

Sherraine Schalm



Weapon/Arme: Épée
Hand/Main : Right / Droitière
Born/Née: 21/06/75, Brooks, AB
Residence/Résidence: Ottawa, ON / Budapest, Hungary
Height/Taille: 175 cm / 5'9"
Weight/Poids: 136 lbs / 62 kg
Coach/Entraîneur: Gabor Salamon
Club: Ottawa Excalibur
Occupation: Full-time athlete & author



Sherraine Schalm is the first Canadian to win the overall **World Cup Circuit (2006)** and a medal at the **World Championship (bronze in 2005)**. She was introduced to the sport by **Alan Nelson**, a teacher at her junior high school in Brooks, AB. After graduating from high school, Mr. Nelson recommended she moved to Ottawa, Ontario, to work with **Maitre Manuel Guittet** in order to reach the next level. A member of the national team since 1994, Sherraine is a gold medal threat at every world-class event.

In 2001, Sherraine completed her studies at the University of Ottawa with degrees in both English (Honours) and Education, and moved to Paris, France to prepare for the Athens Olympics with **Maitre Daniel Levavasseur**. On the side, she taught English to France's high-level athletes. After competing in Athens, Sherraine moved to Budapest, Hungary, to work under the tutelage of **Maitre Győző Kulcsár**. As the 2008 Olympic Games were coming up, Sherraine decided to split her time between Budapest and Montreal, and is now working with **Maitre Gabor Salamon**, the new national epee coach for Canada.

Sherraine loves the mental aspect of the sport: "*It is rarely boring when someone is trying to outsmart you and then stab you with a metal sword!*" According to her, to succeed in fencing you need to concentrate and be on top of your mental faculties. If fencing were only physical, Sherraine confesses she would probably be bored! The day before a match, she always watches an inspirational movie to relax and make her smile (her favorites include "Remember the Titans", "Chariots of Fire", "The Waterboy", and "Nacho Libre", to name only a few). She also prepares her weapons, paints her fingernails and does some yoga.

Sherraine is a dynamic athlete who has an exuberant personality and varied interests, active in both her community and church. Outside of her sport she loves to spend time reading, cooking, playing chess and going to the opera. Sherraine is also an inspired writer chronicling her escapades in the international world of sport. Her book entitled **'Running With Swords'** was released in October 2005 by **Fitzhenry & Whiteside Publishing House**. She is currently working on a novel for her second book release. Nicknamed "Shep" for incessantly following her older siblings around, she has left that attitude behind, proving to be Canada's fencing pioneer. With twelve World Cup titles, she is certainly a medal contender in Beijing.

Translation / traduction

Sherraine Schalm est la première athlète canadienne, homme ou femme, à avoir terminé la saison d'escrime en tête du **classement général du circuit de la Coupe du monde (2006)** et à remporter une médaille au **Championnat du monde (bronze en 2005)**. C'est **Alan Nelson** qui l'a initiée à l'escrime alors qu'elle fréquentait l'école secondaire à Brooks, en Alberta. À la fin de ses études secondaires, M. Nelson lui a recommandé d'aller s'entraîner à Ottawa, en Ontario, sous la houlette de **Maitre Manuel Guittet** qui l'a amenée au plus haut niveau. Membre de l'équipe nationale depuis 1994, Sherraine a une bonne chance de remporter la médaille d'or chaque fois qu'elle participe à une épreuve de niveau mondial.

Sherraine a achevé ses études à l'Université d'Ottawa en 2001 en obtenant des diplômes en anglais (avec distinction) et en éducation. Elle a ensuite déménagé à Paris pour s'entraîner avec **Maitre Daniel Levavasseur** en vue des Jeux olympiques d'Athènes. Pendant cette période, elle enseignait l'anglais à temps partiel aux athlètes français de haut niveau. Après Athènes, Sherraine a déménagé à Budapest, en Hongrie, pour s'entraîner sous la tutelle de **Maitre Győző Kulcsár**.

À l'approche des Jeux olympiques de Pékin, Sherrain a décidé de partager son temps entre Montréal et Budapest, et s'entraîne désormais avec **Maître Gabor Salamon**, le nouvel entraîneur national d'épée pour le Canada.

Elle apprécie tout particulièrement l'effort mental exigé par l'escrime : « *C'est rarement ennuyant lorsque quelqu'un essaie de nous déjouer afin de nous frapper avec une épée de métal!* » Selon elle, pour réussir dans ce sport, il faut être bien concentré et au sommet de ses facultés mentales. Si l'escrime n'était que physique, Sherraine admet qu'elle trouverait probablement cela ennuyant!



Photo: Eckehard Schulz

La veille d'une compétition, Sherraine regarde toujours un film inspirant, qui la fait sourire et lui permet de relaxer (parmi ses préférés, nous retrouvons « Remember the Titans », « Chariots of Fire », « The Waterboy » et « Nacho Libre », pour n'en nommer que quelques-uns). Elle prépare également ses armes, fait ses ongles et un peu de yoga.

Sherraine est une athlète dynamique à la personnalité exubérante dont les sphères d'intérêt sont très diversifiées. Elle est très active tant au sein de sa communauté que de son église. Mis à part l'escrime, elle aime lire, faire la cuisine, jouer aux échecs et aller à l'opéra. Sherraine est également une écrivaine inspirée qui rédige des chroniques de ses escapades dans le monde du sport international. Elle a écrit un livre, intitulé **'Running With Swords'** qui a été publié en octobre 2005 par **Fitzhenry & Whiteside Publishing House**. Elle travaille actuellement à un deuxième ouvrage qui sera un roman. Celle qu'on surnomme «Shep» parce qu'elle suivait ses frères et sœurs partout quand elle était petite a depuis longtemps abandonné le rôle de suiveuse pour prendre celui de chef de file en devenant une des pionnières de l'escrime canadienne. Avec douze titres en Coupe du monde, elle est certainement l'une des favorites à Beijing et pourrait remporter la première médaille olympique de l'histoire de l'escrime canadienne.

Recent Results

Year	Event	Location	Place
Senior Results / Résultats Senior			
2009	World Championships / Championnats du monde	Antalya - TUR	Silver/Argent
2009	Pan-Ams Championships / Championnats panaméricains	San Salvador - ESA	Silver/Argent - team
2009	Team World Cup / Coupe du monde par équipes	Doha - QAT	Bronze
2008	Olympic Games / Jeux olympiques	Beijing - CHN	9th/9^e
2008	Pan-Ams Championships / Championnats panaméricains	Querétaro - MEX	Silver/Argent - team
			Gold/Or - ind

2008	World Cup / Coupe du monde	Havana - CUB	Gold/Or
2008	World Cup / Coupe du monde	Tauber - GER	Bronze
2008	World Cup (Grand Prix) / Coupe du monde (Grand Prix)	Rome - ITA	Silver/Argent
2007	Pan-Ams Championships / Championnats panaméricains	Montreal, QC - CAN	Bronze
2007	World Cup / Coupe du monde	Tauber - GER	Silver/Argent
2006	Pan-Ams Championships / Championnats panaméricains	Valencia - VEN	Gold/Or - team
			Bronze - ind
2006	World Cup / Coupe du monde	Vancouver, BC - CAN	Gold/Or
2006	World Cup (Grand Prix) / Coupe du monde (Grand Prix)	Sydney - AUS	Gold\Or
2006	World Cup / Coupe du monde	Tauber - GER	Gold/Or
2006	World Cup (Grand Prix) / Coupe du monde (Grand Prix)	St-Maur - FRA	Gold\Or
2006	World Cup / Coupe du monde	Prague - CZE	Gold/Or
2005	World Championships / Championnats du monde	Leipzig - GER	Bronze - ind
			6th/6^e - team
2004	Olympic Games / Jeux olympiques	Athènes - GRE	4th/4^e - team
			18th/18^e - ind
2004	World Cup / Coupe du monde	Carolina - PUR	Gold/Or
2003	Pan-Am Games / Jeux panaméricains	Santa Domingo - CUB	Silver/Argent
2001	World Championships / Championnats du monde	Nîmes - FRA	6th/6^e
2000	Olympic Games / Jeux olympiques	Sydney - AUS	19th/19^e
1999	World Championships / Championnats du monde	Seoul - KOR	6th/6^e

[Click here for more detailed results](#)