Interview Ligue de Bretagne de Surf

# Covid–19 : mon confinement CHEZ MOI en Bretagne en 12 questions

**Pensionnaire CLE & Pôle Espoir**

**Merci de prendre de ton temps pour répondre à cette interview qui sera publiée sur le site de la Ligue de Bretagne de Surf & relayée sur ses réseaux sociaux (Instagram & Facebook // La chaîne YouTube pour créer des playlists à partir des recommandations des Bretons).**

**Objectif : donner des nouvelles des pratiquants & personnes investies dans/pour le surf Breton et faire circuler des bonnes idées/pratiques en cette période de confinement !**

**Une fois tes réponses écrites merci de renvoyer ce document à** **mathieu@ligue-bretagne-surf.bzh**

**Merci d’y joindre deux photos de toi : une de portrait & une d’action !**

**Si tu as d’autres contenus (photos, vidéos – maximum 8 éléments en + des 2 précédents) pour illustrer tes réponses n’hésites pas à nous les joindre** (en pièce-jointe de ton de ton mail ou via des sites de transfert comme [Smash](https://fr.fromsmash.com/), [Wetransfer](https://wetransfer.com/) // ou alors via des espaces partagés comme Dropbox ou Google Drive).

**Enfin si tu peux indiquer les liens des contenus que tu évoques** c’est top ! Et identifier les photographes pour les crédits ;)

1. **[HELLO] Salut peux-tu te présenter rapidement :** (Prénom, âge, club, ville/village ou tu es confiné, disciplines pratiquées, temps passé à l'eau chaque semaine en moyenne (avant le confinement évidemment), etc...
2. **[CA GAZ ?] Cela fait plus de trois semaines que tu es confiné : comment vas-tu? Comment vis-tu cette période inédite ?**
3. **[TON HISTOIRE] Depuis combien de temps es-tu au Pôle/CLE ? Ou et avec qui t’entraînais-tu avant d’intégrer la filière ?**
4. **[PERFORMANCE] Quels sont tes projets sportifs à court, moyen et long terme ? (Cette saison/Pour les 3 prochaines années/Dans plus de 3 ans)**
5. **[LE FUTUR TOI] Comment imagines-tu ta vie à 30 ans ? Qu’est ce tu aimerais faire à ce moment-là ?**
6. **[AUTO-ANALYSE] Aujourd’hui quel sont tes points forts ? Tes points faibles ? Est-ce qu’il en a toujours été ainsi ?**
7. **[ENTRAINEMENT]** Tu es dans une pré-filière d’accès au haut niveau (CLE) ou dans la structure accueillant les surfeurs sur liste ministérielle haut niveau (Pôle Espoir). Tu as donc des objectifs sportifs élevés. **Comment fais-tu en cette période de confinement pour garder la forme afin d’être le plus performant possible dès que les compétitions reprendront ?**
8. **[ECOLE] Etre au CLE ou au Pôle c’est aussi et avant tout aller au collège ou au lycée. Comment fais-tu pour te donner toutes les chances de réussir ton double projet sportif & scolaire ? As-tu déjà une idée du métier que tu aimerais faire plus tard ?**
9. **[CONSEILS]** Le recrutement des nouvelles promotions CLE & Pôle Espoir a lieu tous les ans en avril-mai. **Quels conseils tu donnerais à un pote qui aimerait intégrer une des deux filières ?**
10. **[MERCI] Quelle(s) personne(s) aimerais-tu remercier car elle(s) contribue(nt) a ta réussite sportive &/ou scolaire ?**

*Parce qu’être au CLE ou au Pôle Espoir ce n’est pas « facile » ! De longs entraînements même en décembre ou en mars quand il flotte, qu’il y a 2m onshore et que ça pelle grave ! Les mêmes programmes et contrôles que les autres élèves alors que tu as plus de 10h d’entraînement chaque semaine ! Pour réussir dans ces conditions il faut se serrer les coudes & savoir se faire aider.*