

**Qui es-tu ? *Martin Alexandra***

**Né le :** 1/03/77

**Profession :** Factrice



**Depuis quand au CL Colombelles ?**

2007

**Tes éventuels anciens clubs en Athlétisme ou autres sports ?**

1990-2007 ES Caen (cyclisme)

**Type d'épreuves favorites (cross, 10km, semi, trail...) ?**

Trail

**Records :**

- 10km : 42'59"
- Semi : 1h39'
- Marathon :/

**Quelle est ta séance favorite ? (10X300, Fartlek, sortie longue, endurance, 6X1000, 3X3000....)**

1h footing

**Quelle est celle que tu redoutes le plus?**

Toutes les séances de fractionné

**Ton meilleur souvenir sportif (personnel) ?**

Ma médaille de bronze au championnat de France Cyclisme sur piste en vitesse.

**Ton hobby (en dehors de la course à pied) ?**

Dormir

**La qualité que tu apprécies le plus chez les autres ?**

La gentillesse

**Le défaut qui t'énerve le plus ?**

*L'hypocrisie*

**Qu'est ce que tu n'aimes vraiment pas faire ?**

*Le ménage*

**Ton chanteur(euse), groupe préféré ?**

*Toute la chanson française*

**La chanson que tu chantes sous la douche ?**

*Ma vie au soleil (keen'v)*

**Ton acteur préféré ?**

*Romain duris*

**Ton actrice préférée ?**

*Julia roberts*

**Ton film préféré ?**

*Dirty dancing*

**Le personnage historique que tu admires ?**

*Le père Noël*

**Ton plat favori ?**

*Tous les desserts*

**Ta boisson favorite ?**

*Le chocolat chaud*

**La destination rêvée pour les vacances ?**

*Aux galapagos*

**Si tu étais un animal, ce serait lequel ?**

*La marmotte*

**Ta couleur préférée ?**

*Le bleu*

**Ta fleur (plante, arbre) préféré(e) ?**

*La jonquille*

**Ton sportif(ve), équipe préféré(e) ?**

*Marie-Amelie Le Fur*

*L'événement sportif qui t'a le plus marqué ?*

**Ton objectif sportif pour la saison 2012-2013 ?**

*Moins de 43' sur 10km*

**Ta devise ?**

*Doucement le matin, pas trop vite l'après midi.*