

*Gym-Initiation - Gym-Découverte - Gymnastique Masculine - Cross Training - Pilates - Gym Douce*

## JEUNES DE MACON SPORTS



# Rapport d'activités Saison 2021 - 2022



*Vendredi 25 novembre 2022*



**Jeunes de Mâcon 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

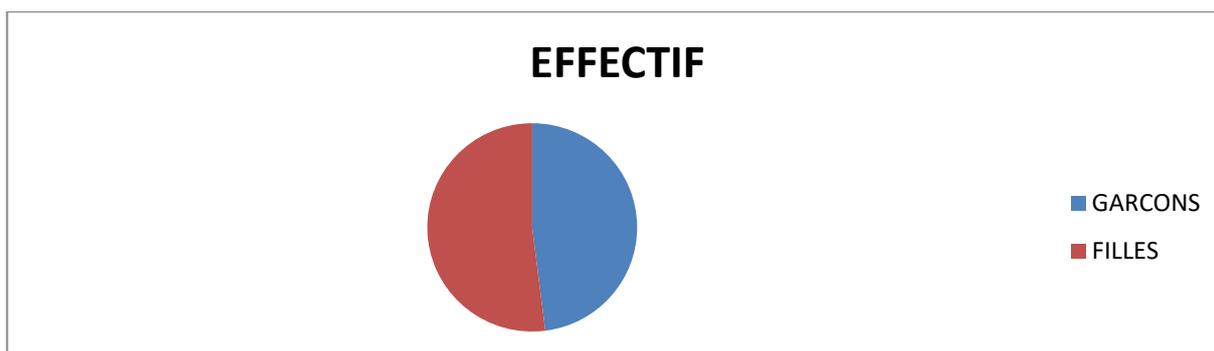
## 1/ EFFECTIF DE LA SAISON 2021/2022

ACTIVITÉS		Nombre de licenciés	
		Garçons	Filles
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE	Jeunes-Poussins (7/9 ans)	16	
	Pupilles (10/15 ans)	17	
	Adultes (16 ans et +)	6	
ÉVEIL DE L'ENFANT	2 à 4 ans	1	4
DÉCOUVERTE GYM	5 à 6 ans	2	4
		Hommes	Femmes
PILATES	adultes	3	20
CROSS-TRAINING	adultes		8 +(2*)
GYM DOUCE	adultes	3	16
		<b>48</b>	<b>52</b>

\* 2 personnes font 2 activités

Soit un sous-total de : 100 adhérents

auquel il convient d'ajouter une équipe dirigeante, des juges et des moniteurs.  
Le club enregistre un total de **112** 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 : les Jeunes-Poussins, Pupilles et Adultes ont suivi deux entraînements par semaine.

1) **Les Jeunes Poussins** (enfants nés en 2013/2014/2015) :

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

2) **Les Pupilles** (enfants nés entre 2007 et 2012) :

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

3) **Les Adultes** (gymnastes nés en 2006 et avant) :

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

Tous les cours ont été dispensés au complexe Fernand Velon, rue Boullay.

Les entraînements 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 en appui technique 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 et Gérard LIMOUSIN.

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

4) **Éveil de l'Enfant** : activité ouverte aux très jeunes enfants âgés de 3 à 4 ans.

- Les enfants avaient rendez-vous tous les mercredis de 15 h 45 à 16 h 45.

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 dans l'Espace "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 (poids, 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.*

*Les cours de Cross-training et de Pilates ont été dispensés au Complexe Sportif Fernand Velon.*

8) **Gym Douce** : Cours mixte assurés les mardis matin de 10 h 15 à 11 h 15 et les vendredis de 10 h 00 à 11 h 00.

*En effet, suite à une demande de nos adhérents, nous avons ouvert un cours supplémentaire le vendredi matin. Ainsi nous avons pu accueillir de nouveaux adhérents.*

*Ces cours sont adaptés plus spécialement aux séniors basés sur un travail de gainage, de renforcement musculaire, et de mobilité articulaire et d'équilibre.*

*Les cours de l'activité Gym Douce ont été dispensés à la Maison de « l'Œuvre de la Jeunesse ».*

*Les 3 activités sont encadrées et animées par Morgane DROIN (prestataire).*

### **3/ LA VIE DU CLUB**

---

*Pour cette nouvelle saison, nous avons retrouvé une activité presque normale, sans interruption après deux années un peu compliquées.*

*Les 4 et 5 septembre 2021, comme chaque année, c'est le rendez-vous qui rythme avec le retour à la vie courante : le forum " 1-2-3 MACON ". Cette manifestation organisée par la Ville de Mâcon a pour but de regrouper toutes les associations mâconnaises sportives, culturelles et familiales sur un même lieu. (Parc des expositions et le SPOT).*

*Dès le vendredi soir, nous étions sur place pour l'installation de notre stand.*

*Dans le cadre de cette manifestation, la Ville de Mâcon nous a donné la gestion de la grande buvette du hall A. Grosse organisation car en plus, nous avons l'organisation et la mise en place de l'apéritif pour 200 personnes le samedi midi après l'inauguration officielle par la Municipalité.*

*Nous avons pris un réel plaisir à gérer cette buvette durant tout le week-end. Grâce à une équipe de bénévoles qui répondent toujours présents, nous avons passé un moment agréable dans une bonne ambiance.*

*Le 22 Octobre 2021, nous avons organisé un apéritif dinatoire pour remercier tous les bénévoles présents durant ce week-end. Durant cette soirée, un point a été fait sur tout ce que nous avons vendu durant le week-end. Quelques photos ont agrémenté cette soirée.*

*Le 15 décembre 2021, retour de notre Père Noël surnommé « Dédé » à l'Eveil de l'Enfant et la Découverte Gym. Rendez-vous avec les petits pour la distribution de cadeaux dans la joie. Par contre, cette année, les parents n'ont pas été conviés du fait du COVID.*

*Cérémonie des vœux de Monsieur le Maire : ANNULÉE – cause COVID -*

*Après-midi récréative et vœux du Président aux adhérents : ANNULÉE – cause COVID -*

*Le 13 avril 2022, les enfants de l'Eveil de l'Enfant et de la Découverte gym se sont rendus au gymnase Fernand VELON pour 1 heure d'activité sur un certain nombre agrès. Ce qui permet aux enfants de découvrir un autre univers de travail. Ce cours a été encadré par Guillaume CHAMPAGNON, avec l'aide des monitrices.*

*Le 19 mai 2022, une réunion s'est déroulée à Fernand VELON avec des personnes des services techniques de la Ville pour nous informer des futurs travaux dans le bâtiment en vue des Jeux Olympique de 2024. Le gymnase servira de base d'accueil pour les lutteurs.*

*Le 29 mai 2022, organisation des jeux de Saône et Loire à AUTUN. Cette manifestation est une "réplique" des Jeux Olympiques au niveau de notre département. Les Jeux de Saône et Loire sont organisés tous les quatre ans. Les disciplines sportives sont ouvertes aux jeunes filles et garçons de 12 à 15 ans de tout niveau. Cette organisation est assurée par le Comité Départemental Olympique et Sportif de Saône et Loire en collaboration avec le Département de S&L et la ville d'AUTUN. Chacun s'inscrit, organise sa compétition, dans le style qui lui convient (Compétitions - jeux - démonstrations...).*

*Les clubs de gyms de Mâcon, Chalon S/Saône, Charnay les Mâcon, et Fontaines étaient présents. 3 équipes ont été composées avec les filles. Pierre et Olivier ont jugé cette petite compétition. Tout cela s'est déroulé dans une bonne ambiance. Chacun est reparti avec une jolie médaille.*

*Le mercredi 22 juin 2022, comme il est de tradition, nous avons organisé notre challenge de fin de saison baptisé "Georges Guillotin", à Fernand Velon. C'est un classement de tous les gyms, toutes catégories confondues (Jeunes-Poussins, Pupilles et adultes).*

*Cette année, nous avons convié les enfants de l'Eveil de l'Enfant et de la Découverte gym a venir participer et voir les gymnastes.*

## 4/ STAGES –FORMATION - REUNION

---

✓ **REUNION COMMISSION GYM B/F-C** – 19/09/2021 :

*Cette réunion s'est déroulée en visioconférence. Un tour d'horizon de la situation des clubs a été fait. Le constat fait apparaître une forte baisse des effectifs en raison du passe-sanitaire.*

✓ **SEMINAIRE DES COMMISSIONS TECHNIQUES REGIONALES** – 16/10/2021 :

*Olivier et Pierre se sont rendus à Besançon. Cette rencontre avait pour but de réunir tous les responsables de commissions de la mandature 2020/2024. La discussion a surtout été sur les projets 2021/2025, notamment sur la formation en gymnastique masculine.*

✓ **STAGE DE PERFECTIONNEMENT LIBRE** –07/11/2021 et 21/11/2021 :

*Ce stage s'est déroulé en deux parties à SALINS les BAINS. 12 gyms étaient présents dont 2 de Mâcon. Sur la première journée, travail sur 3 agrès et la deuxième journée les 3 autres agrès. A la fin de ces deux jours, les gyms ont souhaité faire un 3<sup>ème</sup> stage. Pourquoi pas ?*

✓ **STAGE DE FORMATION JUGES** – 11/12/2021 :

*Comme tous les ans, les juges se retrouvent en fin d'année pour une remise à niveau du jugement. Cette journée de recyclage a été animée par Olivier GANDRE. Cette année, un point particulier axé sur les nouveaux mouvements aux arçons.*

*Petite information : cette année 3 gyms adultes ont suivi ce stage, afin qu'il puisse commencer à juger lors des prochaines compétitions.*

## 5/ Récapitulatif des résultats

---

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

*Bilan des compétitions :*

**12 Mars 2022 – MAMIROLLE**

**Interclubs Bourgogne / Franche-Comté**

Classement général : 1 équipe engagée en 3<sup>ème</sup> Division : 2° / 6

**20 mars 2022 – MÂCON**

**Challenge « MATISCO »**

- Jeunes-Poussins : Eq :1 → 3° et Eq :2 → 4°  
2013 : 2° Natéo CAPUTO – 3° Nils BUISSON  
2014 : 3° Oscar DIETRIE  
2015 : 3° Souleymene BEN DOHMANA

- Pupilles : Eq: 1 → 1° et Eq: 2 → 2°  
Pous. : 1° Jessy FORESTIER  
Benj. : 1° Mohamed-Amine BELMOKTHAR  
Min. : 1° Ugo COMBIER

- Adultes : Eq: 1 → 1°  
Ind. : 1° Dorian GRANGER

**26 Mars 2022 – THISE** Régional Etoiles

- Jeunes-Poussins : 5 gyms ont obtenu leur 2<sup>ème</sup> Etoile
- Pupilles : 6 gyms ont obtenu leur 3<sup>ème</sup> Etoile  
1 gym a obtenu sa 4<sup>ème</sup> Etoile  
1 gym a obtenu sa 5<sup>ème</sup> Etoile
- Adultes : 2 gyms ont obtenu leur 3<sup>ème</sup> Etoile

**8 mai 2022 – Salins les Bains** Régional Individuels

Minime 2 : 1° Ugo COMBIER  
Junior 2 : 1° Dorian GRANGER

**15 Mai 2022 – Bourgoin Jallieu** Régional Equipe Dauphiné-Savoie-Vivaraïs

Catégorie Jeunes-Poussins : 2<sup>ème</sup> par équipe

**20-21 mai 2022 – La Motte Servolex** Championnat National Individuels

Junior 2 : 2° Dorian GRANGER (Vice-champion de France FSCF)

**28 mai 2022 – Thise** Régional par équipes B/F-C

Pupilles : Catégorie F3 → 1<sup>er</sup> / 5 équipes  
Adultes : Catégorie F3 → 2<sup>ème</sup> / 2 équipes

**4-5 juin 2022 – St Amand les Eaux** Championnat National par équipes

Pupilles: Catégorie Fédéral 3 → 10<sup>ème</sup> / 26 équipes

**19 juin 2021 – NUITS S/GEORGES** Critérium Pupilles – Interdépartemental Jeunes-Poussins

- Pupilles :  
Benj. : 1° Mohamed-Amine BELMOKTHAR – 3° Alexandre BULLIAT  
Min : 1° Ugo COMBIER – 2° Axel DENIAU

- Jeunes-Poussins :  
2013 : 2° Natéo CAPUTO - 4° Nils BUISSON  
2014 : 2° Oscar DITRIE  
2015 : 2° Soulymene BEN-DOHMANA

- Adultes : 1° Dorian GRANGER

**22 Juin 2021 – MÂCON** Challenge « GUILLOTIN »

Cl. général : 1° Ugo COMBIER – 2° Mohamed-Amine BOUCHAIB – 3° Soulymene BEN-DOHMANA

## Conclusion :

Après deux années sans manifestation, les gyms étaient contents de retrouver les plateaux de compétitions.

Nos équipes "Jeunes-Poussins" ont participé à toutes les compétitions. Nous avons même participé au championnat par équipes chez nos amis et voisins de la région Dauphiné-Savoie-Vivarais.

Nos Pupilles eux aussi ont fait une belle saison. Une première place au régional par équipes Bourgogne/Franche-Comté. Participation au national par équipes avec une dixième place au classement général.

En individuels, un titre de champion régional FSCF en catégorie "Minime 2" pour Ugo COMBIER, et un titre de vice-champion de France FSCF en catégorie « junior 2 » pour Dorian GRANGER,

Et comme chaque fin de saison, nous avons clôturé par notre compétition interne, le challenge « Georges Guillotin ». Pour la deuxième année consécutive, c'est Ugo COMBIER a remporté la coupe.

Quelques photos souvenir :



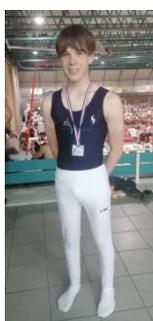
Challenge "Etoiles"



"MATISCO"



"Interclubs"



National. Ind



Régional Individuel



Régional par équipe



National par équipe

## 6/ CONSEIL D'ADMINISTRATION

*Les membres du Conseil d'Administration ont repris le rythme d'une réunion par mois, soit 9 au total sur la période de septembre 2021 à juin 2022.*

*Durant cette saison, nous avons dû délocaliser la réunion du mois de Janvier chez Agnès.*

*En effet, l'Œuvre de la Jeunesse ayant baissée fortement le chauffage des locaux, il faisait trop froid dans le bureau pour tenir la réunion. Merci à Agnès.*

## 7/ MATÉRIEL/ÉQUIPEMENT

*Cette année, nous avons fait l'acquisition de matériel pour la gym adultes, notamment pour le Cross-training. Cet investissement a permis d'être réalisé grâce à une dotation que nous avons reçu de la société « REGILAIT ». Encore merci pour leur aide.*

*Et pour clôturer ce compte rendu d'activités, je voulais vous informer que le club a renouvelé le Label Enfance. Il est délivré par notre fédération, la F.S.C.F. pour 4 ans. C'est un gage de qualité et de sécurité envers les enfants. Cela permet de mettre en évidence les activités pour les petits.*



*Bonne soirée et merci de m'avoir écouté. 😊*