



[www.amsfski.com](http://www.amsfski.com)

# L'ÉCHO DES MAÎTRES

NUMÉRO 19, décembre 2007

L'équipe de l'Écho des Maîtres  
Rock Ouimet, responsable  
Courriel: [echo@amsfski.com](mailto:echo@amsfski.com)  
Hélène D'Avignon, révision linguistique  
[www.oricom.ca/hdavignon](http://www.oricom.ca/hdavignon)

**Les collaborateurs à la rédaction de ce numéro**

Paul Junique, Léon Simard, Pierrette Bergeron

**Le CA de l'Association des Maîtres en ski de fond du Québec**

Léon Simard, président  
Louis Blais, vice-président  
Marc-André Cournoyer, secrétaire  
Richard Duguay, trésorier  
Administrateurs:  
Jean-Yves Babin  
Louis Belzile  
Marc Corcoran  
Francine Déry  
Rock Ouimet

L'Écho des Maîtres est le journal officiel de l'Association des Maîtres en ski de fond du Québec, C.P. 47130, Sillery (Québec) G1S 4X1

Pour s'abonner:  
Courriel: [echo@amsfski.com](mailto:echo@amsfski.com)  
Internet: [www.amsfski.com](http://www.amsfski.com)

L'Association canadienne des Maîtres en ski de fond Internet: <http://x-c.com/clubs/masters/masters.htm>

Jean-Yves Babin, directeur national  
Léon Simard, directeur provincial

On peut reproduire en tout ou en partie les textes de l'Écho des Maîtres à condition d'en mentionner la source.

## Humour?

Un couple de skieurs vont pour la première fois à la forêt Montmorency.

La femme s'écrit:

\* Chéri... Ce paysage me laisse sans voix!

\* Parfait, nous campons ici!

Dorénavant, au mont Sainte-Anne, la hauteur de neige dans les pistes sera inversement proportionnelle au prix du laissez-passer.

## Spécial Camp des maîtres Swix-Fischer



L'endroit pour skier dès décembre — Camp des maîtres

© AMSFQ

**V**oici moins de plaisirs, mais voici moins de peines  
*Le rossignol se taist, se taissent les Syrènes  
Nous ne voyons cueillir ni les fruits ni les fleurs  
L'espérance n'est plus bien souvent tromperesse  
L'hiver jouit de tout, bien heureuse vieillesse  
La saison de l'usage, et non plus des labeurs.*  
Agrippa d'Aubigné (1552-1630)

**(RO) — Dommage que d'Aubigné ignorait le ski de fond... Et le Camp des maîtres! Ce n'est pas certains Terre-neuviens en tout cas.**

«J'ai accepté l'invitation du président de l'AMSFQ, Léon Simard, de participer au Camp des maîtres à la Forêt Montmorency au début de décembre 2006. J'étais accompagné de l'ex-directeur national, Jack White. Jack a rédigé un article qui relate en détails notre voyage; je me contenterai de souligner ici quelques impressions de ce camp pour ne pas

répéter ce qu'il a communiqué.

Je dois dire que ce fut le meilleur camp d'entraînement des maîtres que j'ai vécu. Les conditions de neige étaient magnifiques, la température l'était aussi, les sentiers étaient agréables et que dire de l'hospitalité!

Merci à Léon et aux maîtres de ski de fond du Québec! J'espère avoir l'opportunité d'y revenir! » \*



**Bruce LeGrow**  
Directeur provincial  
Terre-Neuve



## MENUS DU CAMP 2007

Élaborés par Bernadette Gilbert, chef à la Forêt Montmorency, et Pierrette Bergeron, nutritionniste du sport.

### DÉJEUNER

**Tous les jours:** œufs\*, gruau, céréales, bagels, fruits, yogourt

<u><b>Vendredi</b></u> <i>Muffins, bacon*</i>	<u><b>Samedi</b></u> <i>Pain doré, saucisses*</i>	<u><b>Dimanche</b></u> <i>Crêpes, jambon</i>
--	--	---

### METS PRINCIPAUX

	Dîner	Souper
<b>Jeudi</b>	<i>Crêpes farcies aux champignons et aux tomates séchées Roulé de bœuf farci au caviar d'olives, sauce à l'espagnole</i>	<i>Porc jardinière fruité Brochette de poulet Riz au curcuma</i>
<b>Vendredi</b>	<i>Filet de saumon farci Veau à la chinoise</i>	<i>Cappellini, sauce rosée aux asperges Tournedos de bœuf, sauce aux cinq poivres*</i>
<b>Samedi</b>	<i>Chop suey jardinière aux légumineuses Volaille à l'ancienne (âgée de 9 ans), sauce aux canneberges ou au jus de bas de ski</i>	<i>Brochette de crevettes, sauce à l'aneth et à l'échalotte Porc du président servi (le porc, pas le président) sur lit de stéroïdes avec coulis à l'ÉPO</i>
<b>Dimanche</b>	<i>Suprême de poulet aux tomates et épinards Penne primavera</i>	<i>À l'année prochaine!</i>

**Toujours au menu:** légumes, salades, pain, beurre, lait, boissons

### DESSERTS

Dîner	Souper
<i>Pouding au pain et aux abricots Carré aux dattes Pouding chômeur Gâteau au fromage à la crème et aux pommes* (dimanche)</i>	<i>Renversé épicé aux poires Gâteau aux carottes Mousseline à la mangue</i>
Toujours disponibles : salade de fruits, fruits, yogourt	

*Bon appétit!*

---

\* Indique une quantité plus élevée de matières grasses.

# Une bien belle journée

**(PJ) – Dring!!! C'est mon réveil qui me prévient: il est 4 heures en ce beau samedi 14 janvier 2006 de la loppet Lévis-Mirepoix. La météo est plutôt décourageante: pluie abondante (30 mm pour Québec), 4 °C. Pas assez pour arrêter un vrai maître de Montréal. J'enfourche mon véhicule et cap sur Saint-Romuald.**

**C'**est vrai qu'il pleut. À boire debout même! Du côté de Drummondville, il n'y a plus de neige. De Tim Hortons en Tim Hortons, votre maître rejoint Saint-Romuald vers 7 heures. Le stationnement est encore vide (vide d'autos, mais plein d'eau). La préposée à l'enregistrement me félicite d'être arrivé de si bonne heure, d'autant plus que mon départ de course est prévu pour... 12h40. Bravo! J'ai le temps de me mouiller comme il faut. Il pleut. En fait, il pleuvra toute la journée, alors je ne le répète plus.

René Lévesque arrive quelques minutes après moi. J'en profite pour lui donner un coup de main. Les chaloupes pour traverser le stationnement ne sont pas arrivées, on doit donc transporter le matériel à la main jusqu'au garage de fartage.

Les pistes sont libres, j'en profite pour tester mes skis. En position aérodynamique, un filet d'eau qui coule dans le cou, je constate une fois de plus que



© Rock Ouimet

**Quelle que soit la température, tous les moyens sont bons pour skier lorsqu'il y a de la neige au sol.**

Les jeunes partent en premier, les maîtres en dernier. Là, j'ouvre une parenthèse (dédiée à tous les organisateurs. Branchez vos neurones et analysez ma suggestion.

- \* Les maîtres sont agés(ées) et tout le monde le sait, les vieux, ça se lève tôt.
- \* Les maîtres ont leur véhicule et ne dépendent pas d'un adulte chauffeur.
- \* Les jeunes ont de la difficulté à se lever tôt.
- \* Les parents ont de la difficulté à lever les jeunes qui ont de la difficulté à se lever tôt.
- \* Les parents doivent conduire les jeunes aux compétitions et les y attendre.

Alors, si les maîtres (qui n'ont pas de difficulté à se lever) partaient les premiers, ils pourraient terminer leur course relativement tôt et rentrer à la maison. Quant aux jeunes (dont les courses sont moins longues) et à leurs parents, ils seraient moins pressés pour leur déplacement. Les tests de fartage seraient déjà faits par les maîtres et tout le monde serait bien content de ne pas avoir à attendre. Ouf, j'ai terminé, je ferme la parenthèse).

Retour à l'humidité. Les premiers départs commencent. Je me réchauffe en criant pour encourager les futurs maîtres.

Pour me réchauffer un peu, je me réfugie dans le garage à motoneige où la gang de Québec a élu domicile. Dans le klistier jusqu'au cou, ils prennent même le temps de me prêter un *riller* pour structurer mes skis. J'aurais dû me méfier. Pendant que je structure, Laurent R... (qui, je viens de l'apprendre, compte ouvrir à sa retraite un «St-Laurent BBQ») profite de mon inattention pour me griller le mollet avec son chalumeau. Il est doué. Mon costume est troué, mon Lifa a fondu et mes poils sont carbonisés. Laurent est prêt à mettre sur son menu «Jarret de cochon

mes skis sont tous identiques. Je n'ai donc pas à faire de choix déchirant. Je prends les skis à écailles (des Rossignol, tous les maîtres le savent).

Les compétiteurs(trices) arrivent peu à peu. Les jeunes envahissent la salle d'accueil. Au passage, maîtres masculins, je vous demanderais de signer la pétition qui suit, de prévenir vos élus et de vous présenter à la manifestation que je compte organiser devant les bureaux de Skibec. En effet, il n'y a pas de toilettes pour hommes à l'intérieur. Les gars, ça va aux toilettes dehors! Imaginez que la même situation se présente pour les maîtres femmes. On aurait l'ONU, les Yvettes, la Ligue des droits des femmes etc... sur le dos.

Maîtres hommes, pour la manif, voici quelques suggestions pour vos pancartes:

- \* «Toilettes dedans, maîtres contents»
- \* «Égalité pour les commodités»
- \* «Toilettes équitables»
- \* «Graine gelée, course ratée».

Gelé et trempé, je déambule au milieu des gelés(ées) et des trempés(ées). Pas question d'aller étudier la piste. Je préfère me rendre au Tim Hortons prendre un café avec Michel et Jean. D'ailleurs, on n'est pas les seuls à s'être réfugiés derrière un cappuccino (Dasha, tu vois, il n'y a pas que les jeunes skieuses qui vont au Tim Hortons).

Retour au plateau de départ.

grillé». Je ne m'approche plus de lui sans mon extincteur. Gaétan B. compte utiliser des bâtons avec de gros paniers. Attention mon Gaétan, tu vas faire jaser les maîtres (tout le monde le sait: «Gros basket – p'tite quéqu...»).

Finalement, je me suis retrouvé derrière la ligne de départ.

Go... c'est parti! Les emmerdes commencent. Impossible de double pousser. Mes paniers trop petits enfoncent jusqu'au sol. Gaétan avait raison. «Petits paniers – tu t'es fait baiser». Chanceux, je n'ai pas brisé de bâton.

La seule portion du trajet digne d'intérêt, c'est le passage de la mare. En effet, les organisateurs ont installé un gros trou plein d'eau, dans un virage, au bas d'une belle descente.

Au premier tour, je ne l'ai remarqué qu'à la dernière seconde et j'y ai plongé tête la première. Heureusement, le maître nageur en charge du trou m'a lancé une bouée et j'ai facilement rejoint la rive. L'eau glacée m'envahit des souliers à la tuque. Brrr, ça réveille!

Au deuxième tour, je m'y attendais et j'avais un plan. Je comptais imiter les skieurs alpins, que j'avais vus à la télé, qui dévalent une pente et surfent sur une étendue d'eau. Sauf que des skis de fond, c'est pas mal moins large que des skis alpins. Confiant de mes qualités de surfeur, j'ai foncé... et j'ai coulé. C'est en zodiac que les sauveteurs sont venus me récupérer.

Au troisième tour, je me suis concentré au maximum avant la descente. Et plouf... encore un plongeon. Les juges m'ont accordé 8 points pour l'originalité et 9 points pour le style. La garde côtière est venue à ma rescousse. J'ai quand même terminé la course, sous les ovations d'une foule humide et transie.

Normand M... rentre quelques secondes derrière moi. En enlevant son dossard, il a laissé échapper deux crapets-soleil.

Et voilà, c'est terminé. Il faut retourner à la maison. Le temps de vider l'eau de mes souliers, d'enlever mon costume de plon-

(Suite page 5)

## Belle journée

(Suite de la page 4)

gé et de me changer, je suis prêt à prendre le traversier pour rejoindre mon auto au fond du stationnement. J'ai même oublié mon coffre de fartage dans le garage du BR. Merci à André Gauvin (il paraît qu'il a profité de la mare pour pratiquer différentes cascades: double axel, saut inversé, gros plouf, vrille verticale) de l'avoir récupéré.

Avant de prendre la route du retour, je suis allé au restaurant retrouver la gang de Québec et déguster (sur les conseils de Gaétan B...) une assiette de gras trans, un bol de graisse, deux sachets de cholestérol et un verre d'huile.

On a tassé quelques tables et pendant que Gino *cruisait* la serveuse, on a commandé beaucoup de café et de bière. Il faut bien se réchauffer.

La conversation va bon train:

## Un moment d'anthologie

Paul Junique, Verdun

**J'ai récemment eu l'occasion de rencontrer notre président et d'interviewer cet homme d'une simplicité remarquable. Vous trouverez ci-joint le compte rendu de notre rencontre.**

Question: Bonjour Monsieur Simard.

Réponse: Je préférerais «Bonjour Monsieur le Président de l'Association des maîtres en ski de fond du Québec».

Question: Bonjour Monsieur le Président de l'Association des maîtres en ski de Fond du Québec, quels sont vos meilleurs souvenirs en tant que Président de l'AMSFO?

Réponse: Lorsque j'ai été élu Président pour la première fois, lorsque j'ai été élu Président pour la seconde fois, lorsque j'ai été élu Président pour la troisième fois, lorsque j'ai été élu Président pour la quatrième fois, lorsque j'ai été élu Président pour la ...

Question: OK, OK, on passe à une autre question. Pour vous, que représente l'AMSFO?

Réponse: Les initiales de «automobile-menuisier-siphon-fromage-quadrupède».

Question: Je reprends ma question. Pour vous, que représente l'Association des maîtres en ski de fond du Québec.

Réponse: Un organisme dont le sigle est AMSFO, niaiseux!

Question: Monsieur Simard...

Réponse: Hey! L'innocent, va donc relire ma première réponse.

Question: Excusez-moi! Monsieur le Président de l'Association des maîtres en ski de fond du Québec, quel est votre secret pour rester aussi simple, malgré la popularité dont vous jouissez?

Réponse: Il me manque des chromosomes.

Question: Que pensez-vous du nouveau système de pointage pour le Circuit des maîtres?

Réponse: Beaucoup plus équitable. Prenons un exemple: - Avec l'ancien système, Paul Junique (avec son style totalement déséquilibré) n'avait aucune chance de remporter le Circuit.

- Dans le nouveau système, s'il gagne

Michel Leblanc parle de vélo, Jean-Yves de l'Italie, le *cruiser* italien à la serveuse, Louis de ses prouesses aquatiques (il pense se lancer en nage synchronisée), Francine de Louis (elle ne sait pas si le ballet aquatique ça lui tente), Gaétan B. de bâtons, Gaétan M. de musculation, le maniaque à la torche de fartage, François à sa blonde, Normand à son voisin. Luc rêve de quand il sera maître.

Et moi j'écoute. Quel beau club.

Après un *bye bye* à tous les amis, je prends le chemin du retour. À la météo, j'ai pris le spécial du jour: pluie, verglas, pluie verglaçante, grésil, neige mouillée, neige et 12 litres de liquide lave-glace. J'ai même failli rentrer dans le véhicule qui me précédait alors qu'il faisait une élégante pirouette. Mon cœur en a profité pour faire un petit intervalle en zone 5.

Salut tout le monde! \*

une course et si cet exploit se reproduit pour toutes les courses, Paul a enfin une chance de se mériter le trophée du Meilleur Maître.

Question: Un conseil pour tous les maîtres?

Réponse: N'oubliez pas de payer votre cotisation.

Question: Vous côtoyez les maîtres depuis de nombreuses années, laissez parler votre cœur et répondez rapidement :

- Le plus aimable? Pierrette Bergeron. Regardez-la sourire...
- Le plus conservateur? Michel Labrie, il porte encore un lycra 1971 du club IMCO.
- Le plus relaxe? Louis Belzile. Il a encore réservé 6 heures de massage au Camp des maîtres.
- Le plus sérieux? Pierre Ethier. Il va encore au Camp des maîtres pour s'entraîner.
- Le plus persévérant? Paul. Il va encore tenir le bar au Camp des maîtres.
- Le meilleur farteur? Normand Mireault. Il a réussi à faire rouler des V2 plus vite que des Elpex.
- Le meilleur en longue distance? Louise Martineau. L'an passé, elle a fait 7993 km pour participer aux différentes compétitions.
- Le meilleur danseur? J.-Y. Babin. Sans commentaires.
- Le plus méritant? Laurent Roux. Il entraîne encore la gang de Québec.
- Le plus «tout»? Buddy Couture\*.

\* Buddy, je sais ce que tu traverses en ce moment et tu es assuré de toute mon amitié (Paul).

Question: Vos impressions sur l'utilisation des gras trans dans les nouvelles générations de farts.

Réponse: Pour les gras trans, mon opinion n'est pas encore arrêtée, mais pour les gras durs, je comprends facilement. Si on a des farts mous, il n'est pas question d'y introduire des gras durs.

Pour les gras nules, j'admets que, placés dans le fart, ils ne compteront pas dans l'évaluation énergétique et n'auront aucun impact sur la qualité de la glisse. De plus leur texture ne convient pas à toutes les bases. Quant aux gras teints, ils ajoutent de belles couleurs (surtout aux pommes de terre).

Question: Eh bien merci, Monsieur le Président de l'Association des maîtres en ski de fond du Québec. Avant de nous quitter, accepteriez-vous de me donner un échantillon d'ADN pour que je puisse prouver que j'ai interviewé le vrai Léon Simard?

Réponse: Bien entendu. Et si l'analyse révèle des traces de cire Swix ou d'EPO (extrait pour ovuler)... \*

## Questionnez un expert...

**Question:** Quelles sont les nouveautés pour la saison de fartage 2007-2008?

**Réponse:** Tous les farts sont améliorés et assurent une meilleure glisse.

**Question:** Est ce que «Le Tour du Mont Valin» se tiendra cette année encore au Mont Valin ?

**Réponse:** Probablement.

**Question:** Est ce que l'atelier d'équilibre de Léon, au Camp des maîtres, pourrait avoir lieu le samedi soir plutôt que le dimanche matin?

**Réponse:** Certainement, mais pas après la fermeture du bar.

**Question:** Je viens de lire dans le n° 18 de l'Écho des maîtres qu'il existe des skis pour femmes. Qu'en est-il des skis mixtes?

**Réponse:** Il s'agit de skis pouvant être utilisés indifféremment en classique ou en style libre (et non pas des skis pour la communauté gaie).

**Question:** Est ce que J.-Y. B. nous fait cette année encore une démonstration de danse contact, au Camp des maîtres?

**Réponse:** Pas de questions personnelles. Merci. (PJ)

## Six jours au paradis

Jack White, Terre-Neuve

En 2006, le président de l'AMSFO et directeur provincial (Québec) de l'Association canadienne des maîtres en ski de fond (ACMSF), Léon Simard, a invité les autres directeurs provinciaux de l'ACMSF à participer au Camp des maîtres annuel à la Forêt Montmorency. Ce camp d'entraînement sur neige a attiré plus de 130 maîtres en 2006, la plupart du Québec. Il y avait quand même un skieur d'Ottawa et deux Newfis, le directeur provincial de l'ACMSF, Bruce LeGrow, et votre humble serviteur, Jack White. Voici donc le récit de notre voyage. Ça commence par « C'est l'histoire de deux Newfis »...



Quiconque a voyagé de notre île en auto a une ou deux histoires à raconter à propos du traversier reliant Port-aux-Basques et Sydney Nord, Nouvelle-Écosse. Cette traversée-ci n'a pas été différente. Bruce et moi sommes partis de Port-aux-Basques le mardi 5 décembre 2006 à 11h30 pm à bord du Caribou. Le vent dans le golfe soufflait comme d'habitude à ce temps de l'année, soit 60-70 km/h, causant des soubresauts, des roulements et des crissements au pauvre vieux bateau. Nous avons loué une chambre pour prendre quelques heures de sommeil durant le périple de six heures, jusqu'à ce que l'on soit soudainement réveillé bruyamment par la radio rugissant : « *The Captain advises... The ship will be docking in one hour* » et, au plus grand soulagement de tous, « *Marine Atlantic's gourmet breakfast is now being served in the cafeteria.* » (C'est moi qui ai ajouté le mot « *gourmet* »). Une demi-heure plus tard, une deuxième secousse de 150 décibels nous rappelle que le bateau accostera dans une demi-heure. Je n'énumérerai pas la liste de toutes les annonces nous avertissant de ramasser nos chiens et chats sur le pont, de diriger les passagers qui ont l'intention de prendre l'autobus, etc.

La devise de Marine Atlantic affichée au terminus des passagers à Sydney Nord clame : « *We strive for excellence* ». Je fais remarquer à Bruce qu'ils se complaisent plutôt dans la médiocrité... Bruce a quant à lui une opinion qu'il est préférable de ne pas décrire ici. On en a assez dit à propos du service de traversier.

Mercredi... environ huit heures sur la route et un arrêt à Edmundston, N.-B.

Jeudi matin... on rembarque dans l'auto et après cinq minutes nous voici enfin dans La Belle Province! Je parie que Québec a plus de villes qui portent le nom de saints que partout ailleurs au Canada. Nous passons plusieurs affiches signalant « Québec » dans la pluie verglaçante et sous une température de +4 °C. Lorsque nous passons le pont Pierre-Laporte et s'engageons sur l'autoroute 73, qui change pour la route 175 Nord, l'excitation commence à nous gagner à mesure que le mercure descend et le banc de neige sur le bord de

la route monte. Quand nous tournons finalement à l'entrée de la Forêt Montmorency, il fait -4 °C et c'est le paradis du skieur de fond.

Nous débarquons les bagages dans le hall du pavillon de l'université Laval. Léon et Richard Duguay apparaissent et nous entraînent dans un dédale d'escaliers et de corridors jusqu'à notre chambre douillette située juste à moins de dix mètres du départ des sentiers de ski de fond. Nous nous habillons fébrilement et se rendons prestement avec nos skis sous un soleil radieux sur des pistes parfaitement tracées.

Vendredi... nous skions ventre-à-terre jusqu'à ce que nos corps crient « Assez! ».

On ne dira jamais « On ne mange pas bien au Québec »! On nous a servi des mets gargantuesques tous les jours, et le repas du midi était aussi copieux que celui du soir, tous préparés par le chef et son équipe dans une ambiance amicale. Pour Bruce et moi, la routine journalière est devenue déjeuner, ski, dîner, ski, douche, un petit verre de remontant ou de vin et souper. C'était vraiment dur pour le corps!

L'AMSFO avait prévu plusieurs activités au camp d'entraînement dont des cliniques de fartage, de techniques de pas de ski de fond et d'exercices d'étirement. Il y a eu même un soir où Louis Blais de l'AMSFO a pu éclairer un groupe de maîtres intéressés à l'art du choix et de la dégustation du vin, où l'on a eu l'opportunité de goûter et tester trois vins blancs et trois vins rouges. On a eu bien du plaisir à apprendre sur un tel sujet!

Samedi matin, c'était la course de 9 km pour les braves skieurs qui se sentaient suffisamment en forme pour se prémunir d'une crise du cœur. Il y avait sur le parcours de la course une longue côte meurtrière que je ne souhaite à personne de rencontrer (sauf peut-être aux skieurs élites de la coupe du monde) quel que soit leur forme physique.

Ma course favorite a été le *Funny race* samedi après-midi. Chaque équipe comprenait quatre participants. Dave de Forestville et Marco de Montréal m'ont invité à faire partie de leur équipe nommée « Aérosmith », avec une skieuse dont le nom m'échappe. La course en était une à relais où l'on devait zigzaguer en patinant entre des bornes, grimper une côte abrupte à toute vitesse et la redescendre en employant la technique de virage télémark (Ha-ha!) jusqu'à la ligne d'arrivée, puis passer le relais à son coéquipier et ainsi de suite. Durant la course quelqu'un a suggéré de laisser tomber les bâtons, alors ils ont été mis de côté. La technique s'est alors détériorée, par exemple certains skieurs ont manqué des bornes, d'autres ont causé des collisions entre participants. La course s'est terminée quand les participants ne pouvaient plus compétitionner tellement leur rate était dilatée à force de rire. Les principaux organisateurs de ce *Funny race*, Louis B., Richard et Léon, doivent être acclamés. Toutes les courses devraient être aussi drôles. Je me prépare déjà pour l'an prochain.

Bruce croyait que le *Funny race* était sur invitation, alors il est parti faire du ski sur les sentiers pendant l'évènement. Il m'a rapporté que certaines personnes qu'il a croisées lui ont de-

# Après l'erreur boréale, le succès boréal

Paul Junique, Verdun

«La Commission scolaire de Montréal confirme que toutes ses écoles sont fermées». C'est en écoutant cette nouvelle que mon vendredi 3 mars 2007 a commencé. La tempête qui frappe Montréal a débuté cette nuit et 4 à 5 centimètres de neige fraîche recouvrent déjà le sol. Pourtant Luc, Sylvain et votre skieur préféré n'ont pas hésité une seconde à décoller, en direction de Forestville. La Loppet Boréal commence dans 24 heures et on a rendez-vous sur la ligne de départ avec quelques autres skieurs.

**A**vec une visibilité nulle, il nous faudra douze heures de blizzard, de poudrerie, de neige, de bourrasques de vents violents, de vagues monstrueuses sur le traversier, une chaussée glissante et pas mal de Tim Hortons pour rejoindre l'Éconolodge et les amis.

La tempête n'a pas encore fait de dégâts sur la piste, mais les organisateurs (que je salue, remercie et félicite) sont inquiets. La neige attendue pour cette nuit va rendre impossible le compactage de la neige. La décision de remplacer le 100 km par un 81 km (trois boucles sur la piste de 27 km) est annoncée à la réunion d'avant-course. Au dodo.

Le maniaque à la gratte est passé déneiger le stationnement de l'hôtel 183 fois cette nuit. À 6 heures, je suis bien content de sortir du lit et d'aller vérifier l'état des pistes. Pierre Hétiér sera ma première rencontre. Il est en plein sondage: pas un sondage pour savoir si on veut ou non skier 84 km, un sondage avec son bâton de ski pour retrouver son auto disparue dans le banc de neige. Je cale jusqu'aux genoux en essayant d'attein-

dre le plateau de départ. On ne peut pas skier dans de telles conditions. Effectivement, les organisateurs nous convoquent pour nous mettre au courant des dernières modifications au programme:

- \* les machines ne peuvent pas damer la piste, l'une d'elles est bloquée quelque part;
- \* les départs sont retardés;
- \* le 84 km est remplacé par un 54 km (deux boucles sur la piste de 27 km);
- \* on aura quand même des Glossettes aux postes de ravitaillement (ouf!).

Par chance, la température est agréable, le soleil se montre le bout des rayons et le vent est nul.

Comme avant tous les départs de course, je vais tester mes skis. J'aurais pas dû! Je ne suis pas capable d'avancer sans enfoncer dans la piste. Adieu la technique! Bye bye l'équilibre! J'ai l'air d'un débutant. Mon élégance naturelle fait place à un manque total de coordination. Pourvu que le gars de la télé n'aient pas l'audace de filmer mon style anarchique. Si les Inuits ont 74 mots pour décrire la neige, aujourd'hui, je n'en ai qu'un: épuisante (ou écœurante si vous préférez).

Je félicite les spectateurs qui ont eu l'amabilité de rester sur le plateau jusqu'au départ de la course: le spectacle du réchauffement des skieurs devait avoir quelque chose de pathétique (parce que je ne suis pas seul à lutter pour rester debout, les autres skieurs, eux aussi, sont en équilibre instable dans la neige mouvante).

Marie-Pierre Parent a donné le départ pendant que je sécurisais mes culottes. Surpris et paniqué, j'ai foncé droit devant et j'ai skié en tête pendant les 500 premiers mètres, me demandant où étaient les compétiteurs. Steve, Pierre et Érik, j'espère ne

(Suite page 8)

## Les deux Newfis

(Suite de la page 6)

mandé : « Oh, êtes-vous l'autre Newfis? » Il ne savait toujours pas trop comment interpréter cette remarque...

Le samedi soir a donné lieu au souper, à la dance et à socialiser. La musique était une gracieuseté du DJ professionnel Marc C. et les rafraîchissements gratuits étaient servis par le barman semi-professionnel Paul J. et ses amis, couronnant ainsi avec succès un autre du Camp des maîtres de l'AMSF.

Dimanche matin, la plupart des skieurs étaient de retour sur les pistes pour une dernière tournée, puis après le dernier dîner nous nous sommes faits des au revoir et les participants ont embarqué leurs bagages dans leur véhicules et sont repartis chez eux dans diverses régions de la province.

Bruce et moi sommes demeurés quelques jours supplémentaires à la Forêt Montmorency. Notre solitude a fait contraste avec les jours précédents: par contre les conditions de ski sont demeurées excellentes.

Nous sommes repartis le mardi après-midi suivant sur notre route vers le Nouveau-Brunswick et la Nouvelle-Écosse, puis une autre nuit sur le traversier amical et enfin à la maison sur

la Côte Ouest de Terre-Neuve. De Québec vers l'est, nous avons pu noter que la couverture de neige ne cessait de diminuer pendant que nous pensions combien ces gens sont chanceux de vivre près de la petite merveille d'hiver qu'est la Forêt Montmorency.

Quelques moments forts personnels... Ce fut merveilleux de s'asseoir et se rappeler du bon vieux temps (le milieu des années 1980) avec Alfred Fortier (maintenant à la retraite) et rencontrer son amie Danielle. Ce fut encore un plaisir renouvelé de voir mon partenaire de french cancan à Whitehorse, Paul Junique. Ainsi que des amis de longue date, dont Gaétan Beaulieu et Bernard Carré, qui ont été parmi les rares à être témoins il y a plusieurs années de voir quatre Newfis skier en costume de bain au championnat des maîtres à North Bay. Ainsi que de longues conversations avec un type légendaire de Beauport, je pense que son nom est George!

Merci encore Léon, Jean-Yves et l'exécutif de l'AMSF pour leur généreuse invitation.

Je souhaite au maîtres du Québec et à tous ceux du pays une belle saison de ski! \*



## Succès boréal

(Suite de la page 7)

pas vous avoir démoralisé avec l'anti-conventionnalisme de mon style. Et... merci d'avoir vite repris les commandes de la course.

Dans une telle neige, molle et instable, il est difficile de rentabiliser la glisse. Sur le Mont-Royal (mon terrain d'entraînement privé) les pistes se prêtent mal à la pratique du patin. Je manque de souplesse et d'efficacité. Je me console en constatant qu'il en est de même pour les autres athlètes.

Avec Thomas, Marcus, Luc et Marc, on forme le second groupe de skieurs. Pour le moment, c'est moi qui mène le train. Pas pour longtemps. Dans la première descente, deux petites branches bloquent mon ski droit et m'envoient visiter la nature. Il me faudra quelques minutes pour m'extirper du banc de neige, me remettre sur skis et reprendre la course. Les autres sont loin devant. Après plusieurs kilomètres me revoilà de nouveau avec mon peloton, prêt à reprendre la conversation avec les amis. Au premier ravitaillement, je prends la peine de remercier les bénévoles. C'est grâce à eux que la course a lieu.

C'est tellement mou que je vérifie régulièrement si mes skis sont toujours accrochés à mes bottes. En cas de perte, il serait impossible de les retrouver dans la neige (un peu trop abondante à mon goût). Les organisateurs devraient passer la piste au Viagra. Elle serait moins molle. Par



© Lise Audet

**Pierre Éthier a finalement retrouvé son auto disparue sous le banc de neige. Paul est à sa droite.**

deuxième débarque, dans la neige jusqu'au cou. Une fois de plus, il va falloir rattraper les copains. Pour me motiver, je me visionne quelques vieux clichés: «donne ton 110 %», «lâche pas, t'es capable», «y en aura pas de facile», «tout est dans la force du mental»...

Une épinette qui a admiré mon style au premier tour me reconnaît et salue mon second passage. La forêt boréale m'encourage. Je viens de rattraper Thomas. La fatigue a eu raison de lui. Il me reste les trois autres à aller chercher. Ce que je m'efforce de faire lentement (mais sûrement puisque je rattrape aussi Marcus).

En vue du second poste de ravitaillement, il y a un long faux-plat montant. Je profite de la montée en canard pour me retourner. Luc est loin mais une silhouette de skieur se rapproche. C'est Marie-Pierre. Il lui faudra quelques minutes pour nous rejoindre. Galant, je lui propose de rester avec nous et de se reposer un peu. Son repos ne sera que de courte durée. Elle passe en tête et nous largue (Marc et moi) illico. Il reste 6 km. C'est de plus en plus difficile d'avoir une conversation. Le long du terrain d'aviation, Marie-Pierre est dans ma ligne de mire. Je me rapproche. Je sais que je n'ai plus de chance de revenir sur elle mais j'accélère un peu (malgré les protestations de ma vieille carcasse).

L'arrivée est en vue. Je me redonne une apparence de fraîcheur et je me fixe un sourire détaché pour bien paraître sur les photos. C'est terminé.

Une course où on offre des hot-dogs à l'arrivée, ça c'est une course! J'y retourne l'an prochain. Le photographe s'approche. C'est pas pour moi. C'est pour la remise des médailles des trois premiers. J'ai même pas la force d'applaudir et avec la bouche pleine, je ne peux pas crier. Steve, Pierre, Érik, excusez moi, je vous congratulerai plus tard.

Un petit tour pour relaxer les muscles et remercier les bénévoles. Incroyable! Après

chance, le relief est peu accentué et les montées sont raisonnables. Mes jambes sont à la limite de se mettre en grève. Elles voudraient bien savoir comment elles vont faire pour skier un second tour. Je n'en ai aucune idée (mais je n'ose pas le leur dire). Je me bouche les oreilles pour ne plus entendre les protestations de mes quadriceps ni celles de mes spatules.

La bonne humeur accompagne notre petit groupe. Chacun «tire» quelques kilomètres et, de relais en relais, on progresse lentement. Une motoneige est postée à chaque traverse de route ou de chemin. Le conducteur assure la sécurité. Bravo et merci! Bénévoles: je ne vous oublierai pas. Je prendrai une bière à votre santé ce soir (ça va faire un paquet de bières).

Avant de passer devant les spectateurs (la première boucle se termine dans 2 km), j'essuie la bave sur mon dossard, je re-

place correctement ma tuque, j'arrête de râler comme un malade et je me compose un sourire relaxé et séduisant. Quant à la technique, impossible de l'améliorer. Elle reste en mode «survie».

Après le poste de ravitaillement, la piste a été ravagée par les skieurs des 7, 14 et 24 km. On est dans un mélange neige-neige qui remonte jusqu'aux chevilles. À chaque pas, il faut remonter les genoux sous peine de s'enliser et de disparaître. Il doit y avoir quelques skieurs perdus sous la piste. On les retrouvera au printemps. Stimulé par l'odeur du MacDonald que les organisateurs ont placé au premier kilomètre, mon cervelet ne remarque pas que je viens de croiser mes skis. Plouf:

trois heures dehors, ils ont encore le sourire. Bravo et mille fois merci!

De retour à l'hôtel, je fonce sous la douche et au dépanneur pour acheter quelques bières. Je profite de ces quelques lignes pour féliciter la Chambre de commerce locale et la charger de remercier la dame du dépanneur. Me voyant arriver à la caisse avec un *six pack*, elle m'a conseillé de prendre une caisse de douze en spécial, pour seulement 1 \$ de plus. Un peu plus lourd à transporter, mais beaucoup plus agréable à vider avec les amis. Ça c'est du service!

J'ai réussi à me tenir éveillé jusqu'au banquet. SKIEURS DE PARTOUT, VENEZ AU DÉFI BORÉAL! Au banquet, on vous accueille avec un verre de vin (pas avec une barre granola). Le souper était excellent. J'ai repris une seconde assiette de poulet, par gourmandise et un second verre de vin par habitude. Je dois souligner la rencontre avec les jeunes (la relève) de la table 33. Affamés, ils ont attendu sagement que leur numéro de table soit annoncé avant d'aller prendre leur assiette. Belle leçon de politesse. Tous avaient participé à la compétition et chacun (chacune) avait gagné une médaille. Les parents peuvent être fiers de leur progéniture.

Remise des médailles et tirage de prix se sont déroulés dans une ambiance chaleureuse et amicale. Je surveille mes deux acolytes qui trouvent les deux institutrices de la table voisine bien à leur goût. Ce sont deux messieurs respectables et leur épouse me font pleinement confiance pour gérer leur comportement d'après bières. Je décide donc de les ramener au bercail au plus vite pour un dodo bien mérité.

Dimanche matin, à 6 heures on a quitté Forestville avec regret. Une merveilleuse fin de semaine se termine. Un succès de plus pour cette belle épreuve. Le Défi Boréal est en train de se tailler une place enviable au sein des autres loppets et une place privilégiée dans mon calendrier de compétitions.

À l'an prochain! \*