

INFO-GYM

dé c e m b r e 2021



Voici les informations concernant le mois de décembre. Bonne lecture !

À SURVEILLER ...

- 11 et 12 décembre : 1^{ère} coupe Québec GAM (Granby)
- 11 et 12 décembre : 1^{ère} sélection Nationale GAF (Chicoutimi)
- 15 décembre : Assemblée générale CGBF (Cafétéria École Le boisé)
- 19 décembre : Showcase Équipes compétitives Cheerleading (Au club)
- 19 décembre : Simulation défi / Évaluation maison Préparation JO
- 22 décembre au 4 janvier 2022 : Congé des fêtes (tous les cours sont annulés)
- 5 janvier : reprise des cours
- 8 janvier : Journée de formation pour les entraîneurs du club – Aucun cours
- 14-15 janvier : vente de maillots et autres au Club
- 15 janvier : compétition Amicale Cheer – Vicas (Sherbrooke)
- 15 – 16 janvier : Rendez-vous des Régions (St-Hyacinthe)
- 22 janvier : Frosfest Cheer - Vicas (Montréal)
- 22 - 23 janvier : Camp développement provincial (Rosemère)
- 29 - 30 janvier : 1^{ère} Compétition R2 à R5 et JO4 à JO6 /
Finale régionale des Jeux du Québec (Sherbrooke)
- 30 janvier : Régionaux Équipes Jets Cheerleading (St-Hyacinthe)



*** SESSION HIVER 2022 ***

Les inscriptions se font depuis le 1^{er} décembre directement en ligne au www.gymboisfrancs.com

Il reste encore de la place dans les groupes suivants : Bout-chou, Parkour, Récré-Gym, Mini-Cheer et Récré-Cheer. Pour les groupes qui sont complets, vous pouvez placer le nom de votre enfant sur la liste d'attente en envoyant un courriel à : cgbf@gymboisfrancs.com . Vous devez donner le nom et la date de naissance de l'enfant, le groupe souhaité et votre numéro de téléphone.

Chers parents et athlètes,

Toute l'équipe du CGBF profite de cette occasion pour vous souhaiter une merveilleuse période des fêtes. Profitez de ces beaux moments en famille et entre amis pour faire le plein d'énergie.

Nous vous rappelons que le congé des cours réguliers aura lieu du 22 décembre au 4 janvier 2022 inclusivement.

Au plaisir de vous revoir en 2022!

Showcase Cheerleading 19 décembre

Majestic, Intensity, Fearless et Vicas

Chacune de nos équipes compétitives de Cheerleading feront une démonstration devant leurs familles et amis dimanche le 19 décembre. Les portes ouvriront pour les spectateurs à 17h10 et le tout débutera à **17h30**. Passeport vaccinal valide requis.

Vente de maillots et autres

ARGENT COMPTANT

* Vendr. 14 janvier: 16h30 à 20h

* Samedi 15 janvier: 9h à 14h



Au Club de gymnastique des Bois-Francis

Complexe Promutuel 2 – Hall d'entrée principal



1^{ère} coupe Québec JO7 – District 2 (Victoriaville)

Une première compétition depuis mars 2020 !
Félicitations à nos deux athlètes JO7 pour vos belles performances réalisées les 27 et 28 novembre dernier!

 Voici les résultats de la fin de semaine :

Océane Lachance en JO7 11-12 ans :

- 5^{ème} à la poutre
- 8^{ème} au total des appareils

Raphaëlle Lévesque en JO7 13-14 ans:

- OR au saut
- 4^{ème} aux barres
- OR à la poutre
- Argent au sol
- OR au total des appareils



Raphaëlle Lévesque



MERCI – MERCI – MERCI - MERCI

Le Club de Gymnastique des Bois-Francis désirent remercier tous les **bénévoles** qui ont grandement contribué au succès de cette compétition organisée chez-nous à Victoriaville.

Un grand merci à nos généreux **partenaires financiers**.
Votre appui a été très apprécié de tous!



Nos partenaires



MERCI

Entraîneurs en formation

Bravo à nos 2 entraîneurs bénévoles qui ont complété leur formation :

Marie Siméon / Emmeraude Lizotte

Fête d'enfants

Le Club de Gymnastique des Bois-Francis vous invite à faire la fête avec nous.

Samedi, de 16h00 à 17h00
Coût: 70\$ pour 10 enfants

Comprend à votre choix: 1 heure de gymnastique ou de parkour ou de cheerleading dirigée par un entraîneur.

Pour plus de détails et pour réserver, allez au :

<https://www.jeminscrismaintenant.com/gymboisfrancs/autreservices/fetedenfants/>

Viens faire la fête en 2022!



*** 100 et 200 heures ***

Depuis le début de la session d'automne, le club désire souligner de façon particulière ses entraîneurs qui sont dévoués et présents pour les athlètes.

Sept d'entre eux ont atteint le plateau des **100 heures** de travail comme entraîneur en novembre.

Frédéric Cormier

Cassandra Marcotte

Sandrine Martel

Émilie Prémont

Anais Gormley

Marie-Pascale Grégoire

Gabrielle Perreault

Une autre a atteint le plateau des **200 heures** de travail comme entraîneur en novembre.

Marilou Deschamps





Accomplissements

Du mois de novembre 2021



Alyssa Poirier	enrouler
Annabelle Robert	Renversement avant poutre haute
Anne-Catherine Rioux	tour arrière à la barre
Béatrice Arsenault	course bascule
Chelsea Bergeron	soleil sortie layout
Éléonore Laliberté	tour arrière (barre)
Éloanne Tousignant	renversement arrière sur poutre haute
Emmy Galibois	enrouler à la petite barre
Florence Boutin	Roue poutre haute
Jade Fortin	Descente en pont autoroute
Kyllann Binette	Tour libre ATR (sangle)
Lauranne Denis	enrouler à la barre haute
Léa Poulin	bascule
Léana Bouffard	bascule
Léonie Carignan	enrouler à la barre haute ATR poutre haute
Léticia Parent	Descente en pont poutre basse
Lily-Jade Garneau	Bascule
Lyanna Poirier	Tic-Toc au sol
Lyannah Heath	menichelli sur autoroute
Maélie Lavertu	Sortie Layout Tic-toc renversement arrière poutre haute
Magalie Noreau	Tour libre ATR
Mallie Lampron	Descente en pont poutre basse
Maïna Provencher	Salto avant au sol
Mara Girouard	enrouler à la barre haute
Marie Siméon	Renversement avant poutre haute
Maude Bernier	Tic-Toc renversement arrière poutre basse
Maxim Lavertu	Descente en pont poutre basse
Mégane Tremblay	tour arrière
Mélissa Amador	Tour libre ATR (sangle)
Océane Garceau	renversement avant poutre haute renversement arrière poutre haute
Olivia Houle	descente en pont
Romy Daigle	flic arrière
Zoé Tremblay	bonhomme saut droit



Bravo à tous ces athlètes pour leurs efforts constants. Vos réussites nous rendent fiers.

Merci et félicitations pour votre beau travail!



Samedi, 4 juin 2022
Spectacle annuel



ATHLÈTES DU MOIS DE NOVEMBRE 2021

Secteur compétitif

Kyliann Binette, Kayla Boulanger, Frédéric Cormier, Alyssa Griffin, Mégane Hamel, Éléonore Laliberté, Annabelle Lavigne, Aby Lessard, Olivia Nault, Leticia Parent, Alexane Rivard, Marie Siméon, Eve Turcotte



Secteur pré-compétitif

Alice Desrochers, Kaëlla Leblanc, Flavie Normand, Loïna René, Zoé Tremblay



Secteur récréatif

Florence Alain, Léa Allard, Éléonore Brière, Romie Desfossés, Eva-Rose Grimard, Léa Labbé, Alexe Lessard, Charlotte Levasseur, Alice Normand, Chellie Perron, Mary-Lee Pothier, Jasmine Provencher, Lauraly Raby, Delphine Vézina.

Attitude

Amélioration

Persévérance

RAPPEL

*Invitation du Club de gymnastique des Bois-Francis
Assemblée générale annuelle 2021*



- **Quand** : Mercredi le 15 décembre 2021, 19h00
- **Lieu** : Cafétéria de l'École secondaire Le boisé
- **S'adresse à** : Tous les parents d'athlètes ou toute autre personne de 18 ans et plus démontrant de l'intérêt pour le Club.
- **Objet** : Compte rendu de l'année 2020-2021 et enjeux 2021-2022

Le conseil d'administration vous invite, chers membres, à venir nous rencontrer le 15 décembre prochain. Lors de l'assemblée, nous vous résumerons l'année 2020-2021 et vous présenterons les enjeux pour 2021-2022.

Au plaisir de vous rencontrer,

Steve Lachance, Président Club de gymnastique des Bois-Francis



Pour suivre toutes les nouvelles du club, allez « Aimer » notre page Facebook : **Club de gymnastique des Bois-Francis**.



Pour voir des vidéos et des photos de nos athlètes, suivez le club sur Instagram :

Gym Bois-Francis / [gymboisfrancis](https://www.instagram.com/gymboisfrancis)

Nos précieux partenaires

Centre de services scolaire des Bois-Francis

Québec



VICTORIAVILLE
santé urbaine

physio
SANTÉ