

Par Caroline Drolet, athlète de l'Équipe du Québec

Une saison de transition...

L'entraînement de l'été et de l'automne a été super. Même si la neige a tardé et s'est fait attendre, on peut dire que je suis arrivée prête pour les premières courses à Craftsbury au Vermont. J'ai vraiment été contente de ma première fin de semaine de compétitions et je savais que je pourrais encore faire mieux.



Par la suite, j'ai participé à deux courses aux US Nationals où la compétition était forte, malheureusement la forme n'était pas au rendez-vous et également autre chose que je découvrirai plus tard. Ensuite, ce fut les Trials Juniors/U23 à Whistler, la poursuite de 15 km a été un désastre, j'ai vraiment peiné à terminer la course, j'étais vidée. Qu'est-ce que j'avais pu faire de mal? J'ai été surprise lorsque mon entraîneur m'a dit que c'est l'énorme pression que je me mettais qui me vidait de toute mon énergie. J'ai abordé les deux autres courses dans un autre état d'esprit et les bonnes sensations ont commencé à revenir. C'est à ce moment que s'est amorcé le début d'un long cheminement...



J'ai fait l'impasse sur les championnats de l'Ouest à Canmore, en compensation, j'ai plutôt participé à deux courses du circuit régional à Québec pour mieux travailler certains aspects et revenir à la base, retrouver l'innocence que j'avais à mes débuts. De plus, ma forme physique s'améliore de mieux en mieux.



Lors des deux dernières fins de semaine soit à Cantley pour les championnats de l'Est et à Orford pour la Coupe Noram, j'étais en bonne forme mais je n'ai pas trouvé le moyen de l'exploiter pleinement. C'est vraiment très frustrant de ne pas pouvoir skier à la hauteur de ses capacités dans les moments importants comme je le fais si bien à l'entraînement. C'est comme si quelque chose me retenait mais tout se passe dans ma tête. Malgré tout, il y a progression dans mes résultats et j'ai vraiment beaucoup de fun en compétitions avec la gang de Skibec. Mon cheminement se poursuit... J'ai le soutien nécessaire et ça m'aide grandement.



Pour la fin de la saison, je souhaite réussir à trouver le sentiment d'accomplissement, de dépassement et de fierté après chaque course, ce qui fait qu'un sourire reste affiché sur mon visage pour le reste de la journée. Je veux être compétitive et me battre pour ce qui me tient tant à cœur. Pour les résultats, ils devraient suivre naturellement.

En terminant, je vous invite à me suivre sur mon site www.droletsisters.com, mis à jour après chaque évènement. Je vous convie également à visiter le site de la petite entreprise que j'ai lancée pour financer ma saison de ski www.motion360.net Vous trouverez à coup sûr des produits qui vous plairont et sauront vous être utiles.



On se donne rendez-vous à Far Hills pour la prochaine Coupe Québec. D'ici là, amusez-vous sur vos skis!

Caro :D