

Portraits de champions fédéraux

Loïc Kiffer

C'est en faisant des roulades sur le canapé du salon, que Loïc Kiffer s'est retrouvé à pratiquer la gymnastique à l'âge de 7 ans. Il adhère donc à l'Alerte-Gentianes et commence à passer de plus en plus d'heures dans les gymnases. Aujourd'hui avec 12 heures d'entraînement par semaine ses efforts finissent par payer : Loïc s'octroie le titre de Champion Fédéral en catégorie pupille 1 lors des Championnats de France à Flers.



. Comment as-tu débuté dans la gym ? : En faisant des roulades sur le canapé et du coup ma mère m'a inscrit à la gym en 2ème année jeune poussin.

. Depuis combien de temps es-tu au club ? : 8 ans

. Quelles sont les qualités d'un bon gymnaste ? : Du mental une bonne condition physique et surtout avoir confiance en soi.

. Qu'est-ce qui te plaît dans la gym ? : Repousser ses limites à chaque entraînement sur chaque agrès.

. Combien d'heures d'entraînes tu par semaine ? : 16h

. Quels sont ton meilleur et ton pire souvenir en gymnastique ?

Le meilleur : Mon meilleur souvenir remonte a pas très longtemps, c'était au championnat de France est finir 1^{er}.

Le pire : c'est ma blessure au genou et d'avoir dû arrêter la gym temporairement ce qui était très difficile.

. Agrès préféré : Arçon et fixe.

Maeva Trabucco



Après avoir débuté la gymnastique à l'âge de 12ans, Maeva est arrivée au club Alerte-Gentianes voici quelques années. Aujourd'hui elle s'entraîne 4 heures par semaine.

C'est sur la poutre, au sol et au saut qu'elle exprime le mieux ses qualités de gymnaste.

Sa motivation est principalement due à l'émulation collective propice à la performance gymnique.

C'est avec beaucoup d'émotion qu'elle a reçue le titre de Championne Fédéral Junior lors des Championnats de France à Flers.

. Comment as-tu débuté dans la gym ? : Avec une amie qui voulait essayer

. Depuis combien de temps es-tu au club ? : Quelques années

. Quelles sont les qualités d'un bon gymnaste ? : Du courage et une bonne condition physique.

. Qu'est-ce qui te plaît dans la gym ? : Tenter des nouvelles choses

. Combien d'heures t'entraîner-tu par semaine ? : Environ 4 h cela dépend des semaines

. Quels sont ton meilleur et ton pire souvenir en gymnastique ? Le meilleur : Mon meilleur souvenir remonte à pas très longtemps, c'était au championnat de France : finir 1^{ère} !

Le pire : c'est de voir les autres se blesser.

. Agrès préféré : Saut poutre et sol mais pas les barres