



HÃ©lÃ©ne PARISOT

Date de naissance : 17-12-1992

Catégorie : Seniors

Groupe : Sprint Sauts

Entraîneur : Dominique HERNANDEZ

Spécialité	Record
100m	11s90
200m	24s27

Palmarès

International Jeune de l'Equipe de France

Espoir 2ème année 2013 : Championne de France du 60m

Vice championne de France universitaire sur 60m

Espoir 1ère année 2012 : Championne de France universitaire sur 100m.

Vice championne de France universitaire sur 200m.

Junior 2ème année 2011 : 3ème aux championnats de France jeune en salle sur 200m en 25"04 à Aubière.

Sélection en Equipe de FRANCE pour le match junior à Hambourg (ALLEMAGNE).

Participation au meeting de sélection pour les championnats d'Europe junior.

Junior 1ère année 2010: 3ème aux championnats de France jeune en salle sur 200m en 24"71 à Aubière.

Vice championne de France jeune sur 200m en 24"27 à Niort

Sélection en Equipe de FRANCE pour le match junior à Ancone (ITALIE)

Été 2010 : réalisation des minimas pour les championnats du Monde junior et participation au meeting de sélection pour les championnats du monde junior.

Sélection en Equipe de FRANCE pour le match Méditerranéen d'été à Tunis (TUNISIE)

Cadette 2ème année 2009 : 3ème aux championnats de France jeune sur 200m en 25"31 en 2009 à Bondoufle

Entraînement

6 entrainements par semaine

Objectifs 2013

Podium des France Espoir sur 100 m et 200 m

Sa vision de l'athlé

« Il faut s'entraîner chaque jour un peu plus pour avoir des résultats en rapport à son investissement. »