

BINTA NDIAYE

# Prête à tout donner

Mieux vaut être sur ses gardes lorsque Binta entame son kumi kata. La judoka suisse est célèbre et redoutée par ses adversaires sur le tatami pour sa manière de les saisir.

Binta Ndiaye dans son dojo de Lausanne, là où tout a commencé alors qu'elle était encore une petite fille.

Texte Zeno van Essel | Photos Valeriano Di Domenico

Elle a l'âge où d'autres jeunes s'affranchissent des règles strictes de l'éducation, expriment (parfois) bruyamment leur propre personnalité, dépassent volontiers les limites. Mais Binta Ndiaye est différente. Du haut de ses 17 ans, elle semble plus calme, plus mûre, plus concentrée que les jeunes de son âge. Plus adulte? Pas forcément. Car Binta a aussi une pointe de timidité, d'humilité, de curiosité. Comme une enfant avide d'explorer le vaste monde, mais en faisant preuve de la prudence nécessaire. Et pourtant, il suffit de la rencontrer et de parler avec elle pour percevoir sa forte personnalité. Elle l'a façonnée selon les anciennes traditions orientales: avec le judo. Pour la gymnasiaste du Mont-sur-Lausanne, le judo est en effet plus qu'un sport. C'est un système

de valeurs, une philosophie, un mode de vie. Et c'est sa passion, son grand talent, qui lui ouvre les portes de l'univers du sport d'élite. Son professeur a récemment dit d'elle: «Binta possède des qualités physiques exceptionnelles. Elle est très forte et en même temps très calme. Son potentiel est immense. Elle pourrait devenir championne d'Europe ou du monde.» Trois mois plus tard, Binta est montée sur la plus haute marche du podium lors des Championnats d'Europe M18 à Riga, en Lettonie. Et l'année dernière, elle a décroché une incroyable médaille de bronze aux Championnats du monde M21 à Ombia. Ces grands succès l'ont-elle surprise? «Pas vraiment», dit Binta. «Je suis arrivée aux Championnats d'Europe avec le statut de favorite. Je me suis préparée en fonction. Je ne me

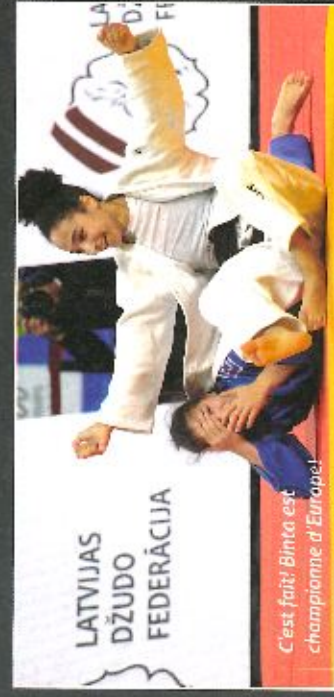
suis pas posé trop de questions et je suis entrée dans la compétition avec confiance.» N'a-t-elle pas ressenti de pression, elle, si jeune, sur la grande scène internationale? «Je crois que je gère bien la pression», assure la judoka. «Jessaie de rester concentrée sur moi-même et pas sur ce que les gens attendent de moi. J'ai un objectif sur lequel je me concentre.»

## La beauté du judo

Une affirmation qui caractérise le caractère de Binta. Petite, elle a toujours fait preuve de volonté. À l'époque où elle allait nager à la piscine couverte de Mon Repos à Lausanne avec ses frères et sœurs, elle restait ensuite toujours collée aux vitres du dojo, située dans le même bâtiment, pour regarder les judokas

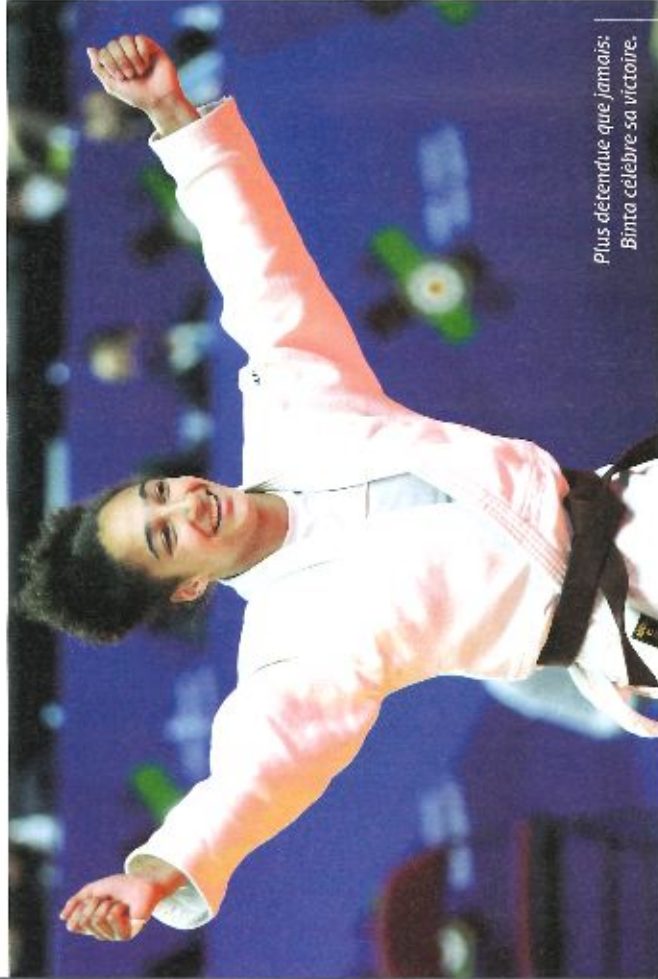


Un mouvement rapide comme l'éclair et l'adversaire tombe.



C'est fait! Binta est championne d'Europe!

Tout est possible,  
rien n'est acquis



Plus détendue que jamais:  
Binta célèbre sa victoire.

Photo: Kostadin Andonov (EJU)

qui s'y entraînaient. «C'est ce que je veux faire», s'est alors dit la fillette de sept ans, avant de pousser ses parents à l'envoyer au judo. Aux marques, venant parfois de certaines de ses amies de l'époque, que le judo était un sport pour les garçons et non pour les filles, elle répliquait sans ambiguïté: «Non, ce n'est pas vrai!» Et elle en a immédiatement apporté la preuve. Avec beaucoup de patience, d'application, de persévérance et de passion, elle développe de plus en plus son talent pour tutoyer la perfection. Elle s'entraîne avec les garçons – encore aujourd'hui – et apprend que «tout est possible, mais rien n'est acquis.» Son professeur japonais de l'époque, Maître Hiroshi Katanishi, est pour elle une grande source d'inspiration. «Il m'a montré la beauté du judo», dit-elle. «L'élégance, le timing, la perfection du mouvement. Une fascination que j'ai encore gardée aujourd'hui.»

Binta s'entraîne dur. Tous les jours, sauf le dimanche, elle passe des heures sur le tatami, le tapis en paille de riz. Au Judo Kwai de Lausanne et au Centre National de Performance

Ouest Suisse à Yverdon. Il y a longtemps que le judo est devenu pour elle un sport d'élite, avec tous les effets secondaires que cela implique: compétitions internationales, voyages, sollicitations médiatiques et agenda surchargé. Heureusement qu'il y a trois ans, l'Aide Sportive Suisse est intervenue pour prendre en charge ses frais. «J'en suis très reconnaissante», dit Binta. «Ce fut le tout premier soutien que j'ai reçu. Cela m'a beaucoup aidé, financièrement mais surtout moralement. Je l'ai vu comme une motivation pour continuer.» Le grand talent lausannois du judo est soutenu par la succursale locale de McDonald's à Cheseaux, qui a entrepris un parrainage auprès de l'Aide sportive pour elle. «Il y a un poster de moi au restaurant. C'est sympa», dit Binta, presque un peu gênée. En guise de remerciement, elle donne de temps en temps des cours d'initiation au judo à l'équipe du McDonald's.

Binta ne parle pas beaucoup. Le sérieux et le calme qui émanent d'elle laissent voir une vraie dignité. Son

«La beauté du judo,  
c'est depuis toujours  
l'élégance, le timing,  
la perfection.»

Binta Ndiaye  
judoka suisse



**BON**  
1 Big Mac® pour  
seulement Fr. 3.90

Cette offre est uniquement valable du 04.05 au 31.08.2022 dans tous les restaurants McDonald's participants de Suisse et de la Principauté de Liechtenstein. Offre valable par commande. Non cumulable avec d'autres offres spéciales. Sous réserve de promotions locales. Non valable dans le cadre de McDelivery et MyOrder.



7241 0004

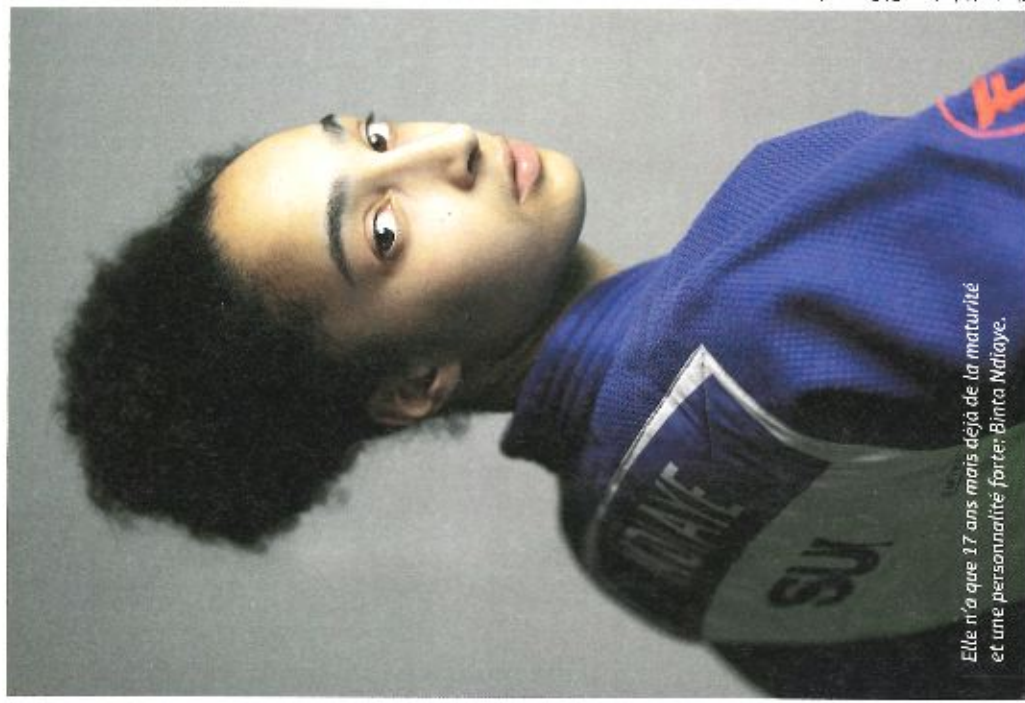


**ALLEZ LA SUISSE!**

**TOUTE L'ÉNERGIE DONT TU AS BESOIN:  
UN BIG MAC® POUR FR. 3.90 SEULEMENT.**

Un coup de pouce pour les espoirs du sport suisse: McDonald's et l'Aide sportive soutiennent les jeunes talents dans leur parcours vers le succès! Informations sur [mcdonalds.ch/together](https://mcdonalds.ch/together)

TOGETHER FOR GOLD



Elle n'a que 17 ans mais déjà de la maturité et une personnalité forte: Binta Ndiaye.

Photo: Valeriano Di Domenico

## Portrait

### Binta Ndiaye

- **Date de naissance:** 4 octobre 2004
- **Club:** Judo Kwai Lausanne
- **Domicile:** Le Mont-sur-Lausanne (VD)
- **Soutenu par l'Aide sportive depuis:** 2019
- **Formation:** Gymnase Auguste-Piccard, Lausanne
- **Meilleurs résultats jusque-là:**
  - 3<sup>e</sup> rang aux Championnats du monde M21 2021
  - 1<sup>er</sup> rang aux Championnats d'Europe M18 en Lettonie 2021
  - 1<sup>er</sup> rang en Coupe d'Europe à Bucarest 2021
- **Objectifs sportifs:**
  - Participer aux Championnats d'Europe élites et gagner une médaille, gagner un Grand Prix, gagner une médaille en Grand Chelem.

**Long terme:** Gagner une médaille aux Championnats du monde élites, participer aux JO 2024 et 2028.

Suis Binta sur Instagram: [binta.ndi](https://www.instagram.com/binta.ndi)