



Lausanne-Sports Aviron  
Promenade de Vidy 7  
CH-1007 Lausanne  
[www.lsaviron.ch](http://www.lsaviron.ch)

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### **Une carrière au fil de l'eau : Frédérique Rol met un terme à son parcours international**

**Après 15 ans de passion, de défis et de réussites, l'athlète du Lausanne-Sports Aviron ouvre un nouveau chapitre dédié à la transmission.**

Après avoir passé la moitié de ma vie à chercher comment faire avancer mon bateau plus vite, il est temps pour moi de ranger mes rames au hangar.

15 ans de discipline, de volonté, de motivation. 15 ans d'émotions fortes et de passion. 15 ans de rencontres, d'amitiés, de partage. 15 ans de plaisir mais aussi de moments durs.

Tout ce que l'aviron m'a appris, je le prends avec moi. Les compétences acquises au fil des entraînements, des défaites comme des succès mais également les virages que la vie a mis sur mon chemin m'ont permis de devenir la femme que je suis aujourd'hui.

Je me suis heurtée à une fédération avec un fonctionnement différent du mien et des valeurs qui ne me correspondent pas, ce qui m'a notamment poussée à sortir du système et à créer ma propre structure. Je ne souhaite cependant pas m'attarder sur cet aspect de ma carrière. Bien au-delà, je veux mettre en avant tout ce que l'aviron m'a apporté et également tout ce que je m'appête à vivre dans mon prochain chapitre.

Sur le chemin des Jeux Olympiques et en quête des podiums, j'ai découvert qui je suis et ce qui me donne de l'énergie !

L'envie de découvrir de nouveaux horizons et nouveaux défis, de passer du temps avec les gens que j'aime, d'apprendre à faire différemment m'anime.

Avec ma décision, tout mon quotidien change, mais mes valeurs de dépassement de soi, mon plaisir dans l'effort et ma passion pour le sport sont intacts.

Cela ne rend pas ma décision facile mais me montre à quel point j'ai eu la chance de trouver une passion pour mon sport et à quel point j'ai aimé la vie d'athlète.

Tant de souvenirs de ces années, ces personnes, ces endroits et ces émotions qui m'ont marquée sont gravés en moi. Ces doutes et ces obstacles que j'ai surmontés, ces rêves atteints et ceux laissés de côté.

Trouver ma voie dans ce nouveau chapitre ne sera pas évident mais je garde le même cap : inspirer à évoluer, permettre à d'autres athlètes de poursuivre leurs rêves, de trouver leurs façons de fonctionner, de performer et de s'épanouir dans cette quête. C'est en tant que préparatrice mentale (reconnue par la SASP) que je souhaite pouvoir accompagner les personnes ambitieuses à atteindre leurs sommets et ainsi continuer à vibrer à travers le sport.

J'aimerais prendre le temps de remercier tous ceux qui m'ont permis de vivre cette aventure, ce rêve olympique, et qui m'ont soutenue pour créer notre projet privé, team mero, qui m'a tant appris.

Patricia, ma coéquipière depuis toujours et pour toujours ! Le Lausanne Sports aviron et tous ses membres où ma passion pour ce sport est née, qui m'a soutenu saison après saison et où j'ai noué de si belles amitiés.

Ma famille qui a toujours été là. Mes coachs et mon staff qui ont cru en moi et m'ont donné envie d'aller toujours plus loin

Mes sponsors et partenaires sans qui ma carrière sportive aurait eu une toute autre couleur.

Et tous mes coéquipiers, coéquipières et rameuses de ma catégorie (LW2x) qui m'ont poussée à donner le meilleur de moi-même !

Frédérique Rol

079 423 13 98



- *Annexe : trois photos*