

le magazine officiel

SWISS GOLF

*A l'image de Tiffany Araft sur le LET,
les golfeuses et golfeurs suisses sont
de plus en nombreux sur les circuits
professionnels principaux.*

ÉMULATION SUISSE



“ ”

JE DOIS ÊTRE À L'ÉCOUTE DE MON CORPS

La golfeuse valaisanne Tiffany Arafî souffre de sclérose en plaques depuis 2018. Cela ne l'empêche pas d'avoir du succès dans un sport qui lui sert également de thérapie.

JÉRÔME REYNARD



La carrière de Tiffany Arafî s'est accélérée d'un coup en décembre dernier, lorsque la jeune femme de 23 ans s'est classée dans le top 20 de la Q-School du Ladies European Tour (LET), décrochant ainsi sa carte pour évoluer sur ce circuit en 2023. «A l'origine, je m'étais inscrite à la Q-School de 2022 pour emmagasiner de l'expérience en vue de celle de l'année suivante», explique-t-elle.

Il faut dire qu'il lui restait une demi-saison de College Golf à disputer et un Master à terminer à la Coastal Carolina University (Caroline du Sud). Dans le plan de carrière de Tiffany Arafî, le passage dans le monde du golf professionnel était plutôt prévu pour l'hiver 2023-2024. «Mais cette Q-School a tout changé et, en décrochant cette carte pour évoluer sur le LET, j'ai obtenu une chance unique de réaliser mon rêve. Je ne pouvais pas refuser. D'autant que j'ai la possibilité de finir mon Master en ligne.»

UNE FACULTÉ D'ADAPTATION

Les cours à distance requièrent néanmoins une certaine organisation dans le quotidien de la joueuse de Crans-sur-Sierre.

«Aujourd'hui, je suis golfeuse professionnelle, c'est mon métier, donc ma priorité. J'étudie le soir et j'ai réparti les trois cours qu'il me reste à suivre sur trois semestres au lieu d'un.»

Tiffany Arafî est habituée à devoir s'adapter. Après avoir grandi à Bâle dans une famille de golfeurs, elle s'est envolée en 2017 pour la Floride, où elle a effectué sa dernière année de high school en sport-

études au sein de la Gary Gilchrist Golf Academy. «J'ai disputé plein de tournois juniors US qui m'ont permis de recevoir une bourse complète pour la Coastal Carolina University», raconte celle qui se considère comme valaisanne. «Quand je vivais à Bâle, je montais tous les week-ends à Crans-Montana, où mes parents possédaient un logement», explique-t-elle dans un français parfait. «Par la suite, lorsque je rentrais des Etats-Unis, je passais tout mon temps à Crans-Montana. Et puis, j'ai été soutenue par le Golf Club Crans-sur-Sierre, où j'étais junior.»

«UN GRAND CHOC»

Tiffany Arafî a vu sa vie prendre une tournure bouleversante en 2018. «C'était l'époque où je suivais ma high school à Orlando. J'avais mal à une jambe depuis une semaine et, un matin, je n'ai pas réussi à me lever. Je n'avais plus de force pour marcher. On m'a amenée à l'hôpital, j'ai effectué des tests et on a diagnostiqué la sclérose en plaques. Sur le moment, cela a été un grand choc», se souvient-elle. «Aujourd'hui, je sais comment vivre avec cette maladie. Je suis un traitement qui est efficace, je ne ressens pas d'effets au quotidien, et cela fait quelques années que je n'ai pas eu de crise.»

La jeune athlète doit toutefois prendre des précautions. «Il me faut davantage de récupération et de sommeil qu'une personne normale. Je dois être à l'écoute de mon corps et il ne faut surtout pas que je force quand je suis fatiguée. Cela peut être dangereux. Concrètement, dans ma vie de golfeuse, cela implique que je ne peux pas disputer plus de trois tournois d'affilée. C'est ce que mon corps est capable de supporter. Et puis, je dois m'organiser. Si je pars plusieurs semaines, il faut que je m'assure d'emmener suffisamment de médicaments.»

“ ”

Il me faut davantage de récupération et de sommeil qu'à une personne normale.

TIFFANY ARAFI

UN EFFET POSITIF

Au final, le golf sert également de thérapie à Tiffany Arafî. «En tout cas, on ne m'a jamais dit de ne pas pratiquer ce sport. On m'a juste conseillé d'éviter de faire des marathons», sourit-elle. «Le golf, même au niveau professionnel, ce n'est pas quelque chose qui me fait du mal, au

contraire. On dit que le stress n'est pas bon pour la sclérose en plaques. Et avoir cette passion, cela me détend. Je suis une personne qui ne peut pas rester à l'intérieur. Plus je peux m'aérer l'esprit, mieux c'est.»

Il faut aussi dire que le golf procure de belles émotions à celle qui en 2022 a remporté le Swiss Golf Open Championship et le Swiss Golf National Championship, avant de décrocher sa carte sur le Ladies European Tour et de réaliser son rêve. «Cela a été une année inoubliable», conclut Tiffany Arafî, qui espère désormais briller chez les professionnelles. •