

« Dis-moi dix mots »- Marion Legac-Padox et Adrien Zittel

Entouré d'enfants, Adrien Zittel réussit à imposer le calme pour initier ces petits sportifs au rugby. Mais attention au para-rugby à XIII. Les règles sont celles du rugby, adaptées au handisport et au fauteuil roulant. Par exemple, il y a « placage » quand on arrache un scratch, « le flag » de l'épaule d'un joueur. Un système de points dégressifs en fonction de l'importance du handicap et limité à 18 points sur le terrain permettent aux valides (5 points) et aux personnes handicapées de jouer ensemble.

C'est en fauteuil, donc, que les enfants s'initieront aux joies du collectif et du ballon ovale. Mais, tous s'interrogent quand il le voit se lever : « Pourquoi en fauteuil, si vous marchez ? » Adrien sourit : « C'est plus chouette, non ? »

A 41 ans, originaire de l'Ain, Adrien est éducateur sportif, mais c'est surtout un joueur de l'équipe de France de para-rugby à XIII.

Après plusieurs faux départs à l'école, il quitte l'école à 17 ans et se sent hors-jeu. Des douleurs inexplicables l'empêchent de courir, même parfois de marcher. Il enchaîne, malgré tout, les petits boulots. Il essaye tout et rien ne lui fait peur. Alors, en 2016, quand on lui propose d'essayer le rugby en fauteuil avec les Dahus de la ville d'Arbent, il tente. Enfin, il peut pratiquer un sport. Sa vie reprend du sens et il retrouve la forme. Il passe plus de diplômes en 8 ans que pendant toute sa scolarité.

Enfin, on lui donne un diagnostic à ses douleurs. Il souffre d'une spondylolisthésis isthmique. Le voilà « vraiment » handicapé ! Mais il reste « valide » pour son sport, car, pas « assez » handicapé... Adrien n'y accorde que peu d'attention. Lui veut jouer au rugby dans le partage et l'inclusion.

Avec les Dahut d'Arbent, il multiplie les prouesses. Champion de France Elite II en 2019, puis d'Elite I, il part en échappée dans la course de sa vie. Poussé par l'adrénaline du challenge, il intègre l'équipe de France en 2021.

La Marseillaise qui retentit...Cela l'encourage lorsqu'il va aux oranges, à la mi-temps. Le sport en équipe lui permet de se dépasser. Les joueurs s'encordent tous vers la victoire. Tout se joue au mental.

En 2024, année des JO et des Jeux Paralympiques à Paris, Adrien regrette que son rugby à XIII, parce que pratique handi-valide, en soit exclu. L'important, pourtant, c'est de faire du sport ensemble et d'y trouver du bonheur. Alors, que son exemple serve et que d'autres tentent l'aventure !

