

Expériences olympiques : Une entraîneure nationale nous raconte son histoire

Chaque année, lors de la conférence Leadership sportif organisée par l'Association canadienne des entraîneurs à l'intention des plus grands entraîneurs et des plus grandes entraîneures, administrateurs et administratrices du sport et formateurs et formatrices en entraînement, le programme Les entraîneures de l'ACE tient un déjeuner mettant en vedette les entraîneures et les femmes qui jouent un rôle de chef de file dans le sport. Ce déjeuner, qui ne réunissait qu'un petit groupe de femmes à ses débuts, est devenu l'un des événements les plus courus de la conférence. Ce fut encore le cas cette année.

En 2004, l'une des conférencières invitées était **Kelly Hand** (*Journal canadien des entraîneures*, «Histoires de transition», avril 2003), entraîneure nationale de voile. La manière franche et émouvante dont elle a relaté l'expérience qu'elle a vécue pendant les mois précédant les Jeux olympiques de 2004 et durant les Jeux eux-mêmes a captivé l'auditoire. En parlant du fond du cœur, Kelly a grandement impressionné son auditoire masculin et féminin lorsqu'elle a exprimé en toute sincérité des émotions que la plupart des entraîneurs et entraîneures gardent souvent secrètes. Si l'on se fie aux réactions extrêmement positives qui ont suivi son allocution, Kelly a triomphé de beaucoup d'obstacles lors de ce déjeuner. Le *Journal* est fier de permettre à ses lectrices et lecteurs de partager l'expérience vécue par Kelly. Nous croyons que ses propos intéresseront tous ceux et celles qui sont sensibles à la situation des femmes entraîneures. – Sheila Robertson



Kelly Hand

ARTICLE DE FOND DE FÉVRIER 2005

Voici Kelly Hand!

La voile de compétition est une passion de toujours pour Kelly Hand, qui en a fait sa carrière, ce qui est plutôt cocasse étant donné qu'elle est née et a été élevée au Manitoba. En tant qu'athlète, elle a remporté cinq championnats nationaux, un championnat du monde et une médaille d'or aux Jeux panaméricains.

En 2001, Kelly a été embauchée à titre d'entraîneuse à plein temps de l'équipe nationale de voile et elle a joué un rôle de premier plan dans l'élaboration et la mise en œuvre du programme national, programme qui a permis aux navigateurs canadiens **Ross Macdonald** et **Mike Wolfs** de remporter la médaille d'argent à Athènes dans la classe Star. Elle était sur place lors de toutes les compétitions internationales d'envergure, où elle offrait un soutien sur l'eau, et elle était la seule femme au monde à occuper le poste d'entraîneuse nationale. Il n'a toutefois pas été facile de réussir à amener les athlètes canadiens et canadiennes aux Jeux olympiques. Avec une équipe comptant 45 athlètes, des performances plutôt médiocres sur la scène internationale et de maigres ressources, la tâche s'annonçait ardue; toutefois, en 2002, les résultats se sont améliorés de 30 p. 100; en 2003, d'encre 22 p. 100; et en 2004, de 29 p. 100. Des athlètes se sont qualifiés dans six classes olympiques et deux classes paralympiques, ce qui constituait une réussite exceptionnelle pour la voile canadienne.



Kelly Hand sur le site de voile d'Athènes.

Kelly passe en moyenne 175 jours par année sur l'eau à entraîner son équipe et, le reste du temps, elle s'adonne à la planification, à la recherche de financement et à l'élaboration de programmes. Elle effectue toutes ces tâches avec enthousiasme et avec une énergie débordante. La performance du Canada à Athènes représente non seulement une victoire pour le pays et ses athlètes, mais aussi une reconnaissance méritée des habiletés de Kelly, de ses qualités d'entraîneuse et de son dévouement.

Kelly est titulaire d'un diplôme avec spécialisation double en études contemporaines et en histoire de l'Université King's College de Halifax et de l'Université Dalhousie. Elle affirme que l'importance accordée à la philosophie à l'Université King's College lui a permis de comprendre et, éventuellement, de maîtriser l'aspect tactique extrêmement complexe de la voile.

Kelly a été entraîneuse au sein du programme «Youth Trust» de la Fédération internationale de voile, qui offre des services d'entraînement à des athlètes de pays comme l'Uruguay et l'Afrique du Sud qui n'ont pas les moyens de suivre un entraînement de niveau international. Bien qu'elle approfondisse actuellement ses activités de développement auprès des jeunes entraîneurs et entraîneuses canadiens, elle en est déjà à planifier les Jeux olympiques et paralympiques de 2008.

La route qui m'a menée à Athènes par Kelly Hand

J'aimerais remercier le programme Les entraîneures de me donner la possibilité de partager quelques-unes de mes expériences et de mes pensées à propos de l'entraînement.

Rien ne pourrait m'effrayer davantage que de parler d'entraînement devant les meilleurs entraîneurs et entraîneures du Canada. C'est donc par cela que je vais commencer – la peur – et je vous ferai part par la même occasion de certaines de mes réflexions au sujet de l'entraînement.

La raison pour laquelle je vais vous parler de la peur est parce que, alors que je suis ici devant vous aujourd'hui, ma peur fait un retour aux sources. Lorsque j'ai assisté à la conférence Leadership sportif de 2003, je me suis assise au fond de la salle, dans un coin, et j'ai écouté les conférenciers et conférencières en songeant à ma carrière, à ce qui me manquait, à ce qui faisait que mon équipe n'était pas meilleure et aux efforts gigantesques que nous allions devoir déployer pour nous rendre aux Jeux olympiques. Tout au long de la conférence, j'ai écouté les histoires de gens qui avaient connu le succès en entraînement. Cela fut une bonne source d'inspiration mais, pour être franche, cela m'a aussi fait peur et noué l'estomac.

Les Jeux olympiques allaient avoir lieu dans moins d'un an et mes équipes avaient encore beaucoup de travail à abattre. De quelle façon allais-je m'y prendre pour que mes équipes et mon sport se hissent vers la réussite? J'étais intimidée et déconcertée en pensant à l'année qui m'attendait. C'est alors que **Daniel Igali** [le champion de lutte olympique qui a prononcé la dernière allocution en 2003] a dit quelque chose que je n'ai jamais oublié : «Ne laissez jamais la peur de l'échec vous empêcher d'accomplir ce que votre cœur vous dit de faire.»

J'ai beaucoup réfléchi à ces propos parce que, pour moi, la peur joue un grand rôle dans la performance et l'entraînement. Il est temps pour moi de dévoiler cet horrible petit secret : oui, j'ai peur! Même si Daniel m'a inspirée, je trouve encore difficile de mettre son conseil en pratique. Mes peurs sont comme les moustiques au printemps : chaque fois que je me débarrasse de l'une d'elles, une autre vient prendre sa place.

Depuis ce moment, ma mission consiste à m'efforcer de ne pas avoir peur de l'échec, et cela m'a fait découvrir des choses nouvelles et excitantes.

J'entraîne des athlètes d'équipe nationale depuis sept ans. En 2001, j'ai été embauchée par l'Association canadienne de yachting (ACY) à titre d'unique entraîneure de l'équipe nationale au Canada. J'ai été entraîneure lors de deux Jeux olympiques : à Sydney et à Athènes. Chacun de ces Jeux correspond à une étape bien précise de mon évolution en tant qu'entraîneure. À Sydney, j'étais une recrue qui travaillait dur et, bien que j'ai essayé de ne pas le montrer, j'avais peur de tout. Par-dessus tout, j'avais peur de ne pas mériter la place que j'occupais. À Athènes, ma peur était un peu moins vive. J'avais élaboré un programme gagnant, la performance de mes athlètes dépassait leurs attentes et, depuis les derniers Jeux, j'avais acquis de la maturité. Il m'arrive parfois de croire que j'ai passé ces quatre années à essayer de vaincre mes peurs. J'ai réussi mon propre cours imaginaire de quatre ans en gestion de l'adrénaline à l'Université Kelly Hand.



Jennifer Provan et Nikola Girke s'attaquent au parcours olympique.

Comme la peur est ce qui me motive le plus, elle est devenue ma meilleure amie. Mes peurs m'ont cependant aussi empêchée de faire certaines choses. Il était angoissant d'être responsable des performances et je ne voulais pas décevoir les autres. Lorsque j'y repense, je courais un peu à ma perte. Par hasard, je suis récemment tombée sur la citation suivante :

«L'univers vous donne souvent ce que vous lui demandez. Si vous avez peur et que vous pensez que vous allez échouer, c'est ce qui se produira. Si vous vous attendez à gagner, vous obtiendrez la victoire.»

Au début de ma carrière d'entraîneuse, lorsque je travaillais à contrat, j'ai immédiatement réalisé que l'entraînement était plus difficile que ce que j'avais imaginé. J'avais l'impression que mes peurs se matérialisaient et que rien ne fonctionnait. Lorsque j'étais une athlète, la seule personne dont j'avais à me préoccuper, c'était moi. Plus maintenant. Après quelques semaines, j'ai commencé à réévaluer mes objectifs et à apprécier les petites choses. Il n'était pas nécessaire que nous gagnions chaque course pour qu'une journée soit réussie; il suffisait que l'équipement ne se brise pas, que la vedette des entraîneurs et des entraîneuses ne soit pas endommagée et que tous les membres de l'équipe se parlent encore à la fin de la journée. Ma perception de la réalité a commencé à changer. Mon équipe était loin d'être prospère; en réalité, nous survivions avec le strict minimum.

L'entraînement, c'est comme un jeu vidéo. Vous êtes un personnage et vous avez une mission, mais vous devez traverser un labyrinthe. Le chemin à parcourir est incertain; vous recueillez des indices et vous vous lancez dans un trajet rempli d'embûches. Vous pouvez voir le podium au loin mais, dès que vous vous sentez en confiance, des ennuis surviennent. Évidemment, vous devez échapper à des boules de feu et à un tsunami et, juste au moment où vous alliez damer le pion à votre adversaire, votre moteur a des ratées.

En tant qu'entraîneuse, dès que tout allait bien, cela signifiait qu'un pépin allait m'arriver. Dans mon cas, les boules de feu prenaient la forme d'une dernière place lors d'une course, d'athlètes qui abandonnaient la compétition après trois courses sur un total de 12, du naufrage de ma vedette d'entraîneuse, d'une dérive vers la haute mer après une panne de moteur et du bris et du cambriolage de la remorque, de la voiture et de la vedette. Lorsque votre vedette d'entraîneuse a coulé, la vie semble plus simple quand des athlètes en colère et de mauvais résultats sont tout ce que vous avez à affronter!

Ce que je ne comprenais pas à l'époque, c'est que pour continuer à apprendre, je devais me donner la liberté d'échouer et de réfléchir à ces échecs plutôt que de souhaiter être libérée de l'échec. C'est dans de tels moments que la courbe d'apprentissage est la plus abrupte. Quand j'y repense, j'ai perdu mon temps à m'inquiéter de ce qui allait arriver parce que les obstacles se sont tout de même dressés devant moi, qu'ils m'aient fait peur ou non.

Un de ces obstacles a surgi au début de juillet. Nous étions très enthousiastes et le climat qui régnait au sein de l'équipe était bon. Mon équipe féminine en dériveur double (470) avait offert sa meilleure performance à vie lors des championnats du monde et s'était qualifiée pour les Jeux. Nous touchions presque à notre but. Athènes, nous voilà! J'ai d'abord fait partir les athlètes vers la Grèce, puis j'ai conduit pendant trois jours en partant d'Allemagne du Nord et en tirant une remorque remplie de bateaux. Comme j'avais raté le traversier à Venise, je ne suis arrivée à Athènes qu'à deux heures du matin. Les athlètes étaient déjà sur place depuis quatre jours et elles étaient impatientes de se mettre au travail. Nous avons convenu de nous retrouver à neuf heures le lendemain. Je me suis arrachée à mon lit, épuisée par le voyage mais prête à passer à l'action. Je suis descendue dans la rue, une rue qui était complètement déserte moins de six heures auparavant, et j'ai découvert qu'un marché de fruits et de légumes y avait été installé et qu'il m'était absolument impossible de récupérer la voiture et les bateaux. Parfois, ce que vous faites importe peu. Ces obstacles, ces erreurs, ces bonds en arrière – appelez-les comme vous voulez – se produisent. Peut-être constituent-ils des «possibilités d'apprentissage»?



Première matinée à Athènes : Kelly Hand découvre ses embarcations ensevelies sous un amoncellement de fruits et de légumes.

Enfin, nous n'avons pas pu aller sur l'eau lors de cette première journée. On dit parfois qu'avec le temps, une tragédie finit par ressembler à une comédie. Je comprends cela maintenant mais, il y a quelques années, cela ne m'aurait pas beaucoup fait rire.

J'ai vécu tellement d'angoisses. Et lorsqu'on m'a confié le poste d'entraîneuse de l'équipe nationale, j'ai soudainement senti une pression supplémentaire. Je me sentais responsable à l'égard d'un plus grand nombre d'athlètes, de mes employeurs et de quiconque s'intéressait aux résultats des Canadiens et des Canadiennes en voile. J'avais peur de ce qui allait se produire. Je savais que j'avais beaucoup de choses à apprendre mais j'étais prête à apprendre et à faire de mon mieux. Comme je suis optimiste, je me suis dit que si l'ACY m'avait fait confiance, cela devait être pour une bonne raison; tout allait bien se terminer. Mais, au fond de moi, j'étais fondamentalement anxieuse. Je me souviens d'une conversation que j'ai eue avec une amie et qui s'est à peu près déroulée ainsi : «Mon Dieu, pourquoi est-ce que j'ai accepté ce travail? Actuellement, il se peut que personne ne se qualifie pour les Jeux. Si personne ne se qualifie, ce sera de ma faute. Est-ce que l'on peut réussir? On dirait que tout le monde va souffrir de cette situation.»

Pendant de nombreuses années, ma motivation reposait presque uniquement sur la peur de l'échec. Il m'est souvent arrivé de ne pas faire ce que j'aurais dû faire parce que j'avais peur. Je n'ai pas posé suffisamment de questions parce que j'avais peur d'être considérée comme une débutante. Je ne faisais pas suffisamment confiance aux athlètes parce que voulais donner l'impression de maîtriser la situation. Mais, comme j'étais résolue à ne pas échouer, j'ai relevé mes manches et avancé avec une énergie décuplée.

J'ai vraiment travaillé dur! Par exemple, alors que j'entraînais des athlètes en vue des Jeux de 2000, je voyageais aussi avec nos équipes en dériveur double, qui ne bénéficiaient plus que d'une seule chance de respecter la norme établie par le Comité olympique canadien. Je les ai suivies sur l'eau pendant les six mois qui ont précédé les championnats du monde et, si mes souvenirs sont exacts, je peux affirmer que pas une seule fois au cours de ces six mois je n'ai eu l'impression d'apporter quelque chose de positif.

Peu importait que nous nous mesurions aux meilleurs concurrents ou concurrentes d'Espagne, de France et d'Australie, je manquais de technique. J'entraînais des athlètes qui utilisaient une classe de bateaux avec laquelle je n'avais jamais navigué. Je ne savais tout simplement pas comment faire avancer ce bateau plus vite. Le pire, c'est que je ne comprenais absolument pas que nous n'allions nulle part. Je croyais que nous faisons tout ce qui était nécessaire. Nous nous levions à l'aube, nous faisons de la course et nous étions en forme, nous passions plus de temps que quiconque sur l'eau et je me servais de sifflet comme une démente pendant les exercices. Même si j'ignorais totalement les aspects techniques fondamentaux, j'estimais être une super entraîneuse. Nous avons participé aux championnats du monde et ce fut un désastre. En tant qu'équipe, nous réussissions certaines choses. Il nous arrivait parfois d'obtenir un résultat extraordinaire, mais cela était normal parce que chaque athlète et chaque entraîneur et entraîneuse amènent leurs propres forces dans une équipe. Lorsque les conditions sont appropriées, ces forces permettent de briller mais, pour nous, les conditions étaient plutôt lamentables et il est ensuite devenu manifeste que nos faiblesses étaient tout aussi visibles que nos mauvais résultats. Nous étions cinq personnes et nous avons toutes pris des directions très différentes; à ce jour, nous n'entretenons pas beaucoup de contacts.

Mon équation «travailler dur égale récompense» aurait pu être remplacée par cette définition de la démence : répéter les mêmes gestes en espérant obtenir des résultats différents. Avec mes athlètes, je répétais les comportements que je savais maîtriser mais je ne réfléchissais pas à ce qui nous manquait et à ce dont nous avons besoin. J'avais besoin d'employer une approche plus intellectuelle pour comprendre ce qui arrivait aux athlètes pendant les courses et pour diagnostiquer nos «symptômes». Malheureusement, j'avais un pied sur l'accélérateur et l'autre sur le frein.

Où se trouvaient mes lacunes? Mes connaissances en entraînement? Mes connaissances en voile? Ou s'agissait-il de ma connaissance de moi? Se pouvait-il que les démons qui m'amenaient à avoir peur des courses lorsque j'étais athlète continuaient de me hanter

maintenant que j'étais entraîneuse? Je devais changer quelque chose, mais quoi? J'ai réalisé que lorsque mes habiletés atteignaient un palier, il en allait de même de la performance de mes athlètes.

Finalement, je me suis rendu compte que, trop souvent, j'évitais de prendre une décision parce que je ne me faisais pas confiance alors qu'en bout de ligne, j'aurais pris la bonne décision. En faisant preuve d'une trop grande retenue par peur et manque de confiance, je m'empêchais d'aller de l'avant, ce qui empêchait mon équipe d'aller de l'avant. J'en suis venue à me dire que j'allais devenir folle si, une fois de plus, j'échouais parce mon instinct avait été sûr mais je ne l'avais pas écouté. Dans le roman *Illusions* de Richard Bach, on peut lire : «Un problème n'arrive jamais sans un cadeau à vous offrir. Nous avons besoin de problèmes parce que nous avons besoin des cadeaux qu'ils nous apportent.»

Je vais maintenant vous expliquer comment j'ai compris qu'il était plus difficile que je ne croyais de me faire confiance. L'entraîneur le plus accompli dans le domaine de la voile à dériveur double est **Victor Kovalenko**. Il vient d'Ukraine. Son équipe a remporté la médaille d'or aux Jeux de 1996 et, peu de temps après, les Australiens lui ont proposé un poste. Il s'est immergé dans leur programme et, quatre ans plus tard, ses équipes masculine et féminine ont remporté des médailles d'or. Cet entraîneur est surnommé «le faiseur de médailles». Sa réputation m'intimidait au plus haut point. Il est âgé d'environ 55 ans. Il a le parfait accent des pays de l'Est qui est parfaitement imposant et il a le nombre parfait de cheveux gris pour intimider les gens. De plus, ses résultats sont parfaits. Il sait ce qu'il fait et chaque geste qu'il pose projette une image de confiance victorieuse à son équipe. Cette confiance est un élément tout à fait essentiel à la victoire. Son équipe savait qu'elle était entre les meilleures mains qui soient.

Et moi? Allais-je toujours être cette jeune femme effrayée et intimidée ou allais-je enfin comprendre ce que cette équipe avait qui nous manquait? Je devais accepter qui j'étais et ce que j'étais : une jeune entraîneuse énergique et éduquée. J'étais disposée à apprendre et j'avais envie de poser des questions. Les athlètes se sentaient proches de moi et il m'était facile de les comprendre. J'ai réalisé que c'était une perte de temps de penser aux résultats et nous nous sommes donc concentrés sur des objectifs plus concrets et nous avons fait preuve de plus d'humilité vis-à-vis du sens de la victoire.

Pourquoi faire preuve de retenue si vous croyez avoir raison? Vous n'avez qu'à aller dans la direction en laquelle vous croyez sincèrement et vous verrez ce qui se produira. Dans la pire éventualité, vous échouerez mais vous apprendrez et toute votre équipe pourra aller de l'avant. Dans la meilleure éventualité, vous aurez eu raison et vous prendrez votre essor.

Nous sommes allés passer l'hiver en Australie pour rectifier quelques points. Il ne nous restait que six mois pour remédier à la situation. Comme le temps pressait, ma concentration s'est accrue et j'ai véritablement commencé à porter attention à ce que nous faisons. L'analyse de nos particularités est devenue ma priorité. Nous avons pris note de chaque force de vent et de chaque modification de voilure jusqu'à ce que commençons à remarquer des tendances. En un mois, nous avons participé à trois régates comprenant 12 courses chacune. Nous n'avions pas à remporter chaque course mais nous devions comparer tous nos mouvements à ceux des meilleures équipes.

Après cinq heures de course, si la vitesse était le problème, nous demeurions sur l'eau pendant encore deux heures afin de modifier la voilure et de rendre les bateaux plus rapides. Si les manœuvres étaient le problème, nous effectuions des exercices et changions notre approche. Si l'équipement était le problème, nous communiquions avec les constructeurs afin de savoir si d'autres personnes avaient eu des problèmes similaires. Nous avons travaillé tous les jours pour obtenir des réponses à nos questions et, la journée suivante, nous mettions nos solutions à l'épreuve.

Après avoir recueilli toutes les données, nous avons élaboré un plan afin que l'équipe sache dans quelle direction nous nous dirigeons, quand, pourquoi et avec qui nous allions le faire, et ce que cela allait nous apporter. Les gens pensaient que nous travaillions trop dur mais,

lorsque vous avez une méthode et que l'équipe comprend cette méthode, tout le monde est motivé parce qu'il y a une compréhension mutuelle de l'importance des tâches du jour.

Nous devons utiliser notre jugement pour prendre des décisions relatives à notre programme. Lorsque j'ai dû prendre une autre décision, j'ai choisi de ne pas hésiter et de faire ce que les professionnels et les professionnelles font. Il était important de peser les risques, tout comme il était important pour moi et mon équipe d'atteindre nos objectifs. Si cela ne fonctionnait pas, nous allions apprendre. C'était mieux que de ne jamais savoir. L'ACY m'a permis d'aller sur le terrain et d'apprendre en acquérant de l'expérience. En outre, même lorsque j'ai dû appeler **Ken Dool**, notre directeur de la haute performance, pour lui dire que le bateau avait coulé ou pour lui annoncer d'autres désastres du même genre, il ne s'est jamais fâché; il savait que cela faisait partie de mon cheminement.

Lorsque j'ai cessé d'avoir peur des échecs possibles, j'ai expérimenté une réalité rafraîchissante. Ne plus avoir peur de l'échec représenta, pour moi, le moment où j'ai réalisé que j'avais confiance en moi. Personne ne peut prédire l'avenir mais j'ai fait confiance à mon projet et, par la suite, j'ai réellement été persuadée que je serais en mesure de faire face à tout ce qui se présenterait, victoires comme défaites. L'échec peut devenir votre ami parce qu'il vous fait prendre conscience des habiletés dont vous avez besoin pour avoir confiance et foi en vous. En sachant cela, vous pourrez commencer à croire en votre intuition et à l'utiliser. L'intuition, faire confiance à son cœur, est à mon avis ce qui rend un entraîneur ou une entraîneuse extraordinaire.

Le sport est difficile à pratiquer et difficile à apprendre mais je crois que les aspects techniques peuvent être enseignés relativement facilement; si l'on transmet efficacement ces connaissances aux nouveaux entraîneurs et nouvelles entraîneuses, ils auront davantage le temps de se perfectionner dans l'art de l'entraînement. Afin de m'améliorer continuellement, je dois passer plus de temps avec mon mentor, Ken Dool, et continuer à participer à des activités comme le fantastique atelier des entraîneuses nationales du programme Les entraîneuses. L'insertion du mentorat dans un cadre officiel permet de gagner beaucoup de temps.

L'année dernière, l'équipe que j'ai entraînée a participé aux Jeux olympiques et offert une performance exceptionnelle. En une seule année, elle s'est améliorée de 30 places. Pour remporter une médaille à Athènes, il aurait fallu que je possède dès la première année les habiletés et les connaissances que j'ai acquises après quatre ans de travail. Notre équipe s'est classée au 13^e rang aux Jeux d'Athènes. Elle n'est pas encore sur le podium mais elle s'en approche. Si j'avais perfectionné mes compétences plus rapidement, mon équipe aurait peut-être été prête à temps. Je dois toutefois vous dire qu'en nous classant au 13^e rang, nous avons tout de même dépassé d'une place... devinez qui? L'équipe australienne qui avait gagné l'or en 2000 et son entraîneur, M. le faiseur de médailles en personne.



L'entraîneuse Kelly Hand (à gauche) Jennifer Provan et Nikola Girke, l'équipe canadienne aux régates olympiques en 470, lors de la cérémonie d'ouverture.

Partout dans le monde, les entraîneurs et entraîneuses de marque sont ce qu'ils sont parce qu'ils ont échoué; autrement dit, à un moment quelconque, chacun d'entre eux a eu des «possibilités d'apprendre» sur le terrain. Peut-être est-ce pour cette raison que les entraîneurs et entraîneuses ne peuvent pas monter sur le podium. La partie n'est en effet jamais terminée ni gagnée pour nous; nous devons continuer à apprendre et à aller de l'avant.

Entre-temps, les jeunes entraîneurs et entraîneuses ont besoin de mentors et de possibilités d'apprendre. On ne fait pas qu'embaucher un entraîneur ou une entraîneuse, on les construit. Et on peut les construire ici, au Canada.