

Discipline, passion et dépassement de soi

Serge Tremblay, haltérophile de haut niveau et bleuet étoilé

En 1976, Jean-Louis Tremblay, policier, et son épouse Monique Delisle, enseignante, quittent La Malbaie pour s'établir à Dolbeau. Tous deux sont originaires du Lac-Saint-Jean. Jean-Louis, fils de David Tremblay et d'Aurélié Beaudet, provient d'une famille d'agriculteurs de Saint-Thomas-Didyme. Monique, également élevée sur une ferme, est fille d'Arthur Delisle et de Juliette Gagnon de Notre-Dame-de-la-Doré.

Quand Jean-Louis a été transféré aux bureaux de la Sûreté du Québec de Dolbeau, son fils Serge, né le 27 mars 1973, avait tout juste 3 ans. Le sport a toujours été une passion chez les Tremblay. Nadia, la plus jeune de la famille, a appris à patiner avec les bambins du Club de patinage artistique Les Perles bleues de Dolbeau. Elle ne quitte plus ses patins, enchaînant les compétitions jusqu'à ses 16 ans, année où elle décide d'entraîner les jeunes à son tour. Isabelle, le deuxième enfant du couple, s'illustre plutôt en athlétisme au niveau scolaire. Les sœurs Tremblay se rendent toutes deux aux Jeux du Québec à l'adolescence.

Pour sa part, Serge Tremblay, le plus vieux des trois enfants, s'impose en haltérophilie et participe à plus de 60 compétitions à l'échelle provinciale, nationale et internationale en 22 ans de carrière. Son parcours commence à l'hiver 1985, alors que la ville de Dolbeau accueille la 20^e finale des Jeux du Québec. À cette occasion, André Fontaine, ancien haltérophile, accompagné de Réjean Riverin et de Jean-Louis Tremblay, père de Serge, fonde le Club d'haltérophilie Do-Mi-Nor¹. Serge, prit d'intérêt pour la discipline, intègre le club dès sa fondation. Il est âgé de 12 ans². L'année suivante, il participe à son premier Championnat provincial et se retrouve à son tour compétiteur lors des Jeux du Québec de Saint-Jérôme, en 1987.

¹ Denis Hudon. « Club DoMiNor : André Fontaine est un bénévole apprécié depuis 32 ans », *Nouvelles Hebdo*, 5 avril 2017, p. 15.

² Informations tirées d'un entretien avec Serge Tremblay pour le Parvis des bleuets étoilés en novembre 2017 et d'un entretien avec Nadia Tremblay en janvier 2018.

Sur une lancée, le jeune haltérophile remporte l'argent à la compétition Jeunes-Louis-Cyr de Saint-Georges de Beauce et aux Tournois scolaires de Valleyfield et de Beauport avant de prendre part à sa première compétition nationale sénior, à Saint-Hyacinthe, en 1988. Décrochant la 4^e position chez les 56 kg, il est fortement encouragé à participer aux Jeux du Québec d'hiver de Matane en mars 1989, s'enlignant cette fois dans la catégorie des 67,5 kg. Il obtient un résultat au combiné de 225 kg qui le classe en 3^e place. C'est toutefois à Drummondville, avec un total de 232,5 kg qu'il remporte sa première médaille d'or, aux Jeunes-Louis-Cyr.

Décidé à poursuivre une carrière de haut niveau, Serge Tremblay dispute deux Championnats canadiens séniors à Sarnia, en Ontario, et à Val d'Or, au Québec, ainsi que deux Coupes Canada juniors à Vancouver, en Colombie-Britannique, et à Ingersoll, en Ontario, en l'espace de deux ans. À 16 ans, il grimpe dans la catégorie des 75 kg et se qualifie en 2^e position au 52^e Championnat sénior provincial de la ville de Québec en novembre 1990, en plus de ramener l'or aux Jeux du Canada de Charlottetown, à l'Île-du-Prince-Édouard, aux Jeux du Québec de Shawinigan et au 3^e Tournoi collégial et universitaire de Saint-Hyacinthe en 1991.

Résolument champion dans sa catégorie, il travaille d'arrache-pied pour atteindre le plus important palier de sa discipline et fait le saut à l'international. Désormais, l'athlète reçoit des subventions gouvernementales lui permettant de pratiquer son sport tout en suivant des cours au collège. Il en sera ainsi jusqu'à l'obtention de son diplôme universitaire en administration des affaires de l'École des hautes études commerciales (HEC) de Montréal, en 1996.

C'est à Wolmirsted, en Allemagne, que Serge participe à son premier Championnat du monde junior, en mai 1991. Il repart satisfait avec un résultat de 287,5 kg, qui lui a valu une 7^e position. Puis, il voyage à Niagara Falls pour un Championnat canadien sénior, à Cuba pour les 11^e Jeux panaméricains et à Chicago, aux États-Unis, pour les Mid-American Championships.

Fort de 8 compétitions réalisées en 1991, l'athlète se présente au Championnat panaméricain d'haltérophilie de Pachuca, au Mexique, en mars 1992, et se range parmi les cinq meilleurs chez les 82,5 kg. Il sort ensuite du continent américain et se dirige à

Varna, en Bulgarie, où il affronte ses pairs au 18^e Championnat du monde junior, en mai 1992. Il ressort 8^e avec un total de 310 kg.

Cette année-là, il revient aussi dans son patelin pour le 54^e Championnat sénior provincial donné à Dolbeau, une occasion qu'il ne manque pas de saisir. Il y récolte l'or dans la catégorie 83 kg avec un score final de 305 kg. Un mois plus tard, il va chercher trois médailles d'or à Londres, à Montréal ainsi qu'à Huntingdon, avant d'obtenir une 9^e position dans son 3^e Championnat du monde en carrière, en République tchèque, au mois de mai 1993.

De juin à novembre, l'athlète dolmissois se retrouve premier dans le Tournoi junior interprovincial de Brossard, le Championnat canadien junior de La Sarre et dans le Championnat sénior provincial de Saint-Hyacinthe. Les événements desquels il fait partie les deux années suivantes le mènent, encore une fois, un peu partout sur le continent et dans le monde. Il débute la saison 1994 avec un Tournoi collégial et universitaire à Montréal, un Championnat NACACI de Colorado Springs et un Championnat canadien sénior à Victoria, en Colombie-Britannique, où il est trois fois récompensé d'or. Toujours à Victoria, son arraché lui vaut l'argent et on lui remet une double médaille de bronze pour l'épaulé-jeté et le combiné aux Jeux du Commonwealth³.

Par la suite, il prend l'avion pour Istanbul, en Turquie, alors qu'il est sélectionné pour son premier Championnat du monde de niveau sénior, le 22 novembre 1994. Il en ressort avec une 23^e place dans la catégorie 83 kg. S'ensuivent des compétitions à Montréal, en Argentine et à Brossard au début de l'année 1995, puis deux Championnats séniors, l'un à l'échelle nationale, ayant lieu à Montréal, et l'autre à l'échelle provinciale, organisé à Pointe-aux-Trembles. Il remporte l'or dans quatre de ces compétitions et termine la saison avec un Championnat du monde sénior à Guangzhou, en Chine, où il obtient un résultat de 322,5 kg et finit 24^e parmi les meilleurs haltérophiles au monde.

Déterminé à se rendre aux Jeux olympiques de 1996, Serge Tremblay s'entraîne intensément pour atteindre son objectif. Il enchaîne quatre médailles d'or à la Coupe du Québec de Saint-Hyacinthe, au Championnat NACACI de Shreveport, au Tournoi

³ S. N. « Dictionnaire des sports du Québec », *Explorare*, 2015 [en ligne : <http://www.explorare.net/dictionnaire/halt%C3%A9rophilie/tremblay-serge>].

Rosaire Smith de Drummondville et au Championnat canadien sénior de Brossard. Ses résultats atteignent les 342,5 kg.

Le 26 juillet 1996, l'athlète vit l'aboutissement de toute une carrière, faisant partie de la délégation d'haltérophiles masculins lors des 26^e Jeux olympiques d'Atlanta. Fort d'un total au combiné de 327,5 kg, il récolte une 13^e place chez les 83 kg. « Il est [...] le second haltérophile [de la région] à participer aux JO après Langis Côté, d'Alma (1988 à Séoul) », d'après le journaliste Stéphane Bégin⁴.

Ayant atteint les plus hauts sommets de sa discipline à 23 ans, Serge revient des Olympiques avec l'intention de s'entraîner de façon moins intensive pour se consacrer à sa carrière de comptable agréé. Il poursuit tout de même les compétitions jusqu'en 2008, cumulant des participations à 10 Championnats canadiens séniors et à 2 Championnats du monde depuis 1997. Il se retrouve d'abord aux compétitions sportives nationales de Regina, en Saskatchewan, et d'Ingersoll, en Ontario, en 1997 et en 1998, et décroche l'or à Winnipeg, au Manitoba, en 1999.

À cela s'ajoute un 6^e Championnat du monde à Athènes, en Grèce, le 22 novembre 1999. Il se classe cette fois parmi les 85 kg et rejoint également cette catégorie aux Championnats canadiens séniors suivants, excepté celui de Vancouver en 2003, où il compétitionne chez les 94 kg. Ainsi, conservant un rythme d'à peu près un Championnat canadien sénior par année entre 2000 et 2008, il amasse l'or à quatre reprises et prend part à une dernière compétition internationale en Thaïlande, en 2007⁵.

Serge Tremblay prend sa retraite de la discipline en 2008 et se marie en août à Maryse Turcotte, aussi athlète en haltérophilie. Le couple a trois jeunes enfants, Louis, Elena et Philippe, et vit à Drummondville depuis 2014. Serge a en effet quitté la ville de Dolbeau en 1992 pour les études, mais a fait partie du Club Do-Mi-Nor jusqu'à la fin de sa carrière.

Bien qu'il ait délaissé le sport de haut niveau, Serge s'entraîne toujours en musculation et effectue des mouvements d'haltérophilie dans ses loisirs. Il fait également beaucoup de

⁴ Stéphane Bégin. « Serge Tremblay obtient son billet pour Atlanta », *Le Quotidien*, Montréal, 1996, p. 47.

⁵ Informations tirées de documents fournis par Serge Tremblay.

vélo en famille et pratique la chasse et la pêche lors de ses séjours en région. C'est en 2006 qu'il rencontre Maryse Turcotte⁶. D'ailleurs, sa participation aux Jeux de Sydney en 2000 passe à l'histoire, car elle est la seule athlète féminine canadienne lors des premiers Jeux olympiques acceptant l'inscription des femmes aux épreuves d'haltérophilie⁷. Elle réitère l'expérience aux Jeux d'Athènes, en 2004⁸.

Cumulant des participations à 7 Championnats du monde, dont 4 de niveau sénior, de même qu'à 21 championnats nationaux tous niveaux confondus, dont 14 médailles d'or, Serge Tremblay mérite aujourd'hui une place toute spéciale parmi les bleuets étoilés de Dolbeau-Mistassini.

⁶ Tiré d'un entretien avec Serge Tremblay, novembre 2017.

⁷ Richard Champion. « Haltérophilie », *Historica Canada*, l'encyclopédie canadienne, 2015 [en ligne : <https://www.encyclopediecanadienne.ca/fr/article/halterophilie/>].

⁸ Sportcom. « La retraite pour Maryse Turcotte », *RDS*, 21 mai 2008 [en ligne : <https://www.rds.ca/amateurs/la-retraite-pour-maryse-turcotte-1.180399>].