

 <p>© Saison2017</p>	<i>Discipline</i>	Trampoline
	<i>Année de naissance</i>	1998
	<i>Ville de résidence</i>	La Prairie
	<i>Club</i>	Quadrotramp
	<i>Entraîneur(s)</i>	Karina Kosko et Alain Duchesne
	<i>A débuté la gymnastique à l'âge de...</i>	6 ans
	<i>Catégorie (saison 2015-2016)</i>	Junior
	<i>Athlètes admirés</i>	Rosana McLellan
	<i>Plus grande réalisation</i>	Participation aux Championnats du monde groupes d'âge
	<i>Objectifs de carrière</i>	Me rendre aussi loin que mes compétences me le permettront
<i>Devise</i>	<i>Demain encore plus qu'aujourd'hui</i>	
<i>Fait cocasse ou amusant à ton sujet</i>	Avant chacune de mes routines, j'écoute toujours la même chanson.	

## CITATIONS

- « J'aime le sentiment de liberté quand je suis dans les airs »
- « Les Jeux olympiques sont un véritable rêve, mais simplement la participation à la sélection olympique représenterait beaucoup pour moi. »
- « La plus grande leçon que le sport m'ait apprise est la patience. J'essaie toujours de tirer le meilleur de chaque étape de l'évolution en trampoline et d'en tirer le maximum. »

## PALMARÈS INTERNATIONAL

<i>Date (année)</i>	<i>Nom de la compétition</i>	<i>Ville et pays de la compétition</i>	<i>Catégorie</i>	<i>Rang</i>	<i>Épreuve</i>
<b>2015</b>	Japan Open	Kawasaki, JPN	Senior	9 <sup>e</sup>	Individuel (TRI)
<b>2015</b>	Championnats du monde groupes d'âge	Odense, DNK	17-18 ans	1 <sup>re</sup> 6 <sup>e</sup>	Individuel (TRI) Synchro (TRS)
<b>2015</b>	Aalsmeer Flower cup	Aalsmeer, NED	Junior	1 <sup>re</sup>	Individuel (TRI)
<b>2014</b>	Championnats du monde groupes d'âge	Daytona Beach, USA	15-16 ans 17-18 ans	8 <sup>e</sup> 2 <sup>e</sup>	Individuel (TRI) Synchro (TRS)
<b>2014</b>	Championnats panaméricains junior	Daytona Beach, USA	Junior	5 <sup>e</sup>	Individuel (TRI)
<b>2013</b>	Hans Christian Andersen	Odense, DNK	15-16 ans	1 <sup>re</sup>	Individuel (TRI)

## PALMARÈS NATIONAL

<i>Date (année)</i>	<i>Nom de la compétition</i>	<i>Ville et pays de la compétition</i>	<i>Catégorie</i>	<i>Rang</i>	<i>Épreuve</i>
<b>2015</b>	Coupe Canada 2015	Kamboops, BC	Junior	1 <sup>re</sup>	Individuel (TRI)
<b>2015</b>	Jeux du Canada	Prince George, BC	Junior	1 <sup>re</sup> 1 <sup>re</sup>	Individuel (TRI) Équipe (TR)
<b>2015</b>	Championnats canadiens	Calgary, AB	Junior	1 <sup>re</sup>	Individuel (TRI)
<b>2014</b>	Coupe Canada	Newmarket, ONT	Junior Senior	1 <sup>re</sup> 3 <sup>e</sup>	Individuel (TRI) Synchro (TRS)
<b>2014</b>	Championnats canadiens	Ottawa, ONT	Junior Senior	1 <sup>re</sup> 2 <sup>e</sup>	Individuel (TRI) Synchro (TRS)
<b>2013</b>	Coupe Canada	Airdrie, AB	Espoir National	1 <sup>re</sup> 2 <sup>e</sup>	Individuel (TRI) Synchro (TRS)
<b>2012</b>	Championnats canadiens	Regina, SK	Novice	3 <sup>e</sup>	Individuel (TRI)

## ARTICLES & VIDÉOS

- **Juillet 2015** – [Chartier et Méthot au sommet chez les Juniors](#)
- **Mars 2015** – [Sophiane Méthot décroche une médaille d'or historique](#)
- **Mars 2015** – [Sophiane Méthot et Jérémy Chartier ne déroutissent pas](#)
- **Mars 2015** – [Jeux du Canada-Sophiane Méthot](#)

- **Novembre 2014** – [Méhot et Milette décrochent l'argent](#)
- **Mai 2014** – [Sophiane Methot leads Canadian trampoline team at Pan American Junior Championships](#)
- **2013** - [Coupe canada 2013, Sophiane Methot – trampoline individuel](#)