



LINE VALERO

17 ans

Club : Stade Clermontois

Site d'entraînement : Pôle France Aérobic Ceyrat

Discipline : Aérobic (AER)

Heures d'entraînement par semaine : 20h

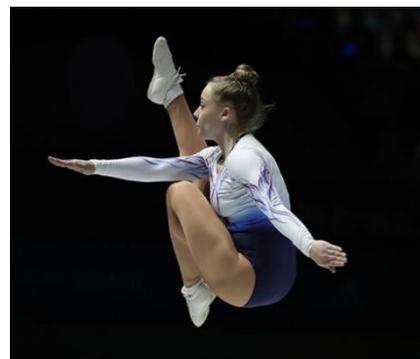
Points forts : Dynamisme, difficultés

Point faible : L'exécution

Prochain objectif : Championnat du Monde

Meilleur souvenir : Médaille de bronze en groupe au Championnat d'Europe en 2017

Pire souvenir : Chute lors des Championnats du Monde 2018 en groupe



VIE GYMNIQUE

Elle a commencé la gymnastique à **6 ans**. Le côté **artistique et gymnastique** sont les éléments qui lui ont donné envie de continuer. Il y a une **bonne entente** dans ses relations avec ses entraîneurs ainsi que les membres de son équipe. Dans 5 ans, Victoria se voit encore gymnaste et plus tard elle souhaite devenir **kinésithérapeute du sport**. Selon elle, un bon gymnaste se définit par un **bon mental, être exigeant avec soi-même, avoir de la rigueur dans son travail et une bonne cohésion d'équipe**. Le report voire l'annulation de certaines compétitions à cause du COVID-19 a été une **énorme déception** car elle a suivi **6 mois de préparation** intensif afin d'être prête pour les compétitions, malgré tout le travail fourni n'a pas été perdu.

VIE QUOTIDIENNE

Line est actuellement en **terminale**. Elle ne pratique pas **d'autres sports** et lorsqu'elle ne s'entraîne pas elle aime **voir sa famille et ses amis**. Pendant le confinement, elle a occupé ses journées en **s'entraînant**, en **suivant ses cours par visioconférence** et en **révisant le code de la route**. Depuis 6 ans, elle a pris certaines **habitudes** pour réussir à concilier sa vie personnelle et sa vie de gymnaste. C'est une certaine **organisation** à mettre en place mais sa **famille et ses amis s'adaptent à ses plannings** pour qu'elle puisse concilier les deux.