

*Eveil de l'Enfant – Découverte Gym – Gymnastique Masculine – Cross Training – Pilates – Gym Douce*



# Rapport d'activités

## Saison 2019 - 2020



*Samedi 5 juin 2021*



**JEUNES DE MACON SPORTS**

**Maison de l'Œuvre de la Jeunesse - 7, rue Jean Dagnaux - 71000 MACON**

Association affiliée à la F.S.C.F. (Fédération Sportive et Culturelle de France)

Site Internet : [www.jeunes-de-macon-sports.net](http://www.jeunes-de-macon-sports.net) - E-Mail : [jms71.fscf@gmail.com](mailto:jms71.fscf@gmail.com) - Facebook : gym jeunes de macon

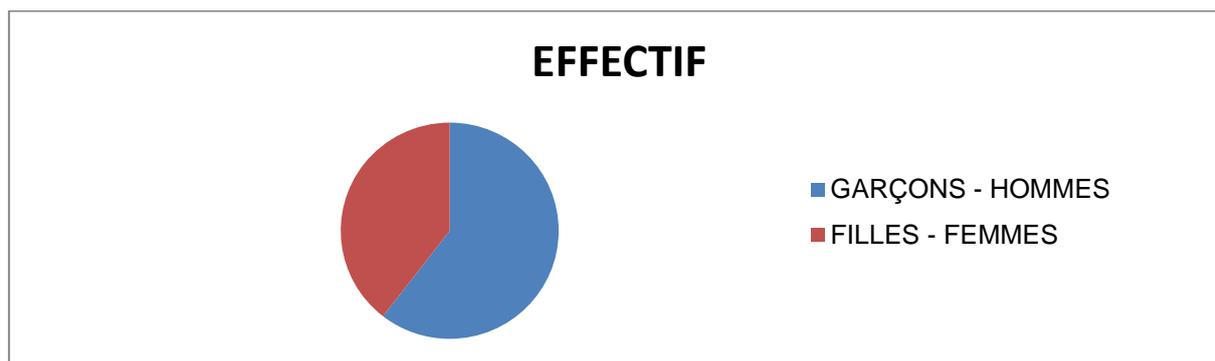
# 1/ EFFECTIF DE LA SAISON 2019/2020

---

ACTIVITÉS		Nombre de licenciés	
		Garçons	Filles
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE	Jeunes-Poussins (7/9 ans)	9	
	Pupilles (10/15 ans)	20	
	Adultes (16 ans et +)	5	
ÉVEIL DE L'ENFANT	2 à 4 ans	4	5
DÉCOUVERTE GYM	5 à 6 ans	7	6
		Hommes	Femmes
PILATES	adultes	1	9
CROSS-TRAINING	adultes	1	8
GYM DOUCE	adultes	2	4
		<b>49</b>	<b>32</b>

Soit un sous-total de : 81 licenciés

auquel il convient d'ajouter une équipe dirigeante, des juges et des moniteurs.  
Le club a enregistré un total de **92** licenciés.



---

## 2/ L'EQUIPE D'ENCADREMENT :

---

*Je propose de vous lister les jours et heures d'entraînement de nos activités, ainsi que les noms de nos monitrices, moniteurs et juges, qui assurent l'encadrement de nos différentes disciplines. Toutes les semaines, ils réalisent un travail formidable auprès de tous ces jeunes et même « moins jeunes »*

*Tout d'abord, en Gymnastique Masculine : Jeunes Poussins, Pupilles et Adultes ont suivi deux entraînements par semaine.*

1) **Les Jeunes Poussins** (enfants nés en 2011/2012/2013) :

- Entraînements les lundis et mercredis de 18 h 00 à 19 h 30 ;

2) **Les Pupilles** (enfants nés entre 2005 et 2010) :

- Entraînements les mardis et les jeudis de 17 h 45 à 19 h 30 ;

3) **Les Adultes** (gymnastes nés en 2004 et avant) :

- Entraînements les mercredis et vendredis de 18 h 00 à 19 h 45 ;

Tous les gymnastes se retrouvent au complexe Fernand Velon, rue Bigonnet.

Les cours ont été assurés par :

Guillaume Champagnon, (Jeunes Poussins) Olivier Gandré, (Jeunes Poussins, Pupilles) Pierre Chatagnier (Jeunes Poussins, Pupilles) Anthony Promonet (Pupilles), Denis FORIN (Adultes), et Frédéric Guillot (moniteur salarié du club)

Puis nous passons à l'équipe de juges. Je voudrais les remercier pour leur disponibilité car sans eux, impossible de faire de compétition.

- Olivier Gandré, Gérard Limousin, et Gérard Loth.

Après l'activité "Gymnastique Artistique Masculine", citons les autres activités :

4) **Éveil de l'Enfant** : activité ouverte aux très jeunes enfants âgés de 2 à 4 ans.

- Les enfants avaient rendez-vous tous les mercredis de 16 h 00 à 17 h 00.

5) **Découverte Gym** : activité ouverte aux enfants âgés de 5 et 6 ans. Cette activité permet de faire découvrir les bases élémentaires à la pratique de la gymnastique.

- Les cours ont été dispensés, les mercredis après-midi de 17 h 00 à 18 h 00.

Ces deux activités ont été assurées par Cendrine Laurencin, (prestataire) aidée de Yolande et Agnès,

Tous ces enfants se sont retrouvés au gymnase " Georges Guillotin " dans la maison de " l'Œuvre de la Jeunesse ", rue Jean Dagnaux.

Et nous terminons par les Activités destinées aux adultes :

6) **Cross-Training** : Cours mixte assurés les mardis soirs de 18 h 30 à 19 h 30.

Cours consistant à combiner divers exercices au poids du corps et/ou avec du matériel (haltères, élastibande etc...) faisant travailler différentes parties du corps. Sport tendance qui sollicite toutes les chaînes musculaires pour travailler le corps dans sa globalité à chaque saison.

7) **Pilates** : Cours mixte assurés les mardis soirs de 19 h 30 à 20 h 30.

Méthode douce qui apporte du bien-être physique et mental, sollicite les muscles profonds et superficiels et qui permet une amélioration de la force, de la souplesse, de l'équilibre mais aussi de la posture et de la coordination, fonctions toutes nécessaires au bien-être quotidien.

8) **Gym Douce** : Cours mixte assurés les mardis matin de 10 h 30 à 11 h 30.

*Ce cours est adapté plus spécialement aux séniors basé sur un travail de gainage, de renforcement musculaire, et de mobilité articulaire et d'équilibre.*

*Ces 3 activités destinées à un public d'adultes ont été animées, dans un premier temps, par Valérie CHARPIGNY (de septembre à décembre 2019) et à partir de janvier par Morgane DROIN, de retour de congé maternité.*

*Les cours de Cross-training et de Pilates ont été dispensés au Complexe Sportif Fernand Velon. Quant à la Gym Douce, les cours sont restés à la Maison de l'Œuvre de la Jeunesse.*

## 3/ LA VIE DU CLUB :

---

1. *Nous avons débuté cette saison 2019/2020 par une assemblée générale. En effet, nous avons accueilli les membres des " AMIS de la FSCF ", les 30 et 31 août.*

*Cette association regroupe les anciens membres dirigeants de la Fédération.*

*Le vendredi soir, (30/08) a eu lieu l'assemblée générale dans la salle de gymnastique de la rue Jean Dagnaux, suivi d'un pot de l'amitié offert par notre club.*

*Le lendemain matin, Lucien Teillard avait prévu une visite de l'Abbatiale St Philibert à Tournus, avec un guide, suivi d'un repas à l'aérodrome. Puis l'après-midi s'est terminé au Caveau de Vinzelles pour quelques achats souvenir.*

2. *Les 7 et 8 septembre 2019, nous avons participé au forum des associations sportives, culturelles et familiales intitulé " 1-2-3 MACON ", organisé par la Ville de Mâcon. Cette manifestation a pour but de regrouper toutes les associations mâconnaises sur un même lieu. (Parc des Expositions et Spot).*

*Notre stand était dans le spot, dans un angle. Durant ces deux jours, nous avons surtout donné des renseignements concernant les activités "Eveil de l'Enfant", et "Découverte Gym".*

3. *Le mercredi 18 décembre 2019, les deux activités Éveil de l'Enfant et Découverte Gym étaient réunis pour accueillir le Père-Noël. Durant ½ heure, les enfants ont pratiqué diverses activités devant les parents, frères et sœurs présents.*

*Puis, arrivée du Père Noël, avec sa hotte remplie de petits cadeaux.*

*Beaucoup de photos ont été faites avec les enfants et le Père Noël.*

*Papillotes et boissons ont clôturé la fin de l'année.*

*Un grand merci à notre Père Noël (Dédé) vêtu de sa belle tenue rouge, de sa barbe blanche et sa canne. Pour information, il nous signale, tous les ans : « Ce sera la dernière année » . . .*



*Puis nous changeons d'année :*

4. *Le samedi 11 janvier 2020, comme il est de tradition, nous avons été conviés par la Ville de Mâcon à la cérémonie des vœux aux Associations. Cet événement, toujours convivial, permet à tous les membres des clubs de se retrouver et de pouvoir échanger. Durant cette cérémonie, diffusion d'un film relatant les nombreux événements sportifs et culturels qui se sont déroulés tout au long de l'année 2019, suivi du discours de Monsieur le Maire.*

5. *Puis l'après-midi du 11 janvier 2020, nous avons organisé notre après-midi récréative et présentation des vœux au Gymnase des 9 clés. Cette après-midi permet aux parents et enfants de faire d'autres activités que celles qu'elles pratiquent dans leurs sections. Nous avons du Molky, des jeux de ballons, du ping-pong, etc... et des petites voitures prêtées par l'Espoir Gymnique de Replonges.*

*Puis, après 1 h 30 de jeu, le Président a pris la parole pour souhaiter une excellente année à tous. Puis nous avons partagé la brioche avec tous les présents.*

6. *Le mercredi 29 janvier 2020, les enfants de la Découverte Gym, se sont rendus au gymnase Fernand Velon, afin de découvrir une grande salle et de travailler sur les agrès. Durant une heure, les enfants ont été pris en charge par Guillaume Champagnon, moniteur des Jeunes-Poussins et par les monitrices. Les enfants ont pu évoluer sur différents ateliers (barres parallèles, piste, fosse etc). Tous les enfants ont travaillé studieusement dans une très bonne ambiance durant 1 heure.*

7. *Le 7 février 2020, la Ville de Mâcon organisait les Trophées du sport. Cérémonie regroupant les meilleurs sportifs, qui dans l'année, ont obtenu des résultats au niveau départemental, régional ou national.*

*Nous avons présenté l'équipe pupilles, championne Bourgogne Franche-Comté et Samy BEN ARBIA, champion national F.S.C.F, (catégorie cadet 2). Ils ont reçu, de la part de la Ville, une médaille + 1 coupe pour l'équipe.*

*Invité de la soirée : Franck SOLFOROSI  
(médaillé de bronze aux J.O 2016 à Rio, en aviron)*



**Arrêts des activités au 15 mars 2020, du fait de la COVID 19.**

## 4/ STAGES & FORMATION :

---

### **STAGE CADETS -11/10 & 13/11 à DOLE :**

Deux gyms ont participé à ces stages organisés par la commission technique de gym B-FC, Samy BEN ARBIA et Dorian GRANGER.

Ces stages ont permis d'approfondir certaines techniques, et de faire connaissance avec les gyms des autres clubs de la région.



### **STAGE DES CADRES FÉDÉRAUX - 01/11 AU 03/11 :**

Les cadres de la Commission Technique GAM de la F.S.C.F. étaient présents à Mâcon, durant deux jours et ½. Ce stage s'est déroulé au COM. Pour la partie pratique, ils avaient rendez-vous à Fernand Velon. Les membres ont travaillé sur le programme arçons 2021. Tout s'est bien passé.

Ils étaient ravis de l'accueil, puisque le Président de cette commission nous a envoyé un petit message de remerciement.



### **STAGE ÉVEIL DE L'ENFANT B.-F.C. - 09 au 11/11 et 23-24/11 :**

Ce stage était organisé par la Bourgogne Franche-Comté. Les stagiaires étaient logés au COM. et pour la partie pratique, cela devait se passer à Fernand Velon. Mais nous avons eu de la peine à trouver des enfants au sein de notre club. C'est pourquoi, nous avons demandé l'aide de l'AMS de Charnay les Mâcon. Ils nous ont mis à disposition leur salle ainsi qu'une dizaine d'enfants. Ce stage était une formation diplômante AF1. Merci à eux pour leur aide.



### **STAGE RECYCLAGE JUGES -14 /12 à GEVREY CHAMBERTIN:**

Ce stage était ouvert aux moniteurs, monitrices et juges. 15 personnes étaient présentes

Pour Mâcon, 3 juges étaient présents.

Durant cette journée, un point a été fait sur les nouveautés 2020, ainsi que sur une révision des éléments gymniques.

Ce stage a été animé par Olivier GANDRÉ, juge F1.

## 5/ Récapitulatif des résultats

---

Comme chaque saison, nos gymnastes participent à diverses compétitions, amicale, départementale, régionale, et nationale.

Malheureusement, cette saison fut écourtée suite à l'arrêt de nos activités au 15 mars 2020.

Seulement deux compétitions ont été pratiquées :

**16 février 2020 – MÂCON**      1<sup>er</sup> tour des "Etoiles"

Pupilles :

2<sup>ème</sup> Etoile - Paul ADNOT – Aram JAZZINI – Augustin BOYAT

3<sup>ème</sup> Etoile - Mathis MONTEIRO – Thomas FLECHE – Axel DENIAU

4<sup>ème</sup> Etoile - Ugo COMBIER

Adultes :

2<sup>ème</sup> Etoile - Noah BOUVIER

3<sup>ème</sup> Etoile - Dorian GRANGER

4<sup>ème</sup> Etoile - Samy BEN ARBIA



**22 février 2020 – MÂCON**      INTERCLUBS Bourgogne / Franche-Comté

Classement général :

3<sup>ème</sup> Division : 2°/4 Mâcon



**29 mars 2020 – MÂCON**

Challenge" MATISCO"

**4 avril 2020 – VALENTIGNEY**

Finale des "Etoiles"

**9 mai 2020 – SALINS les BAINS**

Régional Individuels Bourgogne/Franche-Comté

**16-17 mai 2020 – PLOUFRAGAN**

Championnat National Individuels

**30 mai 2020 – THISE**

Régional par équipes Bourgogne/Franche-Comté

**13-14 juin 2020 – St AMAND les EAUX**

Championnat National par équipes

**21 juin 2020 – NUITS S/GEORGES**

Critérium Pupilles – Interdépartemental Jeunes-Poussins

**24 Juin 2020 – MÂCON**

Challenge" GUILLOTIN"

Toutes ces compétitions ont été annulées.

### **Conclusion :**

La saison fut très courte en raison de l'arrêt de nos activités. Néanmoins, les compétitions auxquelles nos gymnastes ont participé, nous ont permis d'obtenir de bons résultats.

Souhaitons un retour à la normale pour la prochaine saison.

## 6/ CONSEIL D'ADMINISTRATION :

---

*Les membres du Conseil d'Administration se sont réunis environ 1 fois par mois ; mais tout à été stoppé avec le confinement du 15 mars dernier. Nous avons effectué seulement 5 réunions.*

*Puis le bureau s'est donné rendez-vous tous les mercredis soir à 18 h 00, à partir d'avril, en distanciel par "SKYPE", ce qui a représenté environ 10 heures et demi de connexion.*

*Ces réunions ont eu pour but de continuer à gérer la vie de l'association et de discuter sur l'organisation des différentes activités annexes.*



## 7/ ACHATS DE MATÉRIEL/ÉQUIPEMENT

---

*Nous avons investi en matériel de gymnastique par l'achat chez Gymnova d'une piste d'élan de 25 mètres et de 2 modules inclinés en mousse. La dépense totale a été partagée entre les 2 clubs utilisateurs : Maçon-Gym et Jeunes de Mâcon Sports,*

*Deux housses de tapis de chute ont dû être réparées (coutures craquées et poignées arrachées). Les dépenses de renforcements de ces housses par Xsell-Karébus, ont été partagées également entre Mâcon-Gym et JMS.*

*Ces dépenses ont été financées grâce à la générosité d'un sponsor (la société « Régilait »), qui nous a fait un don de 1 000 €, et que nous remercions vivement.*

*Merci de nous avoir lus ou écoutés. 😊*