



## CYRIL TOMMASONE

**32 ans**

**Club** : Convention Gymnique de Lyon

**Site d'entraînement** : Pôle France de Lyon

**Discipline** : Gymnastique Artistique Masculine (GAM)

**Heures d'entraînement par semaine** : 20h

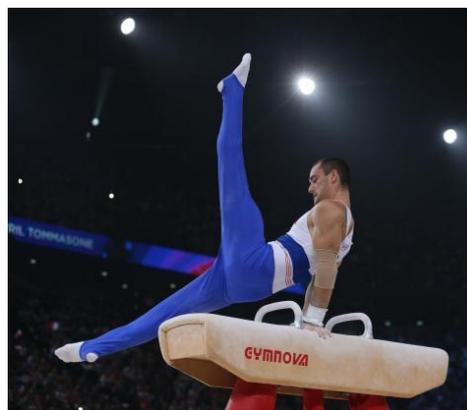
**Points forts** : Persévérant, travailleur

**Point faible** : Manque de patience

**Prochain objectif** : JO TOKYO 2021

**Meilleur souvenir** : Médaille de bronze au cheval d'arçons : Championnat du Monde à Nanning en 2014. Il a pu partager sa victoire avec son entraîneur qui était à ses côtés.

**Pire souvenir** : Opération de l'épaule à ses 18 ans.



### VIE GYMNIQUE

Cyril a commencé la gymnastique à **7 ans** et ce qui lui a donné l'envie de continuer sont les **acrobaties, les agrès**. Pour lui, c'est un **sport complet qui utilise la force, la souplesse et les repères dans l'espace**. Il qualifie la relation qu'il entretient avec son entraîneur et les membres de l'équipe comme **fusionnelle**. Dans 5 ans, il ne sait pas s'il sera toujours gymnaste mais il ne s'interdit rien. Plus tard, il envisage de devenir **entraîneur de gym**.

Le report voire l'annulation de certaines compétitions à cause du COVID-19 ont été pour lui un **soulagement** car la préparation de la compétition la plus importante de sa carrière en étant **confiné tout seul, sans entraîneur n'est pas du tout envisageable**.



## VIE QUOTIDIENNE

Cyril prépare actuellement une **formation DESJEPS**. Dans sa vie de tous les jours il ne pratique pas d'autres sports mais lorsqu'il ne s'entraîne pas, il **aime jouer à la pétanque, au tennis de table, faire de la moto et écouter de la musique.**

Pendant le confinement, il a occupé ses journées en **profitant au maximum de sa femme et de ses enfants en partageant le plus de choses ensemble** (jeux de société, jardinage...). Pour concilier sa vie personnelle et sa vie de gymnaste, Cyril organise ses journées en essayant surtout de ne plus penser à la gymnastique lorsqu'il rentre chez lui pour profiter de ses proches.