



PRÉSENTE

BOURSES D'ÉTUDES JEUNES ATHLÈTES

16^e ÉDITION

PORTAIT D'UN ATHLÈTE CHARLES-ANTOINE LABADIE



activités cardiovasculaires, du trampoline ou du tremplin à sec. Je poursuis avec un entraînement à l'eau où je travaille différentes habiletés. La flexibilité et le ballet font aussi partie de mon programme.

Que représentent le sport et l'activité physique pour toi ?

Depuis que je suis tout petit, l'activité physique a toujours fait partie de ma vie. J'ai pratiqué et je pratique toujours plusieurs sports, dont le plongeon, le trampoline, le trapèze volant, le ski alpin, la plongée sous-marine et le tennis. Pour moi, le sport est surtout synonyme de plaisir ! Je me sens bien quand je m'active et le sport représente une occasion de me dépasser tous les jours en relevant de nouveaux défis.

Quels ont été les effets de la pandémie sur ta carrière sportive ?

Lors de la première année de la pandémie, la pratique du plongeon a été mise sur pause pendant plusieurs mois. J'ai eu la chance de recevoir des plans d'entraînement à faire à la maison, mais c'est certain qu'un sous-sol ressemble bien peu à une piscine... Pour garder ma motivation et conserver mes acquis, il fallait que je reste concentré sur les objectifs à atteindre quotidiennement et

que je regarde plus loin. Les simulations et la visualisation ont certainement aidé à mon développement, car, au retour en piscine, j'ai pu rapidement reprendre là où j'avais arrêté et progresser encore plus vite.

Quels sont tes objectifs professionnels ?

Je suis actuellement en secondaire 3 à l'Académie Ste-Thérèse, dans le programme sport-élite. Je souhaite ensuite m'inscrire en sciences de la nature au cégep, en partenariat avec l'Alliance Sport-Études, pour poursuivre mon développement sportif. Le droit et la médecine sont les deux domaines d'études qui m'intéressent particulièrement pour le moment, mais il me reste encore quelques années pour faire mon choix !

Quels sont tes trucs pour arriver à concilier études, sport et vie sociale ?

Il faut de l'organisation et beaucoup de discipline. Après l'entraînement, je me réserve chaque jour une période pour faire mes travaux. L'étude doit être faite à l'avance, même les journées où je n'en ai pas envie, pour ne pas être à la dernière minute et avoir à retrancher d'autres activités. De cette façon, je réussis à me libérer plusieurs heures par semaine pour les loisirs, les amis et les autres sports que j'aime pratiquer.

Y a-t-il une cause qui te tient particulièrement à cœur ?

L'accès à l'activité physique pour tous les jeunes. Ceux-ci devraient pouvoir jouer et bouger un plus grand nombre d'heures chaque semaine. En plus d'améliorer la condition physique et de permettre de se faire des amis, le sport diminue le stress et aide à mieux se concentrer dans ses études. L'activité physique contribue vraiment au succès scolaire et on devrait y accorder une plus grande importance.



Profil

Âge: 17 ans
Sport: Plongeon et plongeon de haut vol
Classification: Élite
Établissement scolaire: Académie Ste-Thérèse
Moyenne scolaire: 91%
Programme d'études: Sport-élite
Objectif sportif: Participer aux Jeux olympiques de 2028

Performances remarquables

2019

Camo Invitation
Niveau: International
Résultat: 2^e (1 m)

2021

Championnat pancanadien
Niveau: National
Résultat: 2^e (tour et 3 m)

2020

Championnat Dragon
Niveau: Provincial
Résultat: 1^{er} (tour)

Questions en rafale

Quel autre sport aurais-tu aimé pratiquer ?
Le tennis.

La chanson qui te donne de l'énergie avant une compétition ?

Eye of the Tiger, de Survivor!

Le moment le plus étrange que tu aies vécu en compétition ?

Lors du championnat canadien à Regina, il y a eu une panne de courant qui a mis la compétition sur pause pendant plusieurs heures...