



Sophie DUARTE

Date de naissance : 31-07-1981

Catégorie : Seniors

Groupe : 1/2 Fond

Entraîneur : David HEATH

Spécialité	Record
3000m steeple	9'25"62
5000m	15'14"57
10 km	32mins21

Spécialités : cross, route, 5000m

Nombre Sélections en équipe de France : 18

Palmarès :

Championne d'Europe de cross 2013

Recordwomen de France du 3000 m steeple avec 9'25"62

Quadruple championne de France **du 3000 m steeple - 2007 à 2011**

Championne de France du 5000m en 2013

Triple médaillé de Bronze du championnat de France de cross - 2011/ 2012

Qualifié au **championnat du Monde** à Moscou sur 5000m en 2013

16ème du championnat du Monde de cross et 2nde européenne en 2013

Double Finaliste (6ème) du championnat d'Europe de cross 2011(Valenje) et 2012 (Budapest)

Medaillée d Argent par Equipe aux **Championnats d Europes de cross** 2012 et de Bronze en 2008 (Bruxelles)

Sélectionnée en **Equipe d'Europe de cross** en 2012 à Edingbourg et en Equipe d'Europe sur piste pour la Coupe du monde en 2010 (Split)

Finaliste (7ème) du championnat d'Europe d'athlétisme de Barcelone - 2010

Médaille de Bronze par équipe aux Europe de cross de Bruxelles - 2008

Championnat du Monde de Berlin - 2009

Jeux Olympiques de Pékin - 2008

Championnat du Monde d'Osaka - 2007

Places d'honneur - Décanation Coupe d'Europe

Nombre d'entrainement par semaine : 14

Objectifs sportifs saison estivale 2013 :

Championnats du monde de cross (passé)

Titre Championnats d'Europe de cross 2013 (passé)

Battre records sur 5000m/ 10 000m

Sa vision de l'athlé

« Le plaisir et la passion de son sport doivent être au centre de notre pratique pour toujours évoluer ! »