

**Photo:****Nom :****Tavernier****Prenom :** Alexandra

Médaille de bronze dans l'épreuve de lancer du marteau de la compétition d'athlétisme des Villes Jeux de la Francophonie, France/Nice 2013

Alexandra Tavernier est une athlète française spécialiste du lancer du marteau. Elle a remporté la médaille de bronze à la discipline lors des Villes Jeux de la Francophonie qui se sont tenus à Nice/France en 2013, avec une marque portée à 69m95.

Sa rencontre avec l'athlétisme s'est faite en 2004, après s'être essayée au bicross et à la descente en VTT.

Alexandra a quitté sa région natale, la Haute-Savoie, pour rejoindre l'INSEP dans le but de se former aux lancers, aux côtés des plus grands athlètes français. Elle a notamment intégré le nouveau groupe « lancer du marteau » mis en place par la Fédération Française d'Athlétisme (FFA). Elle a rapidement développé son potentiel grâce à des entraînements intensifs. Ses efforts ont porté leurs fruits puisqu'elle a obtenu 5 médailles aux Championnats de France FFA, au lancer du poids, du disque et du marteau.

En parallèle de sa carrière sportive, elle a suivi des cours préparatoires à l'école de kinésithérapie.

Alexandra Tavernier a ensuite rejoint l'équipe de France et participé à sa première compétition internationale pour les qualifications des Jeux Olympiques de la jeunesse où elle s'est offert une place en finale. En 2011, elle fait le choix de se concentrer sur le lancer de marteau en catégorie junior. Elle se place ainsi parmi les dix meilleures lanceuses mondiales pour terminer 6ème au Championnat d'Europe à Tallinn en Estonie. L'année suivante, elle s'empare du titre de championne du monde junior avec la marque de 70m62 à Barcelone en Espagne. Ce lancer lui a permis de figurer au troisième rang de meilleures performances juniors de tous les temps et de faire progresser de 8 mètres l'ancien record de France. En 2012, elle est devenue championne olympique junior au lancer du marteau.

En 2013, elle concourt en catégorie espoir et participe à plusieurs compétitions internationales. Elle s'impose en vainqueur de la coupe d'Europe hivernale des lancers en - de 23 ans et obtient la 2ème place au DécaNation derrière la championne olympique, en plus de son titre aux Villes jeux de la Francophonie à Nice.

L'année suivante, elle part pour 3 mois en Nouvelle Zélande pour découvrir une autre approche de l'entraînement qui lui a permis d'obtenir des résultats stimulants. Elle a enchaîné avec un titre de championne de France élites en atteignant son record personnel grâce à un lancer de 71m16. Elle a

Tavernier

Publié sur Jeux de la francophonie (<https://www.jeux.francophonie.org>)

également été sacrée meilleure performance mondiale espoirs.

Elle a battu le record de France espoir du lancer de marteau en 2015 grâce à un lancer à 74m05, et par conséquent s'est qualifiée pour la première fois aux Championnats du monde d'athlétisme qui ont eu lieu à Pékin au mois d'août. Elle a amélioré son record personnel de 34 cm pour le porter à 74m39 lors de l'étape des qualifications et fini par rafler la médaille de bronze, sa première distinction internationale chez les seniors avec un lancer à 74m02.

Sources :

- <http://www.alexandra-tavernier.com/> [1]
- <http://www.lequipe.fr> [2]
- <http://www.francetvsport.fr> [3]

URL source:<https://www.jeux.francophonie.org/laureats/portraits/tavernier>