

Frédérique Lambert

**18 ans et déjà des résultats**

PAR : Marie-Eve Potvin

Montréal, 26 novembre 2010 (Sportcom) – La joueuse de raquetball **Frédérique Lambert** a obtenu son deuxième podium en deux ans aux Championnats du monde juniors, samedi dernier, en remportant la médaille d'argent dans la catégorie des 18 ans et moins présentés à Los Angeles. Cette performance lui fait valoir le titre d'Athlète de la semaine Sportcom du 22 novembre.

Après avoir écarté les deuxième et troisième têtes de série du tournoi, la Montréalaise a été éliminée en finale 15-6 et 15-4 par l'Américaine Aubrey O'Brien, la favorite du tournoi. « Je suis très contente d'avoir fini avec la médaille d'argent. Je me suis entraînée toute l'année pour connaître une bonne performance aux mondiaux. Pour moi, cette compétition est très importante et j'ai mis tous les efforts possibles afin d'améliorer mon rang », a indiqué la vice-championne du monde junior.

L'an dernier, Lambert avait récolté la médaille de bronze dans la catégorie des 16 ans et moins, alors que son éternelle rivale O'Brien avait décroché les grands honneurs. « À chaque année, je l'affronte et c'est certain que je voulais la battre. »

**Un avenir brillant**

En action sur les courts depuis l'âge de 8 ans, Lambert n'a pas pris de temps à faire partie de l'élite. Elle a d'ailleurs participé à ses premiers Championnats canadiens seniors alors qu'elle n'était âgée que de 15 ans. Il y a un mois, elle a réussi à battre la meilleure joueuse du pays, Jennifer Saunders, à la première sélection de l'équipe canadienne.

« Battre Jennifer était un moment important pour moi. Je suis dans le circuit canadien depuis quatre ans et je n'avais jamais réussi à la battre. Cette année, je m'étais fixé comme objectif de remporter un match contre elle. Malgré tout, je ne pensais pas le faire si tôt. Une fois de plus, je me rends compte que mon entraînement porte ses fruits », a affirmé celle qui rêve d'être parmi les meilleures joueuses.

Pour Frédérique, le raquetball n'a pas toujours été son sport préféré. « Lorsque j'étais jeune, je détestais le raquetball. La fin de semaine, j'allais à la garderie du gym afin que mes parents puissent pratiquer ce sport. Étant donné que tous mes amis de la garderie ont commencé à jouer, j'ai décidé de les imiter. »

Également joueuse de tennis, Lambert a dû faire un choix à l'âge de 13 ans. « Au tennis, j'étais bien classée au niveau québécois, mais j'ai dû choisir entre les deux afin que je puisse conjuguer mes études et mon sport et réduire les blessures. Mon choix n'a pas été simple, mais le raquetball respectait plus mon style de jeu. »

**Josée Grand'Maitre; un mentor**

Après avoir participé à plusieurs tournois seniors et après avoir côtoyé la crème de la crème des joueuses, la multiple médaillée aux Championnats du monde par groupes d'âge avoue respecter toutes les joueuses au Canada.

« J'admire beaucoup Jennifer Saunders et Josée Grand'Maitre. Elles sont au sein de l'équipe canadienne depuis plusieurs années et elles ont toujours connu des bonnes performances. »

Lambert a la chance de recevoir des conseils personnels d'une de ses idoles, mais aussi d'avoir un soutien moral. « Josée m'aide beaucoup sur les aspects techniques de mon jeu. Sinon elle ne cesse jamais de m'encourager. Pendant les mondiaux, elle m'envoyait des messages textes pour me dire de ne pas lâcher. »

L'étudiante au Cégep de Maisonneuve en science de la santé aspire à pratiquer son sport le plus longtemps possible. Même si elle ne sait pas quel métier elle pratiquera, Frédérique Lambert aimerait terminer ses études en pharmacie, comme son père, ou en médecine.

« L'entraînement dans le sport et les études sont très reliés. Je ne termine pas mes entraînements tant que je ne suis pas satisfaite du résultat et c'est la même chose pour les études. Je ne tiens rien pour acquis et je dois toujours travailler fort pour atteindre les buts que je me suis fixés. »

Frédérique Lambert participera aux Championnats canadiens au mois de mai prochain. Elle sera également présente aux Championnats du monde juniors en 2011.



Photo Raquetball Canada  
Frédérique Lambert

-30-

**Sportcom**

Information : 514-990-0966 ou 1-866-990-0966

## Partenaires de Sportcom



Si vous souhaitez que votre adresse soit retirée de notre liste d'envois, vous n'avez qu'à nous écrire à [info@sportcom.qc.ca](mailto:info@sportcom.qc.ca) et inscrire « retirer » dans le sujet du courriel. Merci.