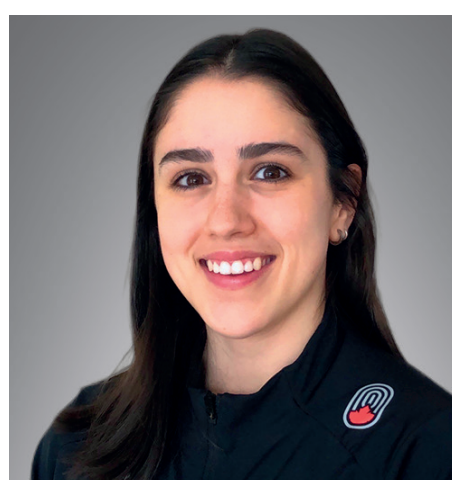




PRÉSENTE

BOURSES D'ÉTUDES JEUNES ATHLÈTES

15^E ÉDITION



PORTRAIT D'UNE ATHLÈTE BÉATRICE LAMARCHE

Ayant commencé à pratiquer le patinage de vitesse dès l'âge de 5 ans, Béatrice Lamarche a par la suite cumulé les honneurs sur les scènes nationale et internationale. Après être passée de la courte à la longue piste en 2016, la jeune patineuse a remporté quatre médailles de bronze et une d'or. Mais c'est en février 2021 que l'étudiante en kinésiologie a réalisé ses meilleurs résultats sportifs à vie, lors des Championnats du monde senior qui se déroulaient à Heerenveen, aux Pays-Bas!



pression qu'avant et je suis satisfaite de mes résultats lorsque j'ai fait de mon mieux.

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

Pour moi, le sport est synonyme de plaisir et de bien-être. Aussi, l'activité physique me permet de mettre ma vie sur pause, l'instant d'un entraînement ou d'une compétition. Finalement, le sport m'apporte beaucoup de plaisir parce qu'il me permet d'être avec mes amis, de voyager et d'essayer de nouvelles choses. C'est probablement l'un des aspects les plus importants de ma vie.

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

Je lui conseillerais de rester lui-même. Dans un sport de haut niveau, pour être bon, il faut demeurer fidèle à ce que l'on est. Chaque personne est différente, mais le but est de trouver sa recette gagnante et de s'y tenir. Aussi, je lui dirais qu'il est essentiel d'être à l'écoute des conseils, que ce soit ceux d'un entraîneur, d'un préparateur physique ou même d'un coéquipier. C'est important de travailler en équipe et d'avoir confiance en celle-ci.

Qu'est-ce qui t'a poussée à étudier en kinésiologie ?

J'aime beaucoup les sciences et la physiologie. En kinésiologie, on apprend à promouvoir les saines habitudes de vie dans la population en général. On veut également démontrer aux gens que l'activité physique peut constituer un remède contre énormément de problèmes de santé et c'est quelque chose qui me tient vraiment à cœur. Aussi, je savais que les responsables de ce programme allaient bien me soutenir dans mon parcours d'étudiante athlète et je suis vraiment reconnaissante que l'Université Laval soit aussi compréhensive face à ma situation particulière.

Quels ont été les effets de la pandémie sur tes études ?

Pour moi, la pandémie a eu un effet positif sur mes études. En effet, je n'ai presque pas voyagé durant la dernière année, ce qui m'a permis d'assister à la plupart de mes cours. De plus, comme la majorité d'entre eux se donnent maintenant à distance, j'ai pu en prendre quatre par session, ce que j'aurais difficilement pu faire en situation «normale». Cela me permet d'avancer plus rapidement dans mon cheminement scolaire. Aussi, comme j'ai l'habitude de travailler par moi-même lorsque je suis en compétition ou en camp d'entraînement, je n'ai pas eu de difficulté à m'adapter à la formule d'enseignement à distance.

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

J'admire beaucoup les organismes qui ont pour mission de promouvoir l'activité physique comme moyen de réussite dans sa vie personnelle. Il est important de montrer aux jeunes la chance qu'ils ont, de pouvoir faire du sport, et en quoi ce dernier peut les aider dans leur cheminement scolaire.

Profil

Âge: 22 ans
Sport: Patinage de vitesse longue piste
Classification: Excellence
Établissement scolaire: Université Laval
Moyenne scolaire: 3,9/4,3
Programme d'études: Kinésiologie
Objectif sportif: Participer aux Jeux olympiques

Performances remarquables

2020

Coupe Canada
 Niveau: National
 Résultat: 4^e place

2019

Coupe Canada
 Niveau: National
 Résultat: 1^{re} place

2019

Coupe du monde
 Niveau: International
 Résultat: 3^e place

Questions en rafale

Ta pire gaffe en compétition ?

C'était lors d'une de mes premières compétitions à l'extérieur de ma ville, à La Baie. Une fois à destination, j'ai réalisé que j'avais oublié mon sac de patins avec tout mon équipement...

Qu'est-ce qui te manque le plus depuis le début de la pandémie ?

Aller bruncher avec mes amies ou faire de gros soupers de famille!

Ta série télé préférée ?

Récemment, j'ai eu un coup de cœur pour *Euphoria*.