

MOUVEMENTS

LA GAZETTE DES ADHÉRENTS DU CRAN G.D.D. N° 13— MAI 2006

COUPE DEPARTEMENTALE

C'est une compétition qui réunit les 24 clubs du Rhône soit 775 gymnastes. Lors de cette compétition il y a un classement individuel et par équipe. 57 gymnastes ont représenté le CRAN: 6 poussines, 37 jeunesses et 14 aînées.

Cette compétition s'est déroulée sur deux week-end : les 24 et 25 mars et les 8 et 9 avril.

Le CRAN concourt comme cinq autres clubs du Rhône dans la catégorie Excellence, la plus forte de la compétition.

Lors du palmarès 10 gymnastes du club ont été récompensées.: 2 poussines (Manon B et Joanna H), 4 jeunesses (Julie R, Fiona B, Manon L, Céline A) et 4 aînées (Suzanne H, Elodie P, Anaëlle R, Caroline F).

Par ailleurs, le classement par équipe est tout aussi remarquable: les poussines finissent 2ème, les jeunesses 2ème, les aînées 1ère et au classement général le CRAN est donc 2ème et gagne une place par rapport à l'an passé.

Ces résultats sont donc tout à fait satisfaisants. On espère que cela se confirmera lors du concours départemental poussins (le 14 mai) et le concours départemental jeunesses, et aînées (les 3 et 4 juin).

Magali D

IMPRESSION D'UNE SPECTATRICE

SUPER COMPETITION

La coupe départementale, première compétition en imposés, s'est déroulée merveilleusement.

Le samedi je n'ai pas eu l'occasion de voir les poussines, mais j'ai vu les aînées qui ont assuré magnifiquement, pas une chute en poutre, tout était sous contrôle, le silence absolu... Le dimanche matin c'était au tour des jeunesses de concourir, et là oh surprise! Enfin de l'ambiance, de la solidarité, une équipe où les filles se soutenaient ; s'encourageaient! Cela m'a fait chaud au cœur, enfin de la chaleur, enfin de la solidarité, Mesdemoiselles les jeunesses, même si vous n'êtes pas arrivées premières, je vous décerne la médaille d'or de la solidarité, merci à toutes et à vos entraîneurs qui vous tiennent dans cet état d'esprit. Surtout ne changez pas!!!

Une spectatrice

GYM DÉTENTE DE BONS MOMENTS...

Quand arrive le moment de notre cours, le vestiaire se remplit peu à peu des arrivantes qui se saluent, s'embrassent, échangent des nouvelles de leur santé, de la semaine écoulée, tout en revêtant la tenue adéquate pour notre activité.

Bientôt, les participantes du cours précédent ne tardent pas à se mêler à notre groupe ce qui a pour effet de transformer le lieu en ruche bourdonnante.

Puis, suivant le principe connu des vases communiquant, c'est à notre tour de pénétrer dans la salle de gym. Encore quelques papotages, et Sylvie nous invite à former un cercle, mais pas dans n'importe quelle posture: « pieds parallèles, largeur bassin, genoux déverrouillés, épaules basses, crâne dans le plafond. »

Et c'est parti pour une heure d'exercices dans la bonne volonté et la bonne humeur. Au milieu de nos efforts pour placer un dos plat, garder l'équilibre sans vaciller, coordonner mouvements de bras et jambes, il n'est pas rare qu'une plaisanterie fuse, déclenchant les rires et une déconcentration autant salutaire que passagère.

Bref, c'est une heure où l'agréable se joint à l'utile. Que demander de plus? Ah oui! J'allais oublier la phrase favorite de notre monitrice: « Serrez le périnée. »

Christiane C

LE JUGEMENT EN GYM

Toute compétition en gymnastique féminine demande la participation de juges.

Nous recherchons des volontaires qui aimeraient se former. Nous sommes une équipe prête à vous encadrer, et il est possible de juger même si on n'a jamais fait de gymnastique.

On commence sur un ou deux agrès seulement et le jugement ne se fait jamais seul.

N'hésitez pas à venir nous rejoindre.

Nous en profitons pour transmettre tous nos vœux de rétablissement à Josette, juge depuis longtemps au CRAN qui rencontre quelques problèmes de santé. Nous lui communiquons toute notre force pour l'aider dans son combat.

Marie-Christine D

INTERVIEW DE MÉDAILLÉES PAR AUREL

Julie RODE 4^{ème} en 3^{ème} degré

Manon LEVY 3^{ème} en 5^{ème} degré

Fiona BERTRAND 3^{ème} en 3^{ème} degré

Dors-tu bien avant la compétition ?

J.R : Oui sinon le jour de la compétition je suis super fatiguée !

M.L : Je mets longtemps à m'endormir mais je dors bien.

F.B : Oui, normal

Etais-tu stressée avant la compétition ? Si oui quels sont les effets de ce stress ?

J.R : Oui, juste avant le sol, j'avais peur de ne pas réussir.

M.L : Oui, je tremble comme une feuille !

F.B : Non

As-tu apprécié l'ambiance durant la compétition ?

J.R : Oui, des copines m'encourageaient.

M.L : Oui, tout le monde se soutenait : c'était sympa.

F.B : Non, il n'y avait pas d'ambiance.

Que penses-tu des juges ?

J.R : Cela m'indiffère.

M.L : Certains font peur et d'autres notent « dur ».

F.B : Ils sont bien mais ils jugent dur.

Une fois la compétition terminée qu'as-tu ressenti ?

J.R : Le soulagement d'avoir fini et la fierté d'avoir réussi mes mouvements !!!

M.L : J'étais contente de moi, quoique un peu déçue par le sol, mais j'ai fait une bonne compétition.

F.B : Que j'avais bien réussi et c'est vrai.

Etais-tu contente de ce que tu as fais ?

J.R : Oui, j'ai bien réussi.

M.L : Oui, très !

F.B : Oui, beaucoup car mon groupe est plus fort que moi.

T'attendais-tu à avoir une médaille ?

J.R : Un peu mais je ne m'attendais pas à être à la 4^{ème} place.

M.L : Oui, mais pas avant la compétition.

F.B : Oui je pense.

Quel effet ça fait quand on entend son nom au micro, pendant le palmarès ?

J.R : Ca fait bizarre, mais on est toute contente de pouvoir se lever et aller sur le podium.

M.L : Ben c'est cool, ça fait sourire quand même.

F.B : Ca m'a fait peur, il y avait beaucoup de monde au palmarès.

Est-ce que c'était ta première médaille en compétition ?

J.R : Oui !

M.L : Oui

F.B : Oui c'était la première fois.

Qu'est-ce qui t'a le plus marqué pendant cette journée ?

J.R : Ma rondade flip jambes tendues !!!

M.L : Ma poutre !

F.B : Le palmarès.

Autres commentaires...

J.R : ...

M.L : Je trouve que tout le monde en général a fait une bonne compétition et l'ambiance du club est GENIALE !!!

F.B : ...



SECTION DANSE

L'année 2005 – 2006 s'est bien passée dans une bonne ambiance de travail et se termine par un spectacle à l'Atrium. Le vendredi 23 Juin 2006 à 20h30.

Nous espérons que vous serez nombreux à venir admirer les élèves.
Nathalie et Agnès

TEQUILA RAPIDO

Et oui, c'est avec beaucoup de plaisir que je fus conviée fin mars à un petit restau mexicain avec quelques monitrices de la gym fille. Bien sûr nous avons plein de choses à nous raconter, enfin surtout moi, depuis le temps que je n'avais pas pris le temps de prendre des nouvelles de vous toutes ! D'ailleurs pour arriver à bavarder avec chacune, nous avons même du changer de place au cours du repas (n'est-ce pas Aurélia et Mél ?).

Mais bon les bavardages cela ne fait pas tout, on s'est aussi régalingées : petit apéro avec guacamole, fajitas, desserts... et pour couronner le tout on en a profité pour arroser l'anniversaire de Magali. Dans une telle ambiance, celles qui boivent de l'alcool (que je ne dénoncerai pas ici car nous avons de jeunes lecteurs...) ne pouvaient pas échapper à une « tequila rapido ».

Pour celles qui ne connaîtraient pas, il s'agit d'attraper son verre avec la bouche, avec un sombrero sur la tête (cela fait plus « local »), les deux mains derrière le dos, et de renverser la tête pour boire « cul sec », sans faire tomber le verre, sans s'étrangler, sans baver, sans rigoler...

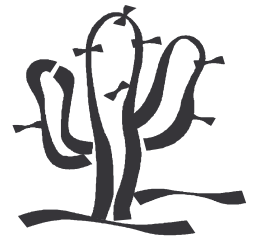
Avec Nath et Caro, les sobres de l'équipe, je pensais échapper à cette épreuve et je m'amusais même bien à regarder les autres passer à tour de rôle. Lorsque la serveuse s'approcha de moi et me dit : « à vous ! ».

Elle nous avait préparé des boissons sans alcool (la finaude !).

Et bien facile ! Après tant d'années d'entraînement de gym, de prise de risque maîtrisée, de contrôle de soi... ce n'est pas une petite « tequila rapido » qui allait nous arrêter.

Bravo les filles nous avons, une fois de plus, été à la hauteur du challenge. Pas de médailles, pas de coupes mais plein d'amitié, de rires, une super soirée quoi. C'est quand vous voulez qu'on remet ça (une soirée je veux dire, pas une tequila ! quoique...)

Françoise H



AVIS AUX APPRENTIS JOURNALISTES

Une date, une info, une interview, un portrait, des projets, des résultats, une photo, un dessin, la phrase favorite de votre monitrice... ?

Cette gazette c'est la vôtre, c'est la nôtre, alors n'hésitez pas à transmettre vos articles pour le n°14 au responsable de votre groupe ou à Magali à l'adresse suivante :
magali.desseignet@wanadoo.fr

Pour garder le contact :

Rendez-vous sur le nouveau site de la GDD mis à jour régulièrement !

<http://www.lecran.gdd.free.fr>

Mail:lecran.gdd@free.fr

