

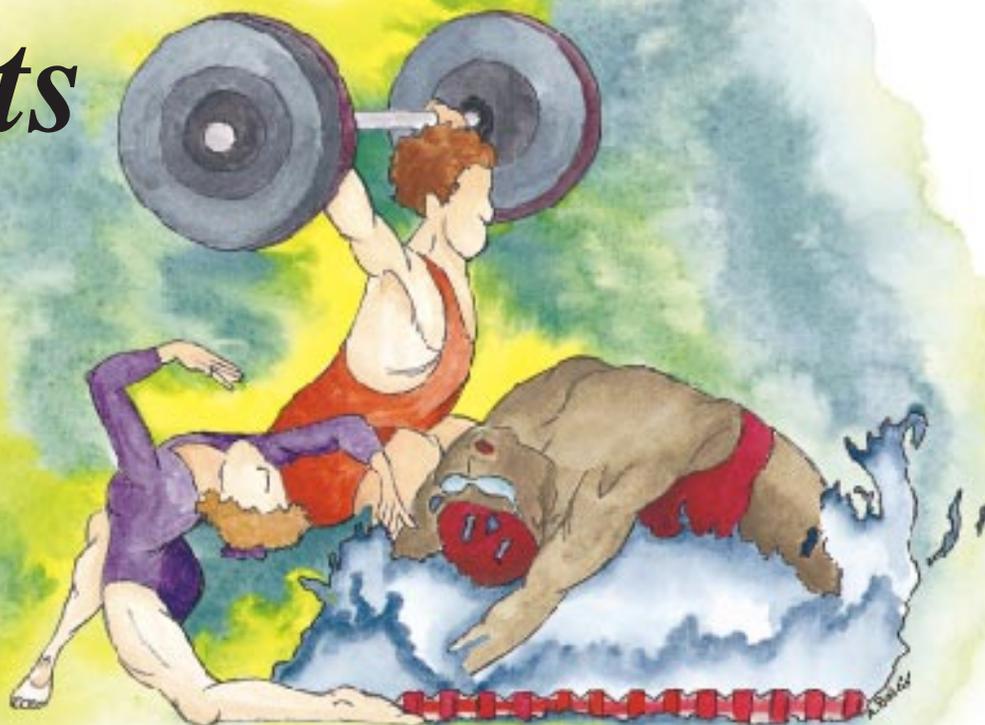
Parlons *sports*

Propos recueillis par Bruno Levesque

Sonia Paquette et Marc Quessy connaissent une carrière sportive exceptionnelle. Sonia Paquette se maintient dans le peloton de tête canadien au 100 mètre haies. Elle a terminé au 8^e rang au Championnat mondial universitaire, tenu en Sicile en août 1997, en plus de remporter une médaille de bronze au relais 4 fois 100 m. De son côté, Marc Quessy évolue dans le monde du sport en fauteuil roulant. Il a remporté plusieurs médailles, que ce soit au Championnat du monde ou aux Jeux paralympiques.

Richard Crevier, Paul Deshaies et Pierre Lemieux sont associés au monde du sport depuis de nombreuses années. Entraîneur du Vert & Or en athlétisme, Richard Crevier est reconnu comme l'un des meilleurs de sa profession au Canada. Pour leur part, Paul Deshaies et Pierre Lemieux sont des anciens porte-couleurs du Vert & Or. Paul Deshaies est maintenant professeur à la Faculté d'éducation physique et sportive, tandis que Pierre Lemieux dirige le Service des ressources humaines de l'Université.

SOMMETS a réuni ces cinq fervents amateurs de sport, afin de discuter des valeurs associées au sport, de l'effort, du respect, de l'honnêteté, de la tricherie et des substances illicites.



« Ce n'est pas du *dopage*, c

par David Farrar*

Ces paroles, je les ai entendues à quelques reprises dans mon cabinet de consultation. Après quelques explications, nous avons, mon patient et moi, conclu que l'effort, sous la supervision d'un entraîneur éclairé, valait mieux que les poudres et les capsules.

Maintenant considérée comme anodine, une telle situation est la conséquence du monde extrêmement compétitif des Jeux olympiques et autres événements sportifs, autant chez les professionnels que les amateurs. L'usage de substances interdites est un secret de polichinelle. Au plus haut niveau de compétition, certains athlètes ou groupes d'athlètes reçoivent de l'aide pour améliorer leur performance, même si les autorités ont institué plusieurs programmes et contrôles pour valoriser la saine compétition et l'éthique.

À un autre niveau, nettement moins privilégié celui-là, des athlètes moins fortunés et moins informés ont surtout accès à des produits du marché clandestin. Ils partagent les aiguilles et risquent la transmission du sida et de l'hépatite; certains produits d'origine humaine peuvent même transmettre la maladie de Creutzfeldt-Jakob, maladie rendue célèbre par les bovins d'Angleterre.

LE REFLET DE NOTRE SOCIÉTÉ

Cette situation est à l'image de l'ensemble de la société que nous avons façonnée, où la compétition et la survie balisent la pratique. Les mondes de l'in-

dustrie, des finances, de la politique... ne sont pas plus propres. Le monde sportif est sans doute l'un des rares domaines où la tendance est à l'amélioration!

Lorsque vous et moi participons à une activité sportive, nous cherchons à nous dépasser, à exécuter le coup parfait qui, pour l'espace de quelques secondes, nous comble de plaisir. Par la suite, nous en parlons abondamment à tous nos amis pour revivre ce moment d'extase. Les athlètes de carrière investissent tout pour se dépasser et dépasser les autres. Par la suite, ils veulent que tout le monde en parle. C'est leur moment d'extase. Quand Ben Johnson a gagné sa course aux Jeux olympiques de 1988, j'ai vu ma mère se lever de sa chaise si vite qu'il s'agissait en soi d'une performance mémorable. Ben Johnson a couru pour ma mère, pour vos parents, pour le monde entier et pour lui-même. Il était prêt à tout pour nous faire bondir de nos sièges. Et il n'était pas le seul.

TOUT EST DANS LE MESSAGE

La machine humaine se subdivise en systèmes et organes dont les fonctions complémentaires s'harmonisent en répondant aux multiples messages chimiques véhiculés par des substances solubles. Ces substances ciblent des relais qui multiplient la portée et modifient le contenu du message. Ainsi s'active un réseau d'informations en cascade, une forme d'Internet intime et précieux. Ce grand réseau de communication, extrêmement complexe, bom-

SOMMETS : Avec tout ce que l'on sait aujourd'hui sur le monde du sport, tous les doutes qui planent depuis l'histoire de Ben Johnson, peut-on croire encore que les athlètes peuvent constituer des modèles pour la jeunesse et le sport une belle école de formation ?

Paul Deshaies : En soi, la compétition sportive n'est ni mauvaise ni bonne. Le sport demeure avant tout un moyen, un moyen de se valoriser, de se développer et d'acquiescer des valeurs. Tout dépend de la façon dont il est utilisé par les parents, par les entraîneurs, par l'ensemble de la structure sportive et par les athlètes eux-mêmes.

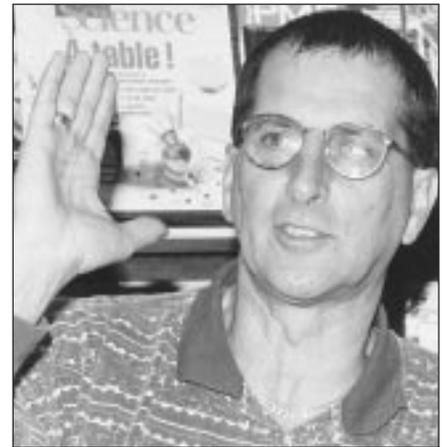
Marc Quessy : Ce n'est pas parce que quelques athlètes utilisent des substances interdites pour gagner, que les athlètes ne peuvent plus être pris comme modèles ou incarner des valeurs positives. Il s'agit juste d'aller dans les grandes compétitions pour s'apercevoir jusqu'à quel point les gens qui sont là sont, en très grande majorité, des gens d'une grande valeur.

Richard Crevier : Pour moi, le sport est un moyen d'éducation. J'ai commencé dans l'enseignement avec cette idée et je conserve cette façon de voir les choses maintenant que

je suis entraîneur. Je crois fermement que le sport demeure une façon de former la jeunesse et je suis certain que des athlètes comme Sonia Paquette, Marc Quessy sont d'excellents modèles pour les jeunes.

Sonia Paquette : Pour trouver des modèles, il ne faut pas nécessairement que les jeunes se tournent vers des athlètes qui ont réussi des choses extraordinaires comme Sylvie Fréchette ou Annie Pelletier. Je crains que la barre soit très haute pour beaucoup d'entre eux et qu'ils risquent de se décourager. Des athlètes de niveau provincial peuvent aussi être de très bons modèles.

Pierre Lemieux : Les athlètes seront toujours des modèles pour les jeunes, qu'on le veuille ou non. Mais il y a toute sorte d'athlètes, donc toute sorte de modèles, des bons comme des moins bons. Pour ce qui est de la valeur éducative du sport, j'ai une assez longue expérience de travail au sein de services de ressources humaines et je sais que beaucoup de gens vont choisir de préférence une personne qui a fait du sport organisé à un niveau assez élevé. Pour ces gens, si ces anciens athlètes ont pu réussir leurs études tout en pratiquant un sport, c'est un signe qu'ils sont capables de s'organiser, de faire des sacrifices quand il le faut, etc.



Paul Deshaies

SOMMETS : Pourtant, si on prend par exemple la course à pied sur courte distance aux Jeux Olympiques, il est difficile de regarder les trois athlètes sur le podium après une course sans penser qu'ils ont peut-être consommé de ces fameuses substances interdites.

Sonia Paquette : Je ne m'arrête pas vraiment à de telles questions. J'ai peut-être déjà battu une fille qui avait pris des stéroïdes. Ce n'est pas parce qu'un athlète prend des

e, ce sont des vitamines et des produits naturels!»

barde d'informations les antennes dans tous les organes jusqu'au niveau cellulaire pour les synchroniser.

L'équilibre optimal, l'homéostasie, est synonyme de bien-être et de santé autant physique que mentale. Lors de l'entraînement, toutes les structures du corps reçoivent de multiples messages d'adaptation et se guérissent en fonction des nouveaux besoins; les performances de l'athlète s'améliorent d'autant. Sur une échelle temporelle plus grande, le message devient génétiquement permanent. Le genre humain évolue.

La plupart des méthodes et des substances utilisées pour le dopage sportif modifient certains de ces messages en les amplifiant sélectivement et hors contexte. À l'inverse, d'autres messages sont rendus silencieux, ce qui permet le dépassement des limites naturelles du corps. En brisant ainsi l'homéostasie, ces substances entraînent une série d'effets secondaires, parfois catastrophiques sur la santé.

DANS LA PHARMACIE

La classe des stimulants sollicite le système nerveux central. La vigilance, le temps de réaction et la force augmentent pendant que la fatigue est réduite. Du même coup, l'athlète éprouve des difficultés de réglage thermique et doit s'accommoder avec de l'irritabilité et de l'insomnie. Testés pour la première fois aux Jeux de Montréal en 1976, les stéroïdes anabolisants, dérivés de l'hormone mâle testostérone, augmentent le nombre et la grosseur des fibres mus-

culaires. L'amélioration de la capacité d'exercice et de la force se combinent malheureusement avec l'apparition, entre autres, d'acné, de gynécomastie (apparition de seins chez l'homme), d'atrophie testiculaire et de maladie cardiovasculaire. Les athlètes féminines doivent vivre avec des effets androgéniques : irrégularités menstruelles, augmentation de la pilosité, hypertrophie du clitoris et atrophie des seins.

La classe des bêta-bloquant diminue la fonction cardiaque et réduit l'anxiété et les tremblements; ces substances intéressent particulièrement les tireurs qui recherchent une plus grande précision et plus de stabilité. Par ailleurs, ces athlètes doivent aussi vivre avec une fonction cardiaque altérée. Pour leur part, les diurétiques façonnent les corps et permettent de réduire le poids de façon très rapide. Ils sont surtout utilisés dans les sports où les athlètes sont classés selon leur poids. Ils permettent à certains de compétitionner dans une classe plus légère que celles où ils se seraient normalement retrouvés. D'autres athlètes utilisent aussi des diurétiques pour augmenter le volume urinaire et masquer d'autres substances par dilution.

Les hormones peptidiques et de croissance ont récemment pris la vedette. Pratiquement impossibles à détecter, ces substances situent leur action à un niveau élevé dans la cascade de message biologique et, par voie de conséquence, accélèrent l'activité de plusieurs types de cellules. Pour la même raison, par épuisement cellulaire, les effets secondaires sont très

variés : ostéoporose, maladie coronarienne, impuissance, diabète et de nombreux autres.

Pour optimiser leur effet et tromper les tests de dépistage, tous ces produits dopants doivent être administrés avec soin selon des dosages et un calendrier individualisés et très précis. Certaines techniques, comme le dopage sanguin, requièrent de plus un équipement spécialisé. Visiblement, la plupart n'ont pas accès à cette expertise, d'où des dangers encore plus grands pour la santé des utilisateurs, sans oublier des réorientations de carrière chez certains athlètes...

J'écris pour vous ce texte par un gris samedi de novembre. Par souci d'efficacité et de performance, j'en suis à mon quatrième café. Serait-ce une des formes de dopage quotidien, socialement acceptées?

* Diplômé de l'Université de Sherbrooke, médecin responsable du Service de santé des Services à la vie étudiante pendant plusieurs années, David Farrar jouit, depuis quelques semaines à peine, d'une semi-prétraite. Il partage maintenant sa vie entre ses passions et son travail comme médecin à la Clinique de médecine et sport située au Centre sportif de l'Université de Sherbrooke.



Marc Quessy



Sonia Paquette



Pierre Lemieux

stéroïdes qu'il devient imbattable. Moi, ce que je veux, c'est aller le plus haut possible, c'est tout. Mais il y a une situation qui m'amène à me poser des questions. C'est quand la progression d'un athlète qui pratique son sport depuis plusieurs années s'améliore tout à coup, quand ses meilleurs temps passent de 10,9 s à 10,3 s en quelque mois.

Paul Deshaies : On peut décider de ne pas se poser de question à ce sujet, mais je suis convaincu, peut-être à tort, qu'ils utilisent des moyens artificiels. Par contre, ça ne veut pas dire qu'on ne peut pas réussir des performances de très haut niveau sans consommer ces substances.

Marc Quessy : C'est presque devenu une blague. Quand le gagnant du 100 m lève le bras en signe de victoire, les gens ne se demandent pas s'il a consommé quelque chose d'illégal, mais quelle sorte il a consommé. Dans mon sport, même s'il est très jeune, les stéroïdes circulent déjà. Les gens savent qui en prend et qui les vend.

Richard Crevier : Je préfère demeurer un peu naïf, parce qu'autrement je vais abandonner. Je persiste à croire qu'il y a encore des champions olympiques propres. Sonia Paquette, dans la troisième plus importante compétition d'athlétisme au monde, le Championnat du monde universitaire, a réussi à participer à la finale et même à monter sur le podium avec une médaille de bronze au relais sans absorber le moindre stéroïde.

Paul Deshaies : Je suis convaincu que la grande majorité des athlètes amateurs, qui s'entraînent beaucoup et qui vont au maximum de leurs possibilités, le font essentiellement parce qu'ils adorent faire ça et ne seront jamais tentés par l'usage de ces substances. Seuls ceux qui atteignent le niveau où ils vont pouvoir monnayer leur talent sportif soit en devenant professionnels, soit en demeurant amateurs dans les quelques disciplines payantes, vont accepter de prendre des stéroïdes. C'est une très petite minorité.

Richard Crevier : Beaucoup d'athlètes qui connaissent une belle carrière au niveau national ne seront jamais parmi les meilleurs au monde, même s'ils utilisaient des stéroïdes. Il n'y a qu'une très mince couche d'athlètes, qui, eux, peuvent avoir des ambitions au plan international. Les stéroïdes anabolisants n'ont rien de magique. Il faut quand même que l'athlète possède des qualités génétiques extraordinaires et s'entraîne pour développer les diverses qualités physiques nécessaires pour obtenir la performance recherchée.

Paul Deshaies : Et c'est difficile de blâmer les gens pour ce choix. On parle de dizaines de millions de dollars. L'enjeu est extrêmement important pour ces personnes. Dans certains cas, c'est leur seul moyen de sortir de la misère.

SOMMETS : *En ce sens, est-ce que les athlètes ne sont pas tout simplement à l'image d'une société qui semble privilégier la réussite sans tenir compte des moyens pris pour y arriver.*

Paul Deshaies : De nos jours, la performance est très valorisée et ceux qui ne gagnent pas sont vite retombés dans l'oubli. L'attrait de la victoire est extrêmement fort et, dans bien des sports, peut avoir une valeur économique très importante. Pendant la progression d'un athlète, dès les premiers signes encourageants au sein du club régional, jusqu'au moment où il est sélectionné pour faire partie de l'équipe nationale, il y a toute une pression sociale exercée sur lui par la société qui l'entoure. Il reçoit une publicité et une visibilité énorme. La société met beaucoup d'espoir dans ses athlètes.

Marc Quessy : La réaction à cette pression dépend beaucoup de l'éducation qu'a reçu l'athlète. Elle dépend comment l'athlète a appris à vivre avec la victoire et l'échec, comment les gens autour de lui réagissent. Quelqu'un qui trouve une source de motivation dans le fait qu'il soit reconnu dans la rue ne réagira pas de la même façon qu'une personne qui pratique un sport parce qu'il aime ce sport et qu'il est devenu un mode de vie pour elle.

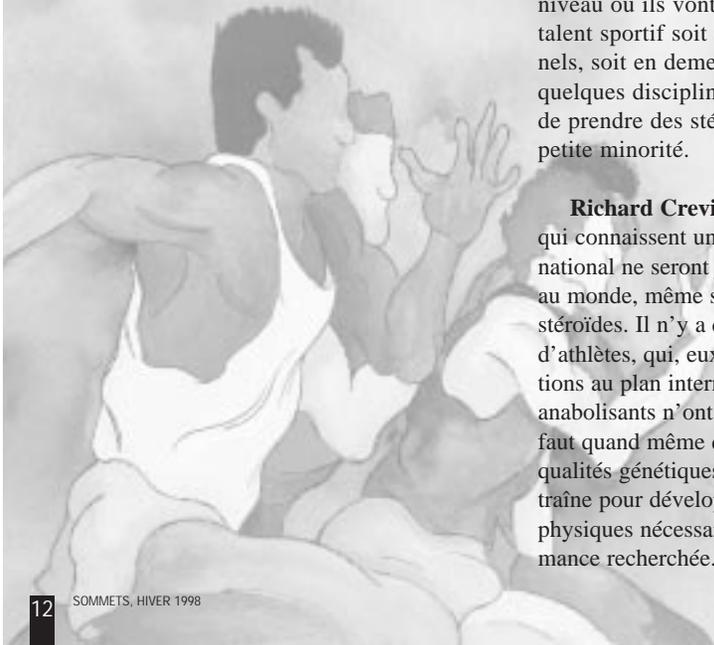
SOMMETS : *D'après votre expérience, la consommation de ce type de substance a-t-elle augmenté ou diminué depuis 1988 ?*

Marc Quessy : Je crois qu'il y a actuellement plus de consommation de ce type de produits qu'en 1988. Et il y en aura encore plus l'année prochaine et l'année d'après.

Sonia Paquette : Moi je pense le contraire, il me semble qu'on en entend beaucoup moins parler qu'auparavant.

Marc Quessy : Tu as peut-être raison pour les athlètes amateurs canadiens, mais globalement je suis certain que la consommation est grandissante.

Richard Crevier : En moyenne, l'ensemble des sportifs amateurs qui font de la compétition aujourd'hui sont aussi honnêtes que les sportifs d'hier. Si un athlète a du plaisir à pratiquer son sport, s'il se valorise en améliorant



rant ses performances, il n'aura pas envie de tricher. Le sport, l'athlétisme du moins, est très lié au système d'éducation. L'athlète commence à faire du sport au primaire et poursuit jusqu'au niveau universitaire. D'un bout à l'autre de ce système, je crois que la très grande majorité des gens sont honnêtes.

Pierre Lemieux : Je suis loin du milieu sportif maintenant et je ne suis plus au courant de ce qui s'y passe. Mais, comme spectateur, je suis convaincu que ces produits vont être de plus en plus consommés et qu'on va en détecter de moins en moins. Je pense que les techniques de masquage de ces substances ont toujours une longueur d'avance sur les techniques de dépistage, tout simplement parce qu'il y a beaucoup plus d'argent investi pour mettre au point de nouveaux produits que dans les outils de dépistage.

Paul Deshaies : Depuis l'histoire de Ben Johnson, les autorités ont enlevé combien de titres de champion olympique ou de champion du monde? Très très peu. Donc les gens qui envisagent d'utiliser ce type de moyens perçoivent qu'ils vont s'en tirer facilement parce qu'ils savent à l'avance quand ils vont subir un test et que, en plus, les techniques de masquage sont devenues très efficaces.

Pierre Lemieux : En plus de ça, ceux qui se font prendre n'ont pas de très grosses sanctions et on les revoit aux Jeux olympiques suivants.

Sonia Paquette : Mais il n'y a pas que les sanctions. L'athlète sait qu'il a triché.

Marc Quessy : C'est ça que je voulais dire quand je disais que ça dépendait de l'éducation de chacun.

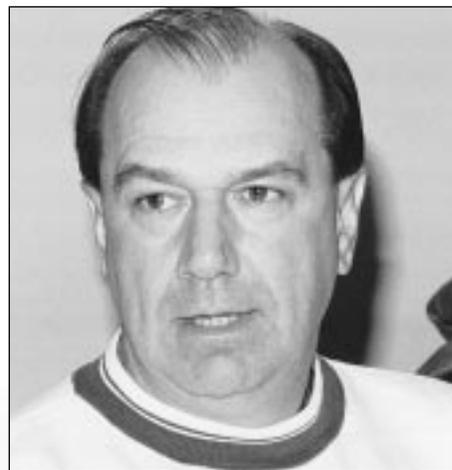
Paul Deshaies : Je suis certain qu'il y a des gens qui, en raison de leur éducation, ne pourraient pas accepter de tricher ainsi. L'argent, pour eux, n'exerce pas un attrait suffisant.

Pierre Lemieux : Mais la personne qui en prend, elle, est très capable de vivre avec sa décision.

SOMMETS : Un dernier mot...

Pierre Lemieux : Du temps où je regardais les Jeux olympiques, j'essayais de voir quel était le plus bel athlète ou le meilleur athlète dans tel ou tel sport. J'ai décroché depuis l'affaire de Ben Johnson. Qui est le dernier athlète à avoir battu le record du mille sans recourir au dopage ? C'est impossible pour moi de le savoir. Alors ça ne m'intéresse plus. Maintenant les athlètes les plus méritants à mes yeux sont les athlètes qui, comme Sonia Paquette, arrivent parmi les meilleurs athlètes universitaires au Canada. Là je peux encore me dire que ce sont des athlètes naturels. Mais j'ai constamment des doutes quant aux performances de l'élite internationale.

Richard Crevier : Quand j'ai commencé à entraîner des athlètes susceptibles de faire l'équipe nationale au début des années 80, j'ai tout de suite voulu savoir ce qui se passait avec les stéroïdes et je l'ai su assez rapidement. À ce moment-là, j'ai eu un choix à faire et j'ai décidé que, parce que j'aimais l'athlétisme, je continuerais à jouer mon rôle d'entraîneur comme je l'avais toujours fait, pour les belles valeurs que le sport pouvait apporter aux gens qui le pratiquent. Et il y a beaucoup de gens qui font du sport dans cette optique. Il ne faudrait pas oublier ceux-là et donner toute notre attention à celles et ceux qui trichent.



Richard Crevier



Votre Avantage!

IG Groupe
Investors

"Pour une retraite confortable"



Denis P. Croteau et ses associés.
Toute une équipe!

MARC QUÉSSY • JEAN-MARC DONAHUE
NADINE BERNIER • ROBERT ALLARD
DENIS P. CROTEAU

**PAVILLON
MULTIFONCTIONNEL**

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE
LOCAL B5-013

Tél.: 821-8222

Aider les autres à atteindre leurs objectifs

par Bruno Levesque



Jean Laroche a commencé à faire des compétitions d'athlétisme vers 10 ans. Depuis, le sport a toujours pris toute la place (ou presque) dans sa vie. À 40 ans et des poussières maintenant, il a depuis longtemps laissé tombé la compétition. Maintenant entraîneur, Jean Laroche est toujours aussi actif sur les pistes d'athlétisme, les patinoires, les gymnases et les salles d'entraînement.

La rumeur veut que Jean Laroche n'était pas très bon en athlétisme. Mais il se reprend de belle façon comme entraîneur. Un honneur n'attend pas l'autre : prix Maurice-Richard de la Société Saint-Jean-Baptiste il y a quelques semaines, entraîneur de l'année au Québec en 1996, prix Witnauer en 1993 et 1995, prix canadien 3M en 1994. Il a participé comme entraîneur à tous les Jeux paralympiques depuis 1988, à de nombreux championnats mondiaux, ainsi qu'aux Jeux olympiques de Lillehammer.

Selon Jean Laroche, le rôle d'un entraîneur est d'utiliser ses connaissances techniques, physiologiques et psychologiques afin d'aider les athlètes à atteindre leurs objectifs. «Ça dépasse largement la simple préparation physique, explique-t-il. Remonter le moral d'un athlète découragé, contrôler un autre

athlète trop enthousiaste, c'est aussi les aider à atteindre leurs objectifs.»

Jean Laroche est formel : le sport a fait de lui ce qu'il est devenu. «Les entraîneurs que j'ai rencontrés, les athlètes que j'ai encadrés, tous les voyages que le sport m'a permis de faire, tout ça a sans doute eu un impact sur moi, explique Jean Laroche. Sans le sport, je n'aurais pas rencontré des personnalités comme André Viger et Sylvie Daigle qui, par ce qu'ils sont et ce qu'ils font, te grandissent un peu toi-même. Ce sont des gens qui sont tellement centrés sur les objectifs qu'ils se fixent, qu'ils m'ont appris à mettre de côté les choses moins importantes.»

En étant leur entraîneur, Jean Laroche chemine avec ses athlètes. Il surmonte les obstacles avec eux, les aide à se relever d'une défaite amère, célèbre leurs victoires. Il côtoie les athlètes lorsqu'ils sont à la limite de leur sensibilité et de leur émotivité. «Dans ces moments de grande émotion, tu sais vraiment qui est la personne en face de toi, assure-t-il. Je ne sais pas jusqu'à quel point ça change quelqu'un, mais ç'a sûrement un impact.»

Le respect des autres

Petra Funk joue au soccer depuis toujours. C'est son père, qui faisait du bénévolat dans les ligues de soccer pour les jeunes de Rock Forest, qui l'a amenée sur un terrain de football à l'âge de cinq ans. Quelque 20 ans plus tard, la jeune femme ne peut s'imaginer une vie sans sport, sans compétition, sans entraînement. «Ne pas faire de sport, ça ne se peut pas!», lance-t-elle. Porte-couleurs du Mistral de l'Estrie, catégorie senior, elle fait maintenant partie des vétérans de son équipe. Pourtant, elle refuse d'envisager la fin de sa carrière. «Je vais continuer tant que le physique va suivre», assure Petra Funk.

Selon la joueuse de soccer, la vie est remplie de situations où ce qu'elle a appris grâce au sport lui vient en aide. Elle donne l'exemple du stress relié à une entrevue d'emploi ou de celui relié à l'événement heureux qui l'attend dans quelques mois : la naissance de son premier enfant. Côté stress et finir par en tirer parti, ne pas abandonner dans les situations difficiles, jouer malgré la crainte de faire l'erreur qui coûte la victoire, réussir à se concentrer dans toutes sortes de situations sont tous des apprentissages que Petra Funk dit devoir à la pratique de son sport. De plus, c'est en faisant du sport qu'elle a acquis les techniques de la visualisation, ainsi qu'une certaine habileté à gérer efficacement son temps, de façon à réussir ses études tout en s'améliorant au soccer.

Mais le sport, selon Petra Funk, lui a surtout appris qu'il était possible de se battre de toutes ses forces contre un adversaire et de le respecter tout à la fois. La plus grande rivalité qu'elle a connue, mentionne-t-elle, était celle qui existait entre le Vert & Or et les Martlets de l'Université McGill. L'équipe de McGill était très forte et il fallait vraiment tout donner pour espérer les battre, mais le comportement des joueuses était toujours correct, ce qui fait que Petra Funk les respectait. «J'aimais jouer contre les filles de McGill parce qu'elles étaient bonnes, se souvient la diplômée en éducation physique. Battre une équipe qu'on respecte est très gratifiant.»

Le sport se prête aussi parfois à de grandes émotions et à de troublants hasards. Ainsi, Petra Funk raconte que le jour du décès de Chantal Navert, une jeune arbitre de soccer bien connue et estimée de tous les sportifs de la région, le Vert & Or disputait une partie de soccer. «Pour honorer la mémoire de Chantal, nous avons décidé de porter un brassard noir pendant la partie.» Voyant cela, les joueuses de l'autre équipe se sont informées de ce qui motivait la présence du brassard. «Quand nous le leur avons expliqué, elles nous ont aussitôt demandé si nous avions une objection si elles aussi en portaient un en l'honneur de Chantal.» Déjà élevé, le respect entre les deux équipes a sans doute encore grimpé d'un cran ce jour-là.



Apprendre à persévérer

Glenn Hoag a étudié à l'Université de Sherbrooke de 1978 à 1981. Pendant ces années, il a évolué pour l'équipe de volley-ball Vert & Or, avant d'être recruté par l'équipe canadienne de volley-ball. Il a joué avec l'équipe nationale de 1981 à 1984, participant aux Jeux olympiques de Los Angeles en 1984. L'équipe canadienne avait terminé au 4^e rang du tournoi olympique.

Après son aventure olympique, Glenn Hoag a traversé l'Atlantique pour poursuivre sa carrière dans une ligue professionnelle de volley-ball européenne, l'équivalent de la Ligue nationale de hockey, pour le volley-ball. Il a joué trois ans pour une équipe italienne, puis six pour une équipe française, avant de se faire offrir le poste d'entraîneur du Vert & Or et de revenir à Sherbrooke.

Glenn Hoag garde bien sûr de très bons souvenirs des vingt ans qu'il a consacrés au volley-ball. Mais la persévérance est pour lui ce que le volley-ball lui a transmis de plus précieux. «Pour moi, dit-il, la persévérance signifie beaucoup. Ça veut dire savoir être patient et aussi apprendre à se relever après un échec. Les bons athlètes savent qu'ils doivent travailler durant de longues heures pour obtenir les résultats qu'ils désirent.»

Cette persévérance a pour effet que, encore aujourd'hui, l'entraîneur du Vert & Or ne s'énerve pas quand il doit accomplir une tâche complexe, ardue et qui exige de longues heures de travail. Il sait qu'il y parviendra s'il y met les efforts et le temps nécessaires. Il appelle cela de la persévérance. D'autres parleraient de confiance en soi.