

## THOMAS LETOUBLON

**20 ans**

**Club** : Les enfants du Revard d'Aix-Les-Bains

**Site d'entraînement** : CPB TSA, Rennes

**Discipline** : Tumbling (TU)

**Heures d'entraînement par semaine** : 15h

**Points forts** : Bon repères dans l'espace, il n'a pas peur de se lancer

**Points faibles** : Exécutions, régularité

**Prochain objectif** : Championnat d'Europe

**Meilleur souvenir** : Réussite de ses 2 séries lors des Championnats de France 2019. C'est grâce à ses 2 séries qu'il s'est qualifié pour les CMGA à Tokyo.

**Pire souvenir** : Blessure à la cheville en 2016 qui a entraîné sa non-participation à la compétition des zones par équipes GAM où il cherchait la qualification au Championnat de France. A cause de sa cheville il n'a pas non plus, pu passer le test pour rentrer au pôle France de Tumbling à Rennes.



### VIE GYMNIQUE

Thomas a commencé la gymnastique à **3 ans** et ce qui lui a donné l'envie de continuer sont les **sensations que la gymnastique lui procure**. Il entretient des **relations amicales** avec les membres de son équipe mais aussi avec les entraîneurs, et les **entraînements se font toujours dans la bonne humeur**. Dans 5 ans, il ne sait pas s'il sera toujours gymnaste, cela dépendra de sa carrière professionnelle et si son corps lui permet de continuer ou non. Plus tard, il envisage de devenir **entraîneur de gym**.

Selon lui, un bon gymnaste se définit comme un **gymnaste avec un panel de figures très élevé**. Le report voire l'annulation de certaines compétitions à cause du COVID-19 ne l'a **pas tant dérangé** car ce n'est pas ce qu'il aime le plus et aussi car la **compétition qui l'intéresse a été reportée**. En revanche, **l'annulation des entraînements l'a beaucoup plus embêté**.



## VIE QUOTIDIENNE

Thomas a été en **Faculté de mathématique** et cette année il a réalisé un **service civique en tant qu'entraîneur de gymnastique dans la salle où il s'entraîne**. Dans sa vie de tous les jours il pratique du **vélo, de la randonnée** ainsi que **de la course d'orientation** et lorsqu'il ne s'entraîne pas il **aime lire, jouer et passer du temps avec ses amis** et enfin **regarder divers films et séries**.

Pendant le confinement, il a occupé ses journées en **testant de nouvelles recettes de cuisine (plus ou moins réussies)**, **chaque jour il faisait au moins 1h de sport** et pour finir il a **regardé des films et joué en ligne avec ses amis**. Thomas étant en **sport études depuis de nombreuses années**, il a l'habitude de concilier sa vie personnelle et sa vie de gymnaste. Il arrive à **prendre du temps pour lui lorsqu'il est au repos** et ses amis sont très **compréhensibles et là pour lui quand il en a besoin**.