

Jusqu'où la persévérance peut mener

Jacinthe Laliberté jacinthe.laliberté@journaldescitoyens.ca

Après les Jeux olympiques, certains athlètes participent à des épreuves de la Coupe du monde. Ce fut le cas de Cendrine Browne qui a présenté un niveau de performance supérieur à celui obtenu à ce jour lors des compétitions qui se sont déroulées dans les pays scandinaves.

La skieuse de fond reviendra, le 14 mars, au Québec ou plutôt «à la maison» comme elle l'a chaudement souligné au *Journal* lors d'une entrevue avec cette dernière alors qu'elle se trouvait toujours en Norvège.

«La semaine après les Olympiques, nous étions déjà en Coupe du monde à Lahti, en Finlande. Par la suite, nous sommes allées à Oslo, en Norvège, et en Suède. Nous avons participé à trois fins de semaine de Coupe du monde».

Après les Jeux olympiques, les épreuves de la Coupe du monde

La Coupe du monde classe les skieuses sur l'ensemble d'une saison et non sur une seule épreuve comme c'est le cas pour les Jeux olympiques. La 41^e édition de la Coupe du monde du ski de fond se déroule du 26 novembre au 20 mars 2022. Trente-deux épreuves sont au programme et réparties à travers quatorze sites de compétition en Europe.

Ce calendrier de compétitions a, par ailleurs, été écourté en raison de l'invasion de l'Ukraine par la Russie. Les compétitions qui devaient se dérouler les 18, 19 et 20 mars ont été annulées.

La persévérance, une valeur sûre

Cendrine est au sommet de sa forme physique et mentale. Les Jeux olympiques ont eu, pour elle, une saveur particulière compte tenu des différents obstacles qu'elle a dû traverser avant de pouvoir réaliser son rêve.

Elle revient sur ces moments difficiles : «Cela n'a pas été facile dans les dernières années. Il y eut des hauts et des bas. Pour ma part, je pense que je suis devenue très forte mentalement grâce à une épreuve que j'ai traversée. La persévérance m'a permis de développer une certaine forme de résilience ce qui m'a beaucoup aidé à remonter la pente.»

D'après la skieuse, après les Jeux olympiques, des remises en question surviennent chez certains athlètes notamment lorsqu'ils ont réalisé leur objectif. «Ce fut le cas pour moi en 2018. J'étais complètement perdue. J'avais réalisé mon plus grand rêve. Je ne savais plus où je m'en allais et je ne savais plus quoi faire», confirme l'athlète de 28 ans.

Fière de ses performances

Cendrine se dit très satisfaite de ses performances olympiques où elle a concouru, de surcroît, dans des conditions très difficiles. Outre le

le Top 20. Elle l'a atteint, dès sa première course, avec une 20^e place en skiathlon.

Lors de la compétition en équipe, les skieuses canadiennes ont terminé 9^e au relais, et ce, à un cheveu de la 8^e place, qui était leur objectif. Elles furent heureuses d'ajouter ce classement à leur palmarès.

Pour terminer la séquence des compétitions, sa meilleure performance à vie, à l'international, soit une 16^e position au 30 km skate, lui a permis de terminer en force.

Étant sur une lancée des plus favorables, Cendrine était prête psychologiquement pour les courses de la Coupe du monde. À Lahti, elle s'est qualifiée lors de la première vague, une première pour la fondeuse.

L'atteinte d'un autre record à Oslo, en Norvège, dans une distance classique, a prouvé hors de tout doute sa grande forme physique.

De belles expériences

Les résultats et les records ne sont pas les seuls souvenirs que Cendrine rapportera de ces deux périodes sportifs. En voici un qui, pour cette jeune skieuse de 28 ans, restera gravé longtemps dans son esprit: «On courait à Holmenkollen, en Norvège, qui est un endroit mythique pour le ski de fond. À cet endroit se déroule une course de ski de fond renommée dans le cadre d'un immense festival annuel. Apparemment, plus de 100 000 spectateurs regardaient la course et nous encourageaient. C'était incroyable. Quelle différence avec la Chine! C'était vraiment spécial de faire une 25^e position à cette course».

Un retour mérité

Le retour sera de courte durée. La fondeuse participera aux Championnats canadiens qui se dérouleront à Whistler, du 20 au 27 mars. Ce sera sa dernière compétition de l'année.

«Nous avons un mois de repos. Il est important d'arrêter un gros deux semaines sans aucun plan d'entraînement. Par la suite, il faut recommencer à bouger tranquillement.

Pour un sport comme le nôtre, les pauses doivent être de courte durée», a expliqué Cendrine.

Âgée de 28 ans, âge moyen dans ce sport, Cendrine vit une journée à la fois. Un regard sur sa saison lui per-

mettra de se fixer de nouveaux objectifs et de prévoir ses orientations futures. Cependant, elle se sent de plus en plus outillée. Présentement, elle se sent comblée après toutes ces réussites.



Cendrine Browne, skieuse de fond

Photo courtoisie

2990, boul. Curé-Labelle, Prévost

Soins Dentaires Prévost

Une équipe de professionnels attentionnés et à l'écoute de vos besoins

Dre Tawni Bailey, BHSc, DDS
Dr Guillaume Côté, DMD
Dr André Garceau, DMD
Dentistes généralistes

Appelez-nous aujourd'hui!
450.335.2990
www.dentisteprevost.com

Il existe de nombreuses raisons pour consulter en chiropratique

- Mal de dos
- Mal de cou
- Maux de tête
- Douleurs dans les bras, engourdissements
- Maux d'oreille à répétition
- Sciaticque
- Douleurs dans une jambe

CENTRE CHIROPRATIQUE VITALITÉ

Technique douce

sont des exemples...

Consultez pour un examen approfondi, un diagnostic et des conseils sur les traitements

Prenez rendez-vous:
450-224-4402

D^{re} Isabelle Cazeaux
Chiropraticienne D.C.

2894, boul. Curé-Labelle
bureau #104, Prévost J0R 1T0

Votre équipe dans les Laurentides!

EQUIPESTAMOUR.COM · 450 335-2611

Logos: EQUIPE JSA, ROYAL LEPAGE HUMANIA, CLUB DES ÉLITES 2021, PRÉMIER DU ARRILÉRIUM MONTREAL