

Exercice *Mountain Man* – 1 RGC

Lt Jordan Simpson, 1 RGC

Chaque année, des centaines de militaires de l'ouest du Canada se rassemblent à Edmonton pour participer à l'exercice *Mountain Man*, une compétition annuelle axée sur l'endurance et mettant aux prises les membres du 1^{er} Groupe-brigade mécanisé du Canada. L'exercice *Mountain Man* est donc une épreuve qui force les concurrents à repousser constamment les limites de leurs capacités physiques et mentales dès lors qu'ils s'engagent sur le parcours de 50,4 km avec un sac de 15 kg sur le dos : 37,2 km de course à pied, 3,2 km de portage et 10 km de canotage sur la rivière North Saskatchewan.

Les représentants du 1^{er} Régiment du génie de combat (1 RGC) se sont préparés plusieurs mois à l'avance en vue de cette épreuve. Course de longue distance et exercices physiques étaient au programme en vue de renforcer la musculature et de préparer le corps à concourir dans des conditions extrêmes inconnues de l'athlète moyen. L'entraînement portait notamment sur la course sur de longues distances durant lesquelles il était indispensable de maintenir un rythme cardiaque stable, sur la course à intervalles, sur les exercices de musculation du tronc, des abdominaux et du dos, ainsi que sur les techniques de canotage et de portage. À l'approche du jour J, le 1 RGC a tenu un camp d'entraînement de deux semaines, dans la région d'Edmonton, afin de perfectionner le travail en équipe et de travailler un peu plus sur l'endurance.



Au reste, les efforts soutenus pendant les nombreux mois d'un entraînement des plus éprouvants ont porté leurs fruits, puisque l'équipe du 1 RGC ont offert une performance exceptionnelle. En

outre, elle compte bon nombre de membres qui se sont classés parmi les meilleurs, ce qui lui a valu de remporter le titre de « meilleure unité majeure », devançant par à peine quelques minutes le 3 PPCLI et le LdSH (RC). Cette année, le Capt Kurt Grimsrud est arrivé deuxième, seulement 1 minute et 59 secondes derrière le Cplc Felix Charrette, LdSH (RC). Pour sa part, le sapeur Katherine Hanak est arrivé en troisième place, chez les femmes, avec un temps de 6 heures, 48 minutes et 40 secondes. Par ailleurs, quatre membres du 1 RGC ont réussi à se hisser parmi les 10 meilleurs compétiteurs soit le Capt Kurt Grimsrud (2^e place, avec un temps de 5 h, 25 min et 18 s); le Capt Dan Clarke (4^e place, avec un temps de 5 h, 36 min et 22 sec); le Cpl James Otteson (7^e place, avec un temps de 5 h, 43 min, 26 sec); et le Lt David Fenoulhet (9^e place, avec un temps de 5 h, 44 min et 39 sec).

Félicitations à tous les compétiteurs pour le travail colossal qu'ils ont accompli. Nous attendons déjà avec impatience l'édition de l'an prochain où l'équipe du 1 RGC aura l'occasion de défendre son titre.



Chimo!