

RamboSport

Le journal des sportifs de Rambouillet • Décembre 2023

SOMMAIRE



P.2

- RENCONTRE ENTRE LES MARCHEURS DE KIRCHHEIM ET CEUX DE L'ASSOCIATION « GYM MARCHE RAMBOUILLET » (AGMR).

- RAMBOUILLET SPORTS BASKET



P.3

RAMBOUILLET ETOILE GYMNIQUE



P.4

CONSEILS DE LECTURES SPORTIVES



ÉDITO

Chères sportives, Chers sportifs,

Nous arrivons déjà en cette fin d'année 2023, l'occasion de retrouver nos proches et nos familles pour partager des moments de convivialité, qui vont nous permettre de souffler.

Cette année sportive 2023 se conclut, après un riche été sous l'impulsion du Paris-Brest-Paris, qui s'est déroulé en août sur notre belle commune. Un événement cyclotouriste planétaire qui nous laissera des souvenirs inoubliables. Je remercie les Cyclotouristes de Rambouillet et l'US Poigny Rambouillet Cyclisme qui ont fourni de nombreux bénévoles.

La rentrée sportive s'est faite sur les chapeaux de roues en septembre, avec le forum des associations qui a tenu toutes ses promesses. La météo était au rendez-vous et les rambolitains sont venus en nombre pour participer et s'inscrire dans vos associations.

Les mois de novembre et de décembre sont souvent l'occasion de tenir vos assemblées générales, auxquelles je participe au maximum. C'est le moment démocratique incontournable, l'occasion de faire le bilan sur vos actions et vos projets pour l'année future et de renouveler vos instances.

Le samedi 9 décembre prochain à 20H30 se tiendra la traditionnelle Corrida de Rambouillet, course conviviale de 10 kilomètres, organisée par Rambouillet Sports Athlétisme. Je les remercie pour cette organisation et espère vous y retrouver nombreux.

Avant de vous souhaiter une belle fin d'année 2023, je remercie les associations sportives volontaires pour paraître dans cette édition du RamboSport, à savoir : Gym Marche Rambouillet, Rambouillet Etoile Gymnique et Rambouillet Sports Basket.

Belles fêtes de fin d'année 2023 à toutes et à tous,

Bien sportivement,

Augustin REY,

Conseiller municipal délégué aux associations sportives
et aux affaires militaires et patriotiques



Rencontre entre les marcheurs de Kirchheim et ceux de l'Association « Gym Marche Rambouillet » (AGMR).

Rencontre entre les marcheurs de Kirchheim et ceux de l'Association « Gym Marche Rambouillet » (AGMR).

10 marcheurs de l'AGMR ont été accueillis du 20 au 24 septembre par leurs homologues de Kirchheim avec beaucoup d'enthousiasme. Après un discours de bienvenue des 2 présidents, nous avons été reçus chez nos hôtes dans une atmosphère très chaleureuse.

Trois jours de randonnées nous ont permis de découvrir le centre historique de la ville et les magnifiques points de vue depuis les châteaux du Teck et du Neuffen. Nous tenons particulièrement à remercier la municipalité de Kirchheim qui nous a invités au restaurant chaque soir.

Lors du dîner d'adieu, nous avons eu l'honneur de rencontrer Monsieur Bader, maire de Kirchheim, qui est venu échanger avec nous. Il s'est montré très intéressé par cette rencontre entre marcheurs et espère qu'elle sera pérenne afin de consolider les relations entre nos deux villes. Cette première rencontre placée sous le signe de la randonnée, de l'échange, de la convivialité et de l'amitié restera une magnifique expérience.

Le journal de la ville de Kirchheim a édité un article au sujet de cette rencontre et l'invitation pour une visite de Rambouillet pour septembre 2024 est déjà programmée.

A nous de les accueillir aussi bien que nous avons été accueillis.

Rambouillet Sports Basket

Cette année encore le club de basket de Rambouillet a deux équipes engagées en région : « U15 » et « Seniors 1 » masculins. Beaucoup d'équipes seront également engagées en division 1 départementale.

Cette performance, c'est l'ADN du club depuis maintenant trois années. Des joueurs et joueuses motivés et en progression grâce à l'implication de tous. Ces bons résultats sont également dus à une organisation structurée et structurante mise en place par son Président avec des responsables de différents pôles (communication, événementiel...). Les responsables techniques (masculin et féminin) harmonisent les exercices et jeux proposés aux jeunes. Ceci afin d'inscrire dans l'ensemble des groupes des mécanismes et des bases solides, notamment sur les systèmes d'attaque-défense, les shoots, etc...

Il est certain que l'implication constante du bureau contribue à la montée en puissance du club. Mais il n'en serait rien sans tous les bénévoles qui gravitent autour : arbitres, marqueurs, chronométreurs, préparateurs de gaufres, de crêpes, de barbecue... Sans oublier les « parrains/marraines », véritables relais du club et des coachs auprès des équipes. Cette organisation, mise en place il y a longtemps, a encore été renforcée ces deux dernières années.

Enfin le club ne serait rien sans l'implication des parents et des jeunes présents en nombre au gymnase tous les week-ends pour venir encourager nos équipes.

Bref, vous n'avez pas fini d'entendre parler du RSB, une grande association extrêmement motivée dans votre ville de Rambouillet !

RSB ! Ensemble !!!



Rambouillet Etoile Gymnique

Le club Rambouillet Etoile Gymnique (REG), créé en 1978, est affilié à la Fédération Française de Gymnastique. Il compte 350 adhérents répartis sur 3 disciplines. Franck Feuerstein, coach et responsable technique du club, nous en dit plus :

Qu'est-ce qu'un club affilié à la Fédération Française de Gymnastique (FFG) et qu'est-ce que cela signifie ?

Un club affilié à la FFG est constitué sous forme d'association indépendante régie par la loi du 1er juillet 1901. C'est donc un organisme doué d'une vie juridique propre et titulaire de droits et d'obligations.

Quelles activités proposez-vous à Rambouillet ?

Le club propose 3 activités principales : la gymnastique artistique féminine (GAF), la gymnastique artistique masculine (GAM) et la Baby Gym.

La GAF se pratique sur 4 agrès : le sol, la poutre, les barres asymétriques et la table de saut. Elle comprend plusieurs groupes de 6 à 12 gymnastes répartis en catégories d'âge et de niveau. Le niveau « Loisirs » permet aux enfants de pratiquer la gym sans compétition 2h/semaine. Les niveaux « Formation » et « Performance » permettent aux enfants de pratiquer la gymnastique d'une manière plus intensive. A raison de 4 à 11 h/semaine, les gymnastes pratiquent toutes en compétition du niveau départemental jusqu'en finale du Championnat de France s'il y a eu qualification.

La GAM se pratique quant-à-elle sur 6 agrès : sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barres fixes. Elle comprend un groupe de 17 gymnastes qui s'entraînent ensemble en mélangeant les pratiques de loisirs et de compétition (reprise de celle-ci après quelques années de sommeil).

La Baby Gym attire chaque année beaucoup de jeunes enfants entre 15 mois et 6 ans. Le gymnase est une structure aménagée qui peut devenir un magnifique terrain de jeu sécurisé. Un lieu parfaitement adapté au développement psychomoteur de l'enfant ! Pendant 45 minutes, les enfants sont initiés à la pratique de la gymnastique au travers de parcours variés et adaptés à leur niveau.

Quelles actions allez-vous mettre en place cette année ?

Comme tous les ans, le club va proposer des stages pendant les vacances scolaires, des challenges pour les gymnastes des groupes ayant une pratique de loisirs ainsi

que des journées portes ouvertes au printemps sous forme de cours d'essai. Notre gala, événement phare de l'année, aura lieu le samedi 29 juin 2024. Nous sommes, d'ailleurs, déjà à la recherche de commerçants rambolitains prêts à nous soutenir en échange d'une mise en visibilité de leur entreprise. De manière plus générale, nous sommes en quête de sponsors toute l'année. Enfin, si notre calendrier de compétitions nous le permet, nous envisageons également de participer en 2024 au défilé de la Fête du Muguet ainsi qu'au Forum des Associations.

Quels sont vos objectifs sportifs pour 2024 ?

Pour cette saison, nous souhaitons amener le plus de pratiquants possible dans leurs finales respectives selon leur niveau d'évolution. Nous avons, cette année, 3 équipes dont l'objectif sera d'atteindre la finale des Championnats de France en Trophée fédéral A. En ce qui concerne les 9 autres équipes, nous allons tout faire pour qu'elles atteignent les finales départementales, interdépartementales ou régionales. Coté garçons, nous allons engager deux équipes en poussins (2017-2016-2015), une 3e en Fédérale 15-16 ans. Ils auront pour objectif de s'aguerrir et d'appréhender la compétition du mieux possible.

Comment voulez-vous faire évoluer le club dans les années à venir ?

L'évolution du club va dépendre d'un facteur essentiel : l'embauche d'un ou plusieurs intervenants diplômés en fonction du nombre d'heures souhaitées par chacun. Cela permettra plusieurs choses : 1. soulager en nombre certains groupes compétitifs dans le but d'être plus productif en termes de résultats sportifs ; 2. être encore plus proche de nos pratiquants ; 3. être à l'écoute de chacun d'entre eux (notamment celles et ceux qui ont une pratique de loisirs). Nous recherchons activement notre nouveau-elle coach. N'hésitez pas à en parler autour de vous !

REG
RAMBOUILLET ETOILE GYMNIQUE

Le REG en chiffres

- 4 coachs,
- 350 adhérents,
- de 1h à 11h de cours/sem par gymnaste,
- 33 dates allouées à la compétition en 2024

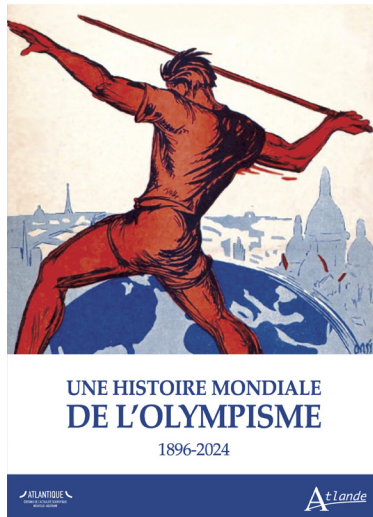
Pour suivre l'actualité du REG

- <https://www.rambouillet-gymnastique.com>
- Facebook : RambouilletEtoileGymnique
- Instagram : Rambouilletetoilegymnique

GALE DE GYMNASTIQUE DE FIN D'ANNÉE

FÉDÉRATION FRANÇAISE GYM

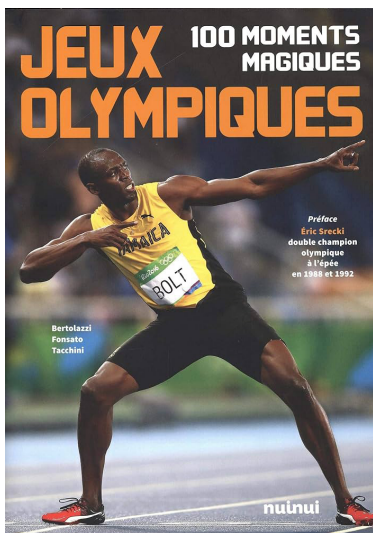
Conseils de lecture



Une histoire mondiale de l'olympisme : 1896-2024

Auteurs : Nicolas Bancel, Pascal Blanchard, Gilles Boëtsch
Editions : Atlante et Atlantique, 2023

Une trentaine de contributions pluridisciplinaires revisitent cent trente années d'olympisme en retraçant les enjeux et les conflits ayant entouré la compétition, de la question raciale à Saint-Louis en 1904 à celle des rapports entre le Comité international olympique (CIO) et les pays non-démocratiques, aussi bien que les aspects légaux, financiers ou encore géopolitiques des Jeux.



Jeux Olympiques : 100 moments magiques

Auteurs : Alberto Bertolazzi, Stefano Fonsato, Alessandro Tacchini
Edition : Nui, 2019

Cent moments qui ont marqué l'histoire des jeux Olympiques d'hiver et d'été. De la fin du XIXe siècle aux années 2010, les photographies permettent de revivre les secrets, les anecdotes et les coulisses des compétitions. Chaque chapitre comporte un QR code pour accéder à des vidéos en ligne.

LE SERVICE DES SPORTS VOUS ACCUEILLE

Locaux du service des sports : Centre municipal de la Vénerie - 49 rue de Groussay
du lundi au vendredi de 8h45 à 12h15 et de 13h30 à 17h30 et sur rendez-vous
Téléphone : 01 75 03 42 70 - Courriel : poleconvivialite.sports@rambouillet.fr