

les news

de la Cognaçaise

Février 2018 - bulletin n°11



Et bien c'est May-Li, notre jeune gagnante !
Une fève était cachée dans sa part de galette.



Notre club a le plaisir d'accueillir certains soirs
M. Deslandes.
Ce dernier est étiope. Il intervient bénévolement
pour soigner sans médicament et par des manipulations
précises les petites pathologies qui pourraient affecter
nos gymnastes.
Si vous faites partie des gymnastes compétitifs du club,
n'hésitez pas à venir le rencontrer.



Si vous avez une petite soif, vous pourrez désormais
vous adresser à l'accueil :

50 cts la bouteille d'eau

1,50 € la cannette de soda



DEBUT DES COMPETITIONS PAR EQUIPE

En début de mois s'est ouvert la saison des compétitions par équipe.

STE
Gym



Avec pas moins de 29 équipes engagées (20 en GAF et 9 en GAM), notre club représentait la plus grosse délégation charentaise. Elle a fait bonne figure sur les podium puisque 5 titres ont été remportés chez les féminines ainsi que 7 titres chez les masculins.



L'ensemble des équipes du club, GAF comme GAM, est qualifié pour les compétitions interdépartementales.

Selon les catégories, les prochaines compétitions interdépartementales auront lieu dans le courant du mois prochain soit à Aixe sur Vienne, soit à Feytiat, soit à Limoges. Ces trois communes étant toutes situées en Haute Vienne.

TEAM GYM

La Team Gym se pratique sur 3 agrès : le sol, le tumbling, et le mini-trampoline. Les équipes peuvent être masculines, féminines ou mixtes, et sont composées d'un minimum de 6 gymnastes âgés d'au moins 12 ans, sans limite d'âge. La Team Gym permet aux gymnastes qui la pratiquent de développer l'esprit d'équipe, la polyvalence, l'acrobatie et la synchronisation. Cette discipline accessible à tous, est répartie en 4 catégories :

- Découverte (débutant) : niveau rondade flip
- Evolution : niveau saltos groupés et tendus
- Détente : niveau vrille
- Passion : niveau doubles saltos



Le **Sol** consiste à effectuer un mouvement d'ensemble réalisé par tous les membres de l'équipe, et exécuté en musique. L'équipe doit montrer une synchronisation et une uniformité lors de leur chorégraphie, accompagnée d'éléments gymniques.

Le **Mini-Trampoline** positionné au bout d'une piste d'élan permet d'effectuer différentes acrobaties réalisées par 6 gymnastes de l'équipe lors de 2 passages consécutifs.



Le **Tumbling** est une piste d'acrobatie gonflable d'au moins 15m de long et 2m de large, précédée d'une piste d'élan, et suivi d'un tapis de réception. Chaque équipe présente des éléments acrobatiques réalisés par 6 gymnastes sur 2 passages.



Depuis 2001, La Cognaçaise présente une équipe lors des compétitions de Team Gym, arrivant régulièrement jusqu'en finale nationale. En 2001, l'équipe du club a terminé championne de France, et vice-championne de France en 2008. Le 11 février dernier avait lieu la compétition interdépartementale à Pessac (33). L'équipe composée de Chloé, Coline, Eilona, Erine, Manon et Nora est arrivée 4ème et s'est qualifiée pour la suite. Bravo à elles, et à leur entraîneur Tiffany.

Si vous êtes gymnaste compétitif et que la Team Gym vous intéresse, il est encore possible d'intégrer l'équipe « Evolution » dans laquelle vous serez accueilli avec plaisir. Les entraînements ont lieu les lundis de 18h à 20h. N'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre entraîneur ou au bureau.





L'équipe Team gym
Championne de France en 2001
 Coachée par Martine Soulon et Anne Couzy

1er rang : Laure CAUBET
 Nathalie ESNAULT (DESCOUBES)
 Elodie ROBERT
 Céline HERBOUILLE
 Emilie SOULON

2e rang : Aline LACHAUD
 Anne COUZY
 Laura PALITA
 Olivia GAUDILLERE

L'équipe Team gym de la Cognaçaise
Vice championne de France en 2008

DATES A RETENIR		
3-4 mars	Compétition inter départementale par équipes - Trophée fédéral (orientation 1)	AIXE SUR VIENNE
10 mars	2e challenge tremplin	RUELLE
10-11 mars	Compétition régionale Team Gym	POITIERS
17-18 mars	Compétition inter départementale par équipes - Trophée fédéral (orientation 2)	FEYTIAT
24-25 mars	Compétition inter départementale par équipes Catégories Performance Nationales A et B et filière régionale 7-10 ans	LIMOGES
31 mars- 1er avril	Finale régionale individuelle - Catégorie performance	BOULAZAC
7-8 avril	Compétition régionale par équipes - Trophée fédéral (orientation)	POITIERS
21/22 avril	Finale interdépartementale par équipes - Trophée fédéral	BOULAZAC
28/29 avril	Compétition régionale par équipes - National A et B	GIVRE EN MAI



Directrice de la publication : Angélique Rivet
 Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique

