



## CLEANE PIEDNOEL-MARCHAL

---

**Date de naissance :** 17 septembre 2008

**Club :** Avant-garde d'Albertville

**Discipline :** Gymnastique Acrobatique

**Nombres d'heure entraînement par semaine :** 15h

**Dernier titre décroché :** Vice-Championne de France Élite Junior Duo Mixte

**Points forts :** Ma persévérance, je ne m'arrête jamais sur un échec, et ma détermination à toujours vouloir aller au maximum dont je suis capable sont mes deux points forts principaux. Je suis aussi très perfectionniste donc je cherche toujours à améliorer les mouvements et gommer chaque petite erreur.

**Points faibles :** Je m'énerve assez vite quand je n'arrive pas à réussir comme je le voudrais une pyramide, mais cela me pousse à continuer jusqu'à réussir.

**Prochain objectif :** Faire partie à nouveau du collectif identifié équipe de France

**Meilleurs souvenirs :** Mon meilleur souvenir a été quand nous nous sommes qualifiés pour les Championnats d'Europe à Pesaro en 2021 car j'ai à ce moment-là réalisé un rêve que je portais depuis que j'ai commencé la GAC. Mais les stages nationaux avec le collectif France, les deux compétitions internationales qui ont suivies (CEGA Pesaro 2021 et CMGA Baku 2022) et même mon premier titre de championne de France en duo féminin avenir en 2017 restent des souvenirs magiques et inoubliables.

**Pire souvenir :** Aux Championnats de France à Rouen en 2016 j'étais en trio national B jeunesse et nous avons chuté sur la dernière pyramide du mouvement ratant ainsi la seconde place.



### VIE GYMNIQUE

Elle a commencé la gymnastique à **1 an en Baby Gym puis à 7 ans la GAc**. L'entraîneur de Cleane est sa maman mais quand elle est à l'entraînement elle la perçoit comme son entraîneur c'est comme si ce n'était pas de sa famille. Ses partenaires sont de bons amis à qui elle peut demander conseil et aussi avec qui elle peut rigoler et se vider la tête. Mais ses partenaires de longue durée, comme ces trois dernières années avec Noah Barberot ou les trois années précédentes avec Julie Raynal, sont comme des frères et sœurs pour elle.

Selon elle un bon gymnaste est capable : de se remettre en question, de persévérer, d'être compréhensif et de faire preuve d'empathie envers ses partenaires, de savoir communiquer avec son entraîneur et ses partenaires, de connaître ses limites et celles de son corps, de savoir se reposer car le repos fait aussi parti de l'entraînement, de croire en lui et de faire confiance à son entraîneur et ses partenaires.



## VIE QUOTIDIENNE

Cleane est actuellement en classe de **troisième** et pratique le violon en dehors de la gymnastique. Elle aime les travaux manuels et la lecture.

Cela se fait presque naturellement. Ma famille et la plupart de mes amis étant eux aussi dans la gym, je peux en profiter pleinement. Pour mes autres passions, la musique est intégrée dans mon emploi du temps scolaire, les autres je les pratique surtout le week-end. Ensuite pour faire mes devoirs, je m'organise et trouve du temps dans la semaine comme les heures d'études au collège, le mercredi après l'entraînement, le week-end etc. Je dois constamment m'avancer dans mes devoirs pour ne pas en oublier ou ne pas avoir le temps de les faire.