

# MIKE SAUNDERS



**CHAMPION DU MONDE 2013  
CATÉGORIE MAÎTRE**

**DOCUMENT DE PRESSE 2014**





**MIKE SAUNDERS**, né le 8 Septembre 1969, est un homme fort mondialement reconnu dans la catégorie maître 40 ans et plus.

Il a été l'homme le plus fort de la province en 2012 et 4e au Canada.

En 2013, il a rapporté le titre de l'homme le plus fort du monde dans sa catégorie, au Belfast en Ireland.

Également en 2009, 2010 et 2011 il fût toujours dans le top 5 au Canada.



# LIENS VIDÉOS



[https://www.youtube.com/watch?v=xqzkHKMm7\\_A](https://www.youtube.com/watch?v=xqzkHKMm7_A)

<https://www.youtube.com/watch?v=FHR9jgtggGk>



Chez les 40 ans et plus

## Mike Saunders est l'homme le plus fort du monde



Annie Gagnon

Mike Saunders a vécu une expérience mémorable en prenant part au Master World Strongest Man 2013, un événement regroupant dix hommes forts provenant de dix pays différents. Le Vallois, qui s'est rendu en Irlande pour se mesurer aux meilleurs du monde, a combattu jusqu'à la toute dernière épreuve pour mettre la main sur le titre d'homme le plus fort du monde, de plus de 40 ans.

Mike Saunders revient de loin. Ceux qui l'ont connu par le passé peuvent en témoigner. Il a sillonné des terrains cailloteux avant de se prendre en main et devenir l'homme le plus fort du monde.

Il y a 15 ans, Mike Saunders a entrepris une thérapie au Centre Toul-Gu-Gilles et a, depuis, rayé la disquette et l'alcool de sa vie. Adoptant de saines habitudes de vie, ses efforts l'ont mené au titre mondial, obtenu en Irlande.

« Si je peux inspirer des gens, c'est tant mieux. J'ai une grande fierté d'être devenu celui que je suis. Je suis la preuve que lorsqu'on veut réellement quelque chose, on peut y arriver », affirme-t-il.

Mike Saunders est le symbole de la persévérance. Depuis quelques années, il se mesure aux hommes forts québécois, canadiens et nord-américains bribo. Bien qu'il soit plus âgé que les autres hommes forts citoyens en

compétition, il se distingue de façon plus qu'honorable.

**Master World Strongest Man 2013**

Mis sur pied il y a trois ans, le Master World Strongest Man réunit dix hommes de 40 ans et plus s'étant démarqué dans leur pays, grâce à des compétitions d'hommes forts. Si les neuf autres com-

pétiteurs se sont taillés une place et rivalisent avec des hommes de 40 ans et plus, Mike a dû prendre un chemin différent puisque peu d'adversaires de son calibre sont adeptes de cette discipline au Canada.

« Ça fait deux ans que je tente d'aller à cette compétition mais je n'étais pas accepté puisque je ne faisais pas de qualifications. J'ai dû démontrer aux or-

ganisateurs que j'étais un athlète sérieux qui fait preuve de constance dans mes résultats et me mesure à des athlètes plus jeunes que moi. J'ai finalement été accepté », relate-t-il.

Le reste de l'histoire relève d'un conte de fée. Mike Saunders a profité de son séjour en Irlande pour faire un peu de tourisme avant d'affronter neuf compétiteurs, provenant de l'Australie, de l'Angleterre, de l'Irlande, de la Norvège, de la Lituanie, des États-Unis, de la Pologne et de l'Argentine du Sud. Mais épreuves ont été proposées aux athlètes qui ont maintenu le suspense jusqu'à la toute fin puisque avant la dernière épreuve, Mike dominait par un seul point.

« C'était tellement une belle compétition. C'est comme si je faisais ça pour la première fois puisque je ne connaissais pas du tout les autres athlètes. J'avais envie de gagner, mais je n'avais aucun repère pour savoir si j'avais des chances ou non. À la dernière épreuve, j'avais un seul point d'avance. Je me sentais si proche de la victoire, mais en même temps, si loin. C'était un stress mortel mais, j'ai réussi. J'ai battu le gars en deuxième position par deux secondes », explique-t-il.

Ce deux secondes a valu le titre de champion du monde à Mike Saunders et l'assurance de retourner défendre son titre l'an prochain.

« Je suis très fier de ramener un titre mondial à Acton Vale. C'est difficile à croire mais c'est bien vrai. Parmi tous les hommes de plus de 40 ans à travers le monde, je suis le plus fort ! C'est extraordinaire », conclut le sympathique athlète de 40 ans.



Mike Saunders revient d'Irlande avec le titre de Champion du monde des hommes forts de plus de 40 ans.





# CONTACT

Pour informations:

- Compétition (amateur et professionnelle)
- Démonstration étant l'homme le plus fort au monde il est fortement sollicité pour faire des démonstrations de force.
- Des conférences sur le dépassement personnel, sur les bienfaits de l'entraînement de même que de la nécessité de rester loin des drogues.

**Tél.: 418.845.5552**

**Fax: 418.914.9078**



**S-Quad Communication**



S-Quad communication  
2191, Léon Harmel, bureau 260  
Québec (Qc) G1N 4N5

[rlauzon@s-quadcommunication.com](mailto:rlauzon@s-quadcommunication.com)