

Toute l'équipe administrative et technique du SPCOC-Gymnastique Rythmique vous présente ses meilleurs Voeux pour l'année 2016



Palmarès Compétition Zone INDIV NAT A - B – C & TROPHÉE FÉDÉRAL

Fontaine, les 5-6 décembre, 17 gymnastes du SPCOC ont participé à la 1/2 finale Zone Sud-Est. 10 d'entre elles se sont qualifiées pour la Finale France, Eva Gibard, Lola Exposito, Amandine Sisteron, Giliane Leterme, Marie Miltenberger, Coraline Hembise, Chloé Dasseville, Eva Imbert, Léa Garcia et Annaëlle Ferra.

Félicitations aussi à nos gymnastes non qualifiées qui n'ont pas démerité en donnant le meilleur d'elles-mêmes, avec pour certaines leur tout premier accès à ce niveau de compétition.

C'est la première fois qu'autant de médailles tombent dans l'escarcelle du SPCOC lors d'une 1/2 Finale, **3 médailles d'Or**, **1 en Argent**, **1 en Bronze**, et qu'autant de gymnastes se qualifient pour la finale en individuelle.

Le palmarès :

Nat A 18 ans et + : *Léa Garcia 6^{ème}*

Nat A 14-15 ans : *Eva Gibard 1^{ère}*,
Lola Exposito 3^{ème}

Nat B 14-15 ans : *Amandine Sisteron 2^{ème}*, *Chloé Dasseville 6^{ème}*

Nat C 14-15 ans : *Roxane Lucas 7^{ème}*

Nat C 12-13 ans : *Giliane Leterme 1^{ère}*, *Mélissa Corrao 8^{ème}*

TF 18 ans et + : *Annaëlle Ferra 1^{ère}*

TT 16-17 ans : *Coraline Hembise 4^{ème}*, *Manon Garcin 7^{ème}*, *Llona Jelenkovic 10^{ème}*, *Lucie Froli 14^{ème}*

TF 14-15 ans : *Marie Miltenberger 5^{ème}*,

TF 12-13 ans : *Eva Imbert 6^{ème}*,
Pauline Bonnet 7^{ème}

TF 10-11 ans : *Clara Bonzo 7^{ème}*



Suivez nous sur Facebook : [spcoc.gymnastiquerythmique](https://www.facebook.com/spcoc.gymnastiquerythmique)

OPEN GR de BOURGOIN-JALLIEU

Dimanche 13 décembre Malvina et Marine on représentées le SPCOC à Bourgoin-Jallieu (38) dans la catégorie TROPHEE REGIONAL 16 ans et +
Le podium nous a ravi puisque Malvina obtient l'Argent et Marine décroche le Bronze.



Chiara Caruso obtient une 5eme place.



Stage Manipulation d'Engins

Du 21 au 23 décembre, 5 sessions de stage en manipulation d'engins ont eu lieu au gymnase Emilie



Fer à la Colle sur Loup. Reneta (notre entraîneur Bulgare) a fait cours à de nombreuses gymnastes venues de Nice, Mouans Sartoux, Vence et aussi de Saint Raphael. Un moyen d'élargir le cercle amical des sportives parfois rivales lors des compétitions.

Coin du lecteur :

Nous apprécierons vos remarques et idées sur la vie du club, faites nous en part via spcocgr.info@gmail.com

Suivez nous sur Facebook : [spcoc.gymnastiquerythmique](https://www.facebook.com/spcoc.gymnastiquerythmique)

Gala de Noël 2015

Samedi 19 décembre 2015 au Gymnase Emilie Fer, le père Noël est passé avec un peu d'avance.



Le spectacle était réussi, les gymnastes des plus jeunes aux seniors, ont accomplis de belles prestations devant un public ravi de découvrir pour la plus part le travail de leurs enfants. Merci à tous d'avoir offert gâteaux et autres plats faits maison au profit de la buvette. L'équipe remercie tous les enfants, parents et bénévoles ayant participé de près ou de loin sur cette soirée réussie grâce à tous.



CALENDRIER 2016 – PHOTOS du GALA

Bon nombre de Calendriers et de photos commandés ont été livrés lors du gala mais certaines nouvelles commandes et des compléments de livraison se feront à la rentrée.

Les Photos du gala de Noël seront présentées lors des cours en janvier.

PERTURBATIONS des COURS

Mercredi 13 janvier le gymnase sera occupé par l'UNSS de Volley sur les créneaux de la GR, le SPCOC-BASKET partagera le terrain avec la GR de 16h à 18h. Les professeurs préciseront aux gymnastes le détail de cet entraînement particulier.

Merci le Basket :)

Suivez nous sur Facebook : [spcoc.gymnastiquerythmique](https://www.facebook.com/spcoc.gymnastiquerythmique)

Torneo Internazionale "Stelle di Natale"

Eva et Lea ont représentées le SPCOC sur le Tournoi International de Turin « Stelle di Natale » les 19 et -20 décembre.

Face à des gymnastes venues d'Italie, de Russie, de Chypre, du Kazakhstan, des USA, d'Ukraine, de Hongrie, d'Allemagne, de Suisse et bien sûr de France elles sont montées sur le podium !

Eva Gibard est médaille d'Or au Ruban et médaille de Bronze au Ballon dans la catégorie Junior 2 Fascia B.



Léa Garcia est médaille de Bronze dans la catégorie Senior.

Bravo les Filles !

STAGE D'HIVER

Un stage Mixte Loisir Gymnique et Compétition est organisé du 15 au 19 février 2016 au gymnase Emilie Fer à la Colle sur Loup.

Ce stages est ouvert à Tous :

Loisirs, Coupe Formation, Extérieurs spcoc :

- de 9h – 17h pratique de la GR + Gymnastique

Compétitions GR : (en sessions de 3h selon les groupes)

- 9h – 12h
- 13h – 16h
- 16h15 – 19h15

Renseignements horaires : www.spcoc-gr.com/espace-spcoc-gr/stages

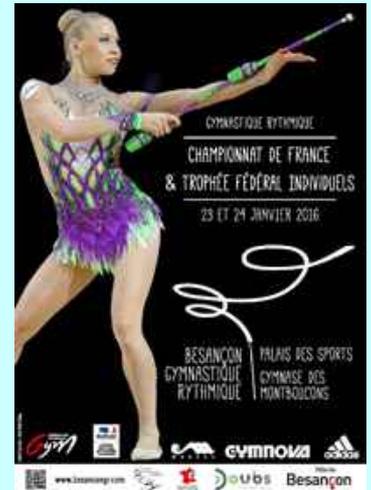
contactez nous : spcocgr.secretariat@gmail.com

Suivez nous sur Facebook : [spcoc.gymnastiquerythmique](https://www.facebook.com/spcoc.gymnastiquerythmique)

FINALE FRANCE INDIVIDUELLES NATIONALES A - B - C & TROPHÉE FÉDÉRAL

Samedi 23 et dimanche 24 Janvier à Besançon au palais des Sports - 42 avenue Léo Lagrange 25000 BESANCON Le SPCOC sera fièrement représenté par nos 10 gymnastes ; Eva G, Eva I, Lola, Amandine, Giliane, Marie, Coraline, Chloé, Léa et Annaëlle.

C'est une délégation d'une quarantaine de personnes qui fera le déplacement pour encourager les filles samedi et dimanche.



Loto



Le 30 janvier
à partir de 18h
au Belambra

A GAGNER

TV écran plat
Week-end dans un palace
Restaurant
Electro-ménager
Panier garni
et plein d'autres surprises

Réservation conseillée
06 08 64 54 11

9 euros le carton
24 euros les 4 cartons

Buvette et restauration sur place

Nous vous attendons nombreux le 30 janvier dans la salle de spectacle du Belambra Club la Colle Sur Loup.

Le premier loto de cette saison sportive vous permettra de jouer en famille afin de tenter de gagner un maximum de lots.

Ce genre de manifestation non sportive mais conviviale est importante pour la vie du club, c'est un point qui permet de financer le fonctionnement de ses activités sportives.

Suivez nous sur Facebook : [spcoc.gymnastiquerythmique](https://www.facebook.com/spcoc.gymnastiquerythmique)