

Le report'Héron

La newsletter de l'AGS saison 2



Le 30/09/25 n°13

LA CHRONIQUE DE JIM : LA GYM C'EST LE PIED

« Toutes les sections ont repris le chemin du gymnase. Les agrès commençaient à s'ennuyer. Les adultes redoublent d'effort afin de retrouver la forme après le repos de cet été et les baby gym se dépensent à nouveau sur les exercices de leurs entraîneurs.

Septembre est un mois charnière dans la préparation avec une reprise qui monte progressivement en intensité.

Le 14 septembre a été l'occasion pour le club de se rendre à Paris. Une sortie à l'ACCOR ARENA pour les internationaux de France GYM PARIS était organisée et notre délégation d'une soixantaine de personnes a pu profiter de ce superbe spectacle. Bien que le voyage soit un peu long en bus, lorsqu'il est bien animé on ne voit pas le temps passé. Merci aux organisateurs pour ce merveilleux moment et à tous les participants pour leur enthousiasme.

Huit de nos gymnastes ont eu l'occasion lors de cette sortie d'accompagner sur le plateau les finalistes des barres asymétriques. Un moment fort en émotion et des souvenirs inoubliables. Des formidables athlètes étaient présentes avec même une championne olympique.

La bourse aux équipements sportifs s'est tenue le samedi 20 septembre et a rencontré un grand succès. Il est toujours intéressant de revendre les survêtements et justaucorps devenus trop petits et d'en trouver d'autres à la bonne taille et à bon prix.

Le comité est heureux d'organiser sa deuxième fête d'Halloween. L'an passé fut un grand succès et le parcours de la peur de cette année promet d'être encore plus flippant. Alors venez nombreux !! » JIM.

AGENDA :

- Assemblée Générale 10/10/25 19h30
- Gym attitude 20 au 24/10/25
- « HALLO GYM PARTY » la fête flippante d'Halloween le 02/11/25
- Fête d'hiver 06/12/25

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le développement du pied est très important pour les sportifs. Notamment les gymnastes. Célia Neveux Misbach Pédicure podologue diplômée d'Etat a rédigé un article très intéressant à ce sujet. Conseils et explications sont développés pour éviter les blessures et mieux connaître cette partie du corps souvent négligée. Scannez le QR code pour accéder à l'article.



☺ « HALLO GYM PARTY » 🎃

Un après-midi Halloween à ne pas manquer ! le 02/11/2025 de 14h à 18h



🎧 DJ & animations

🧸 Parcours spécial petits

🕸 Parcours de la peur pour les plus grands

👤 Concours du costume le plus effrayant

Viens frissonner, t'amuser et te déguiser !

JIM C KOI gym attitude ?

Gym attitude nouvelle formule, c'est une semaine complète de gym et d'activités ludiques. Jeux, bricolages, défis, nos animateurs ont plein d'idées pour amuser les gymnastes. Le repas est tiré du sac et le goûter est offert. Les enfants de 5 à 11 ans sont les bienvenus adhérents ou non.

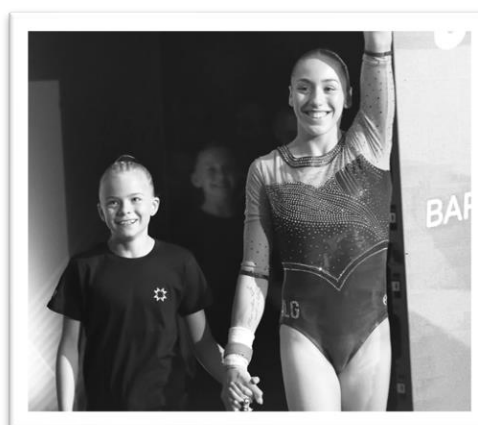
Les formations de gymnastes continuent ! bravo aux sélectionnés !



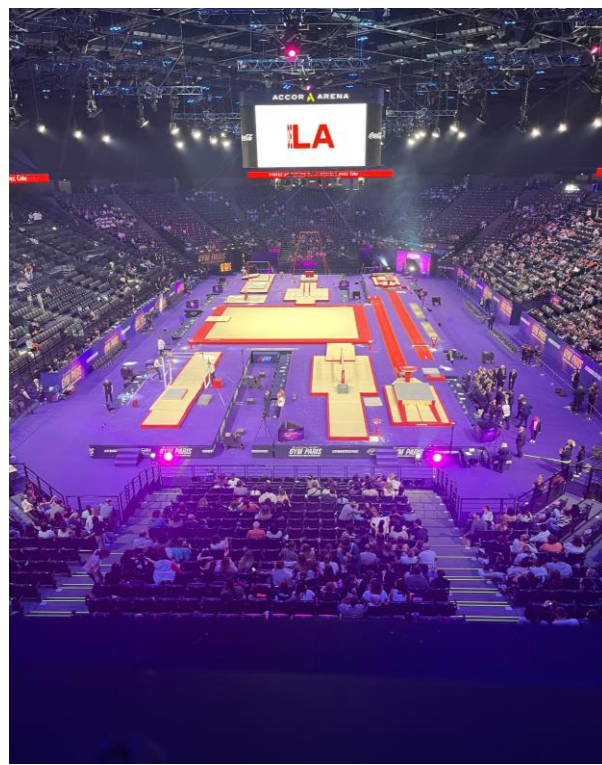
L'assemblée générale se tiendra le 10 octobre 2025 à 19h30 au gymnase.



Maelys gymnaste de Sarreguemines avec une championne olympique Kaylia Nemour.



Sortie aux internationaux de France GYM PARIS à l'ACCOR ARENA ; 8 de nos gymnastes ont accompagné les finalistes aux barres asymétriques.



AUTOUR DES AGRES...



Autour des agrès, vous trouverez les coachs. Ce mois-ci, partons à la rencontre d'Océane entraîneur GAF, TEAM GYM et adulte. Une gymnaste de talent qui aime partager et enseigner sa passion. Elle est revenue sur le praticable la saison dernière avec une belle 5ème place au championnat de France FED A par équipe.

Peux-tu te présenter ?

Originaire de Valence dans la Drôme, je suis éducatrice sportive au club et coach sportive dans une box de CrossFit. Après des études de droit, j'ai compris que cela ne me correspondait pas donc je me suis tournée vers un BPJEPS AG qui m'a permis de devenir éducatrice sportive.

Quel est ton parcours gymnique ?

Je suis entrée dans le monde de la gym à 2 ans ici même à Sarreguemines en baby-gym lorsque ma mère m'y a inscrite. J'ai ensuite continué jusqu'à 10 ans avant de partir dans le club d'Haguenau afin d'entrer en sport étude. J'y suis restée 4 ans où j'ai vécu en famille d'accueil (que je remercie de tout mon cœur). J'ai réussi à atteindre la filière ELITE, je faisais équipe avec Morgane Ossyssek, aujourd'hui en équipe de France. Nous étions amies et avons remporté le titre de championne de France à Albi en 2012. Après ça, je suis revenue à Sarreguemines où j'ai rencontré Julien et Steffy. Ils m'ont énormément apporté et aidé à progresser encore. Nous avons réussi avec l'équipe à ramener une médaille d'argent au championnat de France en 2019.

As-tu un agrès et une gymnaste préférée ?

J'aime le saut et j'adore aussi les barres asymétriques. Mon athlète préférée, je dirai Victoria KOMOVA, une gymnaste russe très belle à regarder.



Explique-nous tes missions au club ?

Je suis principalement en charge des féminines où je m'occupe de la section sportive primaire, des fédérales A et B. Je suis aussi entraîneur de la section TEAM GYM et le cross gym pour adulte du jeudi.

Comment définirais-tu le club ?

L'asso gym Sarreguemines est un club convivial et accueillant qui permet à tous, petits et grands d'y trouver du plaisir ou de réaliser ses rêves sportifs.

Pratiques-tu un autre sport ?

Après avoir arrêté la gym, j'ai découvert le CrossFit. Je le pratique depuis bientôt 3 ans. C'est vite devenu une nouvelle passion.

Veux-tu partager un message ?

Je remercie grandement le comité et tous les bénévoles pour tout leur investissement. Je suis heureuse de faire partie de l'équipe encadrante de mon club de cœur et très contente de partager tout ça avec les autres coachs. Nous formons une team soudée.

Je remercie aussi les adhérents de nous faire confiance.

Longue vie à l'asso gym !!!



LES VALEURS DE LA GYM

RESPECT-ENGAGEMENT-SOLIDARITE
EXCELLENCE-RESPONSABILITE-PLAISIR

PARTENAIRES

La pharmacie du cygne / LS coiffure /
MD plâtrerie. Merci d'être partenaire !

Asso gym Sarreguemines

Rue du maire Mathieu 57200 Sarreguemines

09 75 57 41 79

assogymssarreguemines@orange.fr

www.assogymssarreguemines.fr

