

Des graines de championne !



**Léa et Mary 1^{ère} et 3^{ème}
au Trophee International Massilia**

SOMMAIRE

Victoires brugeaises au Trophee international Massilia	P 2
Une formation haut niveau Pour l'entraîneur Floriane SEUBES	P 2
Point sur les inscriptions	P 2
Le cadeau gym, c'est sympa !	P 3
Stage avec le club de gym d'Anglet	P 3
Résultats des premières compétitions	P 4
Maman, Entraîneur, et gym GRS : Marine BRISSEAU	P 4

SITE INTERNET

Section :
Site de la section Gym Sportive :
www.esbrugesgym.fr

email Gym Sportive :
contact@esbrugesgym.fr

email Siège ESB :
esbruges@free.fr

ESB Gym Sportive

Président : **Pascal BOSSARD**
Secrétaire : **Martine OFFENSTEIN**
Trésorier : **Patrick DUMAINE**
Directeur de publication : **Frédéric CLODION**
Rédaction : **Franciane CLODION**
Agnès PASSAULT

*Le P'tit gym est une publication gratuite de l'ESB
section gymnastique artistique*

Victoires brugeaises Au Trophée Massilia 2016



Après une saison 2015-2016 riche en émotions, la grande famille de la section Gymnastique de BRUGES (33) se retrouvait pour le grand week-end du 11 au 13 novembre 2016 pour le tournoi international de Marseille au MASSILIA organisé par le Pôle France de Marseille.

C'est sous le feu des projecteurs que **Léa Franceries** et **Mary Grand** présentaient les prémices des enchainements de la saison à venir. Leurs entraîneurs, **Floriane Seubes** et **Sofian Guellil**, voyaient en cette compétition une belle opportunité pour récompenser nos deux « Minus » pour la saison écoulée et, un moyen de fixer les nouveaux objectifs de cette nouvelle saison sportive ! Les résultats obtenus étaient au-delà de nos attentes. C'est bien entendu après le concours Master international, les yeux remplis d'étoiles que les deux gymnastes se sont illustrées dans la catégorie « mini cigale » (2004): **Léa se classe première et Mary troisième** ! Félicitations à l'équipe d'encadrants, le STAFF et tous les supporters présents !!!

Point sur les inscriptions

Un point sur les inscriptions a été fait au 22/11/2016.

342 cotisants (avec leurs dossiers complets).

- GAF : 76 pers
- GRS : 44 pers
- EVEIL : 64 pers
- LOISIRS : 48 pers
- CROSS FIT : 29 pers
- GYM LOISIRS : 32 pers
- GYM LOISIRS sur agrés : 8 pers
- GYM LOISIRS Garçons : 4 pers
- TEAM GYM : 12 pers
- GAM : 15 pers
- BABY GYM : 14pers

Pour rappel à la même période :

2015 : 307 adhérents

2014 : 370 adhérents

Formation de haut niveau pour l'Entraîneur Floriane

Du 10 novembre au 12 novembre 2016, **Floriane SEUBES** a participé à une **formation sur le saut de cheval** organisée par l'Académie Massilia au pôle France de **Marseille** et animée par Angelo Rittorto, le créateur de la société Gymneo, et ancien Entraîneur de gym de haut niveau.

« Comment accéder à l'acrobatie de haut niveau au saut de cheval ? »

Ce fut autour de cette question que notre entraîneur de Bruges, avec 15 autres stagiaires, a travaillé sur :

- une analyse du haut niveau au saut de cheval,
- l'évolution acrobatique aérienne,
- une déclinaison et une stratégie de préparation des jeunes pour les sauts « **Tsukahara** », **lune salto avant** et « **Yurchenko** ».

Tous les soirs, les stagiaires étaient en observation (*libre et/ou guidée*) des entraînements et des compétitions de l'Elite Gym Massilia dans le **palais des sports de Marseille**. Elles ont échangé avec des **entraîneurs nationaux et internationaux**.

Floriane a apprécié le contenu complet et l'organisation de cette formation qui lui a permis d'approfondir et développer ses connaissances techniques au saut de cheval.

Dès son retour, elle n'a pas manqué de mettre à profit ce qu'elle avait appris auprès de son groupe de gyms. Pour la saison à venir, elle a pour objectif de faire exécuter des sauts plus difficiles et d'améliorer leurs réalisations.

Forte de cet enrichissement sur le plan technique, Floriane est sortie de cette formation encore plus motivée pour faire progresser les jeunes gymnastes. Le club se félicite de son investissement et son engagement.

Le cadeau gym, C'est sympa !

Des nouveaux articles ont fait leur entrée dans la boutique.



Un mug

une trousse



un sac à maniques ?



Retrouvez le BDC BOUTIQUE (Bon De Commande) sur le site avec tous les prix.

Et pourquoi pas en cadeau de Noël, le confortable **legging** sérigraphié « **Bruges gym** » ?



Vous retrouverez le BDC FILLES sur le site du club.

6, 8, 10, 12, 14 ans, XS et S au prix de **20 euros**.

Remettez au plus vite vos commandes à vos entraîneurs qui ne manqueront pas de les transmettre à **Sandrine Robert** de la commission Equipement/Matériel/Boutique.

STAGE avec le Club de gym d'Anglet



A l'occasion du stage de la Toussaint, la section a accueilli le club de la ville d'Anglet pendant 3 jours.

Les gyms de la côte basque ont été hébergées dans les familles d'accueil des gymnastes brugeaises.

De 9h à 17h, pendant 3 jours, Les 24 gyms ont pu perfectionner leur apprentissage en échangeant leur technique. Elles ont ainsi tenté de nouveaux éléments en toute sécurité avec les encadrants **Sofian**, **Ophélie** (Entraîneur d'Anglet) et **Floriane**. Pour beaucoup d'entre elles, elles ont réussi leurs tentatives !



Le groupe s'est accordé une pause « Let's Jump » au Trampoline Park de Bordeaux.

Les cadres et les gyms sont repartis contents et conquis par cet échange. Ils ont hâte de renouveler l'expérience au printemps prochain. Merci aux parents pour leur accueil et leur investissement.



Résultats des premières compétitions



GRS Compétition

départementale du 19 et 20 Novembre 2016 à Lormont

Honneur 13-14 ans :

RAZE Marine	13 ^{ème}
RIBEIRO Lucie	18 ^{ème}

Honneur 15-16 ans

REAL Maylis	15 ^{ème}
ALOZY Cloé	7 ^{ème}
RENAN Emilie	8 ^{ème}
CAUVIN Blandine	12 ^{ème}
LAMBERT Justine	6 ^{ème}

Excellence 11-12 ans

FAILLE Jeanne	2 ^{ème}
COLLET Noémie	3 ^{ème}
MATHURIN Manon	4 ^{ème}

Excellence 13-14 ans :

TEYSSERE Manon	5 ^{ème}
----------------	------------------

Excellence 15-16 ans :

PRINCE Amélie	15 ^{ème}
---------------	-------------------

UFOREVER :

BRISSEAU Marine	1 ^{ère}
-----------------	------------------



Prochain rendez-vous à Limoges les 3 et 4 décembre 2016

Maman - Entraîneur et gymnaste GRS Marine BRISSEAU

Maman de 3 petites filles, May-lee 4 ans et demi, Lou-enza 3 ans, et Zoé 1 an, **Marine BRISSEAU** est « toujours » Entraîneur –Juge au sein de la section pour la 4^{ème} saison. Après 12 années sans faire d'entraînement personnel, elle a souhaité reprendre la compétition.

Elle a présenté un enchaînement aux Massues en UFOREVER. C'est un programme qui s'adresse à des gymnastes de plus de 20 ans désirant continuer ou reprendre la compétition. Le temps d'entraînement est réduit. Le jugement est adapté pour valoriser l'artistique et les émotions qui se dégagent de leurs prestations. Le niveau des difficultés est ouvert.

Et Surprise : 1^{ère} compétition : **1^{ère} place pour cette charmante personne !** Souhaitons- lui de franchir toutes les étapes pour représenter le club au **championnat national** qui aura lieu en **Janvier 2017**. Elle le mérite bien !



Prochaines manifestations

- **Samedi 10/12/2016** : Gala Noël GRS
- **Mercredi 14/12/2016** : Goûter Noël (Groupes Baby gym/Eveil Gym)
- **Samedi 7/1/2017** : Challenge Loisirs de la nouvelle année (Groupes Loisirs)

