

Newsletter Avril 2024 #30

Mot de Laurence QUENEUILLE



Une petite présentation car vous ne me connaissez peut être pas tous. Je suis dans le monde associatif gymnique depuis 1998 auprès du Club d'Abbeville : membre de 1998 à 2001, puis Trésorière de 2001 à 2010 et Présidente du club depuis octobre 2010. Je suis fière d'être dirigeante de ce club, qui ne cesse de grandir et qui bénéficie, après de longues années de travail et de négociation, d'une salle spécialisée depuis septembre 2020.

Je suis entrée au Comité Régional en septembre 2021 en tant que membre et depuis le début de cette année j'ai la charge de la réservation des hébergements nécessaires pour le STAFF (directeur et délégué de compétition, responsable juges, juges convoqués et salariées) lors des compétitions interdépartementales et régionales.

Cette mission démarre et demande encore quelques ajustements ! Je ne vous connais pas encore tous, je ne connais pas tous les lieux de compétition et ses environs...mais avec l'implication et la compréhension de chacun, cette mission sera plus fluide la saison prochaine.

Bonne fin de saison sportive à tous.

Laurence QUENEUILLE
Membre du Comité Directeur

TOP 12

Le 30 mars dernier, l'équipe du club de La Madeleine disputait un match de relégation dans le TOP12 à Boulazac.

La Madeleine remporte le match 38-34. Grâce à cette victoire, l'équipe de La Madeleine restera dans le TOP12 pour la saison 2024-2025.

Félicitations à eux !



Chez les filles, le club d'Hénin Gym remporte, à domicile, le match face à Dunkerque Gym (30-18). Il s'agissait d'un match de relégation donc le club d'Hénin se maintient dans le Top 12 et celui de Dunkerque descendra en Nationale 1 la saison prochaine.





AGENDA



COMPETITIONS

- 6 et 7 avril : TRAMPO** => Finale régionale fédérale => **Arques**
- 6 et 7 avril : GR** => Compétitions interdépartementales ensembles TF A, duos féd A et programme régionaux 02/60/80 et 59/62 => **Lille**
- 6 et 7 avril : GAM/GAF** => Compétition régionale individuelle => **Arques**
- 13 et 14 avril : GAM** => Compétitions régionale fédérale A, B et filière régionale => **Hirson**
- 13 et 14 avril : GAF** => Orientation régionale fédérale A => **La Madeleine**
- 13 et 14 avril : GR** => Compétition régionale ensembles TF B, C et programmes nationaux => **Valenciennes**
- 14 avril : GR** => CF4 => **Valenciennes**
- 20 et 21 avril : GAF** => Compétition régionale équipes nationales => **Dunkerque**
- 20 et 21 avril : GAM** => Compétition régionale équipes Performances et régionales => **La Madeleine**
- 20 et 21 avril : GAc** => Compétition inter régionale => **Grande-Synthe**
- 20 et 21 avril : TUMBLING** => Compétition inter régionale => **Fourmies**
- 21 avril : TeamGym** => Compétition régionale => **Arques**

REGROUPEMENT

- 7 avril 2024 : Baby Gym** => Rencontre régionale Baby Gym => **St Laurent-Blangy => ANNULEE**

GR - Hélène KARBANOV

MATCH AMICAL ITALIE/FRANCE

La samedi 9 mars, l'équipe de France de gymnastique rythmique a participé à un match amical contre l'Italie à Desio.

Helene KARBANOV (Calais GR) termine 2ème des individuelles.

Elle obtient de superbes notes : 33,900 au cerceau - 31,300 au ballon - 31,850 aux massues - 32,400 au ruban.



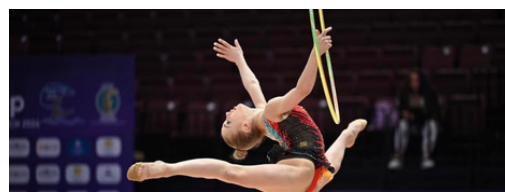
ÉTAPE COUPE DU MONDE

Du 22 au 24 mars, l'équipe de France de gymnastique rythmique a participé à l'étape de coupe du monde d'Athènes en Grèce.

Hélène KARBANOV (Calais GR) était engagée en individuelle.

Elle obtient : 31,850 au cerceau - 31,650 au ballon - 29.650 aux massues - 30.100 au ruban

Elle se classe 10ème du Concours général, 7ème de la finale Ballon et 6ème de la finale Ruban.



GR - GRAND PRIX DE THIAIS

Hélène KARBANOV (Calais GR) a participé au grand prix de Thiais les 30 et 31 mars 2024.

Hélène remporte l'argent au général et le bronze au cerceau et aux massues.

Elle termine également 5e au ballon et 7e au ruban !



AERO - ÉTAPE COUPE DU MONDE

Du 18 au 25 mars les gymnastes juniors et séniors de l'équipe de France se sont rendus à l'étape de coupe de monde de Cantanhede (POR). Trois gymnastes des Hauts-de-France y ont participé :

SENIOR :

- **Maëlys LENCLOS (AMGA)**
 - Solo => 5ème de la finale
 - Trio => 2ème de la finale
 - Groupe => 3ème de la finale

JUNIORS :

- **Maya SAEZ (AMGA)**
 - Solo => 26ème des qualifications
 - Groupe => 1er de la finale
- **Inès THULLIEZ (AMGA)**
 - Solo => 6ème de la finale
 - Trio => 6ème de la finale
 - Groupe => 1er de la finale



GAM - ENBW DTB POKAL TEAM CHALLENGE



Du 15 au 17 mars, l'équipe de France de gymnastique artistique masculine participait à la EnBW DTB Pokal Team Challenge à Stuttgart en Allemagne.

Julien MARECHAL (La Madeleine) était présent.

L'équipe de France termine 9ème et Julien se classe 4ème lors de la finale des barres parallèles en réalisant un très bon mouvement.

GAM - INTERNATIONAL JUNIOR TEAM CUP

Du 22 au 23 mars, quatre gymnastes de l'équipe de France junior de gymnastique artistique masculine ont participé à l'Internationale Junior Team Cup à Berlin en Allemagne.

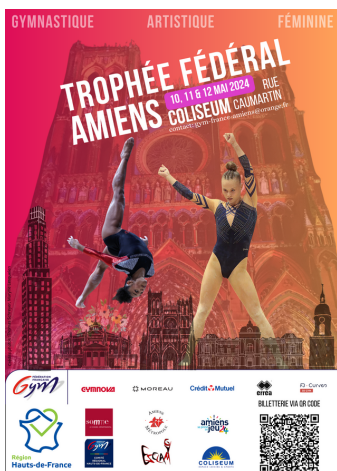
Enaé FOUCHARD (La Madeleine) faisait partie de ces 4 gymnastes.

L'équipe de France termine à la 9ème place.

Au concours général, Enaé se classe 28ème.



GAF - FINALE NATIONALE TROPHÉE FEDERALE A



Du 10 au 12 mai, le comité régional des Hauts-de-France, en collaboration avec le club de l'ESCLAM (80) organisera la finale nationale trophée fédérale A GAF à AMIENS.

La liste des équipes qualifiées de la région Hauts-de-France sera mise en ligne après le 14 avril (date de la compétition d'orientation).

Vous pouvez dès à présent réserver vos places sur notre billetterie en ligne soit sur **le lien** ou le **QR Code** :



[Billetterie en ligne](#)

PARKOUR - RESULTATS ETAPE 3 - NOGENT/OISE

Les 16 et 17 mars a eu lieu l'étape 3 du circuit national PARKOUR à Nogent/Oise (60).
Voici les gymnastes qui y ont participé avec leurs résultats :

PKF => Parkour Freestyle

PKF 18 ans et + Homme - PERFORMANCE

- Brian TRIBOUILLARD (Nogent) => 5ème
- Sébastien THERY (Harnes) => 26ème

PKF 12/14 ans Homme - FEDERAL

- Armand PERRIN (Nogent) => 2ème
- Timoté MAJCHROWICZ (Harnes) => 6ème
- Oscar DELETANG (Nogent) => 9ème

PKF 15/17 ans Homme - FEDERAL

- Alban VERHAEGHE (Nogent) => 7ème
- Léo ATTAGNANT (Harnes) => 27ème
- Théo DARRAS (Harnes) => 31ème
- Téo DEBARGE (Harnes) => 34ème
- Nicolas BROUSSARD (Nogent) => 38ème

PKF 18 ans et + Homme - FEDERAL

- Thibaut JORION (Harnes) => 3ème
- Mathéo PERSYN (Harnes) => 10ème
- Baptiste TERRIER (Harnes) => 12ème

PKS => Parkour Speed

PKS 12/14 ans Homme - PERFORMANCE

- Aaron SIVALINGAM (Nogent) => 4ème
- Hugo CREQUIT (Nogent) => 5ème

PKS 15/17 ans Homme - PERFORMANCE

- Milàn HALLIG VIGNOLA (Nogent) => 7ème

PKS 15/17 ans Femme - FEDERAL

- Lisa DELCLUZE (Harnes) => 3ème

PKS 18 ans et + Homme - FEDERAL

- Baptiste TERRIER (Harnes) => 11ème
- Thibaut JORION (Harnes) => 16ème

PKS 18 ans et + Homme - PERFORMANCE

- Adrien BARBU (Chantilly) => 13ème

LOISIGYM - RENCONTRE REGIONALE ACCESS GYM

Rencontre Régionale

ARQUES
8 mai 2024
Access Gym

TRAMPO
GAM
GAC
AERO
GR
TUMBLING

Complexe Gymnique
78 av. Pierre Mendès France
62510 ARQUES

Accueil à partir de 9h30

GRATUIT pour les participants

Petite restauration sur place

Contact :
fanny.lefort@wanadoo.fr



COMITÉ
RÉGIONAL
HAUTS-DE-FRANCE

Lors de cette journée, voici les différentes disciplines ainsi que les couleurs qui seront proposées sous réserve d'inscriptions :

- GAF => orange vert bleu rouge
- GAM => blanc jaune orange
- GAC => blanc jaune orange vert bleu rouge
- AERO => blanc jaune
- GR => blanc jaune orange
- Trampo => blanc jaune orange vert
- Tumbling => nouveau programme régional

Tous les participants auront une récompense.

Les inscriptions sont à faire sur un Excel que vous trouverez sur notre site internet et sont à retourner à fanny LIENARD (responsable régionale ACCESS) par mail avant le **24 avril 2024** à fanny.lefort@wanadoo.fr

<https://hauts-de-france.ffgym.fr/NOS-DISCIPLINES/LoisiGym/Rencontre-ACCESS-Gym>

GYM+ - NATHALIE CHIARELLI

Je suis arrivée au comité régional en 2019, diplômée Coach Gym+ depuis 2020, formatrice Gym+ depuis 2023 et chef de projet Gym+ depuis peu pour les Hauts-de-France.

Mon rôle au sein du comité est de développer cette activité qui est assez récente en formant de nouveaux coachs mais avant tout en travaillant en parallèle avec les animateurs et les entraîneurs afin de préserver au mieux l'intégrité physique des gymnastes. L'activité Gym+ n'est pas réservée aux seniors !

Elle se décline en 3 axes :

1. **Form+** si vous souhaitez améliorer votre condition physique et adopter les bons gestes au quotidien que vous soyez débutant ou expert.
2. **Lomba+** si vous avez des problèmes de dos et que vous souhaitez une pratique spécifiquement adaptée à la lombalgie.
3. **Ordo+** si vous êtes atteint d'une ALD (Affection de longue durée du type rémission de cancer, diabète type 2, maladie cardiaque...) et que votre médecin vous a prescrit une ordonnance pour pratique sportive.



Il n'y a pas d'âge pour apprendre à préserver son corps. Ce concept peut être intégré à notre quotidien avec quelques gestes simples.

Préserver son dos et son périnée dès le plus jeune âge lors d'une activité physique est primordial pour éviter les problèmes à l'âge adulte (Lombalgies, fuites urinaires...).

J'entame une longue bataille mais elle me semble plus que nécessaire.

Je reste à votre disposition pour toute information complémentaire à ce sujet par mail : nathalie.chiarelli@orange.fr

A très bientôt

Nathalie CHIARELLI

Contact Newsletter et Communication : Aurélie SINOQUET
aurelie.sinoquet@ffgym-hdf.fr



Délégation régionale académique
à la jeunesse, à l'engagement et aux sports



Comité Régional des Hauts-de-France
125 Route de Grison
59830 CYSOING

Tél : 03.20.56.28.39 (siège) / 03.22.40.61.83 (antenne)

<https://hauts-de-france.ffgym.fr/>

<https://www.facebook.com/hautsdefrancegymnastique/>

https://www.instagram.com/ffgym_hauts_de_france/