

# COMME DES OLYMPIENS

TEXTES SIMON DROUIN

Ils pratiquent leur sport une quinzaine d'heures par semaine, embauchent des entraîneurs privés et dépensent des milliers de dollars pour participer à des compétitions. Des olympiens? Non. Des travailleurs à temps plein dont l'apogée athlétique est largement dépassée. Leur récompense: le sentiment du devoir accompli et le dépassement de ses propres limites. Incursion dans l'univers des accros à l'endorphine.



Kevin Becker  
PHOTO FRANÇOIS ROY,  
LA PRESSE

KATHERINE CALDER-BECKER ET KEVIN BECKER

## Le couple de fer

« Un mode de vie »

SIMON DROUIN

Katherine Calder-Becker et Kevin Becker forment un couple de fer. Depuis 2006, ces deux professionnels de 46 ans ont participé ensemble à huit triathlons Ironman aux quatre coins du globe: 3,8 kilomètres de natation, 180 km de vélo et un marathon de 42 km. Les épreuves durent 10-11 heures. Demain matin, au Brésil, ils prendront part à leur neuvième Ironman, avant d'enchaîner, au cours des deux prochains mois, avec ceux de Nice et de Penticton, en Colombie-Britannique. « Quand tu franchis la ligne d'arrivée, tu ressens le plus grand sentiment d'accomplissement. C'est comme ça à chaque course », dit Katherine Calder-Becker, directrice artistique pour un fabricant de guitares montréalais.

L'aventure des Calder-Becker a commencé en 2003. Gros fumeur pendant 20 ans, Kevin a décidé d'écraser pour de bon. Il cherchait un moyen de se remettre en forme après avoir pris une cinquantaine de livres. Pour son 38<sup>e</sup> anniversaire, sa femme Katherine lui a offert son inscription pour le triathlon Early Bird d'Ottawa, une épreuve par équipe de 500 m de natation, 22 km de vélo et 5 km à course à pied. À l'époque, cela leur paraissait presque une montagne infranchissable. « Maintenant, c'est mon échauffement! » rigole Kevin, directeur des ventes à l'interne pour un fabricant de moteurs électriques.

Avec l'aide des entraîneurs du centre Peak Performance – « On voulait éviter les blessures » – ils sont graduellement

passés à la distance mythique du Ironman. « Aujourd'hui, c'est un mode de vie », disent Katherine et Kevin, parents d'une grande fille de 18 ans.

Les Ironman se préparent au minimum un an à l'avance, tant sur les plans athlétique, organisationnel que budgétaire. « Tout est planifié, je pourrais te montrer les fichiers Excel », dit Kevin.

Leur volume annuel d'entraînement est impressionnant: 8000 à 10 000 km de vélo, 360 km de natation et 2600 km de course à pied. D'autant que les deux athlètes travaillent 40-45 heures par semaines. « Je suis la maîtresse du temps », dit Katherine. Je fais l'épicerie sur l'heure du dîner, le ménage en matinée. Chaque minute compte. Si tu ne gères pas ton temps, impossible d'y arriver. »



PHOTO FRANÇOIS ROY, LA PRESSE