



Dalya Rehani (à g.) et Diana Siota (à dr.) font honneur à leur entraîneur, Maître Abdenbi Amhand. PATRICK MARTIN

Deux jeunes combattantes sur les traces de leur Maître

À 15 ans, les jeunes athlètes de Taekwondo Riviera Diana Siota et Dalya Rehani racontent le secret de leur réussite

Pierre-Alain Schlosser

Elles ont de la fougue, de l'énergie à revendre. Deux athlètes de Taekwondo Riviera viennent de frapper un très grand coup. À 15 ans, Diana Siota, de Prévèrenge, a réussi l'exploit de se qualifier pour les Européens en septembre. Dalya Rehani a pour sa part remporté le championnat de France cadets (moins de 21 ans), alors qu'elle n'a aussi que 15 ans.

Ces deux demoiselles ont une sacrée pêche et une détermination exemplaire sur le tatami. Prenez Dalya. La combattante de Pas-de-l'Échelle, en Haute-Savoie, se rend deux fois par semaine à Vevey pour suivre les cours de son entraîneur, Maître Abdenbi Amhand. «Ce qui correspond à un voyage de 1 h 30' à 2 heures par trajet, précise Dalya Rehani qui pratique ce sport depuis dix ans. Dans le train, je m'occupe en faisant mes devoirs ou alors, je regarde des films.»

Dalya suit les pas de sa sœur Yasmine, 18 ans, qui s'est qualifiée pour les Mondiaux, il y a 5 ans. Forcément, Dalya visera cette même compétition en 2020. Mais en attendant, elle tentera d'obtenir son sésame pour les Européens, en septembre prochain. «Je suis persuadé à 80% qu'elle y parviendra, estime son entraîneur. Dalya a tout gagné en France: en minimes, en cadettes, en juniors et en espoirs. Son potentiel est tel qu'elle pourrait même envisager une qualification pour les JO de Paris!»

Révéler le positif

Abdenbi Amhand sait de quoi il parle. Ancien président de la Fédération suisse et 7^e dan, le sage du Taekwondo Riviera a aidé nombre d'athlètes à se développer. Avec à la clé des médailles aux championnats d'Europe et du monde pour ses élèves. Et même un podium aux JOJ de Nankin, grâce au Français Stéphane Audibert. «Je crois toujours en mes jeunes athlètes, explique le maître. Dès qu'une personne a la volonté, je transforme en elle ce qui est négatif en positif. Pour construire un jeune, par exemple, je travaille toujours sur ses forces. Bâtir sur quelque chose qu'il ne maîtrise pas est inutile. Toutefois, sans l'implication totale du sportif, je ne peux rien.»

Ainsi, sur les 140 membres du club veveysan, 80 sont des enfants. «Nous acceptons tout le monde, peu importe l'âge, poursuit Abdenbi Amhand. Une fois, j'ai refusé une petite fille de 3 ans et demi. Trop jeune! Mais comme la maman a insisté, je lui ai permis de faire un essai. En voyant la détermination de la fille et sa rigueur, j'ai dû avouer que je m'étais trompé et je suis revenu sur ma décision. Depuis, cette fille est toujours chez nous.»

Au Taekwondo Riviera, les jeunes peuvent suivre un modèle. Mehdi Amhand, 12 fois champion de Suisse et candidat aux JO de Tokyo, est le fer de lance du club. Dans son sillage, il emmène des athlètes telles que Dalya Rehani et Diana Siota. Cette dernière, âgée de 15 ans, pratique ce sport depuis qu'elle a 2 ans. Sa qualification pour les Européens, acquise au début du mois, est une récompense pour tous ses efforts. «Je m'entraîne tous les jours de la semaine de 18 h à 20 h 30 et le week-end de façon individuelle, détaille l'écolière de 11^e année. À Vevey, le soutien est total et l'ambiance extraordinaire. L'encadrement est sérieux et on nous donne les moyens d'atteindre nos objectifs.»

Arrivée en Suisse à l'âge de 10 ans, la Galicienne ne pourra toutefois pas disputer ce championnat sous les couleurs suisses, faute de

passport. Qu'importe, elle combattra pour l'Espagne, l'une des trois meilleures nations européennes. «Un moyen pour moi de progresser encore plus vite, espère la jeune fille. Je vais m'entraîner tout l'été en Espagne. Soit une semaine avec l'équipe nationale et le reste avec mon club formateur.»

Sur le front scolaire

Diana a acquis sa qualification en remportant une médaille à la President's Cup à Antalya, parmi 2500 taekwondistes. La condition pour obtenir son ticket était de monter sur le podium. Ce qu'elle a fait en gagnant le bronze. D'ici à ce rendez-vous (dont le lieu n'est pas encore connu), la rayonnante sportive devra se battre sur le front scolaire, puisqu'elle vise l'obtention des points pour rejoindre le raccourci. Une condition incontournable, si elle souhaite intégrer le sport-études. La suite? «Évidemment, je rêve de JO», assure la championne, dont les atouts sont la technique, le physique et, depuis deux ans, la confiance en elle. «Une qualité qu'elle a acquise avec le temps, après avoir beaucoup douté de ses capacités», se souvient Abdenbi Amhand, fier de ses jeunes pépites.

Avec de tels talents, le rêve est plus que jamais permis.