

ET DES JEUX



entraîneur de taekwondo

PAR COMANECCI

tranquillement que, comme athlète, ça ne se passerait pas puisqu'on n'investit pas sur de vieilles jambes (!), j'ai pensé que je pourrais vivre ce rêve en tant qu'entraîneur», poursuit Bernier. Le taekwondo est devenu un sport olympique en 2000 seulement.

En 1985, ce bachelier en éducation physique a ouvert son premier club de taekwondo à Lévis. Il est aussi le directeur technique du club de Sainte-Foy. «La passion pour l'enseignement est la deuxième grande découverte de ma vie», témoigne-t-il.

Vers les Olympiques

En mars dernier, Bernier a été nommé entraîneur de l'équipe canadienne de taekwondo qui s'envolera vers Pékin. Trois athlètes, dont son protégé, Sébastien Michaud, de Québec, font partie de la délégation. «Tous les athlètes vont aux Jeux olympiques pour gagner. Dans notre cas, c'est de bon augure», commente celui qui gère bien la pression et se sent en contrôle lors des

compétitions, deux qualités appréciées par ses taekwondoïstes.

Bernier dit réaliser l'ampleur de la tâche qui l'attend. «La Fédération m'a donné son vote de confiance. Ma performance à moi, c'est de bien préparer les athlètes et de leur faire sentir qu'ils sont allés au maximum. Je me donne la double tâche de les amener plus loin sur le plan physique et sur le plan personnel, car les expériences vécues en sport sont des expériences de vie. Ça leur servira plus tard», affirme-t-il.

Cet entraîneur est un ardent défenseur du dialogue et n'impose jamais sa façon de faire. Il se décrit comme un acteur de soutien. «J'ai besoin que l'athlète garde son jugement et qu'il ait l'impression d'avoir les réponses en lui. Je n'ai pas une télécommande. L'athlète doit apprendre à vivre avec les conséquences de ses actes, qu'il gagne ou perde. Le droit à l'erreur fait partie de la carrière d'athlète. C'est ça être un adulte. La pire chose à faire, c'est de ne rien décider», souligne-t-il.

«LE MEILLEUR ENTRAÎNEUR DU MONDE!»

- Pierre Guénette

(KB) - Du temps qu'ils formaient une équipe, l'entraîneur Alain Bernier et son protégé Pierre Guénette, ancien champion du monde en taekwondo, ont tout raflé sur leur passage.

«À mes yeux, Alain est le meilleur entraîneur du monde. Il sait communiquer l'amour du sport. Il trouve toujours une façon de faire gagner ses élèves. J'étais son athlète numéro un. Avec lui, j'ai tout gagné ce que j'avais à gagner. Pendant qu'on se bat, Alain est assis au bout de sa chaise et décortique l'adversaire. Il voit ses forces et ses faiblesses», affirme l'ex-taekwondoïste de 39 ans.

«Alain a gagné sa place comme entraîneur aux Jeux olympiques, il ne l'a pas prise», ajoute-t-il dans un élan de fierté. Comme le taekwondo est un sport olympique depuis huit ans seulement,

Pierre Guénette n'a pas eu la chance d'y participer, ayant surtout fait carrière dans les années 80 et 90.

L'ancien athlète souligne le caractère très humain de son mentor. «Alain est capable de s'oublier et de se mettre dans la peau de chaque personne pour l'améliorer. Il n'a jamais imposé sa façon de penser. Il compose avec la personnalité de chacun. C'est un homme vrai. Tu peux tout lui dire. Il t'écoute et trouve une solution. Je souhaite que tout le monde ait un Alain dans sa vie», poursuit-il.

Pierre Guénette n'hésite pas à dire que son ancien entraîneur «a dédié sa vie au taekwondo». «Il a toujours travaillé très fort. Il pense même la nuit. Je l'ai déjà vu partir sans ses athlètes pour aller filmer des combats dans d'autres pays», se rappelle-t-il.



PHOTO ANNIE T. ROUSSEL

Alain Bernier, un entraîneur totalement dédié au taekwondo.