



PRÉSENTE

# BOURSES D'ÉTUDES JEUNES ATHLÈTES

14<sup>E</sup> ÉDITIONLE JOURNAL  
DE MONTRÉALLE JOURNAL  
DE QUÉBEC

## PORTRAIT D'UN ATHLÈTE

### ÉTIENNE BRIAND

**Chez les Briand, le judo est un sport de famille! Étienne a en effet commencé à pratiquer le judo dès l'âge de 7 ans, suivant ainsi les traces de son père, qui était ceinture noire. Son objectif d'alors? Rien de moins que devenir LE meilleur judoka au monde! En 2009, le jeune homme originaire de Sept-Îles a quitté le foyer familial pour venir s'entraîner et étudier à Montréal. Après avoir changé de catégorie de poids en 2016, Étienne a obtenu ses meilleurs résultats à vie. Ses performances exceptionnelles lui permettent aujourd'hui de s'approcher de son rêve de jeunesse en figurant au sein du top-10 international.**

**Luc Weil-Brenner**  
Collaboration spéciale

#### Quelles sont les aptitudes requises pour la pratique de ton sport?

D'abord, la puissance. Le succès, au judo, repose beaucoup sur l'effet de surprise, ce qui nécessite de développer une force importante dans un délai très court. Puis il faut faire preuve d'endurance pour performer à son plein potentiel toute la durée des combats, qui se terminent souvent en prolongation. Finalement, comme dans tout sport de combat, la force mentale et la confiance en soi sont indispensables.

#### Quelles qualités as-tu développées grâce au judo?

La persévérance et la discipline, deux qualités qui me servent autant dans mon sport que dans mes études et qui seront aussi mes meilleures alliées sur le marché du travail. Quand j'ai changé de catégorie de poids, il y a quatre ans, j'ai dû travailler fort pour reprendre ma

place sur la scène internationale, ce qui a contribué à développer ma persévérance. Puis, comme je suis étudiant à temps plein à la maîtrise en sciences économiques, mon horaire très chargé m'oblige à faire preuve d'une énorme discipline afin de concilier le sport et les études.

#### Quel est le plus grand défi que tu aies relevé jusqu'à maintenant?

Sans contredire le fait de composer avec une blessure au genou que je traîne depuis plus d'un an. Cette blessure m'a beaucoup ralenti lors de la dernière saison, car j'ai dû prendre du temps pour me soigner. Puis, alors que mon genou commençait à se porter beaucoup mieux, je me suis blessé de nouveau. C'est ma passion pour le sport et le désir de retourner me battre qui m'ont motivé à continuer.

#### Que trouves-tu le plus difficile lors des compétitions à l'étranger?

Ce n'est pas toujours évident de bien s'alimenter à l'étranger, surtout lorsqu'on voyage dans des pays qui n'ont pas les mêmes normes que nous en matière d'hygiène. Le décalage horaire, le manque de sommeil et vivre dans ses valises pendant plusieurs semaines sont aussi difficiles. Même le simple fait de laver ses vêtements est souvent compliqué...

#### Quels conseils donnerais-tu à un jeune désirant pratiquer un sport de haut niveau?

Adore ton sport et sois prêt à travailler fort et à faire beaucoup de sacrifices! Ceci dit, il est important de ne pas mettre l'école de côté. Il est essentiel de penser à son après-carrière, d'autant plus qu'on n'est jamais à l'abri d'une blessure qui



pourrait mettre fin prématurément à notre carrière d'athlète.

#### Qu'est-ce qui t'a poussé à étudier en sciences économiques?

J'ai décidé de m'inscrire à l'université en mathématiques et économie au premier cycle car j'ai toujours aimé résoudre des problèmes mathématiques au secondaire et au cégep. C'est là que j'ai découvert que j'avais un intérêt pour l'économie, ce qui m'a poussé à poursuivre mes études à la maîtrise. J'ai aussi envisagé, un moment, d'étudier en génie.

#### Quels sont tes objectifs professionnels?

Comme j'aime partager mes connaissances et que j'apprécie le côté humain d'une profession, je souhaiterais devenir professeur, probablement au niveau universitaire. De plus, je crois que c'est un métier qui oblige à constamment apprendre, ce qui permettrait de garder l'esprit vif!

#### As-tu le temps de t'impliquer socialement?

Étant donné mon horaire extrêmement chargé, je n'ai pas beaucoup de temps pour m'impliquer socialement dans mon quotidien. Par contre, lorsque je retourne dans ma ville natale de Sept-Îles, je prends toujours le temps d'aller faire un tour à mon ancien club de judo, pour rencontrer les jeunes et pratiquer ce sport avec eux.

### Profil

**Âge:** 27 ans

**Sport:** Judo

**Classification:** Excellence

**Établissement scolaire:**

Université de Montréal

**Moyenne scolaire:** 4,1/4,3

**Programme d'études:**

Maîtrise en sciences économiques

**Objectif sportif:** Gagner une médaille

aux prochains Jeux olympiques

### Performances remarquables

#### 2019

Championnat panaméricain

Niveau : International

Résultat : 2<sup>e</sup>

#### 2019

Grand Chelem Ekaterinburg

Niveau : International

Résultat : 3<sup>e</sup>

#### 2018

European Open Sofia

Niveau : International

Résultat : 1<sup>er</sup>

### Questions en rafale

#### Ta pire gaffe en compétition?

Comme la Fédération internationale de judo a tendance à changer les règles assez fréquemment, j'ai déjà perdu un combat important parce que je ne connaissais pas un des nouveaux règlements. Quand j'y pense, cela me choque encore...

#### À quoi ressemble une journée de congé typique, pour toi?

Ça dépend de mon niveau d'énergie, mais elle se conclut souvent avec un souper en famille.

#### Quel est ton film préféré?

Star Wars!

