

Interski 1995 - Nozawa Onsen [Japon] par
Carmen Archambault

En janvier dernier avait lieu l'INTERSKI 1995, comme à tous les quatre ans. Cet INTERSKI est une rencontre internationale de moniteurs de ski alpin, de ski de fond et de télémark. Les moniteurs ont alors l'opportunité de présenter leurs techniques nationales, leurs méthodes d'enseignement et de les comparer avec celles des autres pays. Les pays qui y ont pris part étaient l'Australie, la République Tchèque, la Finlande, l'Italie, la Norvège, les États-Unis, la Suisse, l'Espagne et le Canada.

Cette rencontre n'est pas une compétition, car les véritables gagnants sont ceux qui glanent le plus d'informations possible sur les autres pays. Le pays hôte, le Japon, accueillera les prochains Jeux olympiques en 1998; le biathlon se déroulera à Nozawa Onsen sur une piste construite cette année.

L'équipe canadienne des moniteurs de ski de

fond, dont je faisais partie, était composée de dix moniteurs de Terre-Neuve à Vancouver, tous membres de l'Association canadienne des moniteurs de ski nordique [CANSI]. Après une courte rencontre à Vancouver, chacun d'entre nous s'est vu assigner un des domaines présentés, soit le style classique, le pas de patineur ou le télémark.

Deux volets composaient les démonstrations. Le premier était une série de huit séquences d'une minute chacune qui pouvaient relever du spectacle. Nous avons pu apprécier, entre autres, l'habileté des Norvégiens et des Finlandais qui ont une aisance fantastique avec les skis : ils pouvaient skier à reculons, exécuter sauts, croisements de skis, pirouettes, culbutes et j'en passe, tout ça avec des éclats de rire et un plaisir à skier très communicatif. Les démonstrations de l'équipe canadienne se sont déroulées au rythme des musiques de la

série télévisée " Scoop ". Notre première séquence présentait un exercice d'apprentissage au pas de patineur : nous avons simulé une partie de hockey avec petit ballon, chandail de hockey et arbitre qui démarrait le jeu. Cette démonstration a beaucoup impressionné spectateurs et journalistes qui connaissent peu notre sport national. Cela nous a valu un article ainsi qu'une photo dans le journal japonais du lendemain. Nos autres démonstrations étaient divisées entre le style classique [exercices d'apprentissage du pas alternatif, double poussée, un pas double poussée, montées et descentes], le pas de patineur [avec ses différentes techniques sur le plat et en montée] et le télémark [progression de la base jusqu'au niveau avancé].

Notre deuxième journée de démonstration était orientée vers les comparaisons techniques à partir des exemples de pas présentés par trois skieurs de chaque pays.

Ces séquences ont toutes été prises sur bande vidéo, ce qui nous permettra, au retour, de poursuivre l'analyse et les comparaisons. Suite à cette étude, nous pourrons confirmer ou modifier nos approches et diffuser ces connaissances aux autres moniteurs partout au Canada. Durant ce séjour, nous avons quand même constaté que les techniques canadiennes sont bonnes même si nous remettons régulièrement nos habiletés en question. C'est ainsi que les futurs élèves des écoles de ski de fond apprendront plus facilement les différentes techniques et retireront encore plus de plaisirs à skier.

Les ateliers d'enseignement faisaient aussi partie de notre implication à l'INTERSKI. Pendant un après-midi, nous étions prêts à enseigner à des groupes de skieurs japonais du niveau intermédiaire jusqu'au niveau de l'équipe nationale du Japon. Pour se faire comprendre, les gestuels ont servi et chaque

groupe avait les services d'un interprète anglais-japonais. Quoi de plus international pour les félicitations ou les encouragements que les applaudissements, les signes de tête, le pouce en l'air et l'air entendu! Expérience très sympathique et enrichissante ! À la fin de la leçon, les Japonais nous ont offert de petits présents pour nous remercier [épinglettes, porte-clés, baguettes pour manger, etc.].

Les deux derniers jours, nous étions libres : suivre d'autres démonstrations [ski alpin, planches à neige], essayer les pistes de ski de fond ou de ski alpin [télémark], visiter le village de Nozawa Onsen ou participer aux activités culturelles régionales [comme travailler l'osier, monter des arrangements floraux, écrire un mot en japonais, etc.].

Nous profitons des soirées bien organisées et bien remplies : soirée de bienvenue, soirée des démonstrateurs, fête du village de Nozawa Onsen et soirée de fermeture où les

gens s'échangent chandails, manteaux, chapeaux, uniformes, etc.

Que dire maintenant de la culture japonaise. Le peuple japonais est très poli, serviable, attentif, posé, réservé. Ils apprennent à ne pas laisser paraître leurs émotions, mais après quelques jours de fraternisation, on pouvait percevoir leur gaieté et leur goût de communiquer avec les étrangers. Dès notre arrivée au Japon, dans l'autobus qui nous menait à Nozawa, on nous a présenté un vidéo nous renseignant sur le mode de vie traditionnel du village hôte. On enlève donc ses souliers ou ses bottes en entrant dans une maison ou un hôtel pour chausser des sandales qu'on enlève ensuite pour circuler dans nos chambres et dans la salle à manger. On dort sur des futons disposés sur le sol et on mange à une table basse [sauf pour les étrangers pour qui on installe tables et chaises]. Dans les chambres, il n'y a pas de chaises, ce sont des coussins sur lesquels on

s'agenouille près d'une table basse et il y a toujours tout ce qu'il faut pour faire du thé vert [thermos d'eau chaude, sachets de thé, théière, tasse]. Ce thé vert est aussi disponible partout gratuitement, même au centre de ski dans des machines distributrices.

Qu'est-ce qu'on y mange? Beaucoup de légumes, poissons et fruits de mer, nouilles, riz et de petites quantités de viandes rouges. Les repas sont présentés dans plusieurs petits bols ou assiettes [six ou sept] dans lesquels il y a différents plats que l'on mange dans l'ordre que l'on veut et, bien sûr, avec les baguettes ! Il y a très peu de desserts si ce n'est des fruits; même aux différentes réceptions il n'y en avait aucun. Par contre, leurs saines habitudes alimentaires sont amoindries par la cigarette qu'ils fument abondamment.

Le village de Nozawa Onsen est un village de skieurs situé dans le creux d'une vallée

et, pour accéder au centre de ski situé plus haut, on peut utiliser, aux extrémités du village, soit un remonte-pente ou un immense tapis roulant recouvert d'une bulle de verre d'une longueur d'environ un kilomètre. La température en janvier se situe autour de $-6\text{ }^{\circ}\text{C}$ au sommet des montagnes et de $0\text{ }^{\circ}\text{C}$ au village, dans la vallée. Il neige abondamment en cette période de l'année [un mètre lors de nos deux derniers jours].

On ne peut quitter Nozawa Onsen sans parler des sources d'eau chaude. Ce village est alimenté de sources souterraines d'eau très chaude qu'ils utilisent à plusieurs fins. D'abord pour se détendre dans les treize grands bains publics dispersés dans le village. Ces bains sont gratuits et toujours ouverts. On s'y rend, on enlève ses vêtements, on se lave assis sur un petit banc avec une petite douche et ensuite on peut entrer dans un grand bassin d'environ 70 centimètres de profondeur et s'y prélasser le

temps qu'on veut en jasant avec d'autres personnes [du même sexe !]. Ces bains sont très populaires dans le village et les Japonais peuvent en fréquenter plusieurs dans une soirée. Dans les hôtels et les auberges, ces bains sont privés, réservés aux employés et clients. L'eau chaude circule aussi le long de certaines rues du village et dans des bassins extérieurs. Elle est recueillie pour cuire des œufs, du blé d'inde, etc. et est également vendue dans les marchés publics. Cette eau est finalement très utile pour le déneigement. Eh oui! on a qu'à pousser la neige dans les rigoles d'eau chaude et le tour est joué.

Après l'INTERSKI, nous sommes revenus par le train rapide vers Tokyo pour deux jours. Quelques minutes après le départ, plus de neige et une température d'environ 12 °C. Arrivés à Tokyo, nous tentons rapidement de prendre le pouls de cette ville : réseau de métro et de train impressionnant, rues commerciales avec

d'immenses néons publicitaires,
sympathique quartier de petits commerces et
restaurants colorés, coût de vie très élevé,
grands jardins, temples anciens, etc. Nous
constatons que Tokyo est une mégalopole à
l'orientale. Voilà! le rêve se termine; nous
voici rendus à l'aéroport...

Mai 1995