

# Catherine Goulet-Paradis

Triathlète et coordonnatrice d'évènements

Cette nageuse de carrière, maintenant adepte de triathlon, fait du sport dans tous ses temps libres. Natation, course, vélo, ski de fond, raquette... les sports d'endurance la passionnent. Rien de mieux qu'une bonne randonnée pour faire le plein d'énergie et d'air frais!



Les courses, elle aime y participer, mais aussi en organiser! Catherine travaille présentement comme coordonnatrice d'évènements pour *l'Association Québec Snowboard* et comme coordonnatrice du parcours de course à pied au *Subaru Ironman Mont-Tremblant*. Parce que les évènements sportifs sont des rassemblements joyeux et festifs, elle fait aussi du bénévolat sur le parcours de natation du *Triathlon International de Montréal*. Elle s'est aussi impliquée dans un relais de 192 km à Sainte-Lucie pour ramasser des fonds dédiés à l'éducation des enfants de cette île.

En devenant ambassadrice *Elles Courent*, Catherine souhaite inspirer plus de femmes à se surpasser et avoir du plaisir en même temps. « Je pense qu'il faut encourager les filles et les femmes à sortir et participer à des évènements sportifs. Un sentiment d'union et de confiance doit régner. » s'exclame Catherine. Son prochain défi : un triathlon Ironman en novembre 2017. Elle s'entraîne pour cette nouvelle expérience, avec la certitude que le corps humain peut constamment s'améliorer et nous surprendre.

Venez rencontrer notre ambassadrice à la course pour femmes [Elles Courent Montréal](#) qui aura lieu le 1<sup>er</sup> octobre 2017 au Parc-Nature de la Pointe-aux-Prairies.