

Palmarès Championnat de France INDIV NAT A - B – C & TROPHÉE FÉDÉRAL



Les 23 et 24 janvier nous étions à la finale du championnat de France en individuel à Besançon. Le SPCOC présentait 10 finalistes et revient avec une médaille de Bronze. **Bravo Chloé !!**

Un palmarès, avec peu de podiums cette fois ci, mais toute fois remarquable car la plus de la moitié de nos gyms se sont classées dans le top 10 du Championnat !! On a tous été peiné du passage manqué d'Annaëlle, La déception sur le moment, 13 ème lors de la finale elle se classe première aux points dans sa catégorie grâce à son excellent score sur toute le championnat. Bravo Annaëlle !!

Une belle aventure pour notre délégation qui a vécu d'intenses émotions ... **Bravo le SPCOC, Bravo à tous ses acteurs !**

Domage ; cette finale imposait aux supporters de devoir faire le choix de voir une gymnaste plutôt qu'une autre car on ne pouvait physiquement pas se couper en 2 pour être à la fois dans le gymnase de Montboucons et

dans le palais des sports. Idem pour les palmarès qui étaient tous programmés aux mêmes moments dans les 2 salles :(

Palmarès :

Nat A 14-15 ans :	9 ème Lola Exposito , 10 ème Eva Gibard
Nat A 18 ans et + :	19 ème Léa Garcia
Nat B 14-15 ans :	3 ème Chloé Dasseville , 7 ème Amandine Sisteron
Nat C 12-13 ans :	5ème Giliane Leterme
TF 12-13 ans :	Eva Imbert Forfait pour blessure
TF 14-15 ans :	6ème Marie Miltenberger
TF 16-17 ans :	14ème Coraline Hembise
TF 18 ans et + :	13ème Annaëlle Ferra



Photo de gauche à droite :

Jean-Bernard Mion (maire), Frédéric Ferra(pdt spcoc-gr), Philippe Lemessier (Délégué aux Sports), Annaëlle Ferra, Léa Garcia, Lola Exposito, Chloé Dasseville, Eva Gibard, Marie Bianchi (entraîneur), Marie Miltenberger, Amandine Sisteron, Coraline Hembise, Clarisse Daudin (entraîneur), Reneta Neshva (entraîneur), absentes Giliane Leterme et Eva Imbert.

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

Loto 30 janvier

Nous remercions le Belambra Club de nous avoir accueilli dans sa grande salle de spectacle. 150 personnes sont venues participer à ce 1er loto 2016 tandis qu'un autre loto s'était programmé en même temps quelques semaines auparavant.

Nous remercions tous les donateurs de lots qui ont, par leurs actions, permis de passer une excellente fin d'après midi.

Nous vous invitons à revenir jouer avec nous lors du 2eme loto qui aura lieu le samedi 26 mars. Le Gros lot sera une Nuit offerte avec repas et petit déjeuner pour 2 personnes au CARLTON Croisette (valeur 1500€)



Nos partenaires : Au pays de la fleur d'oranger, Autosur Valbonne, Azur Photo, Belambra, Bricorama, Carine, Carrosseries Ferbeca, Contrôle Technique, Corylaur, Courtepailla, De fil en fleur, Délices Pays, Dépil Tech, Devernois, Douceurs & Beauté, Douceurs Café, élo Coif, Esthetic Center, Grande Pharmacie de Cagnes, Graphi'Tiff, Happy Meal, Jacqueline, Jessica, L'atelier Bonenfant, La Faim de Loup, La fourchette, Lili Rose, Marché Bio, Lola's Cup Cake, Marionnaud, Milles et une créations, Nocibé, Ostéopathe Mme Le Chapelain, Ostéopathe Adeline Courtois, Ostéopathe Picart Rémi, Pharmacie Levaillant, Photo Shop Discount, Pressing, Rose de Courrèges, Sabine, Sécuritest Catheaneuf, Trastour, Versace, Véronique.

Caravane du Sport

La caravane du sport sera présente dans notre département pendant les vacances de février 2016. Le CDOS06 investit les quartiers avec la caravane du sport pendant les petites vacances et organise deux étapes :

Judi 11 Février 2016 à Mandelieu la Napoule sur l'Esplanade Estérel Gallery.

Vendredi 12 Février 2016 à Carros sur le parking et dans le gymnase du Planet.

C'est l'occasion pour tous de découvrir les activités Gymniques proposées par les différentes associations de notre département. Des démonstrations et des animations seront faites tout au long de la journée. Léa Garcia, notre +de 16 en National A animera un stand GR.

Ces activités sont gratuites.



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

STAGE D'HIVER

STAGE d'Hiver du 15 au 19 février 2016

Il se passera au gymnase Emilie Fer à la Colle sur Loup ;
Stages ouvert à Tous !

Loisirs, Coupe Formation, Extérieurs SPCOC de 6 à 12 ans :
prévoir un picnic

lundi à vendredi de 9h – 17h GR + Gymnastique

Au programme : gymnastique rythmique, danse,
gymnastique acrobatique, zumba/fitness, gymnastique
artistique et cirque.

Le tout orchestré par des professeurs diplômés d'Etat.

L'inscription s'effectue pour la semaine complète
uniquement avec le coupon réponse à imprimer et à donner
au professeur de votre enfant ou à un membre du bureau
(par exemple Brigitte qui vous remet les photos et
calendriers).

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

- * Lundi / mardi / mercredi / jeudi / vendredi : 9h-12h
 - TF A 14-15 ans
 - TF B 10-11 ans
- * Lundi / mardi / jeudi : 13h-16h et mercredi / vendredi : 12h30-15h30
 - TF A 12-13 ans
 - National 14-15 ans
 - Duo national 12-13 ans
 - Duo national TC
 - TF B 12-13 ans
 - TFA 16-17 ans
- * Lundi / mardi / jeudi : 16h15-19h15 et mercredi / vendredi : 15h30-18h30
 - DFE
 - Duo IRC
- * Mercredi : 15h30-18h30 et jeudi : 13h-19h15 et vendredi : 12h30-18h30
 - TFA 18 ans et +

Renseignements horaires : www.spcoc-gr.com/espace-spcoc-gr/stages
contactez nous : spcocgr.secretariat@gmail.com



Vide Grenier, dimanche 29 mai

Afin de trouver des fonds pour le fonctionnement de l'association nous organiserons un Vide Grenier les Dimanche 29 mai sous la hall de la Guérinière.

Plus d'informations seront disponible prochainement

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



Coupe Formation

SAMEDI 27 FEVRIER 2016 de 14h à 18h30 aura lieu l'étape 1 de la Coupe Formation au Gymnase Intercommunal Emilie FER de La Colle-sur-Loup.

Nos jeunes participantes Niveau 2 seront :

Lucie BASSET
Julia BOUYOUD
Victoria COMTE
Romane GAUTHIER FIORINE
Salomé GUILLAUME
Juliette PETIT
Luna POMPARAT

Nos jeunes participantes Niveau 3 seront :

Elea BOULINGUEZ VERSE
Emmie DAMS
Ambre PARDIGON
Julie RAUZY
Adeline ROIG
Philine SCHIMOWSKI
Maina TABET



OPEN GR AZUR

Cet été, le Tournoi International dans sa 3eme édition, accueillera une délégation de gymnastes de très haut niveau venant faire son Training Summer Camp chez nous.



Ksényia Moustafaéva marraine de l'Open GR Azur en préparation pour les JO de RIO ne pourra pas être présente mais nous accueillerons Ludmila Dimitrova l'entraîneur National Bulgare et Daria Kondakova, la Championne Russe, qui viendront avec leurs gymnastes pour des exhibitions et partager leurs entraînements avec nos stagiaires.

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)

Championnat Départemental en Equipes

Trophée Fédéral et National

Dimanche 28 février 2016 se tiendra au Gymnase Intercommunal Emilie FER de La Colle-sur-Loup l'ouverture du Championnat en équipes des TF et Nat 2016.

Accueil des premiers gymnastes à partir de 8h30 et une fin de compétition prévu à 15H30.

Entrées gratuites.

Sur place vous trouverez :

- boutique Club,
- Snack
- Buvette
- Stand Photo
- Bijoux fantaisies GR
- Ostéo

Aucune personne n'est autorisée à descendre dans les vestiaires ni dans l'espace de compétition.

Pour les gymnastes en compétition ayant accès aux vestiaires, n'y laissez aucun objet de valeur, confiez-les plutôt aux parents dans les tribunes. Le SPCOC GR décline toute responsabilité en cas de vol.




PERTURBATIONS des COURS

Nos cours de GR dispensés au Gymnase seront perturbés en raison de la réquisition de la salle par l'UNSS, les mercredis 09 mars et 11 mai.

Le SPCOC-BASKET partagera le terrain avec la GR de 16h à 18h. Les professeurs préciseront aux gymnastes le détail de ces entraînements particuliers afin de préparer au mieux les gymnastes encore en championnat.

Merci le Basket :)

Jeudi 9 juin à partir de 19h le Gymnase ne sera plus disponible pour ce week-end de Zone Sud-Est IRC pour laisser le Mini grand stade handball du 9 au 10 juin.

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



Loto 26 mars à 18H00 au Belambra de la Colle sur Loup.

Loto du SPCOC GR



Nous vous attendons nombreux le 26 mars 2016 dans la salle de spectacle du Belambra Club la Colle Sur Loup pour participer à notre 2ème Loto.

Ce loto est ouvert aux familles du clubs, à leurs amis et toutes personnes souhaitant tenter sa chance de gagner un des nombreux beaux lots que nous permettent de vous proposer nos partenaires.

Parmi les Gros lots, un des plus convoité sera certainement le Week End dans un Palace de La Cote d'Azur : 1 Nuit avec repas et petit déjeuner pour 2 personnes au Carlton Croisette de Cannes.

Pour d'autres ça sera peut être 25% de réduction en carrosserie peinture.

Cette 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. Merci d'y participer.

Les bénévoles

CORSICA CUP 2016

Une délégation du SPCOC GR fera le voyage pour la Corse du 13 au 16 mai à Calvi.

Hébergement : camping de la Pinède à Calvi

Compétition : dimanche 15 mai à Calvi + petite fête sur place après la compétition avec le comité Corse

Un mini stage est prévu le samedi après-midi avec le comité corse.

Soirée surprise : au camping le dimanche soir

Nos compétitrices :

- Equipe TF A 12-13 ans / CUP A : Juliette, Clara, Eva, Pauline, Chiara
- Equipe TF A 14-15 ans / CUP A : Laetitia, Marion, Nell, Elise, Lola
- Equipe TFA 16-17 ans / CUP A : Llona, Manon, Lucie, Malvina
- Equipe TF B 10-11 ans / CUP B : Clémence, Eve, Anna, Shana, Eléa
- Equipe IRC duo / CUP C : Marine, Malvina



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