



TEAM7
révèle toute
la nature du bois,
... à vous
d'en profiter !

Meubles Kolly

CYCLISME

Une Fribourgeoise aux championnats du monde de cyclisme. Elia Marthe va disputer la plus grande course de sa vie

L'espoir du Mouret s'alignera samedi sur la course en ligne U19 des Mondiaux, au Rwanda. La Sarinoise de 17 ans a rejoint Kigali mardi et s'apprête à disputer la plus grande course de sa vie.

«J'ai hâte, mais je stresse!»

PARTAGER



Elia Marthe: «Il y aura des attaques dès le départ, il faudra être bien placée pour rester à l'avant du peloton.» Jean-Baptiste Morel-archives

JONAS RUFFIEUX
25 septembre 2025 à 15:37, mis à jour à 18:30 ⌚ Temps de lecture : 3 min

Elia Marthe a 17 ans et la timidité qui va avec, mais sa retenue ne saurait réfréner son excitation: samedi, elle participera à ses premiers championnats du monde! «J'ai tellement hâte!» s'exclamaît la gymnasienne, que nous avons rencontrée près de son Collège de Gambach, avant son départ, mardi pour le Rwanda. «Je stresse beaucoup, j'ai un peu peur de tomber. J'espère que ça va aller. Je ne sais vraiment pas à quoi m'attendre en termes de niveau.»

La jeune Sarinoise s'élancera samedi à 8 h 20 à Kigali pour la course en ligne des moins de 19 ans. Au programme: une boucle au centre-ville à réaliser cinq fois, soit 74 km et 1520 mètres de dénivelé. Ceux qui ont déjà exploré la capitale rwandaise – ou qui, comme nous, ont étudié le parcours via Google Street View – savent qu'il n'y a pas un mètre de plat. Ne surnomme-t-on pas le Rwanda le pays aux 1000 collines?

LIRE AUSSI
[Elia Marthe, la jeune femme qui va vite... partout](#)

Le tracé, nerveux et ponctué de côtes courtes et sèches à 1500 mètres d'altitude, promet des courses épiques – celle des élites hommes de dimanche comporte près de 5500 mètres de dénivelé! – et Elia Marthe en est consciente: «Il y aura des attaques dès le départ, il faudra être bien placée pour rester à l'avant du peloton. Il y aura sûrement plusieurs échappées.»

Une équipière

Pour faire une course d'équipe, la Suisse devra se lever tôt – ce sera de toute manière le cas. Elia Marthe aura pour seule équipière la Lucernoise Anja Grossmann, grande dominatrice de sa catégorie en Suisse. «Il faudrait que nous partions dans la même échappée, ce serait génial. Nous nous entendons super bien, je suis trop contente de courir avec elle.»

Les deux athlètes ont en commun d'être nées en 2008, d'être en première année U19, et d'avoir ainsi grillé la priorité à la génération 2007, également sélectionnable. «Anja savait depuis longtemps qu'elle serait là, mais moi pas. La concurrence était rude et la fédération n'était pas sûre d'envoyer plus d'une coureuse. J'ai voulu me donner toutes les chances et j'ai participé aux courses de sélection, avec succès puisque les entraîneurs m'ont finalement convoquée.»



« J'ai déjà beaucoup voyagé pour mon sport cette année, mais jamais si loin! »

Elia Marthe

Cette sélection récompense sa régularité et une saison 2025 exceptionnelle. La vice-championne de Suisse U19 du contre-la-montre est aussi médaillée de bronze nationale sur la course en ligne, championne de Suisse sur piste, 4^e aux mondiaux aux Pays-Bas et 4^e des européens en Belgique, toujours sur piste. «J'ai déjà beaucoup voyagé pour mon sport cette année, mais jamais je ne suis partie aussi loin», confie-t-elle à propos du Rwanda. «C'est un rêve de participer à une compétition qui rassemble les meilleures cyclistes du monde!»

Avant le cyclocross

L'espoir du Mouret devra manquer deux semaines du début de sa 2^e année de gymnase, puisque à peine rentrée de Kigali, elle mettra le cap sur l'Ardèche, où se disputeront les championnats d'Europe au début du mois d'octobre. Une absence facilitée par son statut de sportive d'élite SAF et par sa réussite scolaire. «Oui, ça se passe très bien», sourit-elle.



Elia Marthe est à l'aise sur tous les vélos: ici, sur celui de cyclocross. Charly Rappo-archives

Une fois ces deux prestigieux championnats derrière elle, la polyvalente Fribourgeoise se concentrera sur sa discipline hivernale, le cyclocross. «Je ne ressens pas le besoin de faire une coupure.» Elle participera aux courses nationales et à quelques journées d'entraînement avec l'équipe de Suisse cyclo, même sans en faire officiellement partie. «J'espère me qualifier pour les championnats du monde à Hulst aux Pays-Bas à la fin janvier 2026, et pour quelques épreuves de Coupe du monde. L'an dernier, j'avais participé à celles de Hulst et de Zonhoven en Belgique, ce serait génial d'y retourner.»

Génial, aussi, d'aligner un... troisième championnat du monde en quelques mois et ce, sans avoir pris part aux récents championnats de VTT en Valais. «Dommage, j'aurais adoré courir à la maison, mais je n'ai pas été retenue», confie-t-elle. Un mal pour un bien: elle aura ainsi préservé toute son énergie pour la route et pour cette course d'un jour au Rwanda.

Pour 2026, plus de courses en France

Elia Marthe boucle sa deuxième saison sous les conseils de Cédric Bugnon, «qui fait beaucoup pour le cyclisme féminin», apprécie la Sarinoise. L'entraîneur veveysan lui concocte des programmes d'entraînement d'une dizaine d'heures par semaine et entend l'aider à franchir un nouveau cap en 2026, notamment grâce à un passage au sein d'une équipe française (pour l'heure, elle fait encore partie du Vélo-Club Fribourg).

«L'idée, c'est de courir là-bas, où la densité est bien plus importante et les distances de course plus longues. En Suisse, nous ne sommes pas assez nombreuses et nous devons souvent courir avec les garçons, ce qui fausse pas mal de choses. Je dois apprendre à mieux me placer et à me frotter à de grands groupes.» Elle admet: «J'ai tendance à rester en queue de peloton, parce que ça me fait un peu peur d'être devant, surtout lorsqu'on est mélangées avec les garçons. C'est sans doute le point principal que je dois améliorer.»

Pour l'heure, il est trop tôt, selon elle, pour démarcher une équipe de développement World Tour en vue de 2026. «Mais si l'on venait me chercher, je pense qu'on accepterait», reconnaît-elle qui imagine son avenir surtout sur la route: «C'est dans cette discipline que j'obtiens mes meilleurs résultats et où il y a le plus de chances d'en faire un métier.»

JRX

CYCLISME **CYCLOCROSS** **SUISSE** **CHAMPIONNATS DU MONDE** **EUROPE**

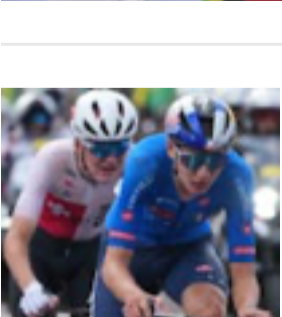
CONTRE-LA-MONTRE **EQUIPE DE SUISSE** **COLLÈGE DE GAMBACH**

DANS LA MÊME RUBRIQUE



CYCLISME
Cyclisme. Marlen Reusser a encore fait

La Suisse aura des chances de Médailles samedi sur la course en ligne féminine des Mondiaux de Kigali. Après sa médaille d'or au contre-la-montre, Marlen...



CYCLISME
Cyclisme. M23: L'Argovien Jan Huber

argenté à Kigali!



CYCLISME
Cyclisme. David Lappartient

réélu sans opposition à la tête de l'UCI

DERNIERS ARTICLES

SUISSE
40 ans après la disparition de sa sœur, Justine Oberson se confie.

«J'incite le ou les auteurs de la disparition de Sarah Oberson à parler»

BROYE
Un incendie plus vrai que nature sur l'A1.

Un exercice de secours a mobilisé une septantaine de personnes

ARTS VISUELS
L'art c'est la santé!

J'ai déambulé dans un musée, et ça allait (un peu) mieux

LE MOT DE LA FIN
Encore. Un. Foutu. Point.

C'est pas bientôt fini, cette manie d'en mettre partout?

centre **RIESEN**
Fribourg | Bâle | Yvernois

PROMOTION

centre **RIESEN**
Fribourg | Bâle | Yvernois

Electrolux

CHF 559.-

Lave-linge

EWSF6
8 kg - 1400 t/min

Prix du set
CHF 1149.-

Electrolux

CHF 699.-

Sèche-linge

EDHF2
8 kg - 66 dB - 2 sondes OptiSense

ABONNEMENTS MÉDIAS RUBRIQUES SERVICES LA LIBERTÉ

- | | | | | |
|--|---|---|--|---|
| <p>S'ABONNER</p> <p>SE CONNECTER</p> | <p>MÉDIAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Podcasts Vidéos Alex Galleries Dossiers Newsletters | <p>RUBRIQUES</p> <ul style="list-style-type: none"> Régions Sports Gottéron Suisse Société Santé Culture Monde Économie Opinions Chroniques | <p>SERVICES</p> <ul style="list-style-type: none"> Abonnements Journal numérique Avis mortuaires Agenda Concours Emplois Lotos Immobilier Visite de la rédaction Journal à l'école Partenariats & sponsoring Régie publicitaire Besoin d'aide Installer notre application web Installer notre application "La Liberté journal" Paramètres de confidentialité | <p>LA LIBERTÉ</p> <ul style="list-style-type: none"> À propos Impressum Archives Travailler chez nous Courrier des lecteurs Scoop lecteur Conditions générales Contact |
|--|---|---|--|---|