

INFO-GYM

Février 2019



Voici les informations concernant le mois de février.

Bonne lecture !

*** RELÂCHE 2019

Notez qu'il n'y aura aucun cours réguliers durant la «relâche», soit du lundi 4 mars au vendredi 8 mars 2019. Merci de partager à vos contacts!



*** NOUVELLE HORAIRE D'OUVERTURE DE LA BOUTIQUE ET DU BUREAU

Lundi	8h30	à	18h00
Mardi	8h30	à	18h00
Mercredi	8h30	à	16h00
Jeudi	8h30	à	16h00
Vendredi	8h30	à	12h00
Samedi	9h30	à	13h30 (boutique seulement)
Dimanche	11h30	à	12h30 (boutique seulement)



* Si la boutique est fermée durant les heures d'ouverture, veuillez vous référer à l'entraîneur responsable dans le gymnase ou au personnel de bureau.



À VENIR ...

- 8-9-10 février 2019 : 1^{ère} sélection division 3 (Boucherville)
- 9-10 février 2019 : Compétition Cheerfest (Montréal)
- 17 février 2019 : 2^{ème} défi régional (Magog)
- 23-24 février 2019 : 2^{ème} défi provincial (Dorval)
- 1-2-3 mars 2019 : Jeux du Québec (Québec)

DATES À RETENIR

- 1^{er} juin 2019 : spectacle annuel
- 12 juin 2019 : Gala méritas



Accomplissements

du mois de janvier 2019



- ❖ Emma-Rose Corriveau, Terry-Ann Descheneaux, Océane Lachance et Maelie Lavertu: sortie roue back (poutre)
- ❖ Jade Vachon : saut de mains front tendu front groupé (sol)
- ❖ Emeraude Lizotte : tour libre ATR (sangle)
- ❖ Terry-Ann Descheneaux : roue sans mains (sol)
- ❖ Alicia Paris, Océane Lachance: bascule ATR (barres)
- ❖ Kyliann Binette : rondade flic 1/2 vrille (sol)
- ❖ Elody Diotte : sortie pieds-mains (barres)
- ❖ Magalie Noreau : rondade flic back (sol)
- ❖ Maylina Binette : rondade flic back (tumbl-track)
- ❖ Rachel Robitaille : descente en pont (sol)
- ❖ Elizabeth Sylvain : pont poussé (sol)
- ❖ Dominique Lapointe : roue (poutre)
- ❖ Océane Lachance : bébé soleil (barres)
- ❖ Chelsea Bergeron : layout (trampoline)



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

Merci pour votre beau travail!

ATHLÈTES DU MOIS DE JANVIER 2019

SECTEUR COMPÉTITIF

ALICIA BLAIS, EMIE FORTIER, FRÉDÉRIQUE TURBIDE, LAURENCE COUTURE, LÉANE CORRIVEAU, MARISOL BERGERON, LAURIE SAVARD, ROSALIE RIVEST, EVE TURCOTTE, KYLIANN BINETTE, DOMINIQUE LAPOINTE, MYA THIBODEAU, MAUDE BERNIER.

SECTEUR PRÉ-COMPÉTITIF

FLORENCE LABRECQUE, OXANNE COMTOIS, MAÉLY DUROCHER, JOLIANNE MARCOUX, ANNE-CHARLOTTE LEHOX, ÉMERAUDE BOLDOC.

SECTEUR RÉCRÉATIF

LILI-MAUDE LEBLANC, ÉLISABETH FORTIER, LAURA NATHALIA MANRIQUE LADINO, ÉLISE VAILLANCOURT, LEXI PROULX, JADE GARREAU, MAYA BARIL, MAYA-LIVIA GAGNÉ, HANNAH-EVE PARIS, ALICE MAILLOUX, MIA MARCOTTE, OLIVIA SKELHORNE, ANAÏS BOISSONEAULT, ALLISON DESILETS, ANAËLLE DUROCHER, LÉA LAMOTHE, ZOÉ TREMBLAY, LÉA POULIN, LILY JACQUES, MALI DESROSISIERS, MATHILDE LÉVESQUE, MEGAN MARCOUX, MARIE-LOUISE BERTRAND.

Félicitations!

*** Les athlètes du mois recevront un laissez-passer pour une participation à la gym libre. Expire le 31 août 2019.

LES NOUVELLES ET NOS RÉSULTATS

GYMNASTIQUE : COMPÉTITION RÉGIONALE ET FINALE RÉGIONALE DES JEUX DU QUÉBEC

Les 26 et 27 janvier dernier avait lieu une compétition régionale et une compétition pour la finale régionale des jeux du Québec, à Sherbrooke. FÉLICITATIONS à tous les athlètes qui ont participé à la compétition, nous sommes fiers de vous !!!!

Voici les résultats :

Finale Régionale Jeux du Québec GAF

- Jade Vachon : 4^e saut, 5^e barres, 1^{ère} poutre, 5^e sol et 1^{ère} total.
- Ann-Sophie Taschereau : 7^e saut, 1^{ère} barres, 2^e poutre, 7^e sol et 7^e total.

Finale Régionale Jeux du Québec GAM

- Frédéric Cormier : 3^e sol, 1^{er} arçons, 2^e saut, 2^e parallèles, 1^{er} fixe et 1^{er} total.
- Andrew Bourque : 2^e sol, 3^e anneaux, 1^{er} saut, 1^{er} parallèles, 2^e fixe et 4^e total.

R5 13-14 ans

- Saut : Lara Bernard : 5^e / Anaïs Gormley : 5^e
- Barres : Adèle Siméon : 1^{ère} / Emma-Rose Corriveau : 3^e / Rosalie Boutet : 5^e / Megan Laquerre : 6^e / Anaïs Gormley : 8^e
- Poutre : Emma-Rose Corriveau : 2^e / Adèle Siméon : 3^e / Lara Bernard : 3^e / Rosalie Boutet : 5^e / Megan Laquerre : 8^e
- Sol : Anaïs Gormley : 5^e
- Trampoline : Emma-Rose Corriveau : 2^e / Anaïs Gormley : 6^e
- Tumbling : Emma-Rose Corriveau : 2^e / Anaïs Gormley : 8^e
- Total des appareils : Emma-Rose Corriveau : 2^e / Adèle Siméon : 4^e / Anaïs Gormley : 8^e

R5 11-12 ans

- Saut : Virginie Nolet : 2^e / Florence Vézina : 3^e
- Barres : Virginie Nolet : 2^e / Florence Vézina : 4^e
- Poutre : Alicia Blais : 2^e / Virginie Nolet : 4^e
- Sol : Alicia Blais : 4^e / Florence Vézina : 4^e
- Tumbling : Florence Vézina : 1^{ère} / Alicia Blais : 4^e
- Total des appareils : Alicia Blais : 3^e / Florence Vézina : 6^e / Virginie Nolet : 7^e

R4 11-12 ans

- Saut : Laurie Savard : 3^e / Meredith Gosselin : 7^e / Marie Siméon : 8^e
- Barres : Matilde Lambert Gonzalez : 3^e / Kelly-Ann Plourde : 5^e / Laurie Savard : 6^e / Maïna Provencher : 7^e / Florence Bolduc : 8^e
- Trampoline : Maïna Provencher : 2^e / Kelly-Ann Plourde : 6^e
- Poutre : Matilde Lambert Gonzalez : 2^e / Florence Bolduc : 3^e / Maïna Provencher : 6^e / Abygaël Cantin : 6^e
- Sol : Florence Bolduc : 3^e / Matilde Lambert Gonzalez : 5^e / Marie Siméon : 7^e
- Tumbling : Maïna Provencher : 2^e / Florence Bolduc : 4^e / Meredith Gosselin : 8^e
- Total des appareils : Maïna Provencher : 3^e / Florence Bolduc : 4^e / Matilde Lambert Gonzalez : 7^e

R4 13-14 ans

- Dominique Lapointe : 2^e saut / 1^{ère} barres / 6^e trampoline / 7^e poutre / 7^e tumbling / 5^e au total
- Cassandra Marcotte : 7^e trampoline / 8^e poutre / 8^e au total

R4 15 ans et +

- Maryane Bélisle : 2^e saut / 2^e barres / 1^{ère} Trampoline / 1^{ère} poutre / 1^{ère} sol / 2^e tumbling / 1^{ère} au total

R5 15 ans et +

- Saut : Ariane Proulx : 6^e
- Barres : Alyson Chrétien : 1^{ère} / Émie Fortier : 2^e / Ariane Proulx : 3^e
- Poutre : Émie Fortier : 5^e / Alyson Chrétien : 8^e
- Sol : Émie Fortier : 5^e / Ariane Proulx : 8^e
- Trampoline : Ariane Proulx : 5^e / Alyson Chrétien : 8^e
- Tumbling : Émie Fortier : 2^e / Ariane Proulx : 3^e / Alyson Chrétien : 7^e
- Total des appareils : Émie Fortier : 3^e / Ariane Proulx : 5^e / Alyson Chrétien : 8^e

R4 9-10

- Ève Turcotte : 2^e saut / 2^e Barres / 1^{ère} Trampoline / 8^e sol / 1^{ère} Tumbling / 3^e au total
- Gabrielle Lainesse : 6^e Poutre

R4 11-12 groupe B

- Saut : Éveline Miousse : 3^e / Raphaëlle Banet-Proulx : 6^e
- Barres : Mia Faucher : 7^e
- Trampoline : Mia Faucher : 2^e / Laurence Allison : 7^e / Raphaëlle Banet-Proulx : 7^e
- Poutre : Mia Faucher : 4^e
- Sol : Raphaëlle Banet-Proulx : 2^e / Laurence Allison : 8^e
- Tumbling : Raphaëlle Banet-Proulx : 6^e / Mia Faucher : 8^e
- Total des appareils : Raphaëlle Banet-Proulx : 4^e / Mia Faucher : 5^e

Félicitations à Jade,
Frédéric et Andrew pour
leur qualification pour les
Jeux du Québec!



LES NOUVELLES ET NOS RÉSULTATS (suite)

L'équipe Vicas Cheerleading nommée Grand champion Niveau 3!

Samedi, le 19 janvier, l'équipe de Cheerleading les Vicas de l'École secondaire Le Boisé participait à une première compétition. Frosfest est une compétition amicale pour préparer la saison 2019. Le tout se tenait au Complexe sportif Claude-Robillard, à Montréal.

Avec une prestation presque parfaite, l'équipe a reçu la médaille d'or dans sa catégorie, Secondaire 1 à 5 filles ouvert – Niveau 3. Et question de concrétiser cette belle performance, elle a aussi reçu le titre de Grand Champion Niveau 3.

Sous la supervision des entraîneurs, Alyson Piché-Bilodeau, Coralie Blier, Isaac Poirier et Laurianne Martel, ses 21 athlètes s'entraînent chaque après-midi de la semaine dans le programme sport-étude Cheerleading.

Les 3 équipes des Jets qualifiées pour les provinciaux

Les 3 équipes des Jets étaient en action le 26 janvier dernier dans le cadre des régionaux à St-Hyacinthe.

L'équipe **Majestic youth** (niveau 1) a terminé 2^{ème}. L'équipe **Intensity junior** (niveau 3) s'est classé 3^{ème}. Quant à l'équipe **Fearless Senior** (niveau 4), grâce à un sans faute (Hit 0), elle a terminé 1^{er} de sa catégorie et Grand champion niveau 4.

Félicitation à tous les athlètes de Cheerleading pour votre qualification au championnat provincial.



Jeunes talents recherchés



Votre enfant fait des culbutes sans arrêt et souhaite s'initier à la gymnastique ou développer son talent pour ce sport ?
Nous sommes à la recherche de jeunes talents pour faire partie de notre volet pré-compétitif et relève pour l'été et l'automne 2019 !



Pour informations :
Geneviève Charest-Proulx
gcharest.cgbf@gmail.com
819-758-0620

SÉLECTION – 6 mars 2019

TOUS les enfants nés entre 2010 et 2015 sont invités à cette évaluation. Ceci ne vous engage en rien et c'est tout à fait gratuit. L'évaluation vous permettra de connaître la catégorie idéale pour votre enfant.

Voici les horaires selon les âges :

- 2014-2015 : 9h à 10h
- 2012-2013 : 10h à 11h
- 2010-2011 : 11h à 12h

Arrivez 15 minutes plus tôt, votre enfant en maillot et coiffé sans cheveux dans le visage!

Afin de rendre service aux parents qui ne peuvent se libérer pour seulement 1h, un service de garde sera offert gratuitement de 8h30 à 12h15.



Pour suivre toutes les nouvelles du club, allez « Aimer » notre page Facebook : Club de gymnastique des Bois-Francis.
<https://www.facebook.com/pages/Club-de-gymnastique-des-Bois-Francis/552061668205514?fref=ts>



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

Gym Bois-Francis
gymboisfrancis



Club de gymnastique des Bois-Francis Présences du physiothérapeute aux entraînements

SEPTEMBRE	
Date	Heure
Mercredi 19 septembre 2018	16h30-17h30
OCTOBRE	
Date	Heure
Mardi 16 octobre 2018	16h30-17h30
NOVEMBRE	
Date	Heure
Mercredi 14 novembre 2018	16h30-17h30
DÉCEMBRE	
Date	Heure
Mardi 11 décembre 2018	16h30-17h30
JANVIER	
Date	Heure
Mercredi 16 janvier 2019	16h30-17h30
FÉVRIER	
Date	Heure
Mardi 12 février 2019	16h30-17h30
MARS	
Date	Heure
Mercredi 13 mars 2019	16h30-17h30
AVRIL	
Date	Heure
Mardi 16 avril 2019	16h30-17h30
MAI	
Date	Heure
Mercredi 15 mai 2019	16h30-17h30

**DOULEUR?
NOUS AVONS DES SOLUTIONS !**

NOS PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ VOUS PRENNENT EN MAIN.

- / Physiothérapie
- / Ergothérapie
- / Massothérapie
- / Kinésiologie
- / Acupuncture
- / Ostéopathie
- / Évaluation de la course à pied
- / Évaluation pour golfeur

physio SANTÉ

ON VOUS PREND EN MAIN

DRUMMONDVILLE
 3525, boul. Saint-Joseph, local 202 819 478-7390
 2125, boul. Lennox, local 130 819 477-0220

PHYSIO-SANTE.COM



Fête d'enfants

Au Club de gymnastique des Bois-Francs

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

Cette activité est offerte les **samedis** et les **dimanches** de **16h30 à 18h30**.

- **16h30 à 17h30**

L'entraîneur assure l'animation en gymnastique et en trampoline pendant 30 minutes pour ensuite laisser 30 minutes de gym libre.

- **17h30 à 18h30**

Une petite salle est à votre disposition pour déguster votre gâteau, prendre un goûter et déballer les cadeaux.

Le coût de la fête est de **90,00\$ pour 9 enfants**, ajoutez 10,00\$ par enfant supplémentaire.

Pour réservation vous devez vous rendre sur notre site internet au <https://www.jeminscrismaintenant.com/gymboisfrancs/autreservices/fetedenfants/>. Vous pouvez communiquer avec nous pour toutes informations 819 758-0620 ou cgbf@gymboisfrancs.com



Métro Plus vous offre le gâteau de fête et vous avez la possibilité de commander un buffet à bon prix de chez Métro plus.

CLUB DE GYMNASTIQUE DES BOIS-FRANCS



RÉSERVATIONS EN LIGNE

Calendrier

Deux plages horaires disponibles, soit de 12h30 à 14h ou bien de 14h15 à 15h45

- 14 septembre 2018
- 5 octobre 2018
- 7 décembre 2018
- 7 janvier 2019
- 25 janvier 2019
- 8 février 2019
- 22 février 2019
- 11 mars 2019
- 5 avril 2019
- 3 mai 2019
- 17 mai 2019



Promo!
Groupes de 20 participants et plus: 7\$/participants

ENTRAÎNEURS QUALIFIÉS!

Tarifs:

6 à 12 participants: 13\$/participants

13 à 24 participants: 12\$/participants

25 à 36 participants: 11\$/participants

AU PEPS DE L'ÉCOLE SECONDAIRE LE BOISÉ

VENDREDI: 20H À 21H30 ET SAMEDI 18H À 19H30
DU 14 SEPTEMBRE 2018 AU 25 MAI 2019



Bouger sauter S'AMUSER

À LA GYMNASTIQUE



WWW.GYMBOISFRANCS.COM
819-758-0620



5\$/membre 12\$/non membre

GYMBOISFRANCS.COM



NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES

EXCELLENCE



COMMISSION SCOLAIRE
DES BOIS-FRANCS



VICTORIAVILLE
santé urbaine

NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES

ÉLITE



ON VOUS PREND EN MAIN

NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES

RELÈVE

