



Inspirer les femmes du milieu du sport au Canada



Rachel Au

Squash BC

Athlète/Bénévole/Membre du conseil d'administration

« Tout! », c'est que répond Rachel Au si on lui demande quels aspects de sa vie ont été touchés par la pratique du squash. Aujourd'hui dans la mi-vingtaine, elle avait six ans lorsque son père a commencé à lui enseigner le squash au Evergreen Squash Club. Elle ne se voit pas comme une athlète au talent inné, mais jouer au squash lui a appris la discipline et l'a amenée à prendre conscience qu'elle pouvait réussir presque tout ce qu'elle voulait, pourvu qu'elle y consacre du temps et des efforts.

À titre de joueuse, Rachel a remporté plusieurs tournois en Colombie-Britannique de 2004 à 2008 et a fait partie de l'équipe féminine canadienne junior en 2009 et 2010. Après le secondaire, elle a étudié à l'Université Cornell où elle a été membre de l'équipe féminine de squash. En 2015, elle s'est mise au squash double et a terminé première dans la division féminine ouverte des Championnats ouverts en double de la Colombie-Britannique en 2018 et en 2019.

Rachel étudie le droit à l'Université de la Colombie-Britannique et est membre du conseil d'administration de Squash BC.



Michelle Craig

Squash Québec

Athlète/Entraîneuse/Mentor

Michelle Craig est l'une des vingt mentors qui participent au programme de mentorat de Squash Canada. Comme de nombreux joueurs qui ont appris à jouer au squash lorsqu'ils étaient jeunes, Michelle a commencé à jouer en compagnie de ses parents.

Après l'obtention de son diplôme universitaire, Michelle est devenue entraîneuse d'une équipe universitaire. Travailler comme entraîneuse était pour elle une façon d'aider d'autres joueurs universitaires. Remporter les Championnats OUA à la dernière année de ses études de premier cycle a été pour elle un grand moment.

Michelle joue maintenant au squash en double et aime apprendre auprès de mentors tant à Montréal qu'à Toronto. Michelle croit que le squash est une excellente façon de nouer de nouvelles amitiés et de s'intégrer dans une communauté, surtout lorsqu'on emménage dans une nouvelle ville!



Ashley Cullis

Squash Nova Scotia

Athlète/Bénévole

Ashley Cullis joue au squash depuis 19 ans. Selon Ashley, c'est le côté inclusif et social des communautés de squash de la côte est qui a éveillé chez elle cette passion pour le squash. Elle a commencé à jouer au squash en 2002 à Mill River à l'Île-du-Prince-Édouard et joue maintenant à Halifax en Nouvelle-Écosse où elle s'est établie en 2008 après avoir passé quelques années à Ottawa et Vancouver.

Ashley a représenté la Nouvelle-Écosse à deux tournois nationaux et a occupé divers postes de bénévole à l'échelle locale et au sein de Squash Canada. Occuper le poste de coordinatrice des bénévoles aux Championnats du monde féminins par équipe en 2014 a été un moment important de sa carrière. Ashley a été sacrée Athlète féminine sénior 2019-2020 par SportNS.



Caroline de Vries
Squash Alberta
Athlète/Arbitre/Bénévole

Caroline de Vries est une joueuse, une arbitre et une bénévole passionnée qui œuvre dans le milieu du squash au Canada. Elle est membre fondatrice du Edmonton Squash Club, ex-membre du comité de Squash Canada sur la participation des femmes et la parité hommes-femmes et a consacré de nombreuses années à l'essor et au développement du sport.

En 2020, Caroline a obtenu une certification d'arbitre provinciale pour le squash en simple. Caroline a été arbitre de tournoi à des tournois nationaux et provinciaux en Alberta et a agi comme arbitre et mentor à de nombreux autres événements.

Constamment à l'affût de nouvelles façons de redonner au squash, en 2018, Caroline a mis sur pied un programme collectif d'assurances habitation et automobile destiné aux membres du Edmonton Squash Club.

Caroline a reçu le Certificat de mérite 2019-2020 de Squash Canada.



Karen Hawyes
Squash BC
Athlète/Bénévole

Plus de 35 ans après avoir joué au squash pour la première fois, Karen Hawyes est tout autant passionnée par ce sport. Sa mère était entraîneuse de squash et directrice d'un club de squash privé de 12 courts à Johannesburg, en Afrique du Sud. Karen a commencé à jouer en bas âge et a représenté sa province dans divers tournois nationaux les années suivantes.

Au début de 2015, elle déménage avec sa famille à Terrace en Colombie-Britannique. Il y a quelques années, Karen et sa famille faisaient partie d'un petit groupe de joueurs de la région qui ont converti deux courts de racquetball inutilisés dans un immeuble à logements en courts de squash et qui ont lancé la Terrace Racquets Association. Aujourd'hui, l'association compte près de 50 membres de tous âges, dont 70 % sont des femmes.



Julie Do

Urban Squash Toronto/Squash Ontario
Athlète/Bénévole

Julie Do a découvert le squash au secondaire. Épaulée par un bénévole de sa région, elle a décidé de s'investir dans le sport, de se joindre à Urban Squash Toronto (UST), et aujourd'hui, 6 ans plus tard, elle va toujours de l'avant!

Même si le squash est un sport individuel, Julie croit que son programme encourage le travail d'équipe, sur le court comme à l'extérieur. Elle aime les encouragements et la camaraderie qu'elle retrouve dans sa communauté de squash qui est devenue pour elle une deuxième famille.

En plus de participer à des tournois locaux et provinciaux, Julie accompagne d'autres élèves et donne des leçons en classe à UST. Au fil de ses expériences, elle s'est découverte une passion pour l'enseignement, qui l'a amenée à poursuivre des études postsecondaires en enseignement.

Julie est une élève studieuse, a été nommée élève du mois à plusieurs reprises à UST et a reçu trois fois la bourse d'études postsecondaires Jamie Nicholl. Elle a été cheffe de son équipe de squash à l'école secondaire Northview Heights.

Julie croit que le squash l'a aidée à améliorer ses aptitudes à parler en public et son assurance en général. Son service en lob est l'une de ses forces et elle compte jouer au squash toute sa vie.



Encourager les femmes à devenir arbitres

Les femmes qui souhaitent perfectionner leurs compétences en arbitrage du squash en simple et double ont eu droit à des cliniques, du mentorat et des cours virtuels en 2020. En mars 2020, plus de 15 femmes ont participé à une clinique exclusivement féminine d'arbitrage du squash en simple à l'occasion de la Semaine du squash féminin en Alberta. Les participantes ont pu perfectionner leurs compétences et aiguisé leurs connaissances grâce à la participation de quatre officiels certifiés. En décembre 2020, plus de 20 joueuses ont tenté d'obtenir une certification d'arbitrage du squash en double en suivant un cours de certification virtuel et une évaluation en ligne, menée par Mariette Rabacal, arbitre et examinatrice nationale.

