



MAËLYA MONTET

Date de naissance : 21 novembre 2010

Club : AEB Chambéry

Discipline : Gymnastique Artistique Rythmique

Heures d'entraînement par semaine : 12h

Points forts : Force de caractère, souplesse

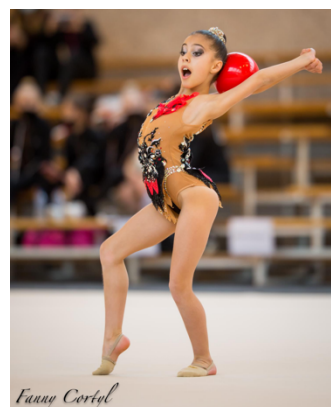
Point faible : Oublie parfois de montrer ses pieds

Dernier titre décroché : Championne de France Élite, catégorie Avenir

Prochain objectif : Réussir son année au Pôle France de Calais pour, un jour, représenter la France à l'international.

Meilleurs souvenirs : Championne de France Élite (Catégorie Avenir) à Calais en 2021 & son entrée au Pôle France de Calais en 2021.

Pire souvenir : Championnat Interdépartemental (Poussine) à Bourg-en-Bresse où elle a trébuché sur le praticable pendant sa chorégraphie, elle a tout de même continué et à rien lâché.



VIE GYMNIQUE

Elle a commencé la gymnastique à **3 ans** et ce sont **la grâce, la rigueur, le dépassement de soi et les engins** qui lui ont donné l'envie de continuer. Elle considère ses entraîneurs et les membres de son équipe comme sa **famille**. Maëlya se voit encore gymnaste dans 5 ans et plus tard elle souhaite faire des études pour devenir **entraîneur à haut-niveau**.

Selon elle, un bon gymnaste se définit comme un **sportif déterminé avec un mental d'acier**. Malgré le report voire l'annulation de certaines compétitions à cause du COVID-19, Maëlya s'est accrochée à son objectif. En 2020, elle faisait beaucoup de visio avec des **défis** et des **programmes** que son club donnait, ça lui a permis de **s'amuser et de travailler tous les jours**. En 2021, elle a fait peu de visio car elle a eu la chance d'aller pouvoir s'entraîner au gymnase pour préparer 2 compétitions.



VIE QUOTIDIENNE

Maëlya est actuellement en classe de **CM2**. Elle pratiquait de **la danse classique** au conservatoire de Chambéry 3x par semaine mais a dû arrêter car elle n'avait pas d'horaires aménagés et cela devenait difficile de **combiner danse, GR et devoirs**. Elle continue tout de même la danse avec un professeur particulier 1h par semaine.

Concilier sa vie personnelle et sa vie de gymnaste est assez compliqué car la **GR demande beaucoup d'investissement et de travail personnel si on souhaite faire du haut-niveau**. C'est difficile de ne pas pouvoir vivre comme les autres filles de son âge (anniversaires, soirées pyjamas...) car elle passe la **plupart de son temps libre à s'entraîner au gymnase ou à la maison**. Sa famille et surtout sa maman, la soutienne beaucoup car c'est sa **passion**.