

RENCONTRE AVEC

Sylvaire BLANC

Champion de France
d'escalade adapté et
parrain engagé

@resapy.fr



UN PARCOURS HORS DU COMMUN

« J'ai commencé l'escalade à 19 ans, à Tarbes, dans une salle de sport. D'abord, je regardais les couleurs, je m'échauffais... Maintenant, je monte sans stresser, tranquille. Je continue encore aujourd'hui. »

Aujourd'hui âgé de 44 ans, Sylvaire est un sportif complet : escalade, basket, course à pied... et plusieurs fois champion de France en sport adapté.



UNE PASSION POUR L'EFFORT ET LE DÉPASSEMENT DE SOI

« L'escalade, c'est un sport que j'aime bien. Je regarde le mur, je choisis les bonnes prises, je monte calmement. Même si je glisse, je continue. »

Ce qu'il préfère ?

Les championnats de France, les médailles, les photos qu'il garde précieusement dans sa chambre, mais aussi l'ambiance des entraînements, avec ses accompagnatrices Sandrine, Élodie, et Claire.



UN MESSAGE FORT POUR LES JEUNES EN SITUATION DE HANDICAP

« Si tu veux devenir champion, faut t'entraîner. Il faut pas aller trop vite. Il faut pas stresser. Et surtout... faut pas avoir peur : en bas, on t'assure. »

« Si t'es handicapé et que tu veux faire du sport, viens avec moi. Je te montre. C'est important, le sport. Moi, j'arrêterai jamais. »



PARRAIN DES FOULÉES DU PLATEAU 2025

Pour la deuxième année consécutive, Sylvaire est parrain officiel des Foulées du Plateau, la course solidaire autour de la santé mentale.

« Quand on m'a dit que j'étais parrain, j'étais trop content. Fier de représenter cet événement. »



MERCI SYLVAIRE !

