

# PODCAST FRENCH TO GO

## Saison 2 - Episode 71

### Fous de sport

Aujourd'hui, dans cet épisode, le numéro 71, je réponds à la demande d'un auditeur, qui m'a suggéré de parler de sport. Vous voyez, l'épisode précédent a porté ses fruits ! Je vous ai demandé de participer, de me donner des idées de sujet... et voilà !

Donc, je vais vous parler de sport. Ça tombe bien, je suis une folle de sport. Je fais tout le temps du sport, j'adore le sport, je ne pense qu'à ça (ça veut dire que je pense juste au sport). Je cours trois ou quatre fois par semaine, je fais du pilates le dimanche et le mercredi, je fais des randonnées le week-end, je joue régulièrement au tennis et je fais parfois de la boxe. Je vous ai bien eu, hein ?

Quand on dit "Je vous ai bien eu" ou "je t'ai bien eu", ça veut dire que j'ai réussi à vous faire croire quelque chose. J'ai menti, je n'ai pas dit la vérité mais vous avez pensé que c'était la vérité. On peut aussi utiliser l'expression "faire marcher quelqu'un". Je vous fais marcher, ça veut dire que je vous dis quelque chose de faux pour m'amuser, pour voir si vous me croyez.

Donc, non. Non, je ne suis pas une folle de sport. Pas du tout. Enfin, ce n'est pas vrai. J'exagère. J'aime un peu le sport, je fais un peu de sport. Pas beaucoup. En fait, chez moi, il n'y a pas vraiment de logique. C'est une question de temps et d'idées bizarres. Je m'explique.

Quand je dis que c'est une question de temps, je ne veux pas dire que je fais du sport quand j'ai le temps. Que ma pratique du sport dépend du temps que j'ai. Si vous avez écouté l'épisode précédent sur les priorités dans la vie, vous savez que je n'ai jamais le temps. Je travaille beaucoup, je suis toujours occupée et, malheureusement, le sport n'est pas une priorité sur ma liste. (Je dis "malheureusement" parce que je sais à quel point c'est important pour la santé !). Non, ce n'est pas une question de temps. C'est plus une question de période. De période dans ma vie. A certaines périodes de ma vie je ne faisais absolument rien, à d'autres périodes je faisais pas mal de sport. J'ai eu une période "athlétisme" : je faisais du saut en hauteur, je courais le 100 mètres haies (vous savez, c'est quand on court sur 100 mètres mais qu'il faut sauter sur des obstacles). J'ai eu une période "danse", danse contemporaine plus particulièrement. J'ai eu une période "taï chi / qi gong", quand je voulais plus de calme, de sérénité. J'ai eu deux périodes "natation", une pendant ma grossesse - quand j'attendais mon premier enfant, parce que c'est un sport qui n'est pas dangereux. Vous allez rire quand je vais vous dire pourquoi je me suis remise à la natation quelques années après mon accouchement (l'accouchement, c'est quand on a un bébé, quand le bébé naît). Je me suis remise à la natation, ça veut dire que j'ai recommencé la natation, parce que je n'aimais pas... transpirer ! Oui, oui, transpirer. (évidemment, on transpire aussi quand on fait de la natation, mais comme c'est dans l'eau, c'est moins désagréable).

Puis j'ai eu ma période "club de gym" avec des cours de danse, de fitness, les machines et les tapis de course. Vous savez, ces machines où on court sans bouger ? J'ai couru des kilomètres et des kilomètres comme ça, en disant à tout le monde que je n'aimais pas courir dehors parce que je devais faire attention aux voitures et aux piétons. Donc je préférais courir dans une salle de sport... Et puis... j'ai commencé à courir dehors, principalement dans mon quartier, et j'ai adoré ça... jusqu'au jour où je suis tombée, parce que j'étais trop occupée à écouter la musique pour voir qu'il y avait un trou dans le trottoir. Et je me suis foulé la cheville - la cheville c'est la partie du corps entre le pied et la jambe. Je suis tombée, rien de cassé mais impossible de faire du sport pendant plusieurs semaines. Depuis, je fais de la marche, un peu de course (je compte



m'y remettre - ça veut dire que je pense recommencer à courir régulièrement, quand l'été sera passé), et j'adore faire de la randonnée.

Bref, vous l'avez compris, j'ai fait pas mal de choses différentes. Et je suis sûre que je ferai d'autres choses à l'avenir. Qui sait ? Je ferai peut-être de l'escalade, du crossfit, de la boxe (j'ai fait du kick-boxing, mais ce n'est pas vraiment la même chose), du yoga, du pilates, de la plongée (j'en ai fait un peu), du ski (j'en faisais quand j'étais jeune, je viens des Alpes, ce n'est pas pour rien, j'en fais très rarement aujourd'hui). Je jouerai peut-être au volley, au basket, au tennis (j'y ai joué un peu il y a quelques années). L'avenir nous le dira.

Je disais au début de cet épisode que j'ai aussi des idées assez bizarres sur le sport. Je m'explique. J'ai déjà raconté qu'à une période je faisais de la natation, en piscine, parce que je n'aimais pas transpirer. Vous voulez savoir pourquoi j'ai arrêté ? Vous allez sans doute me prendre pour une folle...

Bon, allez, je vous avoue la vérité. J'ai arrêté de nager parce que j'avais mal aux yeux. Pourquoi ? Parce qu'à cette époque j'avais des lentilles. Vous savez, ce sont ces petites choses qu'on met dans l'oeil pour voir mieux. Aujourd'hui, je porte uniquement des lunettes parce que je ne peux plus porter de lentilles (je vous raconterai ça à une autre occasion). Mais à l'époque je portais des lentilles. Et le problème est que ce n'est pas une bonne idée de nager dans une piscine avec des lentilles. Donc à chaque fois, je devais les enlever avant d'entrer dans la piscine, puis les remettre. Mais à force, et sans doute à cause du chlore dans la piscine, j'avais vraiment mal aux yeux. Voilà, vous savez tout.

Vous voulez d'autres idées bizarres ? Allez, en voilà. Je n'aime pas regarder le foot. Ni à la télé, ni dans un stade - je ne suis pas allée à beaucoup de matchs, mais suffisamment pour me faire une idée... et pourquoi ? Parce que je m'ennuie. Oui. Désolée pour tous les fans de foot qui m'écoutent, moi, je n'aime pas. Je les vois courir dans un sens puis dans l'autre et en général il y a 10 minutes d'action pour une heure et demie de match. Donc, je m'ennuie. Par contre, il y a quelques années, je suis allée voir plusieurs matchs de beach soccer (ou foot sur sable) et comme le terrain est très petit, ça va beaucoup plus vite, et donc j'aimais bien. Pareil pour le basket, ça va beaucoup plus vite, il y a plus de points marqués, je trouve qu'il y a plus d'énergie sur le terrain. J'aime bien. Je regarde de temps en temps des matchs à la télé et je suis allée aussi en voir en vrai. Le tennis ? Bon, en tant que française, je suis une fan de Roland Garros (j'en parle d'ailleurs dans un épisode précédent), par contre, j'ai beaucoup de mal avec Wimbledon. Et là, vous allez vraiment vous dire que je suis folle quand vous allez entendre la raison... Je trouve qu'on ne voit pas très bien la balle sur le court de tennis à cause du vert de la pelouse. Si si, je vous assure. C'est pour ça. C'est pas parce que je suis française et que ce tournoi se passe en Angleterre. Je ne suis pas aussi patriotique que ça. La preuve ? Je n'aime pas le tour de France. Ça aussi, ça m'ennuie. Et en France, pendant la période du tour de France, - en tout cas quand j'étais petite et que j'habitais encore en France - il n'y avait que ça à la télé, tous les jours, tous les après-midis, sur toutes les chaînes, juste pendant les grandes vacances. Aujourd'hui encore, j'ai du mal quand je vois des cyclistes sur les routes. Je ne comprends pas l'intérêt de faire du vélo à côté des voitures. On fait du sport mais on respire la pollution des voitures, et en plus c'est dangereux. Vous voulez faire du vélo ? Allez en montagne ! Faites du VTT (vélo tout terrain, du vélo de montagne) !

Bon, je vais arrêter là. Je pense que j'ai assez d'ennemis comme ça avec cet épisode. N'oubliez pas, la tolérance, c'est important. Après tout, chacun ses goûts. Et ce qui est bien, c'est qu'il y a tellement de sports différents, que tout le monde peut trouver quelque chose qu'il aime. Même regarder une compétition de curling à la télé. Enfin... ça je ne sais pas. Quand même... le curling.

The French to Go Podcast is produced by French Carte - Delphine Woda / [www.frenchcarte.com](http://www.frenchcarte.com),  
[frenchcarte@gmail.com](mailto:frenchcarte@gmail.com) - Sound : <http://www.freesound.org/people/klankbeeld/>



Creative Commons Attribution – NonCommercial NoDerivatives 4.0 International License