



## ANTONIN DELAYE

**Date de naissance :** 01 mars 2007

**Club :** CASCOL Gym

**Discipline :** Gymnastique Artistique masculine

**Heures d'entraînement par semaine :** 30h

**Points forts :** le dépassement de soi, le courage et le mental

**Point faible :** Gestion du stress



**Dernier titre décroché :** Médaillé d'or à la barre fixe lors de l'international Teamp cup à Hanovre (Allemagne).

**Prochain objectif :** Champion de France élite U16

**Meilleurs souvenirs :** La montée en top 12 de notre club, lors de des championnats de France DN1 nous étions soudés jusqu'au bout. Il fallait finir dans les deux premier ce qui était presque impossible mais l'esprit d'équipe nous a permis de réaliser l'impossible

**Pire souvenir :** Ma première sélection en équipe de France, Cottbus 2021, je prépare ma compétition comme tous les autres mais 2 semaines avant je fais une violente chute qui me crée des fortes contusions au dos, après plusieurs examens je n'ai rien de cassé, je décide quand même de faire la compétition. Un enfer, je n'ai jamais ressenti de telle douleur. Je n'ai pas fait une bonne compétition et je ne retiens pas une superbe expérience

### VIE GYMNIQUE

Il a commencé la gymnastique à **3 ans avec de la Baby Gym**. Il a de très **bonnes relations** avec ses entraîneurs ainsi que les membres de son équipe. Antonin se voit **encore gymnaste dans 5 ans** et plus tard il souhaiterait travailler dans le commerce.

Selon lui, un bon gymnaste est une personne qui n'a peur de rien et qui se dépasse tous les jours.



## VIE QUOTIDIENNE

Antonin est actuellement en classe de **2<sup>nd</sup> générale** et ne **pratique pas d'autres sports** en dehors de la gymnastique. Lorsqu'il ne s'entraîne pas, il aime **sortir, rencontrer du monde et se divertir**.

Concilier sa vie personnelle et sa vie de gymnaste est une **organisation** qu'il a réussi à adopter en profitant de chaque instant.