

www.vinkomorf.com

Une entrevue avec Geneviève Lesieur / pilote de moto de course. / Par Simon Lacouline

Geneviève Lesieur est une fille de Québec (Val-Bélair) qui pratique un sport plutôt à part. En fait non, ce n'est pas un sport à part : c'est le Québec qui est resté coincé dans le Moyen-âge. Geneviève est pilote de moto et fait de la course de façon compétitive depuis 2 ans.

Quoiqu'il faille avoir la forme assez solide pour pratiquer ce sport, ce n'est pas pour cette raison que nous vous présentons Geneviève aujourd'hui. Du haut de ses 5'5", 110 livres, Geneviève est une pionnière dans le domaine au Québec. Et les gars, avouez que le combo femme et moto est assez explosif, surtout que Geneviève est loin de faire mal aux yeux. Avant de dire une véritable connerie, je vais tout de suite lui céder la parole.

Vinkomorf : Bonjour Geneviève, merci d'avoir accepté de faire cette entrevue. Pour le bénéfice de tous, peux-tu nous faire un tour d'horizon rapide de qui tu es?

Geneviève Lesieur : Mon nom est Geneviève Lesieur, j'habite à Québec depuis l'âge de 3 ans. J'ai aujourd'hui 30 ans, je suis directrice artistique de profession et pilote de course de moto par passion ! J'ai débuté la moto en 1996 et la course en 2003. Difficilement impressionnable, je dois trouver des activités intenses afin de satisfaire ma soif de sensations fortes.

VM : Te considères-tu comme une athlète? Jusqu'à quel point est-ce que la course de moto peut être exigeante au niveau physique?

GL : La course de moto est l'un des sport le plus complet et exigeant que j'ai pratiqués. Notre corps bouge constamment, nous devons toujours nous déplacer sur la moto. Chaque courbe exige adresse, équilibre et force. L'endurance et le cardio sont également très sollicités. Le cerveau et la concentration jouent aussi un rôle important, puisque l'on doit piloter stratégiquement et prendre des décisions rapidement. La moindre hésitation ou mauvaise décision peut nous coûter une position ou entraîner une chute. Alors, évidemment que tout pilote sérieux EST un athlète ! Notre sport est méconnu au Québec et au Canada. Si nous étions reconnus en tant qu'athlètes, nous aurions probablement plus de facilité à être appuyé. En 2004, j'ai été nommée athlète de l'année dans la région de Québec pour la Revue sportive, un grand pas pour notre sport !

VM : J'imagine que parfois le niveau de stress peut être grand et qu'il faille en tenir compte. La fatigue nerveuse ne doit pas être à négliger non plus ?

GL : Effectivement, mais j'apprends de mieux en mieux à gérer mon stress. Vivre dans les puits lors des courses, ce n'est pas toujours évident. Beaucoup de monde, de puissantes odeurs de racing fuel et beaucoup de bruit parfois très tard dans la nuit. Avant d'entrer en piste, je me retire donc dans ma tente avec mes amis bouchons à oreilles, question de relaxer un peu et de faire de la visualisation, ça m'aide énormément. Mais je dirais que cette fatigue nerveuse se manifeste surtout au retour des week-ends de courses, lorsque l'adrénaline tombe!

VM : La plupart des gens doivent te demander depuis combien de temps tu aimes la moto, fais de la moto, fais de la course de moto, etc. Comme nous sommes plutôt nombrilistes chez Vinkomorf et que nous, notre dada c'est l'entraînement, laisse-moi plutôt te demander si tu t'entraînes en salle, et si oui depuis combien de temps?

GL : L'entraînement en salle n'est pas chose nouvelle pour moi. J'ai commencé à l'âge de 19 ans et depuis ce temps, je me suis toujours entraînée sur une base régulière, évidemment lorsque mon travail me le permet ! Il est parfois difficile de jumeler le boulot, la piste et les entraînements. Pas de travail, pas de course. Je ne néglige donc pas cet aspect!

VM : Jusqu'à quel point crois-tu que l'entraînement, et par le fait même la nutrition, sont déterminants dans le sport que tu pratiques?

GL : Lors d'une course, à partir du moment où je réalise combien je suis épuisée, il est évident que ma concentration n'est plus à 100% sur la piste. L'entraînement et une saine alimentation sont donc des facteurs essentiels. Je dois manger de façon à garder une stabilité énergétique pendant toute la durée de l'événement et j'ajoute à ça un «petit boost» avant d'entrer en piste ! Mes entraînements doivent me donner un parfait équilibre entre la force et l'endurance tout en conservant mon poids le plus léger possible!

VM : On peut facilement comprendre comment un athlète intègre ses pratiques régulières avec son entraînement, (qu'il s'agisse de basket, hockey, ski, etc.). Les exigences de chaque discipline doivent être prises en considération, selon la période de l'année, pour éviter de "brûler" un athlète et de le surentraîner. En est-il de même en moto racing?

GL : Je ressens l'épuisement surtout à la fin de ma saison, vers le mois d'octobre. Cet épuisement est un effet cumulatif de stress, déplacements pour les compétitions, horaires débalancés et surchargés, activité physique intense et le travail. Je prends donc un bon 2 mois de pause avant de recommencer l'entraînement de façon graduelle, car il est évident que je ne pourrais soutenir ce rythme à l'année.

VM : As-tu besoin, ou auras-tu besoin éventuellement, des services d'un entraîneur en préparation physique?

GL : J'ai assez d'expérience en conditionnement physique afin de me créer un programme adéquat en fonction de mon sport. Par contre, il est évident que je n'ai pas les connaissances d'un entraîneur professionnel. N'ayant aucun suivi, mon entraînement est plutôt aléatoire et il est difficile d'en constater l'évolution. Même chose pour mes menus alimentaires. Je crois bien tirer mon épingle du jeu, mais il est évident qu'un entraîneur personnel me serait d'un grand secours ! *

VM : L'an dernier, nous avons un coureur sur notre calendrier : Simon Gagnon de la Rive-Sud. Il évolue beaucoup au circuit Ste-Croix, endroit où tu as fait ta première course il y a deux ans je crois? Te souviens tu de comment tu te sentais? Comment le tout s'est-il passé?

GL : Le milieu des courses m'était totalement inconnu. Tout ce que je savais c'est que j'aimais l'aspect technique, physique, performance en plus du défi et de l'adrénaline. Pas étonnant que j'ai eu le coup de foudre pour la piste ! J'ai commencé avec la catégorie féminine et même si je partageais quelques sessions d'essais avec les hommes sur le circuit, j'étais très intimidée. Ma saison s'est mieux déroulée que je ne l'aurais imaginé et sans chute. C'est seulement à la dernière manche de la saison que je me suis inscrite avec les hommes. J'ai adoré mon expérience. 2003 est l'année qui changera probablement toute ma vie puisque aujourd'hui, je ne m'imaginais plus sans moto et surtout sans course !

VM : La chose se rapprochant le plus de la moto c'est probablement la motoneige. Une fille de Val-Bélair doit sans doute posséder une motoneige (désolé... mauvaise blague) Sérieusement, en as-tu déjà fait, que ce soit de façon récréative ou compétitive?

GL : Non, je n'ai pas de Skidoo sur ma galerie (rires) ! Mais c'est certain que j'aime les «bébélles à gaz». Ce qui m'arrête ? Le budget ! Je m'investis donc complètement dans une chose à la fois. Comme une saison coûte excessivement cher, je me limite à ce que j'aime le plus et dans lequel je performe bien. À défaut de pouvoir m'exiler aux États-Unis l'hiver afin de m'y entraîner, je rêve de faire de la course de moto sur glace. En attendant, je demeure active et je fais de la planche à neige, sport dans lequel je retrouve un peu les mêmes sensations qu'à moto : la vitesse, le physique, le contact avec l'environnement, les courbes et un casque !

VM : On serait porté de croire que tout ce qui fonctionne avec un moteur est du domaine des hommes. Quel est la proportion de femmes qui font de la course de moto ?

GL : Très faible... mais ça grimpe tranquillement! Ce sport est nettement plus populaire en Europe et aux États-Unis où l'on peut voir évoluer des jeunes filles de 12 ans qui pilotent comme des maîtres ! Et de plus en plus, les femmes mettent également la main à la pâte côté mécanique. Vous seriez surpris de l'efficacité de certaines. Pour mon cas, j'apprends de jour en jour afin d'être la plus autonome possible.

VM : J'imagine que tu dois tout de même avoir à interagir avec plusieurs hommes. Comment se comportent-ils avec les compétitrices ou mécaniciennes? Sont-ils plutôt du genre à se dire: "Les femmes dans ce sport sont rares, prenons en soin." ou encore "Pff, une fille. Les femmes n'ont pas leur place en moto. C'est un domaine de boys."?

GL : Les avis sont très partagés. Je crois que les «critiqueux» ont peur de se faire «botter les fesses» par des filles (rires) ! Par contre, il est vrai que si une fille fait une erreur en piste parce qu'elle pousse, on dira qu'elle est mauvaise pilote alors qu'un homme sera considéré comme ambitieux ! Mais il ne faudrait pas croire que la majorité sont mécontents, je dirais qu'au contraire, nous sommes excessivement bien reçues et que certains ont même un petit côté protecteur... jusqu'à ce qu'on passe devant (rires) ! Nous avons beaucoup d'aide, d'encouragements et de conseils de plusieurs coureurs, c'est merveilleux ! Je crois que les hommes sont stupéfaits de nos performances.

VM : Tu as plusieurs commanditaires qui t'appuient dans tes démarches. Le seul étant impliqué dans le domaine dont on traite habituellement sur Vinkomorf est XPN (Ces gars-là sont vraiment partout, tellement qu'ils devraient avoir leur propres jeux paralympiques: Les XPN Games, incluant le lancer du 30 livres de Mass-X, le Predator-X-athlon et la lutte en g-string dans la Creatine Xtrem à l'orange). Compte tenu du fait que les sports de moto n'occupent pas encore 90% du cahier des sports des journaux, est-ce difficile pour toi de te trouver des commanditaires? Comment es-tu habituellement reçue par un commanditaire potentiel?

GL : En général, je suis bien reçue. C'est plus facile parce que mon sport commence et que c'est quand même plus rare une fille pilote, mais c'est surtout grâce au fait que je vais moi-même au devant pour rencontrer les gens et trouver mes commanditaires. Je peux sans hésitation vous dire que ce sont tous des passionnés de leur domaine. Ces entreprises ont choisi de croire en moi, s'intéressent à mon sport et apprécient ma personnalité. Une commandite est une relation d'échange. Je privilégie donc ce genre de contact. J'ai la chance d'être appuyée par des gens fantastiques et j'aimerais souligner la considérable aide de mon conjoint Patrice qui m'accompagne toutes les fois qu'il le peut et s'occupe de tous les aspects : mécanique, bouffe, montage de notre site, etc. Il m'appuie également financièrement afin que je puisse bénéficier des meilleurs entraînements possibles.

VM : Tu mentionnes avoir fait la première véritable compétition réservée aux femmes au Québec en 2003. 2003! Que se passait-il au niveau de la moto de compétition avant pour une femme qui voulait s'y adonner?! Le Québec est-il aussi conservateur?!

GL : Assurément en retard ! Avant 2003, on regardait les courses à la télé en ne s'imaginant même pas que ça nous était accessible, alors vous imaginez bien que beaucoup de préjugés ont à tomber avant que les femmes se sentent complètement à l'aise sur la piste. Récemment, un homme me demandait à qui appartenait la moto sur laquelle je m'affairais... je lui dit qu'évidemment elle est à moi et il s'empresse de me répondre «Elle est peut-être à toi, mais ça ne veut pas dire que tu sais la conduire !!!» Wow, on est en 2005, là ?

VM : En effet, tu parle d'un commentaire ! « Ça ne veut pas dire que tu sais la conduire... » Et ces gens-là votent en plus ! Enfin.
Autre sujet : Tes classements aux courses ont été excellents l'an dernier, ce qui t'a valu, je crois, la possibilité d'accéder aux rangs professionnels cette année, après seulement 2 années de compétition, c'est bien cela ? Suis-je dans le champ ou tu es l'une de celles qui aura marqué l'histoire de la moto de compétition Québécoise?

GL : Effectivement, ma 4e place en 2004 au classement général dans la catégorie amateur 600, au Championnat du Circuit Ste-Croix, me donne le choix de devenir professionnelle sur ce circuit. Nous étions 4 filles dans cette catégorie sur environ 20 pilotes et 2 d'entre elles se sont également qualifiées pour accéder au niveau professionnel. La preuve est donc faite que les femmes ont leur place sur la piste ! Il s'agit effectivement d'une première au Québec. Par contre, ma décision à savoir si je monte professionnelle n'est pas encore prise, beaucoup de choses entrent en ligne de compte. Concernant ta question d'avoir marqué l'histoire de la moto au Québec, et bien j'espère surtout encourager d'autres femmes à foncer !

VM : Geneviève, je te remercie énormément d'avoir répondu à nos questions. N'hésite pas à nous tenir au courant de ton évolution!

GL : Tout le plaisir était pour moi, partager ma passion n'est jamais une corvée ! Merci de votre intérêt et venez me voir sur la piste !

Et voilà. Soyez avisés maintenant: y'a pas que les boys qui s'amusent avec les moteurs et la vitesse. Nous avons le privilège d'avoir au Québec une personne comme Geneviève qui décide de sortir des sentiers battus et qui ne se laisse pas intimider à savoir si oui ou non sa passion est acceptable ni ce que les autres en pensent. Y'a pas de questions à se poser: elle aime la moto, elle fait de la moto. Visière baissée, plein gas dans une seule direction: en avant. Ne serait-ce que pour ça, on lui lève notre chapeau.

De toutes façons que vous fassiez de la moto ou non, si vous lisez Vinkomorf, vous apprécierez son petit côté "à côté de la track" (en plus d'être assez jolie, n'est-ce pas..?) Un peu comme je le mentionnais plus haut: « Les femmes de ce calibre sont plutôt rares. Prenons en soin." Ne manquez pas d'aller visiter son site web GLMotoRacing.com pour plus de détails et de photos !

*Hé, ho, les entraîneurs, vous avez bien lu ? « ...il est évident qu'un entraîneur personnel me serait d'un grand secours ! » Lequel sera assez compétent pour pouvoir bien la conseiller, et assez visionnaire pour comprendre que de commanditer Geneviève en l'entraînant gratuitement, c'est de rentrer dans une page d'histoire qui se tourne au Québec... ?