



La double interview de juillet



Lily-May Allain

Membre de l'équipe U16



Octavio Laurent

Membre des équipes messieurs et U16

Tes débuts et ton arrivée à Bordeaux Lac

Depuis quand joues-tu au golf ? Qui (ou quoi) t'a incité à commencer ?

Depuis mes 6 ans grâce à ma marraine

Depuis l'âge de 2 ans grâce à mes parents

Où as-tu fait tes premières armes ?

Depuis quand joues-tu à Bordeaux lac et pourquoi avoir rejoint notre club ?

J'ai commencé à Bordeaux lac car c'était la plus grosse structure à côté de notre domicile

Je joue à Bordeaux lac depuis l'année dernière que j'ai rejoint pour le centre de Performance et pour les copains que j'avais rencontrés lors d'un championnat pendant mes vacances en France

Ton jeu

Globalement, es-tu plus à l'aise au petit jeu ou au grand jeu ?

Je préfère le petit jeu

Je préfère le grand jeu

Quel est ton club préféré ? Une marque préférée ?

Mon club préféré est mon 56 et j'aime la marque Ping

J'aime mon Fer 7 et ma marque préférée est Titleist

Individuel ou équipe ?

Préfères-tu jouer en individuel ou en équipe ?

Individuel

Individuel

Qu'est-ce qui te plaît dans le fait de faire partie d'une équipe ?

J'aime partager avec mes amies et notre cohésion d'équipe

J'aime l'ambiance et l'esprit d'équipe de Bordeaux lac

Quels sont tes objectifs pour cette année ? Ceux de l'équipe ? Tes attentes ?

Faire un podium sur un grand prix et passer le cut au championnat de France U12

Être dans les 100 meilleurs français amateur
Faire top 10 au championnat de France U16 en octobre

Quelle compétition attends-tu avec impatience ? Pourquoi ?

Le championnat de France individuel au golf national car elle sera la plus importante de ma saison

Le grand prix de Pau, car j'adore le parcours

Est-ce que tu fais partie du clan des muets ou des bavards sur le parcours ?

Des muets !

Des muets qui bavardent un peu !

Comment débriefes-tu ton parcours ? Seul(e), en équipe, autour d'un verre, sur une appli ?

Je débriefe avec mon père

En équipe et également avec une appli

Après un parcours, tu te détends (seule(e) ou en groupe ?) ou tu retournes t'entraîner ?

Après le parcours, je préfère être seule et je fais du petit jeu en attendant les remises de prix

Un peu des 2, mais toujours un peu de putting

Ta préparation technique, physique et mentale

Si tu es scolarisé(e) (tu peux préciser en quelle classe), quand trouves-tu le temps de t'entraîner et de jouer ? As-tu réussi à aménager ton emploi du temps facilement pour jouer et t'entraîner ?

Je passe en 5^{ème} ; je m'entraîne le mercredi et le samedi et, pendant les vacances scolaires, je suis suivie aussi par un pro à Biarritz : il s'agit de Romain Douard avec qui j'effectue des stages de perfectionnement
Ma maman est disponible pour me suivre.

Je passe en 1^{ère} ; j'ai un emploi du temps aménagé : je vais au lycée seulement le matin ce qui permet de m'entraîner l'après midi

Pratiques-tu une activité de préparation physique ?

Je fais de la danse hip hop

Fitness, mobilité, étirement

As-tu une routine de préparation du parcours ? D'échauffement ?

Oui avec un carnet de parcours que j'annote
Pour m'échauffer, je commence et finis toujours par le putting

oui

Que manges-tu sur le parcours ?

Des barres de céréales, banane, sandwich et eau

Des amandes, bananes, sandwiches et beaucoup d'eau

Si tu es en difficulté sur le parcours, as-tu des astuces pour gérer ce passage ?

Comment gères-tu ton physique et ton mental ?

Ne pas lâcher et m'appliquer autant
Rester le plus concentré tout le long de la partie
Faire des coups d'essais et m'étirer

Respirez et évaluer mes objectifs de jeu
Essayer de ne penser à rien et jouer coup après coup
Faire des étirements et de la mobilité