

---

# Dossier PARTENARIAT 2019-2020

---



## Entente Sportive de Bruges – Section Gymnastique Sportive

Adresse : Salle Gérard Clodion  
Avenue de Verdun  
33520 BRUGES

Téléphone : 09 75 97 62 17

Mail : [contact@esbrugesgym.fr](mailto:contact@esbrugesgym.fr)

Site internet : [www.esbrugesgym.fr](http://www.esbrugesgym.fr)

Pages Facebook : Bruges Gymnastique  
ES Bruges GRS

Instagram : [brugesgym](https://www.instagram.com/brugesgym)

## I- QUI SOMMES-NOUS ?

---

Club de gymnastique mixte, créé en 1968, nous sommes affiliés auprès de **deux fédérations** :

- la Fédération Française de Gymnastique (FFG), fédération délégataire,
- l'Union Française des Œuvres Laïques de l'Education Physique (UFOLEP), fédération affinitaire multisports.

Notre club propose les **8 disciplines** suivantes :

- la Baby Gym,
- l'Eveil Gym,
- la gymnastique artistique féminine (GAF),
- la gymnastique artistique masculine (GAM),
- la TeamGym,
- la gym forme loisir (GFL),
- le CrossTraining,
- la gymnastique rythmique (GR).

### Effectifs 2018-2019 :

Nous appartenons depuis 51 ans au club omnisport de l'Entente Sportive de Bruges comptant aujourd'hui près de 3200 adhérents : le plus important de la Gironde.

La section Gymnastique Sportive regroupe :

- 424 gymnastes (354 filles et 70 garçons),
- 47 personnes d'encadrement et de jugement
- 6 dirigeants et 13 membres du bureau de section répartis sur 6 commissions (« technique, compétition et jugement », « informatique et communication », « équipement, matériel et boutique », « organisation des manifestations et déplacements », « administrative », « partenariat et sponsor »).

## II- OBJECTIFS DE LA SAISON 2019-2020

---

### 1) Objectifs sportifs

---

- Maintenir le nombre d'équipes engagées en compétition
- Développer le secteur Petite Enfance et renouveler le Label BabyGym
- Développer le secteur Loisirs
- Augmenter les effectifs masculins
- Promouvoir les nouvelles disciplines : CrossTraining et GFL

### 2) Objectifs d'encadrement

---

- Former tous nos cadres : entraîneurs et juges (FFG et UFOLEP)
- Obliger la formation et le recyclage du PSC1 (1<sup>er</sup> secours)
- Créer des formations au sein du club : GAF, GAM, TeamGym, GR
- Augmenter le nombre d'entraîneurs pour le secteur Petite Enfance (formation interne, aide-entraîneur)
- Faire appel à une chorégraphe
- Promouvoir et développer la GR

### 3) Objectifs matériels

---

- Renouvellement du praticable
- Achat de divers matériels pédagogiques pour le secteur Petite Enfance (modules en mousse, matériel de motricité fine, ...)
- Achat d'une moquette pour la GR et de petit matériel (rubans, massues, ...)
- Achat de tenues de compétition
- Achat de médailles et coupes
- Achat de matériel compétitif pour la GAF et la GAM (tremplins, tapis de réception, ...)
- Achat de matériel pour le fitness (haltères, élastiques, ...)

### III- LE PARTENARIAT

---

#### 1) Pourquoi nous soutenir ?

---

Grâce à ce partenariat, vous pourrez nous aider à réaliser nos projets et ainsi transmettre une image positive d'une entreprise investie dans la vie locale et associative et qui partage des valeurs essentielles au développement de la personne telles que la solidarité ou le dépassement de soi.

Vous aurez également accès à notre réseau de communication. Pour faire connaître votre entreprise, différents moyens pourront être mis à votre disposition :

- une banderole ou un panneau publicitaire affiché dans notre gymnase,
- votre logo sur les documents distribués par le club,
- votre logo sur les tenues et accessoires,
- votre logo ainsi qu'un lien vers votre site internet sur le site du club.

#### 2) Comment nous soutenir ?

---

Afin de soutenir le club vous pouvez nous apporter une aide financière, une aide matérielle ou une prestation de service. Vous trouverez ci-dessous des exemples de ce dont nous avons besoin.

##### *a- Fonctionnement du club*

---

**100 €**

Œufs en chocolat  
pour la chasse aux œufs des tout petits



**100 €**

Consommables informatique  
(cartouches, papiers, ...)



**200 €**

Matériel pour activités manuelles  
et goûter pour la fête de Noël



**200 €**

Sacs de compétition pour une équipe



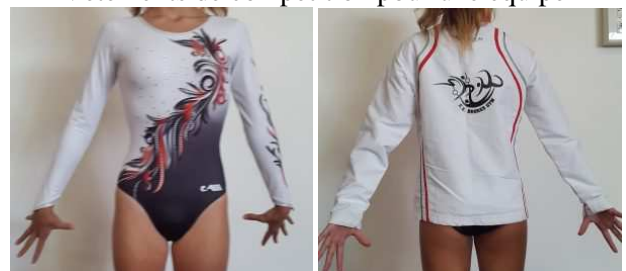
**300 à 500 €**

Impressions : affiches, flyers,  
brochures, photocopies couleurs, ...



**300 à 500 €**

Vêtements de compétition pour une équipe



**500 à 1000 €**

Équipement pour une équipe de TeamGym



**plus de 1000 €**

Déplacement en compétition (transport, hébergement, restauration, ...)





*b- Matériel*

---

**100 €**  
Des élastiques de fitness



**100 €**  
Des cordes à sauter



**100 €**  
Des poids



**100 €**  
Des ballons sauteurs



**100 €**  
Des accessoires de motricité fine



**100 €**  
Un parachute de coopération



**200 €**  
Des modules de motricité



**300 à 500 €**  
Des modules éducatifs



Un tapis de réception



Un tapis de réception en jersey



Une protection de tremplin



Un tremplin



**500 à 1000 €**  
Un trampo-tremp'



Un rocking' gym



**plus de 1000 €**  
Une tour de varappe



**40 000 €**  
Un praticable



3) Partenaires 2018-2019

---



## IV- MIEUX NOUS CONNAITRE

### 1) Nos activités

#### a- La Petite Enfance

##### Pour les enfants de 15 à 36 mois

La Baby Gym est une activité d'éveil contribuant au développement psychomoteur de l'enfant. Accompagné d'un parent, il évoluera et apprendra à maîtriser son corps grâce à un parcours de motricité et à des exercices de motricité fine.

##### Pour les enfants de 3 à 6 ans

L'Eveil Gym est une activité au cours de laquelle les plus jeunes s'épanouissent sur des ateliers pédagogiques et se familiarisent avec les agrès.



#### b- La Gymnastique Artistique Féminine (GAF)



La gymnastique artistique féminine est une discipline liant dynamisme, souplesse et grâce et consistant à enchaîner des mouvements acrobatiques. Elle est accessible dès 6 ans et comprend, que ce soit en pratique loisir ou en pratique compétitive, le travail des 4 agrès féminins : le saut de cheval, les barres asymétriques, la poutre et le sol.

#### c- La Gymnastique Artistique Masculine (GAM)

La gymnastique artistique masculine est une discipline liant force, puissance et agilité et consistant à enchaîner des mouvements acrobatiques. Elle est accessible dès 6 ans et comprend, que ce soit en pratique loisir ou en pratique compétitive, le travail des 6 agrès masculins : le sol, le cheval d'arçons, les anneaux, le saut de cheval, les barres parallèles et la barre fixe. C'est un excellent sport de base pour les masculins.



#### d- La TeamGym



La TeamGym est une discipline qui se pratique en équipe masculine, féminine ou mixte, constituée de 6 à 12 gymnastes, qui présentent un mouvement d'ensemble au sol ainsi que des passages au mini-trampoline et au tumbling.



### *e- La Gymnastique Rythmique (GR)*

---

La gymnastique rythmique n'a qu'une trentaine d'années, elle est entrée aux JO en 1984 pour les individuels et en 1992 pour les ensembles. La GR est une activité codifiée et vise à la création d'un enchaînement chorégraphié sur une musique. Elle combine des actions de manipulation d'engins et des actions corporelles. La corde, le ruban, le cerceau, le ballon et les massues sont les 5 engins utilisés en GR ; ils sont complétés par les enchaînements 'main libre' où l'expression corporelle remplace l'engin. En UFOLEP, la pratique est soit individuelle soit en groupe de 4 à 6 pour les plus grandes (circuit national) et de 4 à 8 pour les plus jeunes (circuit jeunesse). La fédération organise annuellement des championnats à tous les échelons : départemental, régional et national. Pour les plus jeunes avant 11 ans, ces "rencontres" vont jusqu'au niveau interrégional. Cette discipline ne se veut pas élitiste mais recherche l'adhésion d'un maximum de gymnastes.



### *f- Le Fitness*

---

#### **Gym Forme Loisir (GFL)**

La GFL, réservée aux adultes, est une activité de préparation physique et de renforcement, le tout dans la bonne humeur. Elle permet de développer les systèmes cardio-vasculaire et musculaire ainsi que de travailler sur le postural, de renforcer les muscles profonds et la coordination.

#### **CrossTraining**

Le CrossTraining a été intégré à la section gym en complément de la GFL en 2012. La méthode d'entraînement CrossTraining combine des mouvements de gymnastique, haltérophilie et force athlétique. Cette méthode s'adapte à tous, sans barrière de sexe, âge, poids ou aptitudes sportives. Il n'y a donc pas de profil type du pratiquant, cela va des juniors aux seniors avec une bonne condition physique, en passant par les athlètes de haut niveau pour accroître leurs performances. Une séance CrossTraining est faite d'une succession de séries de différents mouvements fonctionnels (mouvements naturels pour le corps) où l'on va soulever, pousser, lancer, tirer, grimper, sauter, etc ... Le programme du jour WOD (Work Of Day), combine des mouvements qui visent à améliorer les qualités de santé, physiques et mentales, telles que l'endurance cardiovasculaire, la force, l'agilité, la puissance, la résistance, la souplesse, la vitesse, l'équilibre, la coordination et la précision.



## 2) Résultats compétitifs 2018-2019

---

### *a- Gymnastique Artistique Féminine (GAF)*

---

14 équipes et 8 individuelles ont été engagées en FFG.

2 équipes ont été en finale nationale et 6 individuelles ont accédé à la finale de leur catégorie.

### *b- Gymnastique Artistique Masculine (GAM)*

---

Les trois individuels, engagés en FFG, ont été en finale régionale.

### *c- TeamGym*

---

Les 2 équipes, engagées en FFG, ont été en finale nationale. Les gymnastes de l'équipe adulte terminent vice-champions de France.



### *d- Gymnastique Rythmique (GR)*

---

37 individuelles et 12 ensembles ont été engagés en UFOLEP.

6 individuelles et 7 ensembles ont été en finale nationale. Les gymnastes de l'ensemble National A terminent vice-championnes de France.