



## Violaine AVEROUS

**Date de naissance :** 15-03-1985

**Catégorie :** Seniors

**Groupe :** Marche & 1/2 Fond - AC & DT

**Entraîneur :** André CASALE

Spécialité	Record
5000m marche	22'52"10
20 km marche	1h38'08"

Palmarès

**Nombre de sélections en équipe de France : 6**

Coupe du Monde de marche en Chine en 2014

Championne de France Elites à Charléty en 2014

Coupe du Monde de marche en Russie en 2012

4 fois Championne de France par équipe de marche depuis 2011

Match International de Marche en République Tchèque 2010

Médaillée de Bronze au France de 20km en 2010

Double médaillée lors des France de Relais 2010 sur la marche et le 4\*800

Entraînement

11 entraînements par semaine

Sa vision de l'athlé

« Pratiquer l'athlétisme pour repousser toutes ses limites physiques et psychologiques tout en respectant une éthique ! »