

Les gymnastes du club se perfectionnent lors des stages organisés par le département

8/11/2012
Le Gessien

Détection des meilleurs gymnastes ou amélioration de la performance, le club de la Gexoise participe à tous les stages organisés par le département, par la région et, sur convocation, par la zone sud-est. L'espoir est de voir les gyms sur les plus hautes marches du podium lors des compétitions.

Les entraîneurs, Céline Goibeau, Elsa Gatet, pour le secteur de la gymnastique artistique féminine, et Yan Gestin, pour le secteur de la gymnastique artistique masculine, accompagnent leurs gyms mais en même temps, ils se perfectionnent avec cette formation continue que dispensent les entraîneurs nationaux qui sont présents.

Lors de ces stages, les gyms travaillent sur des éléments difficiles du programme qu'ils doivent présenter lors des compétitions. Ceci permet aussi aux entraîneurs de classer les gyms et de connaître leur évolution d'une année à l'autre afin de les orienter éventuellement vers des pôles nationaux d'entraînements, Saint-Etienne pour les filles et Lyon pour les garçons.

Ces dernières semaines, les



Stage CPD cadettes-juniors-seniors avec de gauche à droite, Estelle Ricoul-Mangel, Emma Flache et Mathilde Fauchart.

stages se sont succédé, les 20 et 21 octobre, stage pré-zone sud-est pour Magdalène Sagnes (2003) à Saint-Etienne pour une sélection pour le stage jeunesse de la zone sud-est.

Regroupement pôle des gyms nées en 2004 pour Lilou Monteyne à Saint-Etienne suite au CPR de positionnement des 29 et 30 septembre derniers.

CPD poussines à Viriat pour les gyms de 2004 et 2005 avec Anaïs Grange, Gwladys Temple, Marine Leroy, Julie Ferrer Monasterion, Océane Temple et Léonie Gall.

CPR poussins pour les gyms de 2004 à Lyon avec Léo Galoyer et Axel Matre.

28 octobre, CPD GAM sur



Stage CPD GAM à Oyonnax, 22 gyms issus des clubs de Gex, Thoiry, Bellegarde et Montluel accompagnés de leurs huit entraîneurs.

l'acrobatie à Oyonnax avec Léo Galoyer, Axel Matre et Antoine Genet-Arm. Ils ont travaillé avec la piste de fast-track, la piste gonflable et le trampoline sur les bases et les positions gymniques justes sur les six agrès des garçons, anneaux, arçons, barre fixe, sol, saut et barres parallèles.

CPD cadettes-juniors-seniors à Hauteville avec Mathilde Fauchart, Estelle Ricoul-Mangel et Emma Flache. Après avoir affronté 10 cm de neige, l'engagement des filles n'a pas faibli et le stage s'est déroulé dans de bonnes conditions.

1^{er} novembre, CPR perfor-

mance pour les gyms minimes (nées en 2000 et 2001) avec Ann-Lou Andriamanantenasoa à Aix-les-Bains, prochain rendez-vous le 8 mars 2013 après les premières compétitions. Faire le point sur les plus et les moins des gyms après les premiers essais, fait partie intégrante du travail pour améliorer les performances.