

SPORTS

Nage synchronisée

Deux entraîneuses du club Aqua-Rythme en route vers les JO de Londres

PIERRE-ALEXANDRE MALTAIS
PIERRE-ALEXANDRE.MALTAIS@QUEBECORMEDIA.COM

Valérie Welsh et Stéphanie Leclerc, deux membres de l'équipe canadienne de nage synchronisée, se préparent actuellement à participer aux Jeux olympiques de Londres, qui débiteront le 27 juillet prochain.

Les deux nageuses sont également membres de l'équipe d'entraîneurs du club Aqua-Rythme de Saint-Bruno, un boulot très important pour Valérie Welsh. «Je suis plus stressée par mon rôle de coach que comme nageuse !», explique-t-elle. Sa préparation en vue des JO va bon train mais elle se consacre également à son équipe de jeunes âgés de 13 à 18 ans de niveau intermédiaire. Elle prépare actuellement son équipe en vue des Championnats québécois qui se tiendront à Québec du 18 au 21 mai.

Elle prend son rôle d'entraîneuse très au sérieux malgré les JO qui arrivent à grands pas. Valérie aborde ses rôles de nageuse et d'entraîneuse de front et parle de deux situations complètement différentes. «Je suis extrêmement nerveuse pour elles (...les jeunes). Je m'implique beaucoup au niveau coaching», explique celle qui se concentre notamment sur trois nageuses du club Aqua-Rythme en vue de la sélection d'Équipe Québec. «Quand je nage, c'est moi qui contrôle ma routine. Je suis beaucoup moins stressée quand je suis dans l'eau que lorsque je suis à l'extérieur. Les filles m'appellent «maman-poule». Je suis toujours trop nerveuse pour mes filles», explique la future olympienne.



L'équipe canadienne de nage synchronisée.

Jeux olympiques de Londres

L'équipe canadienne de nage synchronisée, qui compte huit membres, s'est récemment rendue à Londres pour visiter les installations olympiques. «On ne sent pas encore la frénésie des Jeux dans la ville. La Ville n'est pas tout à fait prête mais les installations qu'on a vues sont vraiment belles», mentionne Valérie Welsh.

La configuration de la piscine olympique a grandement impressionné la nageuse. «Je n'ai jamais vu des aussi grosses

estrades pour une piscine», s'étonne Valérie.

Selon elle, l'équipe canadienne nourrit des espoirs de médaille. La scène mondiale étant dominée outrageusement par les Russes depuis plusieurs années, les Canadiennes devront batailler ferme contre les équipes chinoises et espagnoles. «On prépare un effet WOW pour notre routine et on vise surtout l'équipe espagnole», dit-elle.

Les compétitions de nage synchronisée en équipe auront lieu les 9 et 10 août prochains.



Valérie Welsh, nageuse de l'équipe canadienne de nage synchronisée.

Photo: Courtoisie

Ligue amicale de balle molle 45 de Saint-Bruno

La 12^e saison de la Ligue amicale de balle molle de Saint-Bruno, dans la catégorie des 50 ans et plus, a débuté le jeudi 10 mai au parc Rabastalière de Saint-Bruno. Cette ligue se veut

principalement une ligue amicale qui permet à des joueurs de continuer à pratiquer un sport qu'ils apprécient, dans un esprit amical où les mots d'ordre sont plaisir, détente,

amitié, dans le respect d'une saine compétition.

Deux parties se déroulent chaque jeudi soir, au parc Rabastalière, la première étant à 18h45 et la

seconde, à 20h30, et ce, jusqu'au 20 septembre.

Pour en savoir plus, se présenter au parc les jeudis soir ou communiquer avec Serge Ménard au 514.464.2597.

1877

1925

1982

2001

2012

12 MILLIONS DE CHANSONS DONT LA PLUS VASTE OFFRE EN FRANÇAIS

AVEC 1,2 MILLION DE CHANSONS EN CONTINU (STREAMING).

À PARTIR DE 9⁹⁹\$ PAR MOIS*

ZIK.CA

*Tous les détails sur ZIK.ca.