

CAROLINE VÉZINA

# LE SPORT DANS LE SANG

*Ingénieure junior à la direction – Production – Beauharnois et Gatineau, Caroline Vézina a un talent inné pour le sport. Championne de balle rapide et de badminton, elle s'est récemment découvert une passion pour le squash et le cardiovélo.*

**J**e suis une fille très active. Mes deux sœurs et moi avons été initiées au sport dès l'enfance. Danse, soccer, patinage artistique, tennis, natation, nage synchronisée : je les ai tous pratiqués, mais c'est pour la balle rapide que j'ai eu un coup de cœur. J'occupais les positions de lanceuse et de joueuse de deuxième but.

J'ai commencé à participer à des championnats de balle rapide avec mes sœurs. Mon père était entraîneur de notre équipe. J'ai remporté plusieurs titres, dont ceux de joueuse la plus utile à son équipe et de meilleure joueuse défensive.

À 12 ans, j'ai découvert le badminton. Ce fut une révélation. Rapidement, j'ai appris les rudiments de ce sport et gravi les échelons, jusqu'à être invitée au camp d'entraînement de l'équipe du Québec. J'en ai fait partie pendant sept ans, en plus d'en être la capitaine en 2013-2014. Après un certain temps, j'ai dû choisir entre la balle rapide et le badminton, et c'est pour ce dernier que j'ai opté.

J'ai continué à compétitionner tout au long de mon baccalauréat et de ma maîtrise en génie civil, au sein des Carabins de l'Université de Montréal. Conjuguer des études en génie et la pratique d'un sport de haut niveau prenait presque tout mon temps, mais c'est un choix que j'ai assumé et apprécié. J'ai d'ailleurs tissé de belles amitiés avec mes partenaires d'entraînement.

Je suis entrée à Hydro-Québec en octobre 2014. L'année suivante, j'ai pris la décision de me retirer de la compétition et de me concentrer sur ma carrière. J'ai terminé mon parcours en beauté avec une deuxième place en double mixte au Championnat provincial senior A Élite.

Comme j'ai absolument besoin de bouger, j'ai vite cherché à pratiquer de nouvelles activités sportives. J'ai découvert qu'une dizaine de mes collègues s'adonnent au squash. Depuis, je me passionne pour ce sport qui, à certains égards, ressemble au badminton. Comme je suis de nature compétitive, je cherche à m'améliorer rapidement.

Je fais aussi du cardiovélo et de la course à pied, puisque j'ai l'intention de participer à ma première épreuve de 10 km de course en mai. Je m'entraîne presque tous les soirs après le travail.

Le sport m'apporte beaucoup, il contribue à ma propre estime et à mon équilibre. Il me reste encore une foule de sports à découvrir, dont le triathlon, l'escalade, le ski de fond et le ski alpin. ▼

## SOUVENIRS HEUREUX

À 17 ans, j'ai pris part aux Championnats canadiens de badminton junior à Calgary. Le tirage au sort ne m'avait pas avantagée : je devais affronter la deuxième favorite en simple, alors que j'en étais à mes débuts. Contre toute attente, je l'ai vaincue sous les acclamations du public ! Un autre souvenir marquant est ma participation, en 2008, aux Championnats canadiens de badminton junior présentés à Saint-Eustache, ma ville natale, et organisés par mes parents. La cerise sur le gâteau : j'ai récolté une médaille de bronze en double féminin.

## FAITS D'ARMES

J'ai remporté plusieurs prix et médailles, notamment aux Jeux du Québec d'été (médaille d'or en balle rapide) et d'hiver (médaille d'or en badminton). J'ai aussi été nommée Athlète de l'année – badminton des Carabins de l'Université de Montréal en 2012-2013 et Athlète de l'année – badminton de Polytechnique en 2013.

## CORÉE DU SUD

En 2012, je me suis rendue à Gwangju, en Corée du Sud, pour participer aux Championnats du monde universitaires. J'étais inscrite au badminton, en double féminin et en double mixte. Ce fut un dépaysement total. Là-bas, les champions de badminton sont de véritables vedettes et les parties sont disputées dans des amphithéâtres. Le calibre des joueurs est impressionnant.

## RACKETLON

Un racketlon est un marathon de sports de raquette. Deux joueurs s'affrontent successivement au squash, au badminton, au tennis et au tennis de table, et celui qui marque le plus de points remporte la partie. J'ai organisé cette année le premier racketlon au sein de mon équipe de travail.

