

# François-Guy Thivierge à l'assaut du mont Vinson

## EXPÉDITION EN ANTARCTIQUE

par Marc-Antoine Gariépy

le 17 novembre 2008

L'Autre Voix

**À peine sept mois après avoir atteint le sommet de l'Everest, l'alpiniste professionnel de Saint-Ferréol-les-Neiges et propriétaire du centre d'escalade Roc Gyms, François-Guy Thivierge, s'attaquera, en décembre, au mont Vinson, le plus haut sommet de l'Antarctique.**

C'est en redescendant le mont Everest que l'alpiniste a eu l'idée de se lancer dans l'aventure d'atteindre la cime du mont Vinson. C'est un grimpeur montréalais qui lui en avait alors parlé, lui disant que même s'il y fait froid, l'ascension n'est pas trop difficile. C'est donc le 30 novembre qu'il s'envolera en compagnie de quatre autres alpinistes en direction de l'Antarctique. Il s'agira ainsi du quatrième des sept plus hauts sommets de chacun des continents que François-Guy Thivierge gravira. Il ne lui restera alors que le mont McKinley, en Amérique du Nord, l'Elbrous, en Europe, et le Carstensz, en Océanie, à grimper, ce qu'il compte faire d'ici la fin de 2009.

Lorsqu'il atteindra les hauteurs du mont Vinson, situé à plus de 4897 mètres d'altitude, l'athlète et homme d'affaires fera partie du club sélect des 600 personnes à avoir gravi cette montagne depuis 1980. En fait, en comparaison avec l'Everest, où plus de 3000 alpinistes y ont atteint le toit du monde, beaucoup moins de gens osent affronter la montagne la plus isolée, mais la plus propre sur la planète.

### Un voyage «deux pour un»

Puisque ce n'est pas à tous les jours qu'on a la chance de se retrouver en Antarctique, François-Guy Thivierge a décidé de ne pas se limiter à l'ascension, alors il en profitera pour atteindre le pôle sud en ski de fond, sa deuxième passion. Après avoir grimpé pendant une quinzaine de journées, il repartira pour encore quinze autres jours pour compléter les 120 kilomètres qui le sépareront du point le plus au sud sur le globe. Ayant à tirer un traîneau avec à son bord 55 kg de matériel, il fera des randonnées de huit à dix heures par jour.

«Une fois rendu au pôle sud, j'aurai une pensée pour mes amis Pierre Harvey et Guido Visser, qui est aussi un partenaire d'entraînement», explique le Ferréolais.

### Un entraînement frigorifiant

«Même si décembre est la période de l'année où il fait le moins froid en Antarctique, il reste que les températures peuvent varier entre -50°C et -90°C, si on tient compte du facteur éolien», explique celui qui possède 28 ans d'expérience en escalade. Afin d'être bien préparé pour affronter ces températures extrêmes, François-Guy Thivierge a eu la bonne idée de passer deux nuits dans des congélateurs qui recréent à merveille les -50°C de l'Antarctique. En plus de tester son matériel, il souhaite annoncer son départ aux médias d'une façon originale.

Au-delà du froid, l'alpiniste doit aussi accorder une grande importance à sa préparation physique et mentale, cette dernière étant «la plus difficile et la plus longue». Grâce à l'entraînement intensif auquel il s'est soumis pour vaincre l'Everest, François-Guy Thivierge est demeuré en grande forme au cours des derniers mois, se soumettant tout de même à une quinzaine d'heures d'exercices cardiovasculaires par semaine.

On peut suivre son aventure au lien suivant [www.xp7sommets.com](http://www.xp7sommets.com) durant toute la durée de son expédition, du 29 novembre 2008 au 3 janvier 2009.