

PHILIPPE BASTIEN

UN NAGEUR LAMBERTOIS MÉDAILLÉ À VICTORIA



Par Judith Trickey

Photos par Jacques Frenette

Nicolas Zazzeri, l'entraîneur-chef de l'équipe de natation Blue Machine, et Philippe Bastien, un de ses nageurs élites, se préparent à retourner à la piscine pour une autre saison d'entraînement et de compétition. Et il est évident que Philippe a soif. Soif d'aller encore plus vite. Le souvenir de la médaille de bronze qu'il a remportée en juillet dernier dans l'épreuve du 50 m papillon des Championnats Canadiens Sénior à Victoria, en Colombie Britannique, le tire résolument vers l'avant.

En parlant de son entraîneur, Philippe dit tout simplement : « on partage cette médaille, c'est grâce à lui que je l'ai eue ». Unis par le plaisir d'aller toujours plus loin, tous deux forment une équipe solide.

Nager vers la médaille

Maintenant âgé de 21 ans et étudiant à l'université Concordia en économie, Philippe avait l'âge vénérable de 16 ans quand il s'est inscrit dans l'équipe de natation lambertoise fondée en 1952. Il cherchait alors à améliorer sa performance au triathlon, sport qu'il pratiquait avec son père. Il ne savait pas que la natation

deviendrait une passion et qu'elle le pousserait à se dépasser.

À raison de plus de 16 heures d'entraînement par semaine, Philippe passe beaucoup de temps dans l'eau, à un âge où d'autres intérêts commencent à surgir. Il n'est pas étonnant que le jeune homme se soit demandé, l'an passé, s'il désirait vraiment continuer à faire de la compétition. Mais c'était avant d'obtenir les résultats qui lui ont permis de nager avec l'élite. Il a alors découvert ce vieil adage : « l'appétit vient en mangeant ». Et il n'est donc plus question de prendre sa retraite!

Selon Nicolas, pour bien performer, travailler dur ne suffit pas. Il faut également

se donner des objectifs progressifs, se préparer mentalement à réussir et à échouer. Il se rappelle encore que le matin de la grande compétition, son futur médaillé affirmait ne pas se sentir bien. C'est bien la preuve que nos instincts ne sont pas toujours justes et que, même après avoir passé des centaines d'heures dans l'eau froide à se battre contre ses propres limites, les



L'entraîneur-chef Nicolas Zazzeri et son nageur Philippe Bastien

surprises sont encore possibles. C'est peut-être ça, la beauté du sport : cette possibilité d'être surpris, de se découvrir plus grand, plus fort, plus rapide et plus solide.

La saison qui commence verra Philippe s'attaquer au 100 m papillon, épreuve qualificative pour les Championnats du Monde de natation, qui se tiendront à Shanghai, du 16 au 31 juillet 2011. Plus tard viendront les essais pour les Jeux Olympiques de 2012... Très calme, Philippe dit simplement : « on va voir ce qui se passe cette année ». À suivre. ■

www.bluemachine.ca

SES FAVORIS

Cinéma *Braveheart*, Denzell Washington **Lecture** Biographie de Lance Armstrong
Musique Soul, R n B, Motown, Hip Hop **Voyage** Le désert du Chili **Sport** Comment choisir ? Tous ! **Passe temps** Faire la sieste **Mets** La salade caprese **Cause sociale** Fondation Adam Taylor « Up with Adam »