

Louane PLISSON

12 ans

Club : Indépendante stéphanoise

Site d'entraînement : Pôle France de Saint Etienne

Discipline : Gymnastique Artistique Féminine (GAF)

Heures d'entraînement par semaine : 30h

Points forts : La persévérance, le mental et le travail

Points faibles : Un caractère fort qui peut être un atout mais pas toujours

Prochain objectif : Championne de France élite 2025 et championnat d'Europe junior en 2026

Meilleurs souvenirs : 1ère sélection en équipe de France, ainsi que toutes les autres et ses 3 titres de championne de France élite.

Pire souvenir : Une compétition à Cusset. Mauvaise gestion du stress donc mauvaise prestation et mauvais comportement.



Louane a commencé la gymnastique à l'âge de 2 ans. Actuellement en classe de 5^e, elle parvient à concilier ses études et ses entraînements malgré un emploi du temps chargé, profitant de chaque moment libre pour passer du temps avec sa famille.

Elle évolue aujourd'hui dans un groupe soudé avec lequel elle entretient d'excellentes relations, tout comme avec ses entraîneurs.

Entraînée par Vincent Guerillon et Eleonora Ratti, en 2024, elle a remporté le titre de championne de France et a pris la première place au match U13 avec l'équipe de France.

Passionnée de pâtisserie et de randonnées en famille, elle trouve dans ces activités un équilibre en dehors du sport. Plus tard, elle aimerait devenir kinésithérapeute, un métier qui lui permettrait de rester liée au domaine sportif.

Elle se projette encore gymnaste dans cinq ans, portée par sa passion et son ambition.

Pour elle, un bon gymnaste est quelqu'un qui met tout en œuvre pour atteindre ses objectifs, avec détermination et caractère.