

REUNION DE RENTREE

SAISON 2021 - 2022



Ordre du jour



- Présentation des Groupes
- Présentation du planning hebdomadaire
- Rappel tenue vestimentaires
- Consignes générales (sécurité, urgences, communication)
- Règlement COVID
- Calendrier des Manifestations
- Organisation Vacances Scolaires
- Planning Photos (Adeline Photographie)
- Présentation Nouvelle Boutique
- QR CODE Groupe saison 2021 - 2022

Présentation des Groupes



12 Groupes

De 2018 à 2003

11 Gymnaste aides monitrices

1 Coach Salarié + 2 Bénévoles

35h d'entraînement / semaine

- 1 Groupes Eveil de 2018 à 2016
- 3 Groupes Loisirs, Inigym de 2016 à 2010
- 7 Groupes Compétitions de 2015 à 2003
- 1 Groupes performance de 2011 à 2005

Eveils

20 enfants de 2018 – 2017 - 2016

Coach: Ambre et Lou

Aide Mono: Adeline, Léna, Soline, Joelle, Apolline, Lisa

- 1 entraînement par semaine
- 45 min
- Parcours de motricité, coordination
- Jeux ludique et de coopération.

- Participation à la fête de la gym

Le dimanche uniquement

Photo Séance extérieur Avril 2021



Inigym

15 enfants de 2016 - 2015

Coach: Julie

Aide Mono: Lisa, Eve, Noélie

- 1 entraînement par semaine
- 1h30
- Apprentissage des bases de la gymnastique
- Assouplissement + Forme et Maintiens du corps

- Participation à la fête de la gym
- Rencontre Inigym (départementale)
 - Journée de l'Eveil de l'enfant



Groupe Inigym Saison 2021 - 2022

Loisirs B

16 gymnastes de 2012,2013,2014

Coach: Ambre

- 1 entraînement par semaine
 - 1h30
 - Apprentissage de la gymnastique
 - Préparation physique (assouplissement, forme et Maintiens)
-
- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne



Cours de fin de saison Loisirs + Inigym 2021

Loisirs A

16 gymnastes de 2011,2010

Coach: Ambre



- 1 entraînement par semaine
 - 1h30
 - Apprentissage de la gymnastique
 - Préparation physique (assouplissement, forme et Maintiens)
-
- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne



Cours de fin de saison Loisirs 2021

Poussines C

16 enfants de 2015 - 2014

Coach: Julie

- 2 entraînement par semaine
 - 2h / entraînements
 - Apprentissage de la gymnastique
 - Renforcement Musculaire
 - Assouplissement du corps
 - Apprentissage des Mouvements de compétition.
- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne
 - Compétition départementale



Poussines C Saison 2021 - 2022



Poussines B

16 gymnastes de 2012 et 2013

Coach: Julie

- 2 entraînement par semaine
- 2h / entraînements
- Apprentissage de la gymnastique
- Renforcement Musculaire
- Assouplissement du corps
- Apprentissage des Mouvements de compétition.

- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne
 - Compétition départementale



Poussines B Saison 2021 - 2022

Poussines A

16 gymnastes de 2012 et 2013



Coach: Julie

- 2 entrainement par semaine
- 2h / entrainements
- Apprentissage de la gymnastique
- Renforcement Musculaire
- Assouplissement du corps
- Apprentissage des Mouvements de compétition.

- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne
 - Compétition départementale



Stage de reprise Aout 2021

Jeunes C

15 gymnastes de 2008,2009,2010,2011

Coach: Julie, Ambre, Lou



- 2 entraînement par semaine
 - 2h / entraînements
 - Apprentissage de la gymnastique
 - Renforcement Musculaire
 - Assouplissement du corps
 - Apprentissage des Mouvements de compétition.
-
- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne
 - Compétition départementale
 - Compétition Regionale
 - Compétition Nationale sur sélection



Jeunesses B

14 gymnastes de 2010,2011

Coach: Julie, Lou

Aide Mono: Emma L, Zoé C

- 2 entraînement par semaine
 - 2h / entraînements
 - Apprentissage de la gymnastique
 - Renforcement Musculaire
 - Assouplissement du corps
 - Apprentissage des Mouvements de compétition.
-
- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne
 - Compétition départementale
 - Compétition Regionale
 - Compétition Nationale sur sélection



Photo Jeunesses A + B Journée de cohésion 2021

Jeunesses A

15 gymnastes de 2008,2009,2010

Coach: Julie, Lou



- 2 entraînement par semaine
 - 2h / entraînements
 - Apprentissage de la gymnastique
 - Renforcement Musculaire
 - Assouplissement du corps
 - Apprentissage des Mouvements de compétition.
-
- Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne
 - Compétition départementale
 - Compétition Regionale
 - Compétition Nationale sur sélection



Photo Journée de cohésion 2021

Ainées

24 gymnastes de 2007 à 2004

Réparties sur 3 Groupes



Coach: Julie, Ambre, Lou

- 2 entraînement par semaine
- 2h / entraînements
- Apprentissage de la gymnastique
- Renforcement Musculaire
- Assouplissement du corps
- Apprentissage des Mouvements de compétition.
 - Participation à la fête de la gym
 - Concours Interne
 - Compétition départementale
 - Compétition Regionale
 - Compétition Nationale sur sélection
 - Compétition sur programme libre (sur sélection)



Photo Journée de cohésion 2021

Perf

**18 Gymnastes 1 semaine sur 2
+ 2 gymnastes toutes les semaines**

Coach: Julie

- 1 entraînement par semaine
- 2h
- Renforcement des acquis
- Apprentissage de nouveaux éléments
- Temps de travail en petit groupe



Championnat National Valognes 2018

Planning Hebdomadaire



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h						
9h30						
10h			Poussines C 9h15 - 11h15			JEUNESSES C 9H- 11H
10h30						
11h						
11h30			Poussines B 11H- 13H			EVEIL 11H15 - 12H
12h						
12h30						
13h						Ainées 3 12H- 14H
13h30						
14h						
14h30			Jeunes B 13h30- 15h30			LOISIRS B 13H45- 15H15
15h						
15h30						
16h			Jeunes A 15h15 - 17h15			LOISIRS A 15H15 - 16H45
16h30						
17h						
17h30						
18h	Poussines B 17h15 - 19h15	Poussines A 17h15 - 19h15	Ainées 2 17H - 19H	Poussines C 17H15-19H15	INIGYM 17h15 - 18h45	
18h30						
19h						
19h30					Poussines A 18h15 - 20h15	
20h	Ainées 1 19H- 21H	Jeunes B 19h - 21h	JEUNESSES C 18H45 - 20H45	Jeunes A 19h - 21h		
20h30						
21h						
21h30					PERF 19h45 - 21h45	
22h						
22h30						

Tenue Vestimentaire Et accessoires

- Eveils : Tenue de sport (près du corps de préférence)
- Garçons: short t-shirt
- Inigym, Loisirs, Poussines, Jeunesses, Aînées
 - Justaucorps (libre) Ou Brassière, Short
 - Baskets
 - Sac de sport + Gourde
 - Brosse avec élastiques de rechange
- Poussines, Jeunesses, Aînées
 - Maniques obligatoire à partir de 2012

Pour tous: Pas de Bijoux (excepté clous d'oreilles ou petits anneaux)

Cheveux attachés (même court pensez aux pinces plates ou petites couettes)



Consignes générales

Ponctualité

- Pour le bon déroulement des entraînements, et par respect pour les encadrants veillez à être ponctuel au début et à la fin des entraînements, stage, manifestations

Sécurité

- Vérifier que l'entraînement a bien lieu avant de repartir
- Rappeler aux enfants d'attendre en haut de l'escalier avant votre arrivée
- Prévenir si votre enfant repart seul

Urgences

- Donner les numéros des personnes à contacter si différent de ceux donné dans le dossier (ex: papy, mamie chez qui les enfants sont en garde)
- En cas d'annulation de dernière minute l'infos sera diffusé principalement via le Groupes Whatsapp



Consignes générales

Communication

- Prévenir en cas d'absences
- Passez par les groupes Whatsapp (lien à la fin du diapo)
- Utiliser le site internet du club pour les infos générales (www.stlouisgymnastique.fr)
- N'hésitez pas à consulter les réseaux (Instagram en priorité)
- Pour les échanges papier. Mettre le contenu sous enveloppe au nom de votre enfant avec le contenu inscrit sur l'enveloppe.
- Si vous n'avez pas de réponse à un mail n'hésitez pas à relancer.



Julie: 06.73.73.90.73

Ambre: 07.81.76.56.31

Règlement COVID

- Le masque n'est pas obligatoire pendant les entrainements y compris pour les encadrants justifiants d'un pass sanitaire
- L'espace Vestiaire va être de nouveau organisé pour limiter le brassage des affaires personnelles (pensez au sac de sports)
- À partir du 1^{er} Octobre les gymnastes âgés de au moins 12 ans et 2 mois devront présenter un pass sanitaire valide pour pouvoir accéder aux entrainements
- L'accès à la salle est strictement réservé aux gymnastes et encadrant.
(si vous souhaitez avoir un moment d'échange avec l'entraîneur il peut se faire en extérieur)
- Pour les parents et accompagnateur des Eveils, la présentation du pass est donc obligatoire. Pour limiter les contrôles vous pouvez donner une copie de votre pass aux entraîneurs. Sans celui-ci vous devrez donc rester en extérieur.



Calendrier des Manifestations

Du club

- Fête de la Gym 6 et 7 Novembre 2021 (**pour toutes les Sections**) Eveils le dimanche uniquement
- Vente de Fruits et légumes tous les 1^{er} samedis du mois
- Concours Interne 29 et 30 Janvier (**groupes compétitions**)
- Théâtre (**fin janvier, début février**)
- Compétition départementale 3, 4, et 5 Juin 2022 (**Groupes compétitions**)
**Pour l'installation et la tenue des stands, le club aura besoin de bénévoles.
Cela concerne donc l'ensemble des familles des adhérents du club.**
- Concours interne LOISIRS Fin de saison date à définir



Calendrier des Manifestations

Inigym

- Rencontre Inigym (février 2022)
- Rencontre Inigym (Date et lieu à définir)
- Journée départementale de L'éveil de l'enfant (Avril au Vendéespace)

Loisirs

- Compétition Loisirs (mai ou Juin 2022)



Calendrier des Manifestations

Compétitions **POUSSINES**

- Concours interne Janvier 29 et 30 Janvier 2022 (test pour les compétitions)
- Challenges départementaux 5 Mars 2022 à la VERRIE
- Finale des Challenges Poussines 3 Avril à ESCOUFLANT **(sur qualif au départemental)**
- Individuel départemental 30 Avril à VENANSAULT
- Championnat départemental 4 Juin à CHAVAGNES EN PAILLERS

Compétitions équipes: Justaucorps club Obligatoire
Compétition Individuelle: Justaucorps Libre
Nouvelle veste du club pas obligatoire mais seulement cette veste sera acceptée
sur les plateaux de compétitions

Réservez vos Journées complètes
(les horaires de passages sont données la semaine précédente de la compétition)



Calendrier des Manifestations

Compétitions Jeunes / Aînés

- Concours interne Janvier 2022 (test pour les compétitions)
- Challenges départementaux le 5 (**catégorie Espoir**) et 6 (**reste des catégories**) Mars 2022 à la VERRIE
- Finale des Challenges Jeunes et Aînés 26 et 27 Mars (lieu définir) (**sur qualif au départemental**)
- Individuel départemental 1^{er} Mai à VENANSAULT
- Championnat départemental 5 Juin à CHAVAGNES EN PAILLERS (**Pentecôte**)
- National F2 18 et 19 Juin à TOUL ?
- National F – F1 25 et 26 Juin à BRUZ
- National F3 2 et 3 Juillet à ARNAS ?

Un des 3 sur sélection

Compétitions équipes: Justaucorps club Obligatoire

Compétition Individuelle: Justaucorps Libre

Nouvelle Veste du club pas obligatoire mais seulement cette veste sera acceptée sur les plateaux de compétitions

Réservez vos Journées complètes
(les horaires de passages sont données la semaine précédente de la compétition)



Calendrier des Manifestations

Tour des Coupes (Ainées sur sélection)

- 1^{er} tour des coupes ESPOIR 4 et 5 décembre à MONTOIR DE BRETAGNE
- 1^{er} tour des coupes SENIOR 11 et 12 Décembre à la Bonne Garde de NANTES
- 1/2 Finale des coupes 22 et 23 Janvier à LIMOGES ? **Sur Qualification**
- Finale des coupes 19 et 20 Mars à AIR SUR ADOUR **Sur Qualification**
- Trophée fédéral 9 et 10 Avril (lieu à définir) **Sur Qualification**
- Individuel Catégorie 1 le 7 ou 8 Mai à MONTAIGU
- Individuel Nationaux 21 et 22 Mai LA MOTTE SERVOLEX **Sur Qualification**



Vacances Scolaires

Entraînements

- ▶ Aucun entraînement n'est assuré pendant les vacances pour l'ensemble des Sections

Vacances Toussaint (Préparation Fête de la gym)

- ▶ Eveils : 1 ou 2 préparation à la fête de la gym un soir de semaine
- ▶ Loisirs: 2 x ½ Journées
- ▶ Inigym: 2 x ½ journée
- ▶ Poussines : 1 jour complet par semaine
- ▶ Jeunesses: 1 Jour complet par semaine
- ▶ Aînées: 1 jour complet par semaine (+ 1 jour stage prépa compet)

Stage Poussines, Jeunesses, Aînées

- ▶ Pas de stage en décembre
- ▶ Stage de perf aux vacances de Février, Avril et Juillet



Organisation Fête de la gym

- Les 2 représentations seront accessibles aux familles (**les conditions d'accueil liées au contexte sanitaire vous seront communiquées courant octobre**)
- Une billetterie en ligne sera mise en place pour réserver vos tickets
- L'association fera appel à des bénévoles pour l'ensemble du week-end. **un formulaire vous sera envoyé prochainement à ce sujet.**
- Les gymnastes participant à la fête de la gym devront être présentes sur l'ensemble des préparations liées à cet évènement.
 - ✓ Les 2 entraînements de préparations des Vacances scolaires
 - ✓ Répétitions générale le Samedi 6 Novembre (le planning vous sera envoyé en octobre)
 - ✓ Les 2 représentations du week-end: Samedi soir et Dimanche après midi

Planning Vacances Toussaint

Préparation Fête de la gym

Lundi 25 Octobre	Mardi 26 Octobre	Mercredi 27 Octobre	Jeudi 28 Octobre	Vendredi 29 Octobre
Poussines C 9h30 – 16h30	Poussines B + A 9h30 – 16h30	Jeunesses B + C 9h30 – 16h30	Jeunesses A + Aînées 9h30 – 16h30	Loisirs B 14h30 – 17h30
Inigym 9h30 – 12h30	Eveils 16h45 – 17h30			Loisirs A 17h30 – 20h30

FERIE	Mardi 2 Novembre	Mercredi 3 Novembre	Jeudi 4 Novembre	Vendredi 5 Novembre
	Poussines B + A 9h30 – 16h30	Jeunesses B + C 9h30 – 16h30	Jeunesses A + Aînées 9h30 – 16h30	Inigym + Loisirs B 9h30 – 12h30
	Eveils 16h45 – 17h30			Poussines C + Loisirs A 13h30 – 16h30

La présence des gymnastes à ces journées est indispensable pour la préparation de la fête de la gym.

Vendredi 5 Novembre: Installation de la salle pour le fête de la gym

Planning photos

Mardi 28 Septembre

- Poussines A : 17h15

Mercredi 29 Septembre

- Poussines C : 11h
- Poussines B : 11h15
- Jeunesses B : 15h15
- Jeunesses A : 15h30
- Aînées : 17h

Vendredi 1^{er} Octobre

- Inigym : 17h15

Samedi 2 Octobre

- Jeunesses C: 10h45
- Eveils: 11h15
- Aînées: 12h
- Loisirs B: 15h
- Loisirs A: 15h15

Groupes Compétitions: Justaucorps Club Obligatoire + Justaucorps libre
Groupes Loisirs + Inigym: Justaucorps obligatoire , Garçon t-shirt blanc et bas noir
Eveils : T-shirt coloré + leggings noir

Attention à la coiffure de vos enfants

La Boutique

Ouverture prochainement



QR CODE

Groupes Saison 2021 - 2022

EVEILS 2021 2022

Groupe WhatsApp



Inigym 2021 2022

Groupe WhatsApp



Loisirs B 2021 2022

Groupe WhatsApp



Loisirs A 2021 2022

Groupe WhatsApp



Poussines C 2021 2022

Groupe WhatsApp



Poussines B 2021 2022

Groupe WhatsApp



Poussines A 2021 2022

Groupe WhatsApp



QR CODE

Groupes Saison 2021 - 2022

JEUNESSES C 2022

Groupe WhatsApp



Jeunesses B 2022

Groupe WhatsApp



Jeunesses A 2022

Groupe WhatsApp



Aînées A

Groupe WhatsApp



Aînées gymnastes 2022

Groupe WhatsApp



Groupe Parent Aînées

Groupe Gymnastes Aînées