

Editorial

La saison 2012—2013 touche à sa fin.

A plus d'un titre, nous pouvons être satisfaits du déroulement de cette nouvelle saison : maintien du nombre de licenciés, très bons résultats pour le groupe « compétition » tant pour la partie individuelle qu'en ensembles, etc...

Le point d'orgue de cette année aura été l'organisation de la finale de zone Ouest (1/2 finale France) début mai à la Halle des sports d'Ergué. Un véritable succès sportif et populaire (plus de 800 gymnastes et environ 2000 spectateurs) apprécié tant par les officiels, les délégations des clubs et les élus.

Je profite de ces lignes pour remercier à nouveau tous ceux qui auront permis de réussir cette belle compétition.

Place maintenant au Gala annuel et à notre Assemblée Générale. Rendez-vous le dimanche 30 juin à Ergué Armel.

Hubert MICHARD

Championnat de France

Les 26 et 27 janvier derniers, avait lieu le championnat de France de GR individuelles à Thiais.

Sept de nos gymnastes ont obtenu leur ticket pour cette grande étape et y ont ainsi représenté le club.

Le bilan de cette compétition est très positif :

En Critérium Minime: Elise Raymond - 11ème

En Critérium Junior : Coraline Michard - 4ème ; Elsa Décosse - 14ème

En Critérium Sénior: Lucile Michard - 9ème

En Fédérale Minime: Louise Le Bris - 24ème ; Océane Mamarot - 36ème

En Fédérale Cadette: Laurine Le Berre - 23ème

Un grand bravo à toutes les gymnastes ayant participé à cette compétition, et merci au parents qui ont fait le déplacement jusqu'à Thiais.

Un grand merci aussi à Sarah !



Elise, Océane, Louise, Sarah, Laurine, Elsa, Lucile, Coraline



Les jeunes gymnastes avec leurs entraîneurs

Regroupement initiations

Mercredi 24 avril, c'est au tour des plus jeunes de participer à un regroupement - comprenant les différents groupes d'initiations du club. Cette étape, très importante à ce stade de l'année, permet à Sarah et aux aides-monitrices d'observer le niveau de ces gymnastes.

Chaque gymnaste a présenté 5 à 10 éléments aux mains libres, au ruban, aux massues, à la corde, au ballon et au cerceau et ont enchaîné avec les tests physiques. A la fin de la matinée, elles se sont vues décerner un diplôme. **BRAVO à ces jeunes pousses !**

Résultats de la deuxième partie de saison

Département : à Brest, le 17 février 2013

Région : à Rennes, les 16 et 17 mars 2013

Zone ouest - Dir Duo/ DF : à Montoir le 13 avril

Zone ouest - DC : à Quimper le 4/5 mai

France DF : à Villefrance sur Saone le 18/19 mai

- 11 podiums (8 titres, 1 dauphine, 2 troisièmes places)
- 7 podiums (3titres, 2 dauphines, 2 troisièmes places)
- 2 podiums (1 titre et 1 dauphine)
- 1 podium (1 troisième place)
- 1 ensemble qualifié



DR ensemble P/B :

Teila, Fiona, Adélia, Ellynn

Département: Forfait

Région: 5ème

Finalité région

Individuelle DR J/S : Wendy

Département: 1ère

Région: 1ère

Finalité région



DR ensemble M/C :

Laura, Maelys, Sarah, Lisa

Département: 3ème

Région: 8ème

Finalité région



DR ensemble P/B :

Adèle, Lou, Léna, Diana, Camille

Département: 1ère

Région: 6ème

Finalité région

DR ensemble M/C :

Margaux, Marina, Noëlla, Marie

Département: 1ère

Région: 3ème

Finalité région





DC2 Benjamines :

Gladys, Audrey, Julie, Agathe

Département: **2ème**

Région: **2ème**

Zone: **5ème**



DC2 Benjamines :

Manon, Hélène, Laurena, Alexia, Avel

Département: **1ère**

Région: **1ère**

Zone: **3ème**



DC2 Cadettes :

Emma, Claire, Augustine, Laura, Jeanne

Département: **4ème**

Région: **11ème**

Zone: **21ème**



Dir Duo B/M :

Nolwenn, Elise

Département: **1ère**

Région: **1ère**

Zone (non qualificative): **1ère**



Dir Duo Cadettes :

Marine, Gwendolyne

Département: **1ère**

Région: **3ème**

Zone: Forfait



DC1 Junior :

Elsa, Romane, Coraline,
Laëtitia, Romane

Département: **1ère**

Région: **2ème**

Zone: **4ème**

Pour nous contacter:

QUIMPER GR EN FINISTERE

Espace associatif

53 Impasse de L'Odet

29000 Quimper

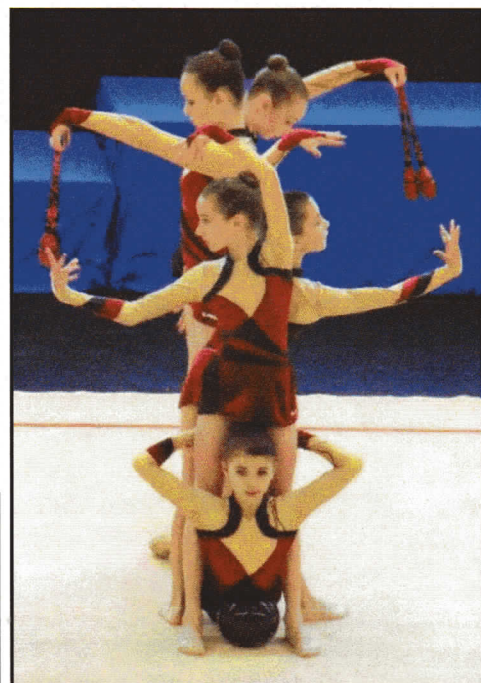
Site internet : <http://quimpergrenfinistere.jimbo.com>

Rédigé et mis en page par Marine et Coraline

Téléphones :

Président : Hubert : 06 80 22 88 43

Entraîneur : Sarah : 06 66 46 50 99



DC1 Senior :

Lucile, Inès, Yolaine, Emma, Marine

Département: **3ème**

Région: **5ème**

Zone: **7ème**

DF1 Cadettes :

Malorie, Laurine, Léa, Louise, Océane

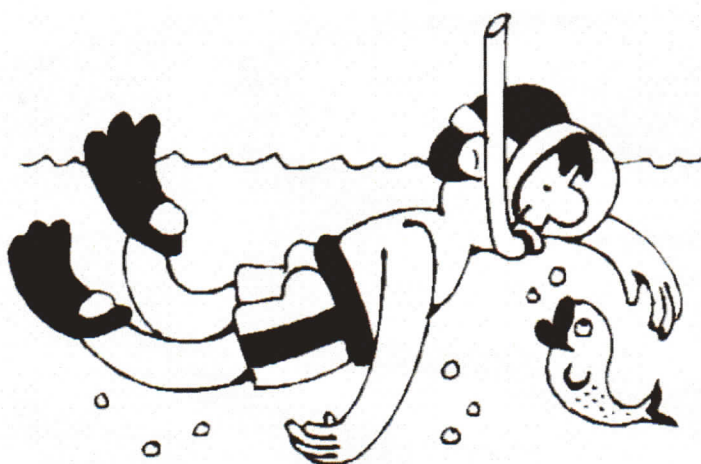
Département: **1ère**

Région: Forfait

Zone: **2ème**

France: **23ème**

Jeux



5	3			7			
6			1	9	5		
	9	8					6
8				6			3
4			8		3		1
7				2			6
	6					2	8
			4	1	9		5
				8			7
						7	9

Bonnes vacances à tous et à toutes!

Etape 1 et 2 de la Coupe Formation

La Coupe Formation est une étape importante et essentielle dans la « carrière » d'une gymnaste. La validation de celle-ci permet aux gymnastes de pouvoir faire de la compétition en individuelle ou en équipe.

Le club présentait : - 3 CF3 (Coupe Formation 3) : Réhane Kadir, Fiona Le Donge et Adélia Lochou

- 6 CF2 (Coupe Formation 2) : Anissa Kadir, Charlotte Neuville, Loann Le Berre, Réjane Bothorel, Emma Hemery et Anaëlle Quentel.

Ces jeunes gymnastes ont passé deux compétitions, une le dimanche 27 mars à Plonéis et la deuxième le dimanche 2 juin à Brest (Cette compétition clôturait leur année).

FELICITATION à elles, elles ont toutes obtenu leur diplôme !!

La CF, ça consiste en quoi ?

La Coupe Formation, c'est plusieurs étapes.

1ère étape: Tests Physiques en club (la course 20m, les sauts à la corde, le saut en longueur, le gainage, la fermeture tronc-jambe et les grands écarts)

2ème étape: Tests Physiques en compétition + présentation d'un enchaînement à l'engin et d'un enchaînement imposé au Main libre.

3ème étape: présentation d'un enchaînement imposé à l'engin et toujours l'enchaînement imposé au Main libre.

Ensuite, on accumule toutes les notes qu'elles ont obtenues au cours des trois étapes. Si les gymnastes ont la moyenne, elles obtiennent leur ruban et leur diplôme.

- **Ruban vert** : CF2

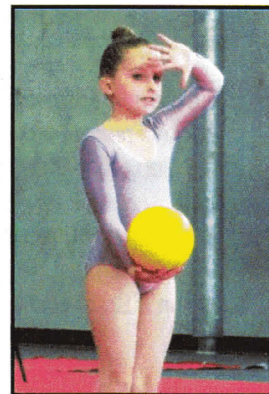
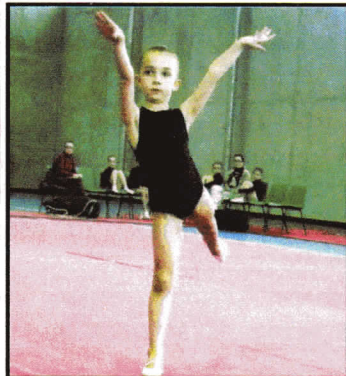
- **Ruban bleu** : CF3

Les CF2 avec leurs entraîneurs : Anaëlle, Emma, Anissa, Charlotte, Loann, Réjane

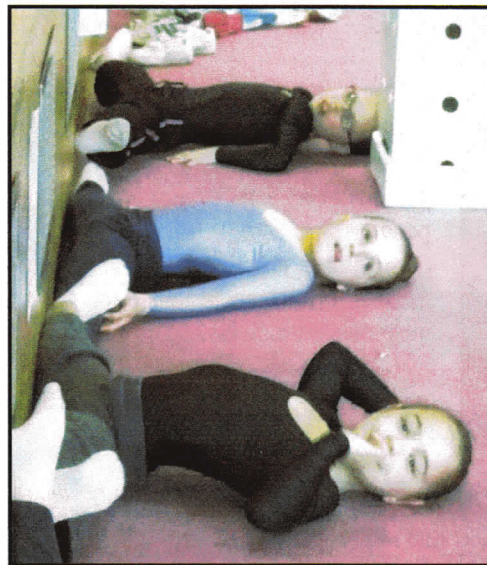


Les CF3 avec leurs entraîneurs : Fiona, Réhane et Adélia

Les CF2, fières d'avoir obtenu leur première médaille !



Une partie des CF2 pendant les Tests Physiques



Correction des jeux (numéro 17 et 18)

Mots croisés Gymnastique

Horizontale :

- 3- TROIS
- 6- PRESIDENT
- 7- LUCILE
- 9- SEPT
- 11- MOUVEMENT
- 12- CORDE
- 14- VOLLEY
- 15- QUINZE

Verticale:

- 1- QUIMPER
- 2- VALENCIENNES
- 4- MINIME
- 5- QUATRE
- 8- INES
- 10- YOLAINE
- 13- REZE

5	3	4	6	7	8	9	1	2
6	7	2	1	9	5	3	4	8
1	9	8	3	4	2	5	6	7
8	5	9	7	6	1	4	2	3
4	2	6	8	5	3	7	9	1
7	1	3	9	2	4	8	5	6
9	6	1	5	3	7	2	8	4
2	8	7	4	1	9	6	3	5
3	4	5	2	8	6	1	7	9