

KIMBERLY **NELTING**

Sacrée championne du monde junior de karaté en octobre dernier, Kimberly Nelting s'impose comme un espoir légitime de médaille pour les prochaines olympiades de Tokyo en 2020. Et symbolise mieux que personne le Luxembourg qui gagne.

Och wann d'Kimberly Nelting bei de leschten Europameeschterschaften zu Sotchi a Russland, an der Kategorie Junior, net iwwerzeege konnt, bleift hatt awer eng vun den zolittste lëtzebuerger Karate Hoffnunge fir d'Olympesch Spiller zu Tokyo, 2020.



C'est l'histoire d'une vocation familiale. D'un grand-frère très vite rattrapé par la petite sœur. D'une gamine de 6 ans pas comme les autres qui va très vite troquer le self-défense contre le karaté. Cet enfant s'appelle Kimberly Nelting (17 ans) et porte aujourd'hui avec son aînée Jenny Warling (24 ans), médaillée de bronze lors des Championnats du monde juniors en 2011, l'ensemble des espoirs de la Fédération Luxembourgeoise des Arts Martiaux (FLAM) pour les années à venir.

Une trajectoire en forme d'étoile filante pour cette adolescente pas spécialement programmée pour gravir quatre à quatre les marches d'une gloire prochaine. «À la base, mon père voulait surtout que je fasse du karaté pour être en mesure de me défendre en cas de problème. Moi, je voulais avant tout faire comme mon grand frère», rebobine Kimberly quand on lui demande comment elle en est venue au karaté.

La suite, c'est une progression étonnante dans un sport pourtant pas habitué à faire de cadeaux. «Si je dois être honnête, je dois bien reconnaître que je ne m'étais jamais imaginé un seul instant connaître le succès que je vis à l'heure actuelle»

D'Kimberly Nelting ass säit senge 6 Joer am Karateveräi vun Nidderaanven ageschriwwen. Zu deem Zäitpunkt konnt kee sech ausdenken, datt dës jonk Joffer mat philippinnesch-däitschen Originen, eng Kéier Weltmeeschterin géing ginn an der Kategorie Junior. Dat huet hatt dunn d'lescht Joer an Tschechie vollbruecht. Et ginn och méi schlecht Weeër fir eng Carrière ze starten, mam Bléck op d'Haaptzil ausgeriicht: Eng Goldmedail bei olympesche Spiller.

A senge ganz jonke Joren woussst hatt schonn, datt hatt genee datselwecht maache wollt wéi säi Brudder. Hie war näämlech schonn am Karate ageschriwwen: «Ëmmer wann ech mengem Brudder nogekuckt hunn um Training, do wollt ech ëmmer genee datselwecht maache wéi hien... a wa méiglech, besser wéi hien. Mäi Papp, dee war och direkt dofir, datt ech mam Karate ufänken. Esou wier ech dann och ëmmer an der Lag mech ze verteidegen.»

Esou huet et da fir dat jonkt Kimberly ugefaangen, step by step, mam Erfolleg, dee mir haut kennen. Eng Passioun, déi sech progressiv agestallt huet, lues a lues, op eng natierlech Aart a Weis: «Ech konnt jo ni dovun dreemen, datt ech eng



«Une championne posée et bien entourée»

«Eng Championne, déi geloossen, a gutt ëmginn ass»



déclare d'ailleurs Kimberly quand on évoque avec elle sa médaille d'or glanée lors des derniers championnats du monde de karaté en catégorie junior (-59kg), à Ténérife, fin octobre 2017.

La récompense d'un travail de longue haleine déjà effectué en amont avec son premier entraîneur, un certain Léo Salvatore. De ce dernier, elle apprend les fondamentaux du karaté, axés sur le détail et la perfection du geste, le tout ancré sur un jeu de jambes sans faille: «Léo m'a fait comprendre que le plus important dans ce sport était d'avoir des jambes infaillibles, fortes et résistantes. Nous en avons bavé, mais cela a constitué la base sur laquelle je me suis construite.»

Le timbre est posé, la locution impeccable. Le propre des enfants à qui tout réussit. Une surdouée surprise par ses propres qualités? Pas franchement. Parce qu'avant de connaître ses premiers succès, l'adolescente de Niederanven est passée par à peu près toutes les émotions. Si rien ne laissait présager que cette jeune fille, née d'une mère originaire des Philippines et d'un père allemand, soit aujourd'hui l'un des plus beaux fleurons du sport luxembourgeois,

Kéier deen Niveau géing errechen, deen ech haut hunn. Ech mengen, datt einfach ganz vill Fakteuren dozou bäigedroen hunn, datt ech haut dee Succès kennen. Éischtens, hat ech einfach och immens Chance, datt ech op immens kompetent Trainere gefall sinn, op zu Nidderaanven am Club, oder am Elite-Kader vun der Nationalequipe.»

Alles huet also zu Nidderaanven ugefaangen, ënnert der Fuchtel vum Léo Salvatore, mat deem hatt bis haut nach Kontakt huet. Mam Léo huet hatt net zu Lescht d'Grondlagen vum Karate geléiert, an dat, am klengsten Detail, baséiert op d'Perfektion vun der Ausféierung. Alles berout op eng onfeelbar Beenaarbecht: «De Léo huet mir schonn deemools ze verstoe ginn, datt dat Allerwichtigst am Karate kräfteg Bee wieren. Wat hu mir um Training gelidden! Mee dat huet awer och d'Basis geschaaft, op déi ech opbaue konnt.»

Am Alter vun 13 Joer war d'Kimberly Member am Kader Elite vun der Nationalequipe. Eng nei Etapp a senger jonker Carrière, an zu deem Zäitpunkt hat hatt och mam Gedanke gespillt ganz opzehalen. «Ech ka mech drun erënneren, datt mir zu deem Zäitpunkt en Instrukter aus der Belsch haten. Hien hat keen Erbaarme mat

c'est que la frontière est parfois mince entre une progression éclair et un refus d'obstacle.

À 13 ans, Kimberly Nelting intègre le cadre Élite et découvre par la même occasion les sacrifices souvent liés à la vie d'une sportive de son rang. «Je me rappelle que nous avions un instructeur belge à l'époque. Il était impitoyable avec nous, les athlètes. Je pense que ce fut la période la plus difficile de ma jeune carrière. Je me souviens qu'il m'arrivait de songer à arrêter le karaté, tant les entraînements étaient durs. J'ai découvert à cet instant le côté impitoyable du sport.»

De cette période, la toute jeune adolescente retire un mental d'acier. Une force d'esprit qui lui permet très vite de se projeter sur les retombées directes d'une potentielle carrière au plus haut niveau. «Très vite, j'ai appris à encaisser les coups. Surtout, je me suis dit que si j'étais en mesure de braver ces entraînements-là, j'étais capable de surmonter n'importe quelle autre difficulté.»

ons Athleten. Dat war bis elo dee schwéierste Moment a menger Carrière. Heiansdo wollt ech einfach ophalen, esou haart ware seng Trainingsstonnen». Dës schwireg Phas sollt awer zäitgläich een Aschnëtt am Kimberly senger Carrière sinn. «Virun allem am mentale Beräich hunn ech e Schratt no vir gemaach. Ech hunn d'Schlëi besser ewechgestach. Ech hu mir ausserdeem gesot, datt, wann ech agestellt wier fir déi Traineringer z'iwwerstoen, da kéint mir näischt geschéien. Da kéint ech et mat Allem ophuelen, wat a mengem Wee leie géing.»

D'Kimberly ass méi staark ginn, kierperlech, a virun allem mental. Et huet e Sënn fir den Detail an d'Perfektion entwéckelt. «No laangen Trainingsstonnen, déi ech all Dag hu maache missten, sinn ech regelrecht iwwert mech erausgewuess. Ech war méi konzentréiert wéi vir drun. Ech hunn u Vertrauen zougeluecht, wat sech dann och a menge Leeschtungen erëmgespigelt huet. Ech hat d'Gefill, ech kéint et mat jidderengem ophuelen, egal aus wéi enger Natioun d'Athletin komme géing.»

«... j'étais capable de surmonter n'importe quelle autre difficulté»

«... wat a mengem Wee leie géing»



D'adolescente en formation, Kimberly se mue en bourreau de travail capable de pousser jusqu'à très loin le sens du détail. Une rigueur dans le devoir qui fait bien souvent les grandes championnes. «Une fois ces douleurs quotidiennes surmontées, j'ai compris que j'avais passé un cap. Je me sentais plus forte, moins distraite aussi. Ce gain de confiance s'est très vite reflété dans mes performances. Cela m'a permis de prendre conscience que j'étais capable de rivaliser avec n'importe quelle autre combattante, tous pays confondus.»

Une assurance couplée à une discipline étonnante pour une jeune fille de son âge qui se reflète jusqu'à sa vie en dehors du karaté. «De temps en temps, j'en profite quand même pour voir mes copains et copines. Afin de ne pas les oublier, même s'ils comprennent que je n'ai pas souvent le temps.» Sa décompression préférée ? Le piano. Un exutoire plus qu'une passion. «Le piano me permet de m'exprimer, moi qui suis plutôt de nature réservée. Et la musique en règle générale m'aide à décompresser.»

Un passage obligé quand on doit comme Kimberly faire avec des sollicitations de plus en plus nombreuses. «Après mon titre à Ténérife, j'ai même eu le droit à un petit message de félicitations de la part du Premier ministre, Xavier Bettel. J'ai encore du mal à réaliser. Parfois, il faut me rappeler que je n'ai que 17 ans !»

17 ans peut-être, mais des espoirs pleins la tête. A commencer par celui de participer aux prochains Jeux Olympiques de Tokyo, en 2020, qui verront pour la première fois le karaté rejoindre la grande famille des sports olympiques.

En attendant, elle s'entraîne chaque jour et se concentre sur son sport, ses études et sa famille. Son triangle magique, à elle. Le seul capable de transformer ses rêves d'adolescentes en objectif concret. Et pourquoi pas en médaille olympique ?



Och wa seng Sportaart eng gewëssen Häert an Disziplin erfuerdert, bleift d'Kimberly och ee jonkt Meedchen, dat sech och ausserhalb vu sengem Sport entfaalt: «Heiansdo profitéieren ech awer och vu menge Frënn. Ech vergiesse si net, och wa se verstin, n datt ech net ëmmer Zäit fir si hunn».

Dacks bleift d'Kimberly bei sech doheem, ëmgi vu senger Famill, wou hatt sech da senger zweeter Leidenschaft higëtt... «De Piano erméiglecht mir et einfach ofzeschalten a mech auszedrücken, vu datt ech dacks zeréckhalend a reservéiert sinn. Dofir ass de Piano perfekt fir mech.» D'Kimberly zitt sech dann och vun Zäit zu Zäit a seng Kummer zeréck, a léiert fir seng Prüfungen oder kuckt Serien um Laptop; Grosso Modo, e ganzt normaalt «Teenagerliewen».

Am Joer 2017 ass d'Kimberly also Weltmeeschterin a Landesmeeschterin ginn. Bemierkenswäert Leeschtungen also: «Ech krut souguer eng Noriicht vun eisem Premier Minister, dem Xavier Bettel. Ech hunn heiansdo Krämpes fir dat Gantz ze realiséieren». Mee eng Kéier d'Emotioun verschafft, huet d'Kimberly erëm de Wee an d'Normalitéit erëmfonnt an trainéiert normal weider, fir sech op déi nächst Kompetitioun virzebereeden.

Déi jonk Joffer ass vläicht eréischt 17 Joer al, mee si weess awer wat si an hirer nach jonker Carrière alles erreche wëll: An zwar bei den nächsten Olympesche Summerspiller zu Tokyo, 2020, dobäi sinn! Dat Joer, an deem de Karate fir d'éischte Kéier olympesch wäert sinn.

Mee bis dohin, konzentréiert hatt sech weiderhin op säi Sport, seng Schoul a seng Famill. Eng Liewensphilosophie, déi him, wie weess, d'Diere vum Olymp an enger net all ze wäiter Zukunft opmaache wäerten?

