

LA LETTRE DU RCCFM

Sport, actus, évènements... On se dit tout !

Soirée Pyjama

La Commission Jeune a organisé pour la première fois sa « soirée pyjama ». Au programme : des rires, des courses en sac, une chasse aux œufs, le visionnage du GALA sur grand écran... Un beau moment de partage et de cohésion ! Cette première édition était proposée aux sections compétitives de plus de 10 ans. Nous espérons pouvoir revivre prochainement de tels évènements



ZOOM sur le Reg 10-11

Cette saison, et pour la première fois, un groupe compétitif s'entraîne sur **Saverdun**. Il s'agit du Reg 10-11, entraîné par Coralie et composé de Lucie, Héloïse, Lilwenn, Louise, Yasmine et Jade. C'est la première année de compétition pour ces jeunes gymnastes qui étaient presque toutes en Loisir l'année passée.

Nous leur souhaitons de bien profiter de leur dernière compétition de la saison à **Nîmes le samedi 3 mai**.

BOUTIQUE La boutique RCCFM est ouverte ! Vous pouvez retrouver nos incontournables et des nouveautés sur le site de la boutique <https://laboutiquedurccfm.fr/> ! Et le paiement en ligne est désormais possible

CARNAVAL DE SAINT JEAN

Dimanche 2 mars, la **Saint Jeantaise** a pu naviguer sur son beau **bateau pirate** à l'occasion du Carnaval de la ville. Cette année le soleil était au rendez-vous et petits et grands ont pu partager un moment de fête et de convivialité le temps du défilé.

Bonne Humeur...rires ...soleil et pirates !



MEGA TOMBOLA

Le RCCFM vient de lancer sa **MEGA TOMBOLA** !

Chaque gymnaste va recevoir un carnet de 20 tickets à vendre. Le **gros lot** est une nuit + diner + petit déjeuner pour 2 personnes au château de Roques.

Les 5 gymnastes qui auront vendu les plus de tickets recevront un **bon d'achat de 20€ pour le site de la boutique RCCFM**

GALA : 21 et 22 juin. Vous recevrez très prochainement des informations détaillées sur l'organisation, ainsi que les tissus et tutos couture. Notez dans vos agendas les répétitions générales **samedi 7 juin et mercredi 18 juin**

BRAVO À NOS GYMS !

Les 24-25-26 janvier 2025, Nina, Jade, Jeanne, Lilou et Loïna ont fièrement représenté le RCCFM aux **Championnats de France Individuel de Reims**.

- Loïna (Nat B 18 et +) : 16^{ème}
- Nina (Nat C 16 ans) : 18^{ème}
- Lilou (Nat B 15 ans) : 11^{ème}
- Jeanne (Nat A 15 ans) : 10^{ème}
- Jade (Nat A 14 ans) : 2^{ème}, **vice championne de France**

Bravo aux gymnastes et merci à toute la délégation qui a fait le déplacement aux couleurs du **RCCFM**



PHOTOS La vente des photos individuelles et groupe arrivent très prochainement (*format numérique*) ! Un grand merci à Emilie et Irina, nos 2 mamans photographes qui ont fait un super travail !

Première étape pour nos CF



Nos **Coupe Formation** ont passé leur **première étape** !

Samedi 8 mars à Lourdes pour les CF3-4 et samedi 15 mars à Montgailhard pour les CF2. Les gymnastes ont réalisé les **tests physiques** (sautillés, course 20m, détente, gainage, écarts,...) et elles ont également présenté au jury leur **enchaînement individuel main libre et cerceau**. C'était une première pour la majorité de ces jeunes gymnastes qui ont donné leur maximum avec grâce.

Les preCF sont venues partager cette première étapes avec les CF2. L'occasion pour elles de « faire comme les grandes ».

La seconde et dernière étape se déroulera pour toutes le **dimanche 4 mai à Mazères**. Nous lancerons très prochainement un **appel à bénévoles** pour l'organisation de cet évènement !

PARTENAIRES Connaissez-vous des entreprises, des professionnels, de grandes enseignes... qui souhaiteraient participer à nos activités, sous forme de mécénat ou autre ? Faites le nous savoir !

LANCEMENT DE LA SAISON DES ENSEMBLES

Dimanche 9 février à Colomiers s'est lancé la saison des ensembles avec la compétition départementale puis la compétition interdépartementale du **dimanche 9 mars à Lourdes**.

Les ensembles nationaux et fédéraux tenteront de se qualifier pour les Championnats de France lors compétitions Régionales qui se dérouleront le **samedi 12 avril à Toulouse** et le **samedi 3 mai à Nîmes**.

Résultats de la compétition interdep à Lourdes :

- | | |
|---|--|
| - Région 10-11 ans : 3 ^{ème} | - Nationale 7-9 ans : 3 ^{ème} |
| - Région 15 ans : 3 ^{ème} | - Nationale 10-11 ans : 2 ^{ème} |
| - Fédérale C 13 ans et moins : 2 ^{ème} | - Nationale 13 ans : 2 ^{ème} |
| - Fédérale A 13 ans et moins : 4 ^{ème} | - Nationale Duo TC : 2 ^{ème} |
| - Fédérale A TC : 4 ^{ème} | |

SAVE THE DATE

Défi des Loisirs : 6 avril à Montgailhard

Etape 2 CF 2-3-4 : 4 mai à Mazères

France Fed B et C : 17-18 mai à Calais

France Nat et DN : 24-25 mai à Paris

France Fed A et nat 10-11 : 14-15 juin à Rennes

GALA : 21-22 juin

Portes ouvertes : 30 juin au 4 juillet

NOUS CONTACTER

Vie du club - relation adhérents rccfm.09@gmail.com

Loïna NYS rccfm.loinanys@gmail.com 07 57 02 93 70

Coralie KIKANOW rccfm.coralie@gmail.com 06 44 95 84 17

Lorence THOMAS rccfm.lorence@gmail.com 07 57 02 93 69

Laetitia CASTAING rccfm.precf@gmail.com