

La Coupe de la Capitale, une rencontre toujours fort appréciée - 11 et 12 février 2012

Par Guy Frève (texte et photo)



Les 11 et 12 février dernier, s'est déroulée, à la piscine Lucien-Flamand de Québec (École Wilbrod-Bhérier), dans un bassin de 50m, la *Coupe de la Capitale*, la compétition annuelle associée traditionnellement au Club des maîtres nageurs de Québec (CMNQ). Cette année, la *Coupe de la Capitale* a été inscrite pour la première fois dans le circuit de la *Coupe du Québec des maîtres nageurs* et en a représenté la 4^e manche. Rappelons que la *Coupe du Québec des maîtres nageurs*, instituée l'an dernier par la Fédération de natation



du Québec (FNQ), constitue un circuit de 6 compétitions (manches) se déroulant dans diverses villes de la Province. Les manches prévues pour 2011-2012 étaient successivement : Baie-Comeau, Montréal-Nord, Pointe-Claire, Québec, Rivière-du-Loup et Dollard-des-Ormeaux.

Historiquement organisée par le CMNQ, au début février, à savoir en même temps que le

Carnaval de Québec, la *Coupe de la Capitale* reçoit depuis plusieurs années la visite de *Bonhomme* lequel, le temps d'une pose, nous permet quelques minutes de pause... Toutefois cette année, la *Coupe de la Capitale* s'est démarquée avec quelques innovations. D'une part, le CMNQ a fait appel aux services du Club de natation CSQ pour organiser et tenir cette amicale rencontre de maîtres nageurs.

Un franc succès comme le rapporte si bien **Mélissa Hamel**, la nouvelle présidente



du CMNQ : « *Le CA est unanime, la compétition s'est très bien déroulée. L'équipe organisatrice a relevé le mandat haut la main et leur professionnalisme s'est fait remarquer à plusieurs endroits. Les nageurs étant plus libres cette fois-ci, ils ont réalisé d'excellents temps et plus d'épreuves. Quant au nombre de nageurs en provenance du Club, c'est la plus grosse participation à une compétition depuis bien des années.* »

D'autre part, un nouvel horaire a été mis à l'essai : la compétition s'est déroulée le samedi après-midi et le dimanche avant-midi; le tout était terminé vers 11h30 – alors qu'antérieurement, la *Coupe de la Capitale* débutait le vendredi soir et se poursuivait toute la journée du samedi.

Quant aux participants, on peut dire aisément que ce fut un succès. En effet, 14 clubs du Québec se sont inscrits et provenaient surtout de l'Est de la Province :

- De la région de Québec–Chaudière-Appalaches : Club des maîtres nageurs de Québec, Club de natation de compétition de Beauport, Maîtres de Ste-Foy, Riverains de Lévis, Unik de Pont-Rouge;
- De l'Est, que ce soit de la rive sud ou nord du St-Laurent : Dauphins de Rimouski, Loups-Marins de Rivière-du-Loup et Les 100 Maîtres de Baie-Comeau;
- Du Saguenay–Lac-Saint-Jean : Club de natation de St-Félicien, Maîtres nageurs du Saguenay;
- De Montréal : Club aquatique Montréal, Maîtres À Contre-Courant;
- Du Centre du Québec : Équipe de natation de Cowansville;
- De Sherbrooke : Club de natation de Sherbrooke.

Au total, une participation de 89 maîtres nageurs, dont 34 provenaient du CMNQ. Avec tous les points de position récoltés, vous imaginez bien que le CMNQ s'est hissé en 1^{ère} position avec un total de 711 points, devançant ses plus proches rivaux : les Maîtres de Sainte-Foy (282 points avec 14 nageurs) et les Dauphins de Rimouski (194 points avec 7 nageurs).



Hélène Jacques

Chez les dames, les 2 plus jeunes nageuses inscrites à la compétition, n'avaient que 19 ans. Du Club de natation de compétition de Beauport (CNCB), **Mariane Guilbault** a effectué les 50m Libre, 50m Dos et 50m Brasse et obtenu respectivement 2 fois une 1^{ère} position et une fois une 2^e. **Cassandra Duchesne** du CMNQ a participé aux 50m et 200m Dos, 50m Brasse, 50m Papillon pour récolter respectivement une 2^e position et trois 1^{ères}.

Quant aux « vétérantes », le CMNQ a fait très bonne figure grâce à l'infatigable **Hélène Jacques**, du groupe d'âge 70-74 ans; elle a nagé les 100m et 400m Libre, 50m Dos, 50m Papillon et 200m QNI, bien entendu elle n'a récolté que des 1^{ères} positions.

Également du CMNQ et du même groupe d'âge qu'Hélène, la persévérante **Nicole Boutet** a nagé les 50m, 100m et 400m Libre, 50m Dos et 200m Brasse et récolté 2 fois une 1^{ère} position et 3 fois une 2^e. Il faut savoir que Nicole, pour son 200m Brasse, ne s'étant pas présentée à temps au bloc de départ, s'est vu accorder exceptionnellement l'autorisation de nager dans les vagues d'hommes. Elle m'a raconté par la suite qu'elle était intimidée de nager dans la même vague que Jacques Amyot et, en plus, dans le corridor voisin de ce lui-ci; elle savait que Jacques était très rapide à la Brasse, particulièrement au 200m.



Nicole Boutet

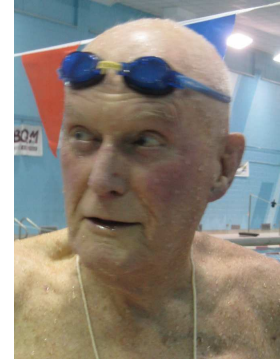
Du côté des hommes, le plus jeune à s'être inscrit à la compétition, **Samuel Gaucher**, 29 ans, du Club Les Dauphins de Rimouski (CNDR), a nagé les 50m, 100m et 400m Libre, 50m Dos et 200m Brasse; il a récolté respectivement les



Jacques Amyot

positions suivantes : 2^e, 3^e. 1^{er}, 2^e et 1^{er}. Parmi les « vétérans », la *Coupe de la Capitale* a pu une fois de plus admirer le légendaire **Jacques Amyot** du CMNQ qui, avec ses 87 ans, a effectué les 50m et 100m Libre, 50m Dos, 100m et 200m Brasse; bien entendu, que des 1^{ères} positions.

Je ne peux passer sous silence les dignes performances de deux autres remarquables maîtres nageurs du CMNQ. En premier, **Edward Bulman**, 83 ans, a nagé les 100m et 200m Libre, 100m et 200m Dos et 100m Brasse; lui aussi a récolté que des 1^{ères} positions.



Edward Bulman

Et finalement, je tiens aussi à souligner les cinq 1^{ères} positions de l'assidu **Henri-Paul Ruelland**, 76 ans, du CMNQ, qui participe autant qu'il le peut à toutes les compétitions des maîtres nageurs. Cette fois-ci il a nagé les 400m Libre, 50m, 100m et 200m Dos et 200m QNI.

Également chez les hommes, nouvellement arrivé dans le groupe des 55-59 ans, **Marc Amyot** a récolté quant à lui, quatre 1^{ères} positions : 50m, 100m et 200m Libre, 100m Dos et 50m Pap. Et une des nouvelles recrues du CMNQ, **Jonathan Racine**, du groupe des 35-39 ans, a récolté trois 1^{ères} places pour les 3 épreuves auxquelles il s'est inscrit: 100m et 200m Libre et 200m QNI.



Nathalie Béland

Parmi les performances remarquables de la compétition, **Nathalie Béland**, du CMNQ, nouvellement inscrite dans le groupe des 40-44 ans, a abaissé le record provincial au 400m Libre, détenu depuis 2009 par Ilka Lowensteyn du Club YMCA. Nathalie a effectué la course en 05 :05,62, soit 05,28 min de moins que l'ancien record. Elle a également récolté que des 1^{ères} positions à ses 4 autres épreuves : 50m, 100m et 200m Pap et 200m QNI.

Cette compétition a également attiré des nageurs dont la présence ne passa pas inaperçue, je pense tout

particulièrement à **Yvon Guérard**, l'initiateur des maîtres nageurs à Québec qui pose ici en compagnie de l'illustre **Jacques Amyot**. C'est effectivement au milieu des années 80 que, comme entraîneur de jeunes nageurs du Club de Natation de la Capitale, l'ancêtre de l'actuel CSQ, Yvon a eu l'idée de proposer à des parents assis dans la mezzanine, alors qu'ils accompagnaient



Jacques Amyot et Yvon Guérard

leurs enfants à la piscine, de descendre s'entraîner au lieu de rester assis, question de passer le temps de façon agréable – une petite idée qui a fait bouillir de neige depuis. L'historique plus détaillé du CMNQ est accessible sur le site du Club : <http://www.cmng.com/historique.ws>

Les deux relais qui se sont déroulés lors de cette édition de la *Coupe de la Capitale* (4 x 50m Libre Mixte et 4 x 50m QNI Mixte) ont quant à eux soulevé beaucoup d'encouragements de la part des entraîneurs, des spectateurs et des nageurs qui n'étaient pas encore dans l'eau. Parmi les équipes formées par les maîtres du CMNQ pour ces relais, on a pu établir de belles performances, mais surtout déceler d'incomparables sourires de satisfaction.



*Jonathan Racine, Emmanuella Ruel,
Daniela Menegon et Guy Turgeon*



*Nicole Boutet, Henri-Paul Ruelland, Hélène
Jacques et Jean-Yves Charbonneau*

En plus des habitués des compétitions, cette fois-ci, de nouveaux nageurs s'entraînant depuis peu avec le CMNQ se sont inscrits pour la première fois sous la bannière du Club : **Daniela Menegon**, laquelle a récolté trois 1^{ères} positions, **Jonathan Racine**, **Marika Gauthier-Ouellet** et sa jeune cousine **Mélina Gauthier**; tous ont vécu une belle expérience, que ce soit pour renouer avec la compétition ou se faire des nouveaux contacts parmi des gens partageant une passion commune.

Parlant de passion commune, je dois avouer que ma passion envers l'horticulture a failli faire éliminer mon équipe au Relais 4 x 50m Libre Mixte. Vers la fin de la



*Guy Frève, Marika Gauthier-Ouellet,
Mélina Gauthier et Marc Ennis*

première journée de compétition, confortablement assis dans les gradins de la mezzanine, j'ai entamé une discussion des plus passionnées avec le conjoint d'une nageuse. En effet, celui-ci démarre un emballant projet en horticulture : en tant que nouveau propriétaire, il relocalise le magnifique centre de jardin *Les Vivaces du Merle Bleu*. Mais ce que je n'avais pas remarqué c'est que tout le monde, au niveau de la piscine,

s'affairait pour un départ incessant. C'est Mélina Gauthier qui me voit et qui m'interpelle pour descendre au plus vite... Je suis arrivé tout juste à temps pour effectuer le premier départ du relais et ne pas faire disqualifier mon équipe composée de **Marc Ennis**, **Mélina Gauthier**, **Marika Gauthier-Ouellet** et moi-même. OUF! Inutile de vous dire que cette fois-ci j'ai escamoté l'intériorisation et plongé sans grande concentration... Nous avons récolté la 4^e place avec 111

points et j'ai personnellement mérité quelques railleries des autres membres du Club.

Un moment attendrissant lors cette compétition fut de voir **Grégoire Lépinay** du



Grégoire Lépinay et ses partisans

le support incontesté des ses 2 jeunes enfants bien installés dans les estrades, elle a récolté deux 1^{ères} positions : 100m Dos et 50m Brasse.

Quant à **Julie Tardif**, du groupe des 35-39 ans, avec



Marc Ennis, Catherine Jean et Guy Frève

Un autre moment inoubliable certes pour les petits-enfants de **Marc Ennis** fut de le voir affronter, au 400m QNI Mixte, 2 autres « coqs » du CMNQ: **Catherine Jean** et moi-même. Bien que n'étant pas dans les mêmes groupes d'âge,

c'est toujours une belle rivalité qui nous anime dans ce genre de course, surtout lorsque nous sommes, comme cette fois-ci, sur la même vague de départ. La course fut des plus serrées, et ce, jusqu'à la dernière seconde car comme nageurs, nous avons chacun notre spécialité mais dans des nages différentes. Quant aux résultats, un coup d'œil au site du CMNQ ou celui de la Fédération de natation du Québec ou celle du Canada vous les confirmera aisément :

<http://www.fnq.qc.ca/>

<https://www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx?Banners=0>

Et finalement, un mot des entraîneurs présents sur place. Bien qu'habitué à accompagner des nageurs en compétition, ils en étaient à leurs premières armes avec le CMNQ, voici ce qu'ils m'ont confié :



Hugo Faucher

« Puisque c'était ma première expérience en tant qu'entraîneur à une compétition de Maîtres-nageurs, je ne savais pas à quoi m'attendre et je dois dire que j'ai tout de suite aimé l'atmosphère qui régnait sur le bord de la piscine. Ce qui m'a le plus frappé, c'est de voir à quel point ce genre de compétition peut convenir à tout type de nageurs. En effet, j'ai vu certains nageurs qui étaient là afin de performer et d'atteindre des objectifs bien définis, d'autres, présents simplement pour le plaisir que leur procure la natation et ce genre d'événement. Dans tous les cas, la satisfaction était la même et cela se ressentait par les nombreux sourires et le plaisir qu'avaient les nageurs. » HF



Cassandra
Duchesne

« Ayant déjà été nageuse, j'ai aimé ressentir à nouveau l'adrénaline et une forte émotion avant mes épreuves. De plus, étant aussi présente en tant qu'entraîneur, j'ai adoré l'expérience. La compétition fut tout aussi enrichissante qu'amusante. Les nageurs des différents clubs de partout dans la Province m'ont parût apprécier chaque petits instants, que ce soit au début de la compétition, la venue de *Bonhomme Carnaval* ou par les petites collations offertes, et ce, jusqu'à la fin. Cette fin de semaine fut merveilleusement orchestrée par tous les bénévoles. Félicitations au CSQ ! » CD

J'aurais encore beaucoup à raconter concernant cette mémorable *Coupe de la Capitale* et sur les autres nageurs du CMNQ qui y ont participé mais dont je n'ai pas parlé. Je vais tout de même arrêter ici, quitte à me reprendre à la suite d'une autre compétition, qui sait, peut-être après la cinquième manche de la *Coupe du Québec des maîtres nageurs* prévue à Rivière-du-Loup, le 3 mars 2012.

Alors, à suivre...

Et dire qu'il y en a qui pensent que c'est long un compétition de natation et qu'il ne s'y passe pas grand-chose !!! (Guy)



À l'an prochain pour une
autre *Coupe de la Capitale*. (*Bonhomme*)