



## Témoignages de 9 élèves-gymnastes de la 1<sup>re</sup> cohorte de la Concentration Gymnastique à l'école Louis-Jacques-Casault

### Marguerite

« J'adore ça. Ça nous permet de nous dépasser tout en étant dans le milieu scolaire. Moi, ça me motive à continuer à faire de la gym et à m'améliorer de plus en plus. »

### Alicia

« J'aime la concentration gym parce que on peut se concentrer sur des objectifs plus précis que dans nos cours le soir et la fin de semaine. On peut aussi explorer plus de mouvements ou tenter de nouvelle chose. En plus on n'est des petits groupes ce qui nous permet d'être plus sur les appareils. »

### Léa-Jade

« Je me sens privilégié de pouvoir faire de la gym alors que pratiquement toutes les gymnastes ne peuvent pas présentement (COVID)... Aussi, puisque nous sommes beaucoup moins dans la palestre, nous faisons des petites équipes, donc nous avons plus de temps pour faire de la gymnastique. C'est comme si nous avions un cours privé mais en équipe. »

### Léa

« Ce projet m'amène de la joie; on dirait que j'ai plus d'intérêt à faire de efforts en classe et en gym. Je suis vraiment contente d'avoir eu la chance de participer à ce projet ! »

### Kalyann

« Tout d'abord, pour moi la concentration gym me permet d'avoir un cours de plus par semaine ce qui aide à développer de nouveau mouvement plus vite. De plus, en temps de Covid celle-ci me permet de garder la forme. La concentration gym m'apprend à être plus responsable. Et finalement, j'ai toujours voulu être dans une concentration donc maintenant que j'en fait partie je suis très choyée. »

### Émy

« Je trouve que ses un bon moyen de me motiver le matin en me disant qu'il y a de la gymnastique je trouve aussi que l'on s'améliore beaucoup plus vite je ne regrette vraiment pas mon choix d'avoir essayé cette chance immense »

### Annabelle

« Je trouve que c'est bien fait et j'aime qu'on fasse quand même beaucoup de pps parce que je vois une amélioration dans ma technique. »

### Élizabeth

« J'adore le concept de semi sport études même en temps de pandémie cela me permet d'exercer mon sport au total je suis satisfaite du profile mais un seul Inconvénient que je retrouve c'est que je rate en général les mêmes cours alors il faudrait que une fois par semaine le programme tombe un mardi par exemple »

### Anne-Louise

« J'aime beaucoup la concentration gymnastique car on peut faire plus de gym que les autres et nous sommes moins de gymnastes donc Émilie (l'entraîneur) peut nous donner plus de conseils et c'est beaucoup plus facile de se concentrer. Aussi, on peut commencer/expérimenter des nouveaux mouvements et/ou continuer une progression plus rapidement. »