



## Le Petit Journal de la Gym n°15

Depuis quelques années, nous informons nos adhérents grâce à notre « **Petit Journal de la Gym** ».

Dans ce nouveau numéro, vous trouverez **une Présentation Générale, quelques Informations Pratiques, les Actualités et l'Objectif du Club pour cette nouvelle saison.**

Cette saison, le Club compte 120 gymnastes de tous niveaux. 35 heures de cours sont assurées, par semaine, par 7 entraîneurs (Amélie, Aude, Chloé, Claire, Manon, Mélanie, Sarah).



### STAGE DE PRE-RENTREE POUR LES 3 GROUPES DE PERF



Aude et Mélanie ont proposé à leur groupe de Perf. de participer à un stage de remise en forme la semaine de la rentrée. Au programme de ce stage : course à pied, sprint, renforcement musculaire... et tout ceci dans la bonne humeur.

**Une vingtaine de gymnastes ont participé à ce stage.**

### LES ENTRAINEURS ET LES AIDES DU CLUB

- **Amélie, Chloé et Manon** entraînent le groupe des Eveils 1, le mercredi et le samedi
- **Aude** encadre le groupe des Perf 2
- **Claire** entraîne le groupe des Conf 2
- **Mélanie** s'occupe du groupe des Babys-Gym, Eveils 2, Débutantes, Conf 1-G2 et Perf 3
- **Sarah** entraîne le groupe des Conf 1-G1

Les entraîneurs sont régulièrement aidés par des jeunes gymnastes du Club pour permettre aux gymnastes de s'entraîner dans les meilleures conditions.

Les aides, cette saison sont **Erell, Margot, Marion, Mélissa et Shaina.**

Cette démarche est faite sur la base du volontariat, nous les en remercions ; et peut aussi déclencher de futures vocations ...

**Leur aide est précieuse et très appréciée des entraîneurs.**

## POUR CONTACTER LES ENTRAINEURS

**Pensez à prévenir l'entraîneur en cas d'absence ou de retard.**

Amélie : 0608043566 - [amelietournaire.at@gmail.com](mailto:amelietournaire.at@gmail.com)

Aude : 0632414247 - [bwaude@live.fr](mailto:bwaude@live.fr)

Claire : 0636457865 - [claire.damet@yahoo.fr](mailto:claire.damet@yahoo.fr)

Chloé : 0620146186 - [sonnefraud@gmail.com](mailto:sonnefraud@gmail.com)

Manon : 0651578530 - [manon.gaudy@laposte.net](mailto:manon.gaudy@laposte.net)

Mélanie : 0658478638 - [melanie.said@live.fr](mailto:melanie.said@live.fr)

Sarah : 0641704480 - [sarah.bozec@outlook.fr](mailto:sarah.bozec@outlook.fr)

## POUR CONTACTER LES MEMBRES DU BUREAU

N'hésitez pas à nous contactez-nous pour toutes demandes de renseignements.

Véronique Bozec (Présidente) : 0682356343 - [rsbozec@orange.fr](mailto:rsbozec@orange.fr)

Véronique Sonnefraud (Secrétaire) : 0613527038 - [sonnefraud@gmail.com](mailto:sonnefraud@gmail.com)

Xavier Bozec (Trésorier) : 0622844244 - [xbozec@as77.fr](mailto:xbozec@as77.fr)

Catherine Robin (Vice-Trésorière) : 0628230873 - [cat.robin@hotmail.fr](mailto:cat.robin@hotmail.fr)

Marie Marianne (Conseillère Technique) : 0677141223 - [marie.marianne@gmail.com](mailto:marie.marianne@gmail.com)

Vous pouvez également utiliser notre adresse mail : [adsce.gymnastique@gmail.com](mailto:adsce.gymnastique@gmail.com)

## LES COMPETITIONS ET LES TENUES

**Le Club propose aux gymnastes de participer à des compétitions.** Si un enfant ne souhaite pas y participer, il faut en informer l'entraîneur.

Ce sont les entraîneurs qui décident du choix des équipes et des niveaux d'engagement. Cette année, les compétitions départementales débutent mi-janvier 2017.

Les gymnastes, engagées en compétition, doivent porter le **même Justaucorps. Sinon, l'équipe est pénalisée.**

Cette saison, le Club change son justaucorps de compétition. Le modèle « **Gymschool** » est proposée aux gymnastes engagées en compétition « Tremplin » et « Enchaînement » ; et le modèle « **Compétition** » aux gymnastes engagées à partir du niveau N8. Ceux sont des modèles de chez **Christian Moreau**.

Les commandes partiront aux vacances de Toussaint. Ce délai est nécessaire pour recevoir les tenues à temps pour le début des compétitions (mi- janvier).



Modèle « **Gymschool** »,  
prix **30€** pour les tailles **4**  
à **14 ans** et **35€** pour les  
tailles **T0** à **T3**.



Modèle « **Compétition** »,  
prix **69€** pour les tailles  
**4** à **14 ans** et **74€** pour les  
tailles **T0** à **T3**.



**Le Club offre le chouchou assorti aux 2 modèles de justaucorps.**



Pour créer une unité vestimentaire lors des compétitions, nous vous proposons également d'acheter la **veste du Club** au prix de **35€**.

**Les vestes du Club sont noires et blanches**, elles sont fournies par **Allo-Flock Charlie**.



## LES JUGES POUR LES COMPETITIONS

Chaque année, le Club engage de nombreuses équipes en compétition. Et lors de ces compétitions, le Club doit fournir un juge.

Depuis, l'année dernière, nous proposons aux gymnastes âgées de 13 ans de juger les compétitions du niveau « **Tremplin** ». Cette formation est assurée, au sein du Club, par Marie et/ou Mélanie.

Tous les ans, nous proposons également aux jeunes gymnastes, âgées de 14 ans minimum, de participer à la formation de **juges BF10** pendant les vacances de Toussaint. Elles valident leur diplôme par un examen théorique début décembre et par un examen pratique lors des compétitions.

A l'issue de cette formation, elles peuvent juger du niveau « **Tremplin** » au niveau **N6**. La formation se déroulera du dimanche 30 octobre au mardi 1<sup>er</sup> novembre 2016 et l'examen théorique le dimanche 4 décembre 2016 à La Rochette.

Une autre formation de juges, **BF20**, est proposée aux gymnastes titulaires du BF10 ; grâce à ce diplôme elles peuvent jusqu'au niveau **N4**.

La formation se déroulera le vendredi 11 et le dimanche 13 novembre 2016 et l'examen théorique le dimanche 4 décembre 2016 à La Rochette.

**Le Club finance ces formations. En contrepartie, le juge s'engage à juger pour le Club.**

Erell et Tessa participent à **la formation Tremplin**, Chloé, Lise et Shaïna à **la formation BF10** et Claire, Manon et Sarah à **la formation BF20**.

Cette saison, nos juges sont :

- ✚ **BF10** (juge jusqu'au niveau N6) : **Claire, Manon, Marion, Sarah et Ylona**
- ✚ **BF20** (juge jusqu'au niveau N4) : **Mélanie**
- ✚ **BF20 complet** (juge jusqu'au niveau N1) : **Colline et Marie**



Cette saison, les entraîneurs et les juges participeront à une formation, ou recyclage, de premier secours, **PSC1**.

**Cette formation est également financée en partie par le Club et l'autre partie par l'ADSCE.**

## ACTUALITES DU CLUB

### **Sponsor de notre Club**

La saison dernière, **Mr Laurant Bayon**, gérant du magasin **Intermarché Veneux/Moret**, a sponsorisé notre Club par l'achat de « **l'Impulseur** » de Gymnova.



### **La recette de la Buvette**



La recette de la Buvette et du Jeu organisée lors du Gala de fin de saison a permis de financer une partie de l'achat du « **Trampoline** » et l'autre partie est financée par le Club.

**MERCI A TOUS POUR VOTRE PARTICIPATION.**

### **Vacances de Toussaint et Stage de Gymnastique**



**Vacances de Toussaint, les cours s'arrêtent mercredi 19 octobre à 18h30 et reprendront jeudi 3 novembre à 18h00.**

Pendant ces vacances, les entraîneurs proposent un stage de gymnastique pour **tous les groupes de compétition du lundi 24 au mercredi 26 octobre de 10h00 à 20h00.**

Le thème de ce stage est « **Le SALTO sous toutes ses Formes** ».

Aude, Mélanie et Sarah proposeront différents ateliers sur le thème du salto. Elles seront également assistées par les aides du Club.

Un planning est proposé en fonction du niveau des gymnastes.

Heures de Stage	LUNDI	MARDI	MERCREDI
10h00-12h30	Eveils 2-Débutantes	Confirmées	Perfectionnement
14h00-16h30	Confirmées	Eveils 2-Débutantes	Eveils 2-Débutantes
17h30-20h00	Perfectionnement	Perfectionnement	Confirmées

La participation financière est de 15€.

Le gymnase est à notre disposition pendant ces 3 jours. Nous installons le matériel le dimanche soir, à partir de 18H30 et le matériel est rangé le mercredi à la fin du stage, à partir de 19h45.

**Merci aux parents de venir aider à l'installation et au rangement du matériel.**



Samedi 1<sup>er</sup> octobre, l'UFOLEP 77 a fêté les **50 ans de l'UFOLEP** à Dammarie Les Lys au Gymnase Jean Zay. Plus d'une dizaine activités sportives ont été proposées au cours de cette après-midi (marche nordique, Tchoukball, gym d'entretien, tennis de table, tumbling, tir à la carabine, ...) A la fin de la journée, les « médaillés nationaux » ont été récompensés.



**La Gymnastique Artistique et notre Club** ont été mis à l'honneur grâce aux résultats obtenus par **Méliッサ PARIS** lors des **Finales Jeunes** qui se sont déroulées les 14/15 et 16 mai 2016 à Douai. Méliッサ a participé seule à cette compétition accompagnée par Mélanie, son entraîneur.

**Méliッサ est arrivée 1<sup>ère</sup> en catégorie N7 7/10 ans.**

**FELICITATIONS A MELISSA.**



## OBJECTIF DE CETTE NOUVELLE SAISON 2016/2017

Le Club a organisé la saison dernière une **Compétition Départementale, les 6 et 7 février 2016.**

**Fort de notre succès, nous repartons pour une nouvelle aventure.**

Cette fois-ci, ce sera une **Compétition Régionale, les 18 et 19 mars 2017** au gymnase d'Ecuelles.

Nous accueillerons environ 500 gymnastes, juges, entraîneurs, officiels et leurs familles au cours de ce week-end.

Encore une fois, nous aurons besoin de l'aide de tous, **Gymnastes, Parents, ...** pour l'installation et le démontage du plateau de gymnastique, pour la préparation des sandwiches, des gâteaux, de la tenue de la buvette, ....

Au début de la nouvelle année, nous organiserons une réunion d'information pour vous en communiquer tous les détails.

**Nous vous espérons nombreux afin que cet évènement soit encore une réussite.**

**Nous vous souhaitons à tous une très bonne saison de gymnastique.**

**Les Entraîneurs et le Bureau**