



Quelques news à la sortie de l'hiver et avant d'entrer dans le vif du sujet de la saison 2016

En attendant les premières compétitions, il est encore temps d'accumuler des kilomètres en kayak, de peaufiner sa technique et de s'inspirer de ses partenaires/adversaires pour aller plus vite...

Jusqu'à présent tout s'est bien passé pour moi car j'ai pu m'entraîner tel que je le souhaitais, en évitant les blessures et les aléas que le sport de haut niveau peut parfois nous infliger.

Cette année encore, je peux compter sur une équipe de partenaires très solide qui me permet d'avancer sereinement ;-)

Les mois de janvier et février ont été bien remplis :

un stage dans les Alpes (la Féclaz) pour travailler le foncier sur les pistes de ski de fond,

un stage en Australie pour clore un gros travail en musculation et retrouver ma technique de pagayage dans les meilleures conditions,

et un stage fédéral au Maroc pour cumuler des bornes et regoûter aux joies de la confrontation avec les meilleurs pagayeurs français !

Pour voir des photos de mes périples c'est par ici, sur ma page Facebook officielle !



Les prochaines échéances

Championnats de France de fond (27/28 mars à Poses)

Championnats d'Alsace 200m (17 avril à Strasbourg)

Interrégion 1000m (23/24 avril à Dijon)

Sélections olympiques équipe de France (4/8 mai à Mantes la Jolie)



Petit rappel pour participer aux JO

La France dispose de 2 quotas en K2 1000m. Elle peut encore décrocher un quota supplémentaire (K1 1000m - course de sélection le 18/19 mai).

Il faudra donc, à minima, être dans les 3 premiers français pour espérer prendre le départ des Jeux de Rio !



A bientôt !