



Réunion de rentrée Saison 2025-2026

Ordre du jour :



- La FSCF
- Effectifs / Bureau /Juges
- Projets
- Groupes / planning
- Consignes générales
- Objectifs sportifs
- Calendrier évènements/compet
- Divers

La FSCF



La Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF)

développe des activités sportives, culturelles et socio-éducatives, ainsi que des actions de loisir pour tous.

Porteuse d'un **projet éducatif** ancré sur des **valeurs humanistes**, la FSCF contribue à l'**épanouissement de la personne** dans toutes ses dimensions. La fédération privilégie une **vie associative** propice au vivre ensemble. Dans un esprit **d'ouverture et de respect**, la FSCF accueille **tous les publics**, chacun selon son niveau, son âge et ses aptitudes.



Les effectifs



Nos coachs : Flora, Flavien et Lou Ann

- Encadrement des adhérents, quels que soient leurs niveaux.
- Elaboration des programmes d'entraînement adaptés aux objectifs tout en assurant la sécurité des pratiquants pendant les séances.
- Participation à l'organisation d'événements et au bon fonctionnement général du club.

Les effectifs



Nos aides-monos :

- Accompagnement des groupes
- Aide des entraîneurs au bon déroulement du cours

Le bureau



- Bourreau Solène** ▶ Présidente
- Métais Ludivine** ▶ Vice Présidente
- Butreau Dominique** ▶ Secrétaire
- Mathieu Rongear** ▶ Trésorier
- Chouteau Elodie** ▶ Trésorière adjointe
- Rampillon Solenne** ▶ Trésorière adjointe
- Chotard Adeline** ▶ RH
- Valoteau Delphine** ▶ Juge GAF
- Guilloteau Gaël** ▶ Commision Technique
- Gaborit Valérie** ▶ Commision Fédéraux
- Verdon Emmanuel** ▶ Commision Fédéraux
- Richard Samuel** ▶ Commission Événement

Nous recrutons !

Les juges GAF



- Jongen Angélique** ▶ Juge Libre
- Giraud Charlène** ▶ Juge J6
- Godreau Christophe** ▶ Juge J2
- Bizot Morgane** ▶ Juge J2
- Gallot Florence** ▶ Juge J1 + Mouvement Ensemble
- Verdon Zoé** ▶ Juge J1
- Garon Fanny** ▶ Nouveau Juge J1
- Valoteau Delphine** ▶ Nouveau Juge J1
- Guilloteau Vanessa** ▶ Nouveau Juge J1
- Rampillon Emma** ▶ Nouveau Juge
- Rousseau Cyrielle** ▶ Nouveau Juge
- Poudroux Morgane** ▶ Nouveau Juge
- Bourreau Solène** ▶ Secrétaire

Nous recrutons !

Les juges GAM



Garnier Claudie ▶ J1

Brousseau Louise ▶ J1

Jouteau Coralie ▶ J1

Richard Samuel ▶ J1

Rondeau Sébastien ▶ J1

Peigne Teiller Jaouën ▶ Nouveau Juge

Nous recrutons !

Nos projets



Redynamiser la vie associative

Permettre à un plus grand nombre
de pratiquer la gym

Remise en place de l'achat
ou location des tenues

Remise en place des rencontres Inigym

Les groupes



19 groupes

309 adhérents

De 1946 à 2022

3 salariés

51 h de cours / semaine

Les groupes éveil



Babygym (2022, 2021) : 30 enfants (GR 1 et 2)

Inigym (2020) : 26 enfants (GR 3 et 6)

> Nouveau groupe le lundi soir

Changement cette année avec la prise en charge des groupes par Lou Ann

Les groupes GAF



Poussines (de 2015 à 2019) :

- Loisirs : 55 gym (GR 7, 8 et 9)
 > Nouveau groupe le lundi soir
- Compétitions : 25 gym (GR 10, 11, 12)

Jeunesses (de 2012 à 2015) / Aînées (avant 2011) :

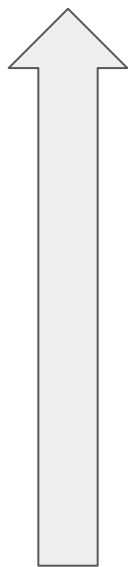
- Loisirs : 29 gym (GR 13)
- Jeunesses compétitions : 25 gym (GR 15, 16)
- Aînées compétitions : 20 gym (GR 17)

Les compétitions GAF



Mieux comprendre le règlement et les sélections...

Plus Haut



Plus petit

- 6ème Degré (Aînées uniquement)
- 5ème Degré
- 4ème Degré
- 3ème Degré
- 2ème Degré
- 1er Degré (Poussines uniquement)

Les degrés =
niveau de
difficulté des
mouvements

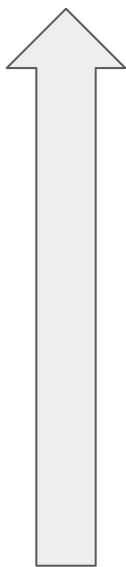
Les compétitions GAF



Les Challenges (par équipe)

6 gyms max par catégorie (4 notes comptabilisés)

Plus Haut



Plus petit

- 6ème Degré ——— PDL HONNEUR
- 5ème Degré ——— PDL PROMO
- 4ème Degré ——— EXCELLENCE
- 3ème Degré ——— HONNEUR
- 2ème Degré ——— ESPOIR
- 1er Degré ——— AVENIR

} Aînées
uniquement

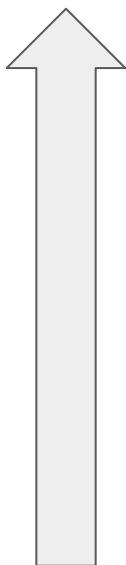
Les compétitions GAF



Les Individuels

Catégories sur 2 années d'âge et par niveau

Plus Haut



Plus petit

- 6ème Degré _____
- 5ème Degré _____ **D**
- 4ème Degré _____ **C**
- 3ème Degré _____ **B**
- 2ème Degré _____ **A**
- 1er Degré _____

Les groupes GAM



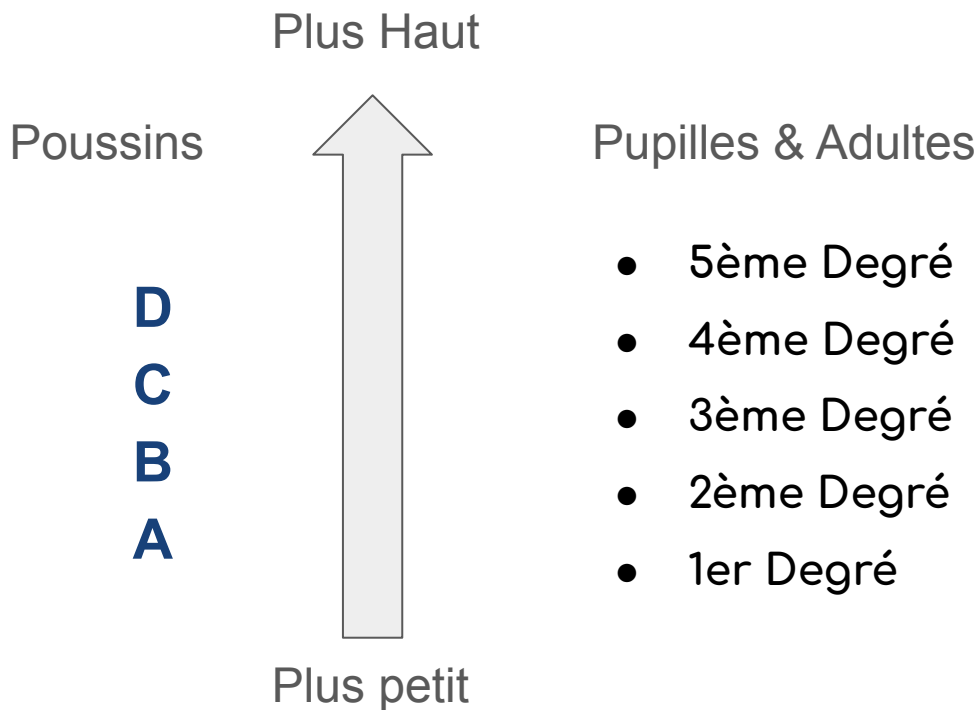
Poussins / jeunes pupilles (de 2015 à 2019) :

- Loisirs et compétitions : 13 gym (GR 4)

Pupilles / adultes (avant 2014) :

- Loisirs et compétitions : 15 gym (GR 5)

Les compétitions GAM



Les adultes



Gym loisirs : 13 adultes (GR 18)

Entretien physique : 38 adultes (GR 19)

Gym douce : 34 adultes (GR 20)

Les engagements



Chaque engagement à un concours :

- Nécessite la présence d'un certain nombre de juges
- Représente un coût pour le club :
 - Coût de l'engagement du gymnaste
 - Coût du juge (Repas + formation)

Lorsque qu'un gym s'engage pour un concours, il DOIT y participer (sauf motif médical).

En cas d'annulation tardive d'un gym à un concours, les frais d'inscriptions lui seront facturés.

PÉLICANS GYM
LES ÉPÉES

	Planning des cours 2025-2026												
	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		
9h00						GROUPE 1 Baby gym 9H15 – 10H15							
10h00			Flores	GROUPE 20 Entretien physique Gym douce 10H00 – 11H00	Lou Ann	GROUPE 2 Baby gym 10H15 – 11H15		Flores	GROUPE 20 Entretien physique Gym douce 10H00 – 11H00		Flores	GROUPE 5 Pupilles Adultes Compétition 10H - 12H30	Préparation libre 10H - 12H30
11h00						GROUPE 3 Inigym 11H15 – 12H45							
12h00													
13h00													
14h00						GROUPE 4 Poussins - Jeunes Pupilles Compétition 13H30 – 15H30	GROUPE 10 Poussines Prépa compétitions 13H30 – 15H30					GROUPE 15 Jeunesses Compétition 2e entraînement 13H30 – 16H	GROUPE 16 et 17 Jeunesses et Aînées Compétition 3e entraînement 13H30 – 16H
15h00													
16h00						GROUPE 16 Jeunesses Compétition 1er entraînement 15H30-17H45							
17h00	Lou Ann	GROUPE 6 Inigym 17H15 – 18H45	Lou Ann	GROUPE 12 Poussines compétition 1er entraînement 17H15 – 19H15	Flores	GROUPE 8 Poussines Loisirs 17H15 – 18H45		Lou Ann	GROUPE 9 Poussines loisirs 17H15 - 18H45	Flores	GROUPE 12 Poussines compétition 2e entraînement 17h15 - 19h15	GROUPE 11 Poussines compétition 1er entraînement 17h15 - 19h15	
18h00													
19h00		GROUPE 7 Poussines Loisirs 18H45 - 20H15		GROUPE 13 Jeunesses - Aînées Loisirs 18H45 - 20H45		GROUPE 17 Aînées compétition 1er entraînement 17H45 – 20H15	GROUPE 5 Pupilles - Adultes Compétition 17H45 – 20H15			GROUPE 15 Jeunesses Compétition 1er entraînement 18H30 - 20H45			
20h00													
21h00				GROUPE 19 Entretien physique 20H45 – 21H45			GROUPE 18 Adultes après 20H - 22H			GROUPE 19 Entretien physique 20H45 – 21H45			

Les consignes



Organisation :

- L'accès aux vestiaires est limité aux gymnastes seulement.
- Les affaires devront être rangées correctement dans les casiers de la salle.
- Les familles devront déposer et récupérer les enfants dans le hall d'entrée (Excepté pour les babygym).
- Les enfants doivent attendre les parents dans le hall et non sur le parking.
- Prévoir une arrivée 5 à 10 min avant le début des cours pour démarrer les entraînements à l'heure.
- Vérifier que l'entraînement a bien lieu avant de repartir.
- Prévenir si possible l'entraîneur par mail de l'absence d'un enfant :

flora.beaujeaud@lespelicansgymnastique.com

louann.fonteny@lespelicansgymnastique.com

rondeauflavien.gym@gmail.com

Les consignes



- ◆ 1. Le silence et l'écoute pendant les explications
- ◆ 2. Le respect des règles et du matériel
- ◆ 3. Le respect des autres
- ◆ 4. Être rigoureux et donner le meilleur de soi
- ◆ 5. La politesse et l'attitude

Les consignes



Les équipements :



Tenue de sport adaptée



**Pour les groupes
compétitions :**



Lors des compétitions : justaucorps
et veste du club obligatoire

Les objectifs sportifs



Offrir une pratique accessible à tous :

Accompagner les gymnastes vers la compétition

Favoriser la progression individuelle

Renforcer l'esprit de club

Faire rayonner le club



Le calendrier des évènements



L'ensemble des évènements organisés par le club ont pour but de fédérer et de rapporter de l'argent au club afin de diminuer le coût des cotisations annuelles.

8 & 9
novembre

GALA

25 janvier

CONCOURS
INTERNE

8 février

COMPET
GAM

28 & 29
mars

CHALLENGE
RÉGION

4 juillet

OLYMPIADES
DU CLUB



Calendrier compétitions GAF



COMPÉTITIONS DEPARTEMENTALES Poussines le samedi, Jeunesses/Aînées le dimanche

CHALLENGES DEP
7 et 8 mars 2026
Chavagnes en Pailers

INDIV DEP
2 et 3 mai 2026
La Verrie

BADGES & DEP EQUIPES
30 et 31 mai 2026
Aizenay

COMPÉTITIONS RÉGIONALES Sur qualification aux challenges départementaux

CHALLENGES
JEUNES/AÎNÉES
28 et 29 mars 2026
Les Epesses

CHALLENGES POUSSINES
26 avril 2026
Beaucouzé

COMPÉTITIONS NATIONALES Sous réserve d'engagement d'équipes

FEDERAL F3
13 et 14 juin 2026
Armentières

FÉDÉRAL F2
27 et 28 juin 2026
Marseille

Calendrier compétitions GAF



PROGRAMME LIBRE (SUR SELECTIONS)

1er TOUR DES COUPES ESPOIR
6 et 7 décembre 2025
Aizenay

1er TOUR DES COUPES SENIOR
13 et 14 décembre 2025
Bonne Garde de Nantes

Sur qualification au 1er tour

½ FINALE COUPES NATIONALES
24 et 25 janvier 2026
Bonne Garde de Nantes

Selon points obtenus lors des différents tours

FINALE COUPES NATIONALES
14 et 15 mars 2026
Montaigu

TROPHÉE FÉDÉRAL
11 et 12 avril 2026
Flers

Calendrier compétitions GAM



COMPÉTITIONS DEPARTEMENTALES

CHALLENGES DEP
8 février 2026
Les Epesses

INDIV DEP
?

COMPÉTITIONS RÉGIONALES Sur qualification aux challenges départementaux

CHALLENGES PUPILLES
28 et 29 mars 2026
Mazé

CHALLENGES ADULTES
25 et 26 avril 2026
Nort sur Erdre

REGIONAL PAR EQUIPES
30 et 31 mai 2026
Bonne Garde Nantes

COMPÉTITIONS NATIONALES Sous réserve d'engagement d'équipes

NATIONAL PAR EQUIPES
19, 20 et 21 juin 2026
Montoir

Divers



Retrouvez toutes les infos sur :

Le site internet :
lespelicansgymnastique.com



Les réseaux :

Pélicans gym
Les Epesses



[pelicansgymnastique_85](https://www.instagram.com/pelicansgymnastique_85)

Divers



**Veste officielle de
compétition
Achat obligatoire
pour les compet 2025**



<https://ker-crea.fr/388-les-pelicans-gymnastique>

**Attention ! Ker-Créa ne fait pas de retours
si mauvaise taille. Essayez les vestes des
copines avant de commander !
Le flochage prénom n'est pas obligatoire**

Divers



Nous avons besoin de vous ...



Contactez nous sur l'adresse mail du club :
pelicansgym85@gmail.com

Merci à nos partenaires



À LA MAIRIE DES EPESSES

Réparation de la salle

Subventions pour participer aux fédéraux

AUX SPONSORS

Pour leur soutien





MERCI
ET BONNE SAISON À TOUS !