

## Équipe canadienne de nage synchronisée Deux entraîneuses d'Aqua-Rythme en route pour Londres 2012



Stéphanie Leclair et Valérie Welsh (photo: Luc Giard)

Stéphanie Leclair et Valérie Welsh, deux entraîneuses du Club Aqua-Rythme de Saint-Bruno-de-Montarville, font partie de l'équipe canadienne de nage synchronisée qui sera du rendez-vous des Jeux olympiques de Londres 2012. En plus d'entraîner les jeunes nageuses de la région deux fois par semaine à la piscine de l'École secondaire du Mont-Bruno, Stéphanie et Valérie travaillent d'arrache-pied en vue de représenter le Canada au plus grand rendez-vous mondial sportif.



un texte de  
**Frank Jr Rodi**  
frodj@versants.com

« L'équipe sera officialisée seulement le 29 juin prochain, mais pour le moment, j'avoue que c'est un énorme sentiment de fierté! Je fais beaucoup de visualisation, nous donnons entièrement confiance aux entraîneurs ainsi qu'aux spécialistes qui nous entourent afin d'être au sommet de notre forme », explique au journal Valérie Welsh. Pour sa part, Stéphanie Leclair, qui se sent très confiante en vue des Jeux, ajoute : « Pour moi, ma sélection sur l'équipe nationale représente des années d'efforts et d'engagements. C'est un rêve devenu réalité! »

Entraîneuse du Club Aqua-Rythme au niveau Intermédiaire open, Valérie Welsh estime que le travail avec les jeunes nageuses âgées de 13 à 18 ans est tout aussi stressant, sinon plus. « Quand je nage, j'ai le contrôle sur tout ce que je fais, mais lorsque je suis entraîneuse et que mes filles nagent lors d'une compétition, il me reste juste à croiser les doigts, prier et espérer qu'elles se rappellent toutes leurs corrections. Je trouve ça bien plus stressant, mais c'est un beau groupe d'ados et nous nous amusons beaucoup! » souligne Valérie Welsh.

L'équipe canadienne de nage synchronisée quittera le pays le 17 juin prochain pour un camp d'entraînement en Espagne, pour ensuite débarquer à Londres le 26 juillet, fin prête pour la cérémonie d'ouverture. En avril dernier, les filles se rendaient à Londres afin de visiter les installations olympiques. « Ce sera ma deuxième visite à Londres et

c'est sans aucun doute ma ville préférée! » de déclarer Valérie Welsh.

Elle se passionne pour la nage synchronisée depuis l'âge de huit ans, notamment en remportant l'or aux Jeux panaméricains 2011 et le bronze aux Championnats du monde 2009 et 2011. Sa coéquipière, Stéphanie Leclair, a commencé sa carrière à l'âge de quatre ans. Elle a entre autres pris part à deux Championnats du monde Sénior, une Coupe du monde et un World Trophy. « Maintenant, j'ai 22 ans et je suis en préparation pour les Jeux olympiques! » de s'exclamer Stéphanie, qui prodigue ses conseils aux nageuses d'Aqua-Rythme âgées de 13 à 16 ans au niveau Développement.

Le Canada est une puissance mondiale en nage synchronisée, se classant parmi les quatre meilleurs pays de la planète; les athlètes sont reconnues parce qu'elles innovent toujours et se démarquent par leurs poussées acrobatiques. À Londres 2012, l'équipe canadienne vise évidemment un podium. « Peu importe la couleur de la médaille, nous voulons vraiment donner un spectacle et créer un effet wow! » de poursuivre Valérie, qui est âgée de 24 ans.

Elle rappelle qu'enfant, elle n'était pas la plus talentueuse, mais qu'elle voulait vraiment. Elle s'est alors fiée à son caractère. « J'avais une petite tête de cochon! Pour les nageuses que j'entraîne, j'essaie de leur partager mon histoire, mon parcours et ce qui est en train de m'arriver, mais je tente surtout de leur montrer que je suis une fille comme les autres, bien simple, et que si nous voulons vraiment, tout peut arriver. C'est possible de réussir l'impossible... il suffit d'y croire et de persévérer! »

Quant à Stéphanie Leclair, elle conclut ainsi : « Mon objectif est de transmettre ma passion pour le sport. Si j'avais un message pour les jeunes athlètes, ce serait de croire en leurs rêves, car rien n'est impossible dans la vie. »

Les compétitions de nage synchro en équipe se dérouleront les 9 et 10 août prochains.

Moules, frites, grillades et plus de 100 bières importées  
Lunch d'affaires à partir de \$8.95

En soirée avec des amis,  
il n'y a pas que la bière,  
mais elle améliore tout le reste...

*Bistro*  
des bières belges



Venez profiter de notre terrasse fleurie  
et de nos bières exclusives.



www.bistrobelge.com

4 50.465.0669

2088, Montcalm, angle Taschereau et 116 à Saint-Hubert

## Chatel

votre nettoyeur

**Pour une qualité supérieure!**

cuir • suède • robes de mariée • tapis  
carpettes • stores • oreillers • douillettes • couvre-lits

**Service de nettoyage 3 h**  
du lundi au vendredi.

**56-A, boul. Clairevue, Saint-Bruno**  
**653-0086**

lundi au mercredi de 7 h à 18 h 30 • jeudi, vendredi de 7 h à 20 h • samedi de 8 h à 17 h

## EUROPE :

**Pour des  
vacances réussies  
dès le départ!**

## VOYAGE LM

Votre agent depuis 1971

1462, rue Montarville, Saint-Bruno **450 653-3658**

Carlson Wagonlit Voyages

Titulaire d'un permis du Québec

