



## Lola CASCO

### - Peux-tu te présenter en quelques mots ?

Je m'appelle Lola Casco, j'ai 16 ans, je suis donc junior 1ère année, je joue pour le club de Bourgoin Jallieu et je suis numéro 247 française

### - Quand et comment as-tu commencé le Tennis de Table ?

J'ai commencé le tennis de table à l'âge de 6 ans et demi au club de Saint Jean de Bournay grâce à mon papa qui pratiquait ce sport.

### - Quel est ton volume horaire d'entraînement par semaine ?

Cette année j'ai augmenté mon volume d'entraînement et je suis environ à 15 heures d'entraînements par semaine.

### - Quel est ton objectif à long terme dans le Tennis de Table ?

Mes objectifs à long terme sont premièrement de me qualifier au championnat de France seniors dans les années qui suivent et également de jouer en pro un jour.

### - Combien de fois as-tu participé aux Championnats de France Jeunes ?

Cette compétition qui se déroulera à Bourges sera ma 9ème participation aux championnats de France jeunes, et ma 3ème participation dans la catégorie junior.

### - Quel est ton meilleur résultat ?

J'ai fait un quart de finale en simple et je suis médaillée d'or en double avec mon ancienne partenaire en 2021, se sont mes meilleurs résultats dans cette compétition.

### - Les championnats de France ont-ils une place à part pour toi ?

Forcément que les championnats de France ont une place un peu à part car ça arrive une fois par an, la formule est différente des autres compétitions etc. Donc il y a un petit côté "exceptionnel".

Mais ça reste une compétition comme les autres qu'il faut jouer à fond sans plus de pression pour essayer d'être la plus performante possible.

En double je serai associée à Lilou Étienne.

Aucun match ne sera facile mais j'essaierai de tout donner pour gagner le plus de matchs possible !