

**L'équipe des Cavaliers de Bois-de-Boulogne s'est rendue à la Barbade du 29 au 6 décembre dernier afin de participer à des entrainements et à un tournoi. Voici le témoignage d'Ashley Norfleet, la capitaine de cette équipe.**



L'équipe a commencé à planifier ce voyage l'été dernier. « Au début, c'était soit la Barbade, soit la Floride ». Finalement, ils ont opté pour la Barbade, car selon Ashley cette destination était le choix de plusieurs de ses coéquipières. Quatre équipes prenaient part à ce tournoi : les Rockets et les Chargers, qui sont deux équipes de la Barbade, ainsi que les Carabins de l'Université de Montréal et les Cavaliers de Bois-de-Boulogne.

Même s'il s'agissait d'un voyage de volleyball, Ashley et son équipe ont pu profiter de la chaude température et des plages. « Notre horaire était le suivant : nous nous entraînons le matin de 9h à 11h. L'après-midi nous avons du temps libre pour aller à la plage et nous jouons un match le soir. Lors du voyage, nous avons eu congé au Nouvel an et le 5 janvier, une journée avant notre retour. »

Même si le Collège et le Centre sportif où elles jouaient étaient climatisés, les athlètes devaient s'adapter à la température très chaude. « Il faisait vraiment chaud la première journée, nous nous sommes adaptées au fil des jours, nous prenions des pauses plus souvent, surtout pour boire de l'eau »



Selon Ashley, il n'y avait pas vraiment de différence technique entre le jeu de son équipe et celui des équipes barbadiennes. Toutefois, il s'agissait d'équipes Senior. « Les athlètes étaient plus âgées que nous, j'ai demandé son âge à une adversaire et elle m'a répondu qu'elle avait trente ans. J'ai 19 ans et je suis parmi les plus âgées de notre équipe, les autres filles ont 17 ou 18 ans. » De plus, Ashley souligne que leurs adversaires étaient plus grandes qu'elles, ce qui ajoutait de la difficulté lors des blocs.

Le but principal de ce voyage était de prendre de la maturité, « de vieillir en tant qu'équipe ». Selon Ashley, ses coéquipières et elle ont réussi à améliorer leur cohésion d'équipe. « Nous devons trouver des solutions pour bien jouer contre les équipes plus expérimentées que nous, nous avons travaillé notre communication et nos placements de base. De plus, nous devons nous ajuster face aux gros blocs devant nous. C'est surtout notre « mental » qui a changé au cours du voyage. Le plus important pour nous était de jouer notre meilleur volley, car nous ne voulions pas manquer cette expérience » Somme toute, l'équipe a terminé avec la médaille de bronze.

Enfin, pour le reste de la saison, il est certain que, selon la capitaine, les objectifs à atteindre seraient de terminer première lors du championnat provincial et de se classer pour le championnat canadien. « Ce qui encore plus important, c'est de jouer notre meilleur volley et de travailler fort ! »

