



## TEMOIGNAGE EXCLUSIF



Oriane JEAN-FRANCOIS

Après être rentrée de mes vacances en Guyane, suite à la victoire au championnat d'Europe U19, je suis arrivée à Paris un mois après la reprise des entraînements collectifs.

Malgré un programme de remise en forme progressif réalisé en Guyane avec les coaches, les premiers entraînements m'ont paru épuisants. Il a fallu que je m'adapte rapidement au rythme et à l'intensité des entraînements. Au bout d'une semaine d'entraînements, avait déjà lieu le premier match de championnat de D1 auquel je n'ai pas participé en raison de ma reprise tardive avec le groupe. A défaut, j'ai donc été convoquée avec ma catégorie d'âge, c'est-à-dire les U19 pour un match amical.

J'entame pour la saison 2019/2020 ma 4ème année en métropole. Au vue de mes résultats l'on pourrait penser que tout s'est toujours bien passé mais ce n'est pas vraiment le cas. Ma 1ère année fut presque parfaite car j'ai participé à tous les tournois avec la sélection U16 féminine avec laquelle j'ai eu l'occasion de porter une fois le brassard de capitaine, mais je me suis malheureusement blessée au genou sur la dernière compétition de la saison 2016/2017. Cette blessure m'a obligé à me faire opérer des ligaments croisés suite à plusieurs rechutes en 4 mois. Je suis revenue pour la saison 2018/2019 après avoir passé une saison entière en rééducation.

Au cours de la saison dernière, j'ai eu l'occasion de m'entraîner pendant les vacances scolaires avec l'équipe 1ère de mon club. J'ai également connu en fin de saison mes premières apparitions en D1 avec notamment 2 titularisations face à Montpellier et Bordeaux.

Cette année, je fais partie à part entière du groupe professionnel féminin du Paris FC avec lequel je m'entraîne toute la semaine. Lors de mes 3 années précédentes j'étais en pôle Espoirs à Tours où je m'entraînais toute la semaine et je rentrais le week-end sur Paris pour jouer avec mon club (FCF Juvisy devenu Paris FC). C'est là-bas que j'ai passé mon baccalauréat scientifique que j'ai obtenu avec la mention Bien. Pour cette nouvelle saison je compte déjà 5 apparitions en D1 dont 4 titularisations notamment contre Lyon et le PSG en 6 matchs de championnat. J'ai également participé à mon premier rassemblement avec l'équipe de France U20.



Avec la récente signature de mon premier contrat professionnel, je suis, à 18 ans, la plus jeune joueuse professionnelle dans l'effectif de mon club.

En parallèle du foot, je suis actuellement en licence STAPS passerelle kinésithérapie afin de postuler à une entrée en école de kiné l'année prochaine. Grâce à mon statut de sportive de haut niveau, je bénéficie d'un emploi du temps aménagé me permettant d'allier études et football.

Pour le moment c'est une année qui commence très fort pour moi. J'ai la chance d'avoir la confiance du club. Et je continue à être surclassée en sélection nationale . Nous partons avec la sélection U20 du 5 au 12 novembre 2019 en Espagne afin de faire deux oppositions, face à l'Espagne et à la Russie.