

Sharon O'Boyle

French 210

Extra Credit – p. 356

Une journée typique dans la vie de...

J'écris sur Nathalie Péchalat. Nathalie est une patineuse artistique de France. Sa spécialité est la danse sur glace. Son partenaire est Fabian Bourzat. Ils s'entraînent pour les jeux olympiques d'hiver à Sotchi en Russie en février. Elle habite en Michigan aux Etats-Unis parce que son entraîneur est là. Ils sont très occupés de préparer pour la saison de compétitions. Ils apprennent deux nouveaux programmes. Ils améliorent leurs compétences techniques et ils apprennent des nouveaux éléments.

Je pense qu'une journée typique dans la vie de Nathalie Péchalat est comme ça...

Elle se réveille tôt et elle mange un petit-déjeuner de protéines. Elle rencontre son partenaire et son entraîneur à la patinoire. Elle pratique pour deux ou trois heures. Elle prend une pause. Ensuite, elle mange le déjeuner. Après le déjeuner, elle et son partenaire faire de la musculation pour une heure. Ensuite, ils prennent une classe de la danse de salon. Elle aussi passe du temps sur les medias sociaux. Ses supporters peuvent voir des messages et des photos sur Facebook, Twitter et Instagram. Elle mange un dîner sain. Elle s'endort tôt parce qu'elle va faire toutes ces choses de nouveau demain. (Et elle rêve d'une médaille d'or olympique!)