Voici la présentation d'un de nos coéquipiers « Thibault »

Thibault, 22 ans est un étudiant spécialisé dans l'audit et sécurité informatique dans un centre nucléaire. Ses hobbies ; découverte de nouvelles cultures (voyages), cinéma, musique, économie mais également le sport auquel il consacre beaucoup de temps.

Très tôt, il est attiré par les sports collectifs notamment le football qu'il pratique durant 8ans. Il décide ensuite de se consacrer à un art martial qui se nomme « Jeet Kune Do », instauré par Bruce Lee mélangeant différents aspects du self défense « silat, grappling » avec le combat « kick boxing » durant une année.

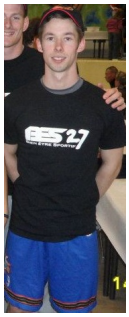
Changement de ville oblige pour les études, il retourne à son sport de base le football, cette fois en intérieur autrement appelé « futsal » durant 2ans. Ses impressions : sport beaucoup plus technique que le football traditionnel qui demande une intelligence dans le jeu et de la rapidité. Il prend plaisir à pratiquer ce sport qui demande également une exigence physique et donc un bon cardio.

En outre, il pratique le renforcement musculaire afin de prévenir des blessures dues au sport intensif en salle de musculation et en piscine.

Enfin, Thibault se lance un nouveau défi dans lequel il puisse se surpasser et s'épanouir « le Triathlon ». Cette discipline lui est totalement inconnue c'est pourquoi il va falloir se mettre sérieusement à l'entraînement tout en ayant une hygiène alimentaire « presque » irréprochable.

Pour l'aider mentalement et physiquement, il pourra prendre appui sur ses partenaires d'entrainements qui sont Fabien Lespagne, Pierre Michaël Micaletti, Philippe Dieumegard et autres basketteurs de la salle de sport.

Ses atouts : force mentale, persévérance, disposant déjà d'un bon cardio qu'il va falloir adapter à l'effort.



Affaire à suivre… !