

AVENIR La REDONNAISE GYMNASTIQUE Groupes Compétition-Avenir-Espoir-Perf 2025/2026

PROJET CLUB 2025/2026

Le club a réalisé une saison exceptionnelle avec pas moins de 115 gymnastes engagées en compétition cette saison et un record de 25 podiums, individuel et équipes !

Pour autant, tout n'est pas rose ... L'absence d'une salle spécifique de gymnastique freine notre bel élan et nous ne permet pas d'aller plus haut (faire progresser nos gymnastes tout comme pouvoir organiser des compétitions).

Cependant, et malgré une pénurie généralisée (dans tous les clubs) d'éducateurs et entraîneurs, nous avons constitué cette saison une équipe solide et soudée d'entraîneurs, de tous niveaux, permettant le progrès de nombreuses de nos gymnastes. Des progrès tellement forts que nous allons être amenés à revoir le temps de pratique de nos gymnastes selon leur catégorie de compétition. **A savoir que pour les filières Fédérale B , nous proposerons sans doute des groupes d'une séance unique de 2h par semaine (hormis les Poussines Avenir).** Les groupes qui auront 2 séances par semaine ou plus, iront très probablement vers la filière Fédérale A au minimum (Niveau Fédérale A = Lune au saut, bascule et salto aux barres, souplesse et salto en poutre, rondade flip, salto avant, au sol...pour vous situer rapidement le niveau). L'accès aux groupes à 2/3/4 entraînements hebdomadaires sera donc limité. Si plusieurs gymnastes s'imaginent déjà en faire plus, ou en faire autant, il faut rester prudent et bien faire comprendre à nos enfants qu'ils ne sont pas seuls.

L'objectif premier du club est de permettre à tous les enfants, jeunes et jeunes adultes, de pouvoir pratiquer régulièrement leur passion (au moins 1 fois par semaine) Le club fera tout son possible pour combler les attentes de chacun et chacune afin de passer une nouvelle belle saison de GYM à REDON !!!!!!

VOTRE ENGAGEMENT !

L'intégration dans un groupe Avenir ou Espoir nécessite un investissement régulier aux entraînements. En cas de problème suite aux créneaux d'entraînement de votre groupe, merci de nous contacter rapidement. (il est parfois possible de s'entraîner sur un autre groupe afin d'avoir des séances régulières)

De plus,et ce sera votre seule obligation ! nous insistons sur le côté obligatoire des compétitions par équipes. Si bien sûr, il peut avoir des événements imprévus bien indépendants de votre volonté occasionnant l'absence de votre fille, ce que nous avons toujours respecté, il est important de comprendre que la moindre absence est préjudiciable pour son équipe... Merci alors de nous informer très rapidement en cas d'absence !!

« Respectons ainsi les copines de son équipe et toutes les gymnastes du club n'ayant pu participer aux compétitions cette saison faute de places »

REGLEMENT 2025/2026

JUGES : dans chaque groupe, il faudra un minimum de 2 JUGES, condition nécessaire pour que le club puisse engager ses équipes en compétitions

TRANSPORT : en compétition, il est obligatoire d'avoir 1 JUGE et 1 ENTRAINEUR pour concourir. Ainsi, il est demandé aux familles de leur garder une place pour l'aller ou retour (et ce au moins 1 fois par an). Le lieu de transport est fixé selon les domiciles de chacun.

Il y aura toujours des compétitions individuelles possibles, mais pas obligatoire,

Fédérale A pour les plus de 10 ans seulement (niveau Régional Maximum)

Les conditions de participations sont les suivantes, « parce que le côté individuel c'est bien, mais à Redon, on se doit d'avoir un esprit collectif ! » -Aider à l'encadrement

-Avoir plusieurs gymnastes (ou parents) dans l' « aide encadrement » dans son groupe et DES JUGES !

CALENDRIER

Le calendrier COMPLET des compétitions sera disponible en ligne sur notre site courant OCTOBRE.

_ Bloquez rapidement vos week-ends selon vos catégories.

NOTRE SITE : <https://alrgym35.fr/competition/>

En Fédérale B, pour les poussines et benjamines AVENIR, groupes 2h, et Avenir FLIP, vous aurez 2 compétitions par équipes en 2026, début en MAI !!!

En Fédérale A (groupes PERF, Espoir, Salto et Avenir Flip ?) vous aurez entre 2 et 4 compétitions par équipes en 2026 et potentiellement 1 à 2 compétitions individuelles

PROGRAMME

Il est disponible sur notre site !!! Même si nous le travaillerons à l'entraînement, il est évident que votre réussite passe par une "préparation" de votre côté (ou du moins une curiosité de lire votre programme!).

N'hésitez pas à...

- lire et regarder les images pour voir ce que vous pourriez faire**
- préparer un carnet pour y noter vos enchaînements**
- (et l'apporter à toutes les séances dès NOVEMBRE)**
- trouver une musique pour les Fédérale A (1minute maximum)**

DES EQUIPES INTER-GROUPES Groupes 10 ANS ET PLUS

Afin d'accepter un maximum de gymnastes en Avenir ou Espoir, et éviter trop de refus, certaines gymnastes des groupes 10 ANS ET PLUS peuvent être amenées à intégrer une équipe issue de 2 groupes différents parfois, en Espoir, Flip ou Perf.

Rien de bien important, tant que nous partageons la même passion !!! Et surtout quand nous « chantons notre passion...pour la gym...à Redon ! »

TENUE OBLIGATOIRE DU CLUB

Le justaucorps du club est obligatoire pour toutes les gymnastes engagées dans les groupes AVENIR ESPOIR

Il est disponible à l'achat, **soit neuf** à 60€),
soit d'occasion entre gymnastes (pas encore cette saison)

Si d'ailleurs certaines d'entre vous ont des justaucorps d'occasion à vendre, ou bien souhaite un justau d'occasion (quelle taille ?), tenez moi informer.

Et pour celles qui souhaitent un justaucorps, voir avec Stéphane pour les tailles (essais possibles lors des inscriptions ou à la reprise des cours).

Je vous joindrais en début de saison quelques conseils pour l'entretien de votre justaucorps.

TENUES, ACCESSOIRES

Si vous souhaitez acheter des tenues, justaucorps, shorts, etc, ou accessoires type maniques,
nous pouvons les commander sur le site suivant: <http://ker-crea.fr/>

La BOUTIQUE du CLUB rouvrira avant les fêtes, plus d'informations prochainement !

Il est conseillé, et même **IMPÉRATIF**, pour les filles "aux mains fragiles", de s'équiper de maniques (notamment à partir de 12 ans)

- soit maniques chinoises (30€ environ)
- soit maniques classiques (42€ environ) Protèges Poignets possible à 11€

A voir avec Stéphane pour plus d'informations.

-TENUES DU CLUB : il est conseillé d'avoir la veste du club, mais pas non plus obligatoire !!!
Il y a également le sac, le short ou encore le débardeur à des prix abordables.
Plus d'informations prochainement !

BONNE SAISON de GYM !!!