

ARCHIVE NEWS. Pontarlier GYM Septembre à décembre 2015

Voeux ... Mise à jour 04/01/16



Encore de nouvelles juges à Pontarlier Gym ... Mise à jour 23/12/15

Bravo à nos 5 nouvelles juges Gaf niveau 2... Lola, Louise, Adeline, Chloé et Marine ont brillamment réussi leur examen aujourd'hui, Louise et Lola s'octroyant même les 2e et 3e place. Félicitations !



Patinoire du marché de Noël. Mise à jour 17/12/15

Un grand merci à nos bénévoles présents à la patinoire du marché de Noël ce we du 12-13 décembre : aux caisses, à la location, distribution des patins, à la surveillance sur la glace, aux entrées ... Sans oublier les absents de la photo : Natjis, Thierry D et Nadine...

Organisée par l'OMS, cette permanence permet aux clubs sportifs pontissaliens de profiter d'une partie des bénéfices !



Coupes nationales et championnat de France Intercomité.

Mise à jour 17/11/15

3 pontissaliens étaient en compétition à Pont de Cé les 12 et 13 décembre pour la première grande échéance compétitive.

Naïm DELACOUR et Robin GUYOT ont participé, aux côtés d'un belfortin et d'un bisontin, au championnat de France Intercomité. Cette équipe franc-comtoise masculine termine à la 11^e place, dans un concours à la concurrence de plus en plus élevée ! Une belle satisfaction pour ces deux jeunes gymnastes en horaires aménagées, encore en préparation pour la saison compétitive qui débutera en janvier.

Louis MICHELOT concourrait lui pour les Coupes Nationales Espoir, la première finale nationale individuelle de la filière Haut Niveau. Malgré quelques pépins physiques ayant gêné sa préparation, le mental a pris le dessus et il termine à une belle 12^e place en catégorie Espoir et reste tout de même dans le Top 5 de son année d'âge. De bonne augure pour la suite, ce travailleur passionné ayant augmenté ses notes de difficulté sur plusieurs agrès.

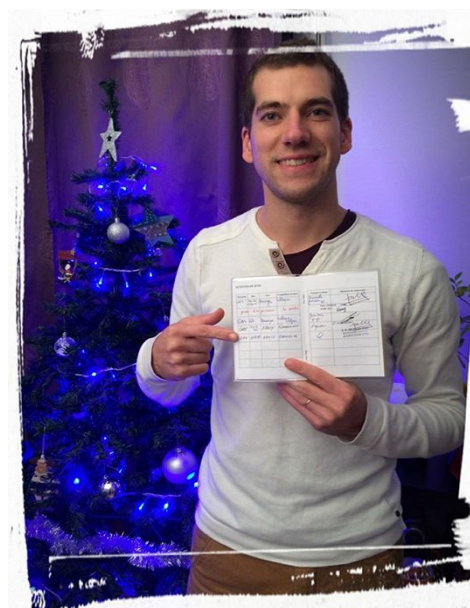
Bravo à ces 3 futurs champions que l'on retrouvera sur les plateaux dès janvier pour les premières compétitions individuelles ou équipes !



Photographies : Gym La SAINT Claude et Stéphanie Michelot.

Et de 4 nouveaux juge 4 pour le club ! Mise à jour 06/12/15

Bravo à Manon, Léa et Jordane qui ont obtenu aujourd'hui leur examen de juge Gaf niveau 4, le plus haut grade au niveau national ! Chez les masculins, c'est Mathieu qui a également obtenu son juge N4 ! Un belle moisson pour le club et un beau cadeau de Noël avant l'heure pour nos jeunes juges ...
Félicitations !!



Championnat de France Intercomités et Coupes Nationales. Mise à jour

29/11/15

2 pontissaliens dans l'équipe GAM régionale !

Bravo à Naïm DELACOUR et Robin GUYOT qui intègrent l'équipe franc comtoise pour les championnats de France Intercomités qui se dérouleront au Pont de Cé du 11 au 13 décembre.

Nos deux pontissaliens évolueront avec deux autres franc comtois dans ce championnat par équipes régionales : début de la compétition le samedi 12 décembre à 14h.

Louis Michelot en espoir !

Notre pensionnaire du pôle France de Lyon sera également du voyage puisqu'il participe au Coupes Nationales dans la catégories Espoir. Louis Michelot sera en lice le dimanche 13 décembre à partir de 9h45 pour cette compétition individuelle élite lors de laquelle il monta sur la 2ème marche du podium, à Metz en 2012.

GAMBA à tous !

Calendrier des compétitions. Mise à jour 28/11/25

Le calendrier des compétitions a été mise à jour dans l'onglet correspondant.

Après les changements de programmes compétitifs l'an passé, ce sont les catégories cette année qui connaissent de nombreux bouleversements. Petit guide pour tout comprendre ... ou presque !

Les gymnastes ont la possibilité d'être engagés dans des filières à niveau différents :

- les filières à finalité nationale avec possibilité de qualification jusqu'aux championnats de France, via les zones A (National et Trophée Fédéral)
- les filières à finalité zone avec possibilité de qualification jusqu'en finale de zone B (Trophée interrégional)

Chez les garçons ...

Les meilleurs gymnastes évolueront en National (finalité France), avec un classement par année d'âge. (Sur les imposés 1 à 6 de 10 à 13 ans, sur le Libre FFG en 14 et 15 ans et sur le code FIG de 16 à 22 ans et plus).

Dans la filière Trophée Fédéral, également à finalité France, les gymnastes seront classés par groupement d'année d'âge et sur des programmes moins élevés (Imposés 1 à 4 pour les 10-11 ans et les 12-13 ans, Imposés 1 à 6 pour les 14-15 ans et Libre FFG pour les 18 ans et plus et les optionnels). Les gymnastes n'ayant pas obtenu leur qualification pour le championnat de zone A suite aux régionaux, pourront rejoindre la finale de zone B (sans possibilité de qualification aux France).

Enfin, les plus jeunes (2007-2008-2009) matcheront sur un programme Coupe Formation avec possibilité de qualification pour la finale de zone B pour les meilleurs jeunes gymnastes.

Même configuration en équipe : en National, les équipes 10-11 ans, 10-13 ans, 10-15 ans matcheront sur les imposés 1 à 6, les nationaux 12 ans et plus, sur le programme Code FIG. En

Trophée fédéral (avec possibilité d'accéder aux Francs via la zone A ou d'être qualifié en finale de zone B), les 10-13 ans et 10-15 ans évolueront sur les imposés 1 à 4 et les 12 ans et plus sur le libre FFG.

Chez les filles ...

On retrouve également le programme National A (finalité France) avec classement par année d'âge (Libre FFG pour les gymnastes de 10 à 12 ans et code FIG de 13 ans à 21 ans et plus) et le programme National B (finalité France, Libre FFG pour les gymnastes de 13 ans à 21 ans et plus).

La filière Trophée Fédéral permettra également aux gymnastes d'accéder aux championnats de France via les zones A ou d'aller en zone B si la qualification pour les zones A n'est pas obtenue. Le classement se fera par groupement d'année d'âge (12-13 ans, 14-15 ans, 16 ans et plus). Le programme compétitif est le même qu'en national (Libre FFG) mais les difficultés sont limitées aux éléments à 1,2.

En Trophée Interrégional (à finalité zone B), les difficultés seront plafonnées à 0.8 dans les différents classements par années d'âge (10 ans, 11 ans, 12-13 ans, 14-15 ans, 16 ans et plus). Les gymnastes qui, à l'issue du championnat départemental, ne seraient pas qualifiés pour les régionaux, auront la possibilité de matcher au FC Gym (championnat à finalité régionale)

Les plus jeunes (2007-2008-2009) pourront matcher en finalité départementale (Poussinades) ou régionale (Circuits éducatifs pour les 7 et 8 ans et Libre FFG pour les 9 ans). Les meilleures 9 ans auront la possibilité de se qualifier pour la finale de zone B.

Même configuration en équipe : les DN (12 ans et plus sur le code FIG), les Nationales 10-11 ans, 10-13 ans et les 10 ans et plus (Libre FFG), ainsi que les Trophées Fédérales (12 ans et plus) pourront accéder aux Francs, via une qualification en zone A. Les Trophées fédérales non qualifiées pour les zones A rejoindront les zones B comme en individuel. Elles retrouveront d'ailleurs les Trophées interrégionales (10-11 ans, 10-13 ans, 12-15 ans et 14 ans et plus).

Quelque soit leur catégorie et leur niveau, nos gymnastes pontissaliens donneront le meilleur d'eux même pour accéder aux podiums et aux qualifications ! Rendez vous aux compétitions !

Louis et Tiago en test national

Mise à jour 21/10/15

Les 17 et 18 octobre, direction Montceau les Mines pour notre entraîneur masculin Laurent Mordelet et deux gymnastes du club.

Chaque année, la fédération organise des rassemblements nationaux pour détecter et suivre les meilleurs jeunes gymnastes de l'hexagone. Deux jours de tests techniques et physiques étaient donc au programme de ce we pour **Louis Michelot**, 13 ans, pensionnaire du pôle France de Lyon depuis 2 ans et déjà et **Tiago Barbosa**, 10 ans, jeune gymnaste du club, champion régional et 14e des championnats de France l'an passé.

Pour ce dernier, ce rassemblement national constituait une grande première et il s'en est plutôt bien sorti, d'après les dires de son entraîneur, Laurent Mordelet. 8e des tests techniques et 12e des tests physiques dans son année d'âge, juste derrière les gymnastes des grands clubs, Tiago

a prouvé qu'il faudra compter sur lui dans les années à venir.

Pour Louis, déjà présent parmi l'élite (vice champion de France Espor la saison dernière), ce week-end de test était l'occasion de reprendre en douceur après quelques petites blessures qui ont gêné le début de sa préparation.

A cette occasion, avec deux gymnastes présents dans le collectif, le club de Pontarlier Gym a montré qu'il comptait parmi la trentaine de "clubs formateurs haut niveau" français du côté masculin.

Bravo à ces jeunes gymnastes masculins et leurs camarades d'entraînements qui nous promettent encore cette année d'excellents résultats !



Tiago, Louis et Laurent. Photo : Sylvia BARBOSA.

Les filles en formation juges... Mise à jour 11/10/15

Louise, Chloé, Marine, Lola et Adeline étaient aujourd'hui en formation juge GAF à Besançon pour pouvoir passer le niveau 2. Encore 3 dimanches de formation avant de passer l'examen juste avant Noël.

Bon courage et bon travail à elles !



Portes Ouvertes, une grande réussite ! Mise à jour 11/10/15

Beaucoup de petits et de grands pour ces portes ouvertes ! Merci aux nombreux bénévoles présents pour faire essayer la gym !



Place aux inscriptions ... Mise à jour 05/09/15

La rentrée passée, il faut penser à une activité sportive pour vous ou votre enfant ! N'hésitez pas à nous rejoindre !

Depuis le 1er septembre, les inscriptions ont lieu aux heures d'entrainements (à partir de 16h30 et le mercredi toute la journée)

Les portes-ouvertes du club ont lieu aujourd'hui samedi 5 septembre de 14h à 19h. (initiation, parcours babygym, école de gym, trampoline, essai de zumba, démonstrations, inscriptions, renseignements)

Téléchargez et remplissez dès à présent votre **fiche d'inscription** pour gagner du temps :

[feuille-renseignements-2015-2016.pdf](#)

N'hésitez pas à naviguer sur notre site pour découvrir [toutes nos activités](#), ainsi que [les horaires et tarifs](#)

Bonne reprise à tous !

Reprise pour nos compétiteurs • Mise à jour 26/08/15

Après une semaine de musculation, souplesse et bases techniques aux agrès dès le 17 août, nos compétiteurs sont partis lundi 24 août en stage multiactivités à Métabief (Espace Mont d'Or), encadrés par Laurent, Adeline et Jordane.

Au programme : gymnastique le matin au gymnase, après midi sportifs (paddle, canyoning, kayak, saut à ski, escalade), grands jeux et veillées (Fort Boyard, défilé de mode ...)

Vous pouvez suivre leurs aventures sur notre page facebook, avec [l'album photo du stage](#) !

Revivez la première semaine de préparation physique en vidéo :

https://www.youtube.com/watch?v=8huM7Q50_qw&feature=youtu.be

<https://www.youtube.com/watch?v=sIsVZR4dx0A&feature=youtu.be>

https://www.youtube.com/watch?v=Dk_ybl7lWfM

Bientôt la rentrée ... place aux inscriptions ... Mise à jour 17/08/15

A partir de ce lundi 24 août, vous pouvez venir vous renseigner ou vous inscrire au gymnase Laferrière, le matin ou l'après midi.

A partir du 1er septembre, les inscriptions auront lieu aux heures d'entrainements (à partir de 16h30 et le mercredi toute la journée)

Les portes-ouvertes du club auront lieu le **samedi 5 septembre de 14h à 19h.** (initiation,

parcours babygym, école de gym, trampoline, essai de zumba, démonstrations, inscriptions, renseignements)

Téléchargez et remplissez dès à présent votre **fiche d'inscription** pour gagner du temps :

[feuille-renseignements-2015-2016.pdf](#)

N'hésitez pas à naviguer sur notre site pour découvrir [toutes nos activités](#), ainsi que [les horaires et tarifs](#)

Bonne reprise à tous !