

Vanessa Lameira

Vanessa Lameira, originaire du Portugal et née en Suisse il y a bientôt 35 ans, Vanessa adore et a toujours adoré le sport. Elle s'est mise à courir à 20 ans (chaque matin 30' avant d'aller travailler), a arrêté quelques années, puis a repris l'entraînement afin de participer à la Course de l'Escalade. Par la suite elle a fait partie d'un groupe de triathlon et à participé aux 20km de Lausanne. Vanessa a eu l'occasion de côtoyer la triathlète suisse Emma Bilham lors d'un camp de tri que celle-ci organisait aux Canaries. Ces résultats incroyables et son parcours font que Vanessa la prise un peu comme modèle à suivre.

Mais comme Vanessa préférait la course à pied au triathlon et qu'elle est une enfant d'Epalinges, c'est tout naturellement qu'elle rejoint le Footing-Club Lausanne. Très rapidement intégrée, elle participe en particulier avec beaucoup de plaisir aux entraînements décentralisés et court avec le Footing à la Juracime, au marathon de Berlin, à Sierre - Zinal et à de nombreuses autres courses du Trophée Lausannois ainsi qu'à d'autres courses de montagne.

Après avoir suivi les cours de formation pour devenir monitrice de course à pied en 2017, elle a rejoint le team des entraîneurs au début de l'année 2018.