

COMPÉTITION RÉGIONALE INDIVIDUEL DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

LE 3 ET 4 DÉCEMBRE 2016

AU GYMNASSE MICHEL RICARD





Fédération Française de gymnastique



Rueil Athletic Club Gymnastique Rythmique

Le Rueil Athletic Club (RAC) est la principale association sportive de la ville de Rueil Malmaison. Elle a été fondée en 1910 et permet aux habitants de pratiquer toutes formes de sports individuels ou collectifs. Le RAC comprend 14 sections sportives dont la section Gymnastique Rythmique créée en 1942.

Organiser la pratique de la GR pour les Rueillois et leurs voisins selon les envies et possibilités de chacun :

- 313 gymnastes licenciées de 3 à 30 ans,
- 3 professeurs de GR, 2 professeurs de danse classique et 7 aides monitrices,
- 7 membres du bureau de l'association,
- Affilié à 2 fédérations : FFG (Fédération Française de Gymnastique) et UFOLEP (Union Française des Œuvres Laïques d'Education Physique),
- Participation à une 20aine de compétitions chaque année,
- Organisation de 2 compétitions et 2 galas chaque année au gymnase Michel Ricard de Rueil-Malmaison.

Un site web dynamique et interactif www.rac-gr.fr ;
des partenaires économiques ;
inscriptions en Juin et Septembre ;





LE MOT DE LA PRESIDENTE

BIENVENUE

Chers Gymnastes, juges et public,

En tant que présidente et au nom de la section Gymnastique Rythmique du Rueil Athletic Club, c'est avec grand plaisir que nous vous accueillons **à partir de 12H30** le samedi 3 décembre jusqu'au dimanche 4 décembre 2016. Nous vous informons que du fait du plan Vigipirate en vigueur, un contrôle des sacs est fait à l'entrée du gymnase et nous vous remercions de votre bienveillance.

Environ 260 gymnastes des clubs d'Annet sur Marne, Antony, Boulogne Billancourt, Brie Comte Robert, Fontenay sous Bois, Gennevilliers, Guichainville, Houilles, Le Mée sur Seine, Le Vésinet, Les Clayes Sous Bois, Massy, Montigny, Plaisir, Pontault-Combault, Rueil Malmaison, Saint Maur des Fossés, Vanves, Vaux le Penil et Vigneux sur Seine vont concourir durant ces championnats régionaux par individuels UFOLEP d'Ile de France.

Je remercie chaleureusement les bénévoles qui contribuent à l'organisation de ces championnats, ainsi que les professeurs et les juges, sans qui, ils ne pourraient avoir lieu.

Nous souhaitons que les compétitions se déroulent dans le fair-play et le respect de tous, et espérons que vous passerez un moment agréable pour que ce soit une fête pour tous.

Afin de rendre ces instants inoubliables, un photographe prendra des photos des gymnastes lors de leurs passages que vous pourrez acheter à son stand « Sublim'Photo ».

Vous trouverez de quoi vous restaurer à la buvette en haut du gymnase, et, la Croix Rouge est présente pour pallier aux problèmes de santé urgents.

L'entrée des vestiaires est interdite aux parents et limitée aux gymnastes qui concourent et à leur encadrement.

Enfin, nous remercions nos partenaires, en particulier la Ville de Rueil-Malmaison, pour l'aide qu'ils nous apportent.

Nous vous souhaitons une bonne journée.

Béatrice Kalb



Rueil Malmaison

Population: 80 425 (au 1er janvier 2012)

Les habitants: les Rueilloises et les Rueillois

Altitude : 32 mètres à l'Hôtel de Ville

18 600 élèves scolarisés dans 46 établissements

Sports : 25 000 pratiquants sportifs dans 85 clubs

Superficie: 1 454 hectares, la plus étendue des Hauts-de-Seine

Espaces verts publics : 107 hectares, dont 37 hectares de parcs et squares

Forêt de Malmaison : 200 hectares

Espace naturel du vallon des Gallicourts : 50 hectares



C'est au XVIIIe siècle que Rueil commence à se développer grâce à l'acquisition, en 1633, du Château de Val par Richelieu, ministre de Louis XIII. Puis il se transforme peu à peu en un lieu de résidence plaisant et attire toutes les personnalités de l'époque: le Roi, son frère Gaston d'Orléans, Anne d'Autriche. Dans le cadre somptueux du château, Richelieu a beaucoup travaillé et y a fait signer: le " Traité de Ruel " plaçant la ville de Colmar sous la protection du Roi de France, les Lettres Patentes créant l'Académie Française. Le château devient ensuite la propriété de la Duchesse d'Aiguillon qui accueille en 1648 Mazarin, le jeune Louis XIV et sa mère Anne d'Autriche pendant la Fronde. C'est là que sera signée, en 1649, la Paix de Ruel, mettant un terme à la Fronde.

C'est Napoléon 1er qui fait la fortune historique de Rueil. Le [Château de Malmaison](#) a été la résidence de l'empereur et de Joséphine qui l'acquiert en 1799. Il y travaille à plusieurs des actes importants de son règne: la cession de la Louisiane, l'institution de la Légion d'Honneur, les différents articles du Code Civil, ainsi que la préparation du Concordat. C'est aussi à ce moment là qu'il redonne ses lettres de noblesse au haras de Pompadour qui devient Impérial.

A la fin du XIXe siècle, les bords de Seine deviennent un lieu de détente particulièrement prisé par les Parisiens, qui arrivent le dimanche par le train de 11h, en gare de Rueil. C'est le temps des Impressionnistes et des guinguettes. Renoir devient un habitué et immortalise ces endroits sur ses toiles, tout comme Manet et Monet. Maupassant, Flaubert et les Rothschild ont aussi le coup de foudre pour nos rives.

Aujourd'hui, nous nous trouvons dans son quartier d'affaire siège de grandes entreprises.

PROGRAMME COMPETITION REGIONALE INDIVIDUELS

Adresse du Gymnase :

**Gymnase Michel Ricard
15 rue Henri Sainte Claire Deville
92 500 RUEIL SUR SEINE**

SAMEDI 3 DECEMBRE 2016 :

12h30	<i>Ouverture du gymnase</i>
12h40	<i>Réunion de juges</i>
13h30-16h20	Honneur 11-12 ans (20 gyms) Nationale 14-16 ans (23 gyms)

PALMARES

16h50-19h00	Excellence 13-14 ans (20 gyms) Excellence 15-16 ans (22 gyms)
19h15-21h40	Excellence 17-18 ans (19 gyms) Nationale 11-13 ans (8 gyms) Nationale B 13-16 ans (8 gyms)

PALMARES (ATTENTION, le gymnase ferme à 22h30...)

DIMANCHE 4 DECEMBRE 2016 :

8h00	<i>Ouverture du gymnase</i>
8h15	<i>Réunion de juges</i>
9h00-10h50	Honneur 15-16 ans (19 gyms) Honneur 17 ans et + (19 gyms)
11h00-13h30	Honneur 13-14 ans (20 gyms) Nationale 17 ans et + (19 gyms)

PALMARES

14h00-16h30	Excellence 11-12 ans (17 gyms) Excellence 19 ans et + (20 gyms)
16h45-18h00	Nationale B 17 ans et + (5 gyms) Nationale A 13 ans et + (7 gyms) Uforever (12 gyms)

PALMARES (ATTENTION, le gymnase ferme à 19h00...)

Charte de propreté (Ufolep)

On trouve un lieu propre...

Article 1 : Je m'essuie les pieds avant de rentrer dans le lieu de compétition (salle d'accueil, salle d'échauffement...)

Article 2 : Je ne jette pas de papiers par terre,

Article 3 : J'opère un tri sélectif de mes déchets dans les sacs prévus à cet effet,

Article 4 : Je n'ai, normalement, pas le droit de manger dans les vestiaires, les tribunes, mais si je le fais, je ramasse mes détritrus et laisse un lieu propre,

Article 5 : Je ne colle pas de chewing-gum, ni dans les tribunes, ni sous les sièges, mais je le jette à la poubelle,

Article 6 : Je ne mets pas les pieds sur les sièges,

Article 7 : Je respecte les matériels dans les salles,

Article 8 : Je laisse propre les dépendances (toilettes, douches, vestiaires)

Article 9 : Je ne laisse pas mes affaires trainer,

Article 10 : Je n'écrase pas de maquillage dans les vestiaires,

Article 11 : Je ne jette pas de nourriture,

Article 12 : Je ne fume pas dans la Salle Omnisports, ni dans l'enceinte du gymnase, je ne jette pas de mégots par terre,

Article 13 : Si je salis, je nettoie et je remets en ordre les lieux,

Article 14 : J'incite toutes les personnes de mon association à respecter la charte.

Tweetez avec [#RueilUFOLEP](#) pour vivre et partager le direct pendant la compétition

Pour vous restaurer

Nature	Tarif unitaire
Boissons chaudes (thé, café, chocolat)	1,00 €
Bouteille d'eau (50 cl)	1,00 €
Boisson en cannette	1,50 €
Boisson au verre*	1,00 €
*Verre Ufolep	consigne 1 €
Sandwich Jambon	2,00 €
Sandwich Poulet	2,00 €
Sandwich Jambon-fromage	2,50 €
Sandwich Poulet-fromage	2,50 €
Hot dog	2,50€
Paquet individuel de Chips (45g)	1,00 €
Confiserie (Bueno, Kit Kat...)	1,00 €
Sucettes ou oursours par 3	1,00 €
Pâtisserie (la part)	1,50 €
Crêpe beurre ou sucre	1,00 €
Crêpe Nutella	1,50 €