

**BOUGEZ**  
en Somme  
LES AMBASSEURS



**Erika SAUZEAU**  
PARA-AVIRON



# Erika SAUZEAU

 @erikasauzeau

## Mon parcours



Je suis née le **1<sup>er</sup> août 1982**



Je vis à **Bernaville**



Je mesure **1m68**



Je m'entraîne **15h** par semaine



J'ai débuté ce sport en **2019**

## Mon club



Sport nautique  
d'Amiens

## Mes compétences

Endurance



Force



Vitesse



Souplesse



## Citation

N'abandonne jamais !  
Le handicap n'est pas un frein  
mais juste un ralentisseur qui  
n'empêche pas d'atteindre les  
sommets.

## Performances dont je suis la plus fière



**Médaille de bronze aux Jeux Paralympiques de Tokyo 2020**  
quatre barré mixte PR3



**Vice-championne d'Europe 2021** : quatre barré mixte PR3 - Varèse



**Vice-championne d'Europe 2022** : quatre barré mixte PR3 - Munich