?

Dans six mois, je fêterai mes 77 ans, j'aurai donc atteint la limite d'âge pour lire *Tintin*. Je me dis que la grande enfance arrive à grands pas et que ce serait donc peut-être le moment de commencer à songer à passer à des choses sérieuses (*Rires*). Mais dans le fond, je ne sais pas... **MM**