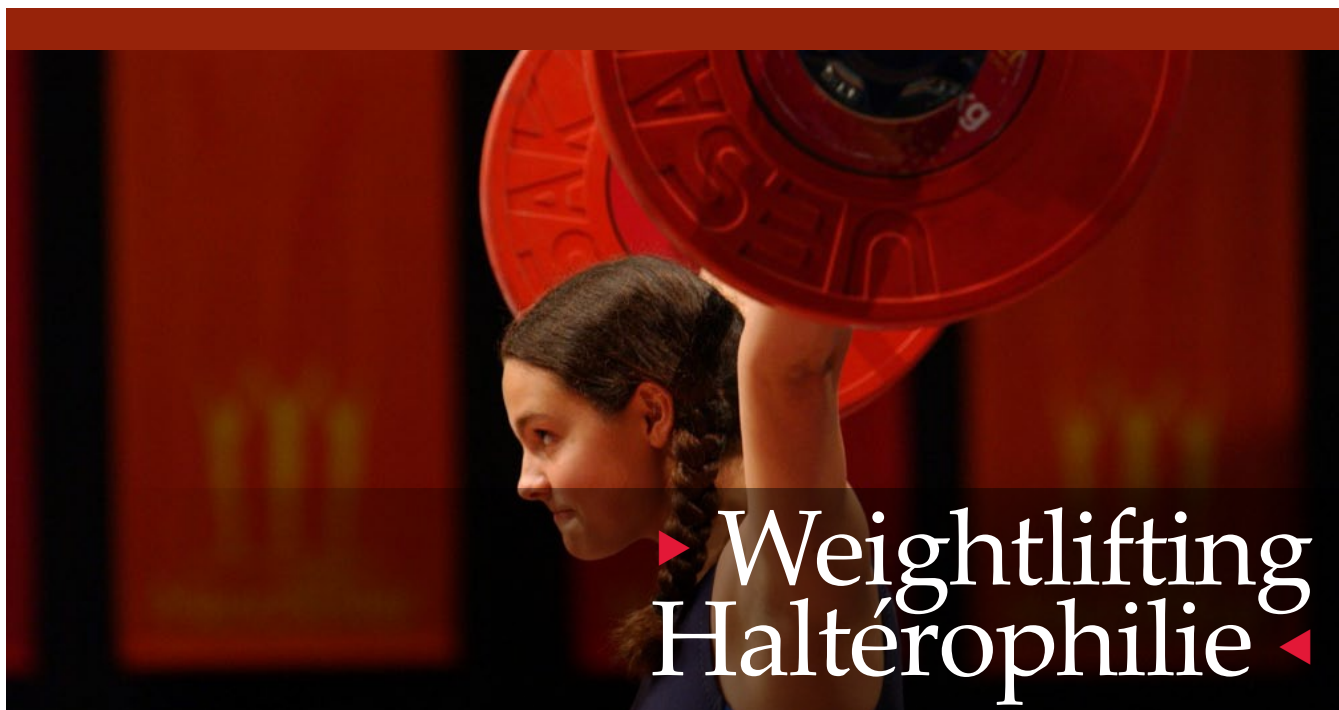


WEIGHTLIFTING

HALTÉROPHILIE





▶ Weightlifting Haltérophilie ◀

TEAM CANADA IN DELHI

The Canadian weightlifting team will be led by a trio of female powerhouses who were all silver medallists of the 2006 Commonwealth Games in Melbourne, Australia.

The squad will count on the leadership of Christine Girard (63 kg), participating in her third Commonwealth Games, who finished fourth at the 2008 Olympic Games in Beijing. Another medal hopeful, Marilou Dozois-Prévost (48 kg) finished 10th at the Beijing Olympic Games and was also a silver medallist in Melbourne. Rounding out the trio is Emily Quarton (58 kg), a serious threat in her weight class.

Jasvir Singh (62 kg), born in Karna, India, is also a member of the Canadian team. In 2008, Singh became the first Indo-Canadian in history to represent Canada in weightlifting. Although Singh qualified for the 2006 Commonwealth Games, he was not yet eligible due to citizenship issues. He became a Canadian citizen in time to qualify for the 2008 Olympic Games in Beijing, where he finished 12th in the 62 kg class.

Singh is now focused on winning a medal at the Commonwealth Games in Delhi. "Right now, I am 100 per cent focused. I feel very fortunate," he says. "I feel extremely proud and happy. These Games will be one of the most memorable competitions of my life."

Mathieu Marineau (85 kg) earned a gold medal at the 2008 Commonwealth Youth Games in Pune, India. At the time, he declared that his experience in Pune was so fantastic that he wanted to come back to India for the Commonwealth Games. Paul Dumais (85 kg), a 2008

ÉQUIPE CANADA À DELHI

L'équipe canadienne d'haltérophilie sera dirigée par un puissant trio de femmes qui avaient toutes trois quitté les derniers Jeux du Commonwealth de 2006 à Melbourne, en Australie avec une médaille d'argent au cou.

L'équipe pourra compter sur le leadership de Christine Girard, en sera à ses 3e Jeux du Commonwealth, 4e lors des Jeux olympiques de Pékin en 2008 chez les 63 kilos. Un autre espoir de médaille, Marilou Dozois-Prévost, a obtenu une 10e place lors des Jeux olympiques de Pékin dans la catégorie des 48 kilos et avait aussi remporté une médaille d'argent à Melbourne. Emily Quarton sera également à surveiller dans la catégorie des 58 kilos.

Jasvir Singh (62 kg), né à Karna, en Inde, sera également de l'équipe canadienne. En 2008, Singh est devenu le premier haltérophile indo-canadien dans l'histoire à représenter le Canada. Bien que Singh s'était qualifié pour participer aux Jeux du Commonwealth de 2006, il n'était pas admissible puisqu'il n'avait pas encore obtenu sa citoyenneté canadienne. Il l'avait reçue à temps pour lui permettre de se qualifier pour les Jeux olympiques de Pékin en 2008 où il a terminé 12e chez les 62 kilos.

Singh se concentre maintenant à remporter une médaille lors des Jeux du Commonwealth à Delhi. « Présentement, je suis concentré à 100 pour cent. Je me sens très chanceux, » mentionne-t-il. « Je suis très fier et très heureux. Ces Jeux vont être l'une des compétitions les plus mémorables de ma vie. »

Mathieu Marineau (85 kg) avait remporté une médaille d'or lors des Jeux de la Jeunesse du Commonwealth à



Youth Games gold medallist, is another athlete to watch. Coach, Pierre Roy, was also a member of the team that travelled to Pune.

“Canada has been very fortunate to qualify a full team of eight men and seven women in weightlifting at the 2010 Commonwealth Games in Delhi,” declared Paul Barrett, President of the Canadian Weightlifting Federation. “These athletes have worked hard to qualify for this prestigious event, and the expectation is that they will be very competitive in their respective categories. I wish the team every success, and remain confident that five gold medals is a distinct possibility.”

DATES:

October 4-12, 2010

VENUE(S):

J.N. Sports Complex

NUMBER OF EVENTS:

8 for men, 7 for women

HISTORY

Historical sources indicate that weightlifting was popular as a sport in ancient Greece. A 143.5 kg stone dating back to the 6th century BC was found at Olympia with an inscription that showed it was a dedicatory offer by an athlete named Bybon who had lifted it above his head with one hand. A stone weighing 480 kg, discovered on Santorini (Thera) Island, bore an inscription indicating that a man named Eumastas had lifted it off the ground. Depictions of men raising weights have been found in other countries as well. In Egypt, for instance, decorative reliefs on the tombs of the Pharaohs show people lifting utricles or fabric sacks filled with sand.

Weightlifting was on the program of the first modern Olympic Games in Athens in 1896. Women's weightlifting was introduced into the Olympic program at the 2000 Olympic Games in Sydney.

In May 2005, the implementation of the “one-kilo rule” came into effect and changed the sport of weightlifting forever. In the past, athletes had to progress each lift by 2.5 kilograms; now it has decreased to one-kilogram increments. With this new rule, competition strategies have changed, causing many more challenges on the platform and, in turn, creating a lot more excitement for the audience.

Pune en Inde en 2008. Il avait même déclaré à l'époque qu'il avait vécu une si belle expérience qu'il souhaitait revenir en Inde pour les Jeux du Commonwealth. Paul Dumais (85 kg), un médaillé d'or des Jeux de la Jeunesse du Commonwealth, est un autre athlète à surveiller. L'entraîneur, Pierre Roy, faisait aussi partie de l'équipe qui s'était rendue à Pune.

« Le Canada est très fortuné d'avoir pu qualifier une équipe complète de huit hommes et sept femmes en haltérophilie pour les Jeux du Commonwealth de Delhi 2010, » a noté Paul Barrett, président de la Fédération haltérophile canadienne. « Les athlètes ont travaillé très fort pour se qualifier à cette prestigieuse compétition et on s'attend à ce qu'ils soient tous très compétitifs dans leurs catégories respectives. Je leur souhaite tous beaucoup de succès et je demeure confiant qu'une récolte de cinq médailles d'or est tout à fait possible. »

DATES :

Du 4 au 12 octobre 2010

LIEU(X):

J.N. Sports Complex

NOMBRE D'ÉPREUVES :

8 pour les hommes, 7 pour les femmes

HISTORIQUE

Selon diverses sources historiques, l'haltérophilie était un sport populaire dans la Grèce antique. À Olympie, on a retrouvé une pierre pesant 143,5 kg, offrande d'un athlète dénommé Bybôn qui, selon l'inscription gravée, l'avait soulevée d'une main au-dessus de sa tête. Une pierre de 480 kg, trouvée sur l'île de Santorin (Thera), portait une inscription indiquant qu'un homme appelé Eumastas l'avait soulevée du sol. On a également trouvé dans d'autres pays des vestiges anciens où des hommes étaient représentés en train de lever des poids. En Égypte, par exemple, des reliefs sur les parois des tombeaux des pharaons mettent en scène des hommes soulevant des utricles ou des sacs de toile remplis de sable.

L'haltérophilie figurait au programme des premiers Jeux olympiques modernes, à Athènes, en 1896. L'haltérophilie féminine a été intégrée au programme olympique lors des Jeux olympiques de 2000, à Sydney.

En mai 2005, l'entrée en vigueur de la « règle du 1 kilo » a changé à tout jamais l'haltérophilie. Auparavant, les



OVERVIEW

Weightlifting consists of two lifts executed in a standard order: first the snatch and then the clean and jerk. Each athlete has the right to three attempts for each lift. The athlete's best performances in each lift are added together and the total determines the final rankings. If two athletes have an equal total, the athlete with the lower bodyweight will be placed higher.

Athletes compete in categories according to their body weight. The goal is to execute a proper lift with as heavy a weight as possible. Weightlifters compete in eight weight categories for men and seven for women on a four-metre-square platform before a panel of three judges. If a lift is successful, the lifter must add at least one kg for the next attempt. If the first or second attempt is unsuccessful, the lifter may try the same weight again. The lifter is allowed one minute to complete a lift after his or her name is called.

According to International Weightlifting Federation (IWF) rules, in competitions the athlete's performances in both movements are put together to determine the final placement.

WEIGHT CATEGORIES

Athletes are separated into categories according to their body weight. Since January 1998, the body weight categories are as follows:

Men	Women
56 kg	48 kg
62 kg	53 kg
69 kg	58 kg
77 kg	63 kg
85 kg	69 kg
94 kg	75 kg
105 kg	over 75 kg
over 105 kg	

TECHNIQUES

SNATCH

The snatch is the quicker of the two lifts and requires a great deal of speed, coordination and strength. The lift is performed taking a very wide grip on the bar and in one motion the bar is lifted to an overhead position with the arms fully extended. When the bar reaches a height slightly below the chest the athlete will either drop down into a full squat position or split the legs front and back while going under the bar. Using these methods allows

athlètes devaient soulever à chaque fois 2,5 kilogrammes de plus; l'augmentation est maintenant réduite à un kilogramme. Cette nouvelle règle a modifié les stratégies des concurrents, suscitant beaucoup plus de défis sur le plateau de compétition et beaucoup plus d'excitation dans l'auditoire.

SURVOL

Les haltérophiles exécutent deux types de mouvement : l'arraché et l'épaulé-jeté. Chaque haltérophile dispose de trois tentatives pour chaque mouvement, et les points de son meilleur arraché et ceux de son meilleur épaulé-jeté sont additionnés afin de déterminer les vainqueurs. En cas d'égalité, c'est le concurrent le plus léger qui gagne.

Les athlètes concourent dans différentes catégories selon leur poids corporel. L'objectif est d'exécuter un bon lever avec un maximum de poids. Les haltérophiles masculins concourent dans huit catégories de poids et les femmes dans sept catégories de poids, sur un plateau carré de 4 m carrés, devant trois juges. Si un lever est réussi, l'haltérophile doit ajouter au moins 1 kg à son essai suivant. Si le premier ou le deuxième essai est raté, l'haltérophile peut essayer de nouveau de soulever la même charge. Il dispose d'une minute pour exécuter un lever après l'appel de son nom.

Selon les règlements de la Fédération internationale d'haltérophilie (FIH), il faut tenir compte de l'exécution des deux mouvements pour établir le classement final d'un athlète au cours d'une compétition.

CATÉGORIES DE POIDS

Les athlètes sont répartis en catégories selon leur poids corporel. Depuis janvier 1998, les catégories de poids sont les suivantes :

Hommes	Femmes
56 kg	48 kg
62 kg	53 kg
69 kg	58 kg
77 kg	63 kg
85 kg	69 kg
94 kg	75 kg
105 kg	plus de 75 kg
plus de 105 kg	

TECHNIQUES

L'ARRACHÉ

L'arraché, le plus rapide des deux levers, exige une bonne dose de vitesse, de coordination et de force.



the weightlifter to achieve heavier lifts than if they had to pull the weight to their full height. However, the lift must be performed very quickly and accurately to ensure that the athlete is directly under the bar before gravity takes over. The weightlifter then stands erect and the referees will judge the lift as successful when the lifter's feet are in line and the lifter has the bar under control. The competitor is then directed to return the weight to the platform.

THE CLEAN AND JERK

The clean and jerk is a two-stage lift and weightlifters can achieve higher weights. It also requires great speed and coordination to accomplish this lift. The first part is the "clean," in which the goal is to get the weight to the shoulders. A grip that is about shoulder width is used but the athlete will again employ either the squat or split style to assist in lifting more weight. After fixing the bar on the shoulders the lifter will rise to a standing position. The competitor then bends the legs and with great force drives the weight to fully extended arms' length. This portion of the lift is called the "jerk". Again, to allow heavier weights to be lifted, a split of the legs is used to let the lifter move under the bar. As in the snatch, the athlete stands with the weight supported overhead, the referees judge the lift and signal for the bar to be put down after the lifter's feet are in line and the bar is under control.

FOR MORE INFORMATION:

Canadian Weightlifting Federation

2200, avenue Léon-Pratte Suite 100
Saint-Hyacinthe, QC J2S 4B6
Tel: (450) 778-6985
Email: infoCWFHC@fedhaltero.qc.ca
www.canadianweightlifting.ca

International Weightlifting Federation

www.iwf.net

Media attaché in Delhi

Julie Audette

L'haltérophile exécute le lever au moyen d'une prise très large sur la barre et, d'un mouvement continu, il soulève la charge au-dessus de sa tête à bout de bras. Lorsque la barre arrive en dessous de sa poitrine, l'athlète s'accroupit complètement ou se fend, tout en passant sous la barre. Le recours à ces méthodes permet à l'haltérophile de réaliser des leviers plus lourds que s'il devait soulever la charge avec le corps dressé. Cependant, le lever doit être exécuté très rapidement et avec beaucoup de précision afin que l'athlète passe directement sous la barre avant que la gravité ne prenne le dessus. L'haltérophile se redresse ensuite complètement; les arbitres jugeront le lever réussi si les pieds de l'athlète sont alignés et qu'il maîtrise la barre. On donne ensuite le signal au compétiteur de replacer la charge sur le plateau.

L'ÉPAULÉ-JETÉ

L'épaulé-jeté est un lever en deux étapes qui permet aux haltérophiles de soulever des charges plus lourdes qu'à l'arraché. Il faut également beaucoup de rapidité et de coordination pour exécuter ce type de lever. L'objectif de la première partie, appelée « l'épaulé », est de lever le poids jusqu'aux épaules. L'athlète utilise une prise dont la largeur équivaut presque à celle des épaules, mais il s'accroupit ou écarte les jambes, comme à l'arraché, pour réussir à soulever plus de poids. Après avoir immobilisé la barre sur ses épaules, l'haltérophile se redresse complètement. Il fléchit ensuite les jambes et propulse vigoureusement la charge à bout de bras; cette partie du lever s'appelle « jeté ». Ici aussi, pour soulever plus de poids, l'haltérophile écarte les jambes afin de passer sous la barre. Comme dans le cas de l'arraché, l'athlète se redresse et soutient la charge au-dessus de sa tête; les arbitres évaluent le lever et donnent le signal de replacer la barre sur le plateau lorsque les pieds de l'haltérophile sont alignés et qu'il maîtrise la barre.

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES :

Fédération haltérophile canadienne

2200, avenue Léon-Pratte, bureau 100
Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 4B6
Tél. : (450) 778-6985
Courriel : infoCWFHC@fedhaltero.qc.ca
www.canadianweightlifting.ca

International Weightlifting Federation

www.iwf.net

Attachée de presse à Delhi

Julie Audette

**69 KG**
ARÈS-PILON, Marie-Josée

Born/Né(e): 30 Apr/avr 1982,
Edmonton, AB

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence:
Sherbrooke, QC

Ht/Taille: 164 cm

Wt/Poids: 67 kg

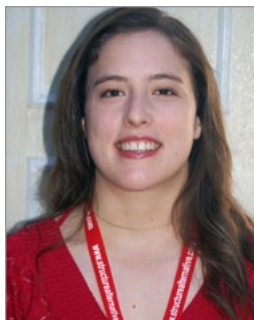
Coach/Entraîneur: Gilles Poirier

Club: Leber, Sherbrooke QC

Occupation/Profession: Kinesiologist, massage therapist/
Kinésologue, massothérapeute

Personal best/Meilleure performance: 198 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2007	WC/CM	3
2007	Commonwealth Champ	2
2006	Pacific Rim International	3
2006	CDN Champ/Champ cdn	3
2005	CDN Champ/Champ cdn	3

**75 KG**
BEAUCHEMIN-NADEAU, Marie-Ève

Born/Né(e): 13 Oct/oct 1988,
Montréal, QC

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence:
Candiac, QC

Ht/Taille: 166 cm

Wt/Poids: 75 kg

Coach/Entraîneur: Pierre Bergeron Jr

Club: Fortius, Brossard, QC

Occupation/Profession:

Personal best/Meilleure performance: 226 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	W Uni Champ/Champ mon uni	3
2010	CDN Champ/Champ cdn	1
2009	W Champ/Champ du M	12
2008	W Uni Champ/Champ mon uni	3
2008	W Jr Champ/Champ du M jr	5
2008	CDN Champ/Champ cdn	1
2007	W Champ/Champ du M	23
2007	W Jr Champ/Champ du M jr	7



53 KG

DOZOIS-PRÉVOST, MarilouBorn/Né(e): 11 May/mai 1986,
Montréal, QC

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence:
Montréal, QC

Ht/Taille: 160 cm

Wt/Poids: 53 kg

Coach/Entraîneur: Simon Demers-Marcil

Club: Pointe-aux-Trembles, QC

Occupation/Profession: Student, UQAM/Étudiante, UQAM

Personal best/Meilleure performance: 190 kg

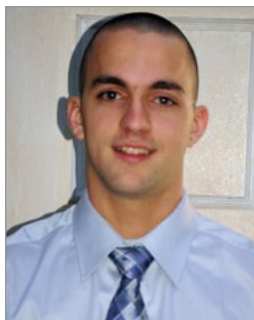
CAREER HIGHLIGHTS

Finished 10th in the 48 kg category at the 2008 Olympic Games in Beijing... Silver medallist at the 2006 Commonwealth Games and 2010 World University Championship.

FAITS SAILLANTS DE SA CARRIÈRE

A terminé 10^e dans la catégorie des 48 kg aux Jeux olympiques de 2008 à Beijing... Médaillée d'argent aux Jeux du Commonwealth de 2006 et aux Championnats mondiaux universitaires de 2010.

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	W Uni Champ/Champ mon uni	2
2009	W Champ/Champ du M	12
2008	OG/JO Beijing	10
2007	W Champ/Champ du M	27
2006	W Champ/Champ du M	15
2006	W Jr Champ/Champ du M jr	5
2006	CG/JC Melbourne	2



85 KG

DUMAIS, PaulBorn/Né(e): 8 Mar/mars 1991,
Montréal, QC

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence: Pointe-aux-
Trembles, QC

Ht/Taille: 178 cm

Wt/Poids: 85 kg

Coach/Entraîneur: Pierre Roy

Club: Haltérophilie de Montréal

Occupation/Profession:

Personal best/Meilleure performance: 320 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	W Jr Champ/Champ du M jr	9
2010	CDN Champ/Champ cdn	2
2009	W Champ/Champ du M	18
2009	W Jr Champ/Champ du M jr	18
2009	CDN Champ/Champ cdn	1
2008	Youth CG/JC Jeunesse	1
2008	CDN Champ/Champ cdn	2



69 KG

GIRARD, ChristineBorn/Né(e): 3 Jan/janv 1985,
Elliot Lake, ON

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence:
White Rock, BC

Ht/Taille: 160 cm

Wt/Poids: 69 kg

Coach/Entraîneur: Pierre Bergeron Jr

Club: Semiahmoo Weightlifting Club

Occupation/Profession:

Personal best/Meilleure performance: 228 kg

Website/site web: www.christinegirard.ca

CAREER HIGHLIGHTS

Silver medallist at the 2006 Commonwealth Games and a bronze medallist in 2002... Finished fourth at the 2008 Olympic Games with a total of 228 kg... Holds the Commonwealth Games record and the Pan American Games record in the clean and jerk.

FAITS SAILLANTS DE SA CARRIÈRE

Médaillée d'argent aux Jeux du Commonwealth de 2006 et médaillée de bronze en 2002... A terminé 4^e aux Jeux olympiques de 2008 avec un total de 228 kg... Détient le record des Jeux du Commonwealth et des Jeux panaméricains à l'épaulé-jeté.

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	1
2009	W Champ/Champ du M	8
2009	Pan Am Champ/Champ panam	2
2008	OG/JO Beijing	4
2007	Pan Am Games/Jeux panam	2
2006	W Champ/Champ du M	12
2006	W Uni Champ/Champ mon uni	3
2006	CG/JC Melbourne	2
2002	CG/JC Manchester	5



+105 KG

KOBALADZE, GeorgeBorn/Né(e): 24 May/mai 1976,
Tschinvali, GEO

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence:
Montréal, QC

Ht/Taille: 186 cm

Wt/Poids: 123 kg

Coach/Entraîneur: John Margolis

Club: Concordia-International

Occupation/Profession:

Personal best/Meilleure performance: 375 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	1
2009	W Champ/Champ du M	14
2009	CDN Champ/Champ cdn	1
2008	CDN Champ/Champ cdn	1
2001	W Champ/Champ du M	8



69 KG

LUSSIER, Dominic

Born/Né(e): 10 Mar/mars 1984,
Saint-Hyacinthe, QC

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence:
Windsor, QC

Ht/Taille: 168 cm

Wt/Poids: 72 kg

Coach/Entraîneur: Yvan Darsigny

Club: Machine-Rouge, Saint-Hyacinthe

Occupation/Profession:

Customer Service Agent/Agent de service à la clientèle

Personal best/Meilleure performance: 272 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	2
2009	CDN Champ/Champ cdn	1
2008	CDN Champ/Champ cdn	2
2008	Pan Am Champ/Champ panam	7
2007	CDN Champ/Champ cdn	2
2005	W Uni Champ/Champ mon uni	8
2004	W Uni Champ/Champ mon uni	5



85 KG

MARINEAU, Mathieu

Born/Né(e): 1 Dec/déc 1990,
St-Jérôme, QC

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence: St-André-
d'Argenteuil, QC

Ht/Taille: 183 cm

Wt/Poids: 84 kg

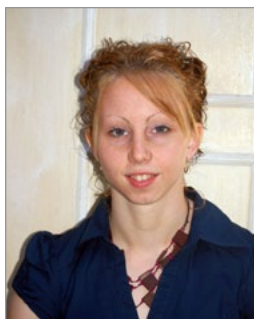
Coach/Entraîneur: Guy Marineau

Club: Du Nord

Occupation/Profession: Student, Cégep Montmorency/Étudiant, Cégep Montmorency

Personal best/Meilleure performance: 310 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	W Jr Champ/Champ du M jr	10
2010	CDN Champ/Champ cdn	1
2009	W Jr Champ/Champ du M jr	21
2009	CDN Champ/Champ cdn	3
2008	Youth CG/JC Jeunesse	1
2008	CDN Champ/Champ cdn	3
2007	CDN Champ/Champ cdn	10



58 KG

MONIQUE, Annie

Born/Né(e): 28 Marmars 1990,
Ormstown, QC

Hometown/A grandi à:
Godmanchester, QC

Residence/Résidence:
Windsor, QC

Ht/Taille: 160 cm

Wt/Poids: 58 kg

Coach/Entraîneur: Yvan Darsigny

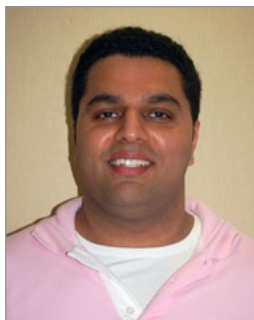
Club: Machine-Rouge

Occupation/Profession:

Student, Cegep Sherbrooke/Étudiante, Cégep de Sherbrooke

Personal best/Meilleure performance: 183 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	W Jr Champ/Champ du M jr	11
2010	CDN Champ/Champ cdn	2
2009	W Jr Champ/Champ du M jr	12
2009	CDN Champ/Champ cdn	2
2008	CDN Champ/Champ cdn	2
2007	W Jr Champ/Champ du M jr	11
2007	CDN Champ/Champ cdn	1



+105 KG

PHANGURA, Parm

Born/Né(e): 11 Oct/oct 1979,
Quesnel, BC

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence: Surrey, BC

Ht/Taille: 191 cm

Wt/Poids: 137 kg

Coach/Entraîneur: Danjuma Gad

Club: Ultimate

Occupation/Profession:

Personal best/Meilleure performance: 320 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	2
2007	CDN Champ/Champ cdn	1
2004	CDN Champ/Champ cdn	2



58 KG

QUARTON, Emily

Born/Né(e): 9 Aug/août 1984,
Mississauga, ON

Hometown/A grandi à:
Whitehorse, YT

Residence/Résidence:
Île-Bizard, QC

Ht/Taille: 155 cm

Wt/Poids: 58 kg

Coach/Entraîneur: Vincent Paquin

Club: West Island

Occupation/Profession: Student, Concordia University/Étudiante, Université Concordia

Personal best/Meilleure performance: 195 kg

CAREER HIGHLIGHTS

Silver medallist at the 2006 Commonwealth Games with a total of 178 kg... Awarded Best Female Lifter honours at the 2006 Quebec Senior Championships.

FAITS SAILLANTS DE SA CARRIÈRE

Médaillée d'argent aux Jeux du Commonwealth de 2006 avec un total de 178 kg... A mérité le titre de meilleure athlète féminine au Championnat sénior du Québec de 2006.

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	1
2009	W Champ/Champ du M	11
2008	CDN Champ/Champ cdn	1
2006	W Champ/Champ du M	21
2006	CG/JC Melbourne	2



94 KG

RAMSAY, Buck

Born/Né(e):
13 Aug/août 1982, Banff, AB

Hometown/A grandi à:

Residence/Résidence:
Hamilton, ON

Ht/Taille: 173 cm

Wt/Poids: 94 kg

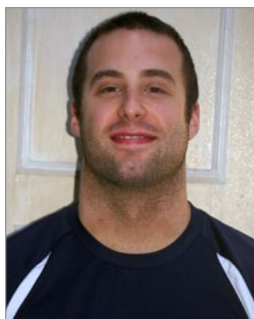
Coach/Entraîneur: Steve Sandor

Club: Sabaria Weightlifting Club

Occupation/Profession:

Personal best/Meilleure performance: 324 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	2
2009	CDN Champ/Champ cdn	1
2008	W Champ/Champ du M	--
2007	Pan Am Games/Jeux panam	6
2005	W Uni Champ/Champ mon uni	10



94 KG

ROBERTS, Nick

Born/Né(e): 15 Sep/sept 1984,
Corner Brook, NL
Hometown/A grandi à:
Residence/Résidence: Verdun, QC
Ht/Taille: 172 cm

Wt/Poids: 94 kg
Coach/Entraîneur: Evgueni Romanov
Club: Les Géants de Montréal
Occupation/Profession:
Personal best/Meilleure performance: 346 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	Pan Am Champ/Champ panam	3
2010	CDN Champ/Champ cdn	1
2008	CDN Champ/Champ cdn	1
2008	Pan Am Champ/Champ panam	4
2006	W Champ/Champ du M	--
2006	CG/JC Melbourne	6



62 KG

SINGH, Jasvir

Born/Né(e): 13 Apr/avr 1977,
Karnana, IND
Hometown/A grandi à:
Residence/Résidence:
Burnaby, BC
Ht/Taille:

Wt/Poids: 62 kg
Coach/Entraîneur: Guy Greavette
Club: Vikings
Occupation/Profession:
Personal best/Meilleure performance: 260 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	1
2009	W Champ/Champ du M	21
2009	CDN Champ/Champ cdn	1
2008	OG/JO Beijing	12
2008	CDN Champ/Champ cdn	1
2007	W Champ/Champ du M	32



75 KG

WILLIAMS, Katelynn

Born/Né(e): 12 May/mai 1987,
Richmond, BC

Hometown/A grandi à:
Langley, BC

Residence/Résidence:
Langley, BC

Ht/Taille: 164 cm

Wt/Poids: 69 kg

Coach/Entraîneur: Dieter Stamm

Club: Semi Weightlifting Club

Occupation/Profession: Sales Associate, Home Depot/*Préposée aux ventes, Home Depot*

Personal best/Meilleure performance: 203 kg

YEAR ANNÉE	EVENT ÉPREUVE	PLACE CLASSEMENT
2010	CDN Champ/Champ cdn	2
2008	NA Champ/Champ n-a	1
2008	CDN Champ/Champ cdn	2
2007	W Jr Champ/Champ du m jr	11
2006	CDN Champ/Champ cdn	3



TEAM LEADER/GÉRANT D'ÉQUIPE

JUBINVILLE, Yan

Residence/Lieu de résidence:
Saint-Hyacinthe, QC

With National Team since/Avec
l'Équipe nationale depuis:
N/A; S/O



COACH/ENTRAÎNEUR: BEAUCHEMIN-NADEAU, GIRARD

BERGERON, Pierre

Residence/Lieu de résidence:
Candiac, QC

With National Team since/Avec
l'Équipe nationale depuis: 1997

SPORT AND COACHING EXPERIENCE

Coached at more than 40 international competitions including:

10 Senior World Championships;
1998, 2002 and 2006 Commonwealth Games;
1999 and 2003 Pan American Games;
2000 and 2004 Olympic Games.

EXPÉRIENCE SPORTIVE ET COMME ENTRAÎNEUR:

Entraîneur à plus de 40 compétitions internationales dont:

10 Championnats du monde sénior;
Jeux du Commonwealth de 1998, 2002 et 2006;
Jeux panaméricains de 1999 et 2003;
Jeux olympiques de 2000 et 2004.

Coaching Certification Level (NCCP)/
Niveau de certification (PNCE): 3



COACH/ENTRAÎNEUR: DOZOIS-PRÉVOST

DEMERS-MARCIL, SimonResidence/Lieu de résidence:
Montréal, QCWith National Team since/Avec
l'Équipe nationale depuis: 2004Coaching Certification Level (NCCP)/
Niveau de certification (PNCE): 3**SPORT AND COACHING EXPERIENCE/EXPÉRIENCE
SPORTIVE ET COMME ENTRAÎNEUR:**

2004 World University Championships

2005 Junior World Championships

2006-2007 Senior World Championships

Championnats mondiaux universitaires de 2004

Championnats du monde junior de 2005

Championnats du monde sénior de 2006 et 2007



COACH/ENTRAÎNEUR: DUMAIS

ROY, PierreResidence/Lieu de résidence:
Boucherville, QCWith National Team since/Avec
l'Équipe nationale depuis: 1978Coaching Certification Level (NCCP)/
Niveau de certification (PNCE): 3**SPORT AND COACHING EXPERIENCE**

Competed as an athlete from 1968 to 1975;

Began coaching in 1976 and has been involved with 50
athletes who have competed at an international level;

Coach at Junior and Senior World Championships;

Commonwealth Games coach;

1984 Olympic Games coach.

EXPÉRIENCE SPORTIVE ET COMME ENTRAÎNEUR:

A fait compétition de 1968 à 1975;

A commencé sa carrière d'entraîneur en 1976 et a appuyé
50 athlètes qui ont compétitionné au niveau international;

Entraîneur aux Championnats du monde junior et sénior

Entraîneur aux Jeux du Commonwealth;

Entraîneur aux Jeux olympiques de 1984.