

Ça frétille ferme au Centre sportif !

Céline Séguin

On l'avait entraperçue dans le film *Le Grand Bleu*. Plus récemment, elle a fait une apparition remarquée dans *Tanguy*. Adulée en Europe, sa popularité commence à gagner le Québec. Non, il ne s'agit pas d'une starlette française mais de la monopalme, la nouvelle star des activités aquatiques. Vous avez toujours rêvé de nager comme un dauphin? Grâce à la nage avec palme (sans «s») vous n'aurez plus rien à envier à Flipper! C'est du moins ce que promet le Centre sportif qui offrira cette activité aux membres de la communauté universitaire dès la rentrée de septembre.

Déjà, une dizaine d'étudiants de premier cycle de l'UQAM, également moniteurs de natation, apprivoisent présentement la technique sous la supervision de Yves Clercin, vice-président de la Fédération québécoise des activités subaquatiques, et d'Andrée Dionne, animatrice sportive aux Services à la vie étudiante. À voir la grâce avec laquelle ils évoluent en piscine, il y a fort à parier que l'introduction de cette nouvelle activité au Centre sportif ne sera pas... un coup d'épée dans l'eau!

L'appel des sirènes

Faite de fibre de verre et dotée de deux cale-pieds soudés l'un à l'autre, la monopalme permet au nageur qui la chausse d'imiter le déplacement des mammifères marins grâce à un mouvement ondulatoire harmonieux qui paraît d'une simplicité extrême... aux yeux de l'observateur bien au sec assistant, médusé, à un tel exploit.

Pour Magalie Quintal et Alexandre Lord, étudiants aux baccalau-

réats en art dramatique et en communication, l'expérience s'avère grisante. Outre la beauté du style, la vitesse de déplacement que procure la monopalme les fascine. Pas étonnant quand on sait qu'après avoir maîtrisé les techniques de base, le monopalmeur peut atteindre une vitesse de... 12 à 14 km/heure!

«C'est d'autant plus stimulant qu'on obtient un taux de succès assez rapidement», affirme Alexandre, une fois débarrassé de son tuba frontal, de ses lunettes et de sa grande nageoire. «Sans compter que c'est super pour les abdominaux», d'ajouter Magalie, encore toute ruisellante.

Magalie et Alexandre sont des nageurs expérimentés, mais nul besoin d'être un «pro» pour apprécier la monopalme, précise Andrée Dionne. À preuve, l'été dernier, au camp de jour du Centre sportif, des jeunes de 9 à 12 ans ont pu jouer à *Triton* et à *La petite sirène* en toute sécurité. «C'est un sport que l'on peut pratiquer pour le simple plaisir d'être actif dans l'eau.» Souvent, dit-elle, les gens hésitent à s'inscrire à des activités en piscine parce qu'ils se considèrent comme de piètres nageurs. «Avec la monopalme, tout le monde part à égalité. Il suffit d'un petit mouvement des pieds pour réaliser une belle avancée. La sensation est agréable et en plus, il s'agit d'un excellent exercice!», lance l'animatrice qui invite les étudiants et les personnels à tenter l'aventure.

Une première au Canada

Au cours d'introduction à la monopalme, d'une durée de onze semaines, qui sera offert au Centre sportif au retour du congé estival, s'ajoutera un autre cours destiné plus spécialement aux moniteurs de

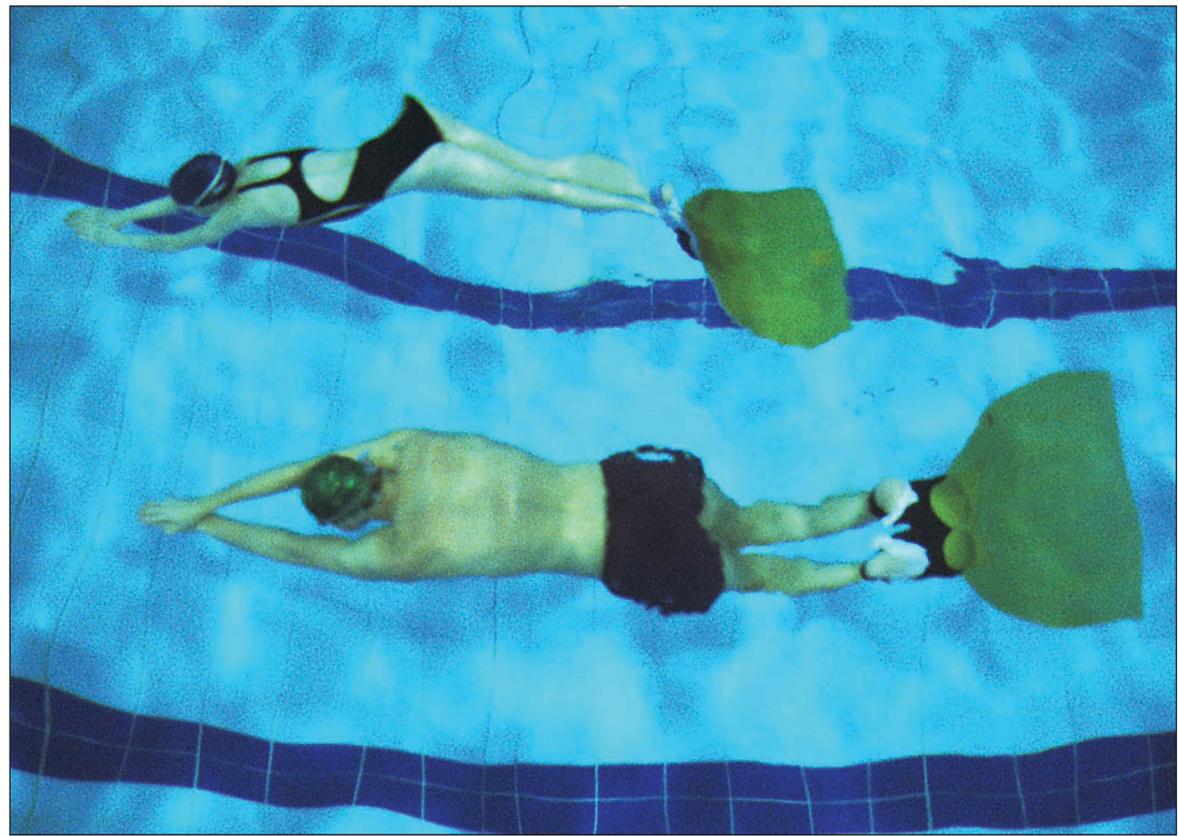


Photo : Nathalie St-Pierre

Magalie Quintal et Alexandre Lord... comme des poissons dans l'eau!

natation. Y sont conviés ceux qui désirent acquérir les connaissances théoriques et pratiques nécessaires pour éventuellement former d'autres nageurs à la discipline. Assuré par Yves Clercin, ce «cours d'initiateurs» constituera une première au Canada et sera ouvert à des clientèles externes. Car voilà, ce Français d'origine, monopalmeur depuis l'âge de 16 ans, s'est fixé un objectif ambitieux : travailler à l'implantation de la discipline en Amérique du Nord en commençant – pourquoi pas? – par le Québec.

Comme l'explique M. Clercin, bien que les origines de la monopalme remontent au début du XVI^e siècle (on en trouve des croquis signés de la main de Léonard de Vinci!), c'est du-

rant les années 70 que la géniale invention s'est imposée comme sport de loisir et de compétition, sous l'initiative des Russes. Le premier championnat du monde eut lieu en 1976, à Hanovre, et depuis, la discipline est présente dans les différentes rencontres mondiales (aux deux ans) et internationales (aux quatre ans).

Les compétitions de nage avec palme peuvent se dérouler en milieu naturel ou en piscine, sur différentes distances, que ce soit en surface, en apnée ou en immersion avec scaphandre. Si le Comité international olympique l'a reconnue officiellement comme discipline en 1986, ce n'est qu'en 2001 qu'elle a été proposée comme sport de démonstration. Toutefois, elle attend toujours sa

chance aux Jeux Olympiques.

«Le CIO considère que la monopalme - bien que pratiquée dans une quarantaine de pays - demeure encore trop marginale en Amérique du Nord et pas assez populaire auprès des femmes», de déplorer le grand défenseur de ce sport, farouchement déterminé à faire changer les choses. Qui sait, les prochains champions canadiens seront peut-être issus de nos rangs? D'ici là, vous pouvez tenter le coup pour le simple plaisir de la chose. À vos marques, prêts, plongez!

Pour plus d'informations : Andrée Dionne, Centre sportif, 987-3000, poste 4092 •