



SKI ALPIN

Simon-Claude Toutant
Administration des affaires

rougeetor.ulaval.ca



UNIVERSITÉ
LAVAL

Service des activités sportives



LE PROGRAMME D'EXCELLENCE SPORTIVE ROUGE ET OR

L'excellence a un nom dans le monde du sport universitaire canadien et c'est Rouge et Or. Le programme de sport d'excellence de l'Université Laval acquiert ses lettres de noblesse année après année depuis maintenant plus de soixante ans et rien n'indique un ralentissement imminent de ce côté. Le Rouge et Or, c'est quatorze disciplines sportives ainsi que tout près de 450 étudiantes et étudiants-athlètes qui adhèrent au slogan évocateur DE GLOIRE ET D'EXCELLENCE. Cette conquête de l'excellence se vit et se fait quotidiennement, autant sur les aires de compétitions que sur les bancs d'école. Depuis la mise en place du tableau d'honneur académique du sport interuniversitaire canadien, c'est plus de 1 800 jeunes qui ont reçu cette reconnaissance. Tous poursuivent le même objectif, celui de faire partie du meilleur programme de sport universitaire au pays.

Les étudiantes-athlètes du programme Rouge et Or ont la chance de s'entraîner au PEPS, l'un des plus grands centres d'entraînement au pays. Les membres de l'équipe de ski alpin du Rouge et Or peuvent notamment compter sur une salle de musculation à la fine pointe de la technologie inaugurée en 2013 et plusieurs installations sportives complémentaires (terrains extérieurs, patinoire, gymnases, etc.)

Sven Pouliot, entraîneur-chef



Sven Pouliot a fait partie du personnel d'entraîneurs de Canada Alpin au sein de l'équipe canadienne de ski para-alpin entre 2008 et 2015, avant d'accepter le poste d'entraîneur-chef du Rouge et Or au mois de mai 2015. Avec la formation nationale, le pilote du RetO a participé aux Jeux paralympiques de Vancouver 2010 et de Sochi 2014. Son équipe a d'ailleurs gagné huit médailles lors de ces derniers Jeux, ce qui représente la moitié de la récolte totale du Canada durant toute la durée de la compétition. À sa première année avec le Rouge et Or, Sven a mené l'équipe masculine aux plus grands honneurs du circuit universitaire du RSEQ.

Fort d'une expérience de 20 ans comme entraîneur de ski alpin, Sven connaît bien le parcours des étudiants-athlètes préuniversitaire en travaillant notamment avec le Club de ski de Lake Louise, Skibec et l'équipe provinciale de l'Ontario.

Philosophie de l'entraîneur

Sven est un entraîneur passionné et engagé qui a comme objectif principal de voir les étudiants-athlètes du Club de ski alpin Rouge et Or performer académiquement et athlétiquement, faire preuve d'esprit sportif, mais surtout développer des aptitudes qui seront utiles dans la vie personnelle et dans la carrière professionnelle de ceux-ci.

Afin d'atteindre ces objectifs, Sven se base sur les différents facteurs de performance de l'étudiant-athlète universitaire en ski alpin pour établir le plan d'action du programme et de ses intervenants. Il croit que la meilleure formation pour l'étudiant-athlète se trouve dans la poursuite de ses objectifs à travers un réel engagement.

Sur la neige, Sven privilégie des objectifs d'apprentissage clairs, avec des défis appropriés selon ceux-ci, dans un environnement sécuritaire qui se rapproche le plus possible aux conditions retrouvées lors de courses officielles.

Notre programme fait la promotion de l'excellence, de la persévérance, de l'éthique, de la réussite et de la fierté.



Fondé en 1951, le Club de ski alpin Rouge et Or est l'un des quatre premiers clubs de l'Université Laval à faire partie des réseaux officiels. Le club a même gagné le championnat canadien interuniversitaire en 1967 à Banff, en Alberta. Son histoire voit même le nom d'André Bertrand, skieur lavallois de l'époque, descendre les pentes enneigées d'Oslo et de Cortina d'Ampezzo lors des Jeux olympiques de 1952 et 1956.

Dans l'histoire plus récente, le Rouge et Or a perpétué cette tradition d'excellence, terminant au premier rang chez les femmes en 2013, chez les hommes en 2009, 2010, 2011 et 2015, en plus de rafler le titre au combiné en 2009. Sur la scène internationale, les représentants du Rouge et Or ont terminé trois fois dans le top 15 aux dernières Universiades de Grenade en 2015, dont une médaille de bronze d'Ève Routhier en slalom.

Pour s'entraîner, l'équipe de ski alpin du Rouge et Or profite de sites exceptionnels situés à proximité de l'Université, tels que la station touristique Stoneham (30 min.), le Centre de ski Le Relais (20 min.) et le Mont Sainte-Anne (45 min).

Le Rouge et Or offre aux étudiants-athlètes un milieu de vie dynamique et stimulant par ses installations sportives uniques, son encadrement professionnel et son campus qui fourmille d'activités.

DES ÉTUDIANTS-ATHLÈTES QUI PROGRESSED ET ATTEIGNENT LES PLUS HAUTS SOMMETS EN ÉTANT FIERS DE PORTER LES COULEURS DU ROUGE ET OR.

LAURENCE VALLERAND

Capitaine de l'équipe dès son arrivée en 2012-2013, Laurence Vallerand n'a pas mis de temps à marquer l'histoire du programme Rouge et Or. À sa première saison, l'ancienne de l'équipe nationale de développement a réussi pas moins de neuf podiums, dont sept victoires consécutives, lui permettant de décrocher le titre de championne universitaire et aidant ainsi le club lavallois à remporter la bannière féminine pour la première fois depuis 1994. Sélectionnée sur l'équipe canadienne des Universiades en 2013 et en 2015, Laurence a toujours exercé un rôle de leader auprès de ses coéquipiers, tant sur la piste qu'à l'entraînement.

« Le fort esprit de communauté et le travail d'équipe représentent pleinement l'ambiance qui règne au sein de l'équipe de ski alpin. Vos années avec le Rouge et Or seront remplies d'émotions fortes et de souvenirs qui vous resteront à vie. Profitez pleinement de chaque instant, vos années universitaires feront partie des plus belles de votre vie! »

SIMON MANNELLA

Membre du Rouge et Or de 2009 à 2013, Simon Mannella a fait partie de la première équipe d'étoiles du RSEQ à chacune de ses cinq saisons à Laval. Champion individuel universitaire en 2009 et 2010, Mannella a signé 17 victoires et a réussi 28 podiums en carrière, contribuant grandement aux trois championnats provinciaux consécutifs remportés par le Rouge et Or de 2009 à 2011. Il a également représenté le Canada sur la scène internationale, aux Universiades 2011 d'Erzurum en Turquie, où il a pris le 8e rang du Super-G.

« Je crois que la force du Rouge et Or se détermine par la façon d'avancer en groupe aux côtés de ses coéquipiers. Lorsque je me suis joint à l'équipe de ski alpin, j'ai tout de suite senti cette énergie et les buts communs que nous avons tous, ceux de la victoire et du dépassement de soi-même. »



LAURENCE VALLERAND



SIMON MANNELLA



Étudiants-athlètes actuels du programme Rouge et Or



GABRIELLE BERGERON

« Comment résumer mon expérience dans le Rouge et Or ski alpin ? Une équipe d'entraîneurs dévouée, des entraînements quatre saisons encadrés, des montagnes de qualité à proximité et du plaisir sur les pistes avec des coéquipiers passionnés. À cela, ajoutons l'obtention d'une éducation de niveau supérieur, dans une université réputée. Voilà une combinaison qui me permet de devenir une professionnelle compétente, tout en étant une étudiante active et équilibrée. »



ADAM LAMHAMED

« Que ce soit pour mon parcours en ski alpin ou pour mon cheminement scolaire, le programme du Rouge et Or ski alpin est la solution pour ne faire aucun compromis sur ces deux volets de ma vie. Il s'agit bien plus qu'une simple équipe; on parle ici d'une vraie famille riche en valeurs et qui transforme notre sport individuel en sport d'équipe. Le Rouge et Or ski alpin, c'est vraiment le choix par excellence! »



ALICE STOLL

« En intégrant l'équipe du Rouge et Or ski alpin j'ai apprécié l'esprit de fraternité, qui s'est traduit par un superbe accueil dans le cadre des entraînements, des compétitions... et des soupers d'équipe! Cette ambiance exceptionnelle permet à tous les athlètes de se surpasser lors des compétitions pour faire gagner le club. »

rougeetor.ulaval.ca

 /RougeetOrskialpin

 ro_skialpin

CLUB DE SKI ALPIN ROUGE ET OR

Pavillon de l'Éducation physique et des sports
2300, rue de la Terrasse, local 2254
Québec (Québec) G1V 0A6
Canada

SVEN POULIOT

Entraîneur-chef
418 656-2131, poste 12595
sven.pouliot@sas.ulaval.ca