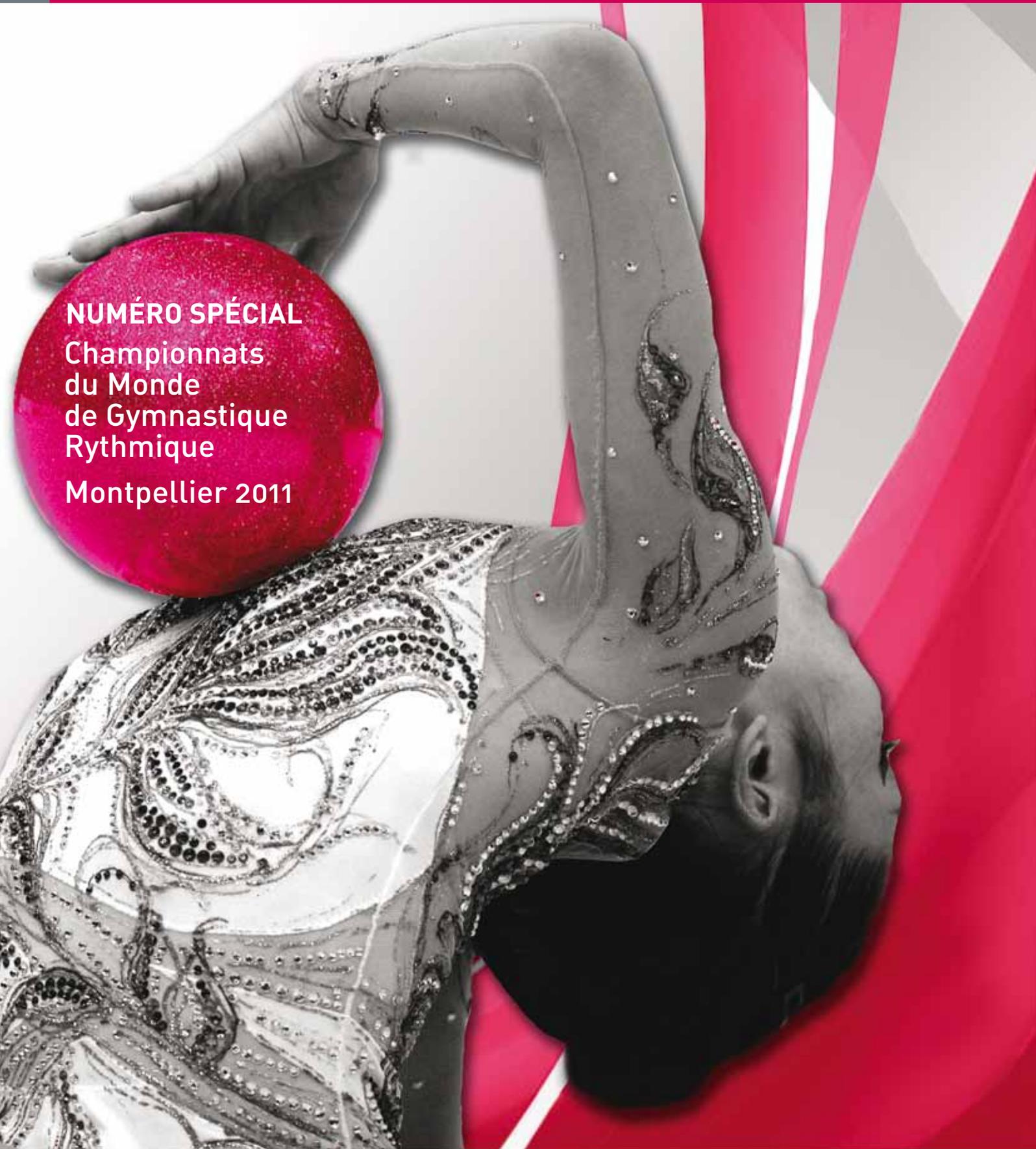


# Gymnaste

n° 337

LA REVUE  
DE LA FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
DE GYMNASTIQUE

◀ magazine



**NUMÉRO SPÉCIAL**  
Championnats  
du Monde  
de Gymnastique  
Rythmique  
Montpellier 2011

G.A.M.



G.A.F.  
& G.R.



**Catalogue sur demande**

**www.nine-nine.com**

**04-74-29-84-89**

Fournisseur officiel du comité Rhône-Alpes.  
Fournisseur officiel du Comité Ile de France Ouest.  
Y.C réalise les tenues des gyms masculins de l'équipe de France.  
Partenaire de la FFG  
Partenaire de l'Ajni.

**TRA.DI.TEX.**  
2 Rue Sergent Geoffray  
BP 40438  
38554 St MAURICE L'EXIL cedex  
Tél: 04-74-29-84-89  
Fax: 04-74-29-83-60  
e-mail: [individuel@nine-nine.com](mailto:individuel@nine-nine.com)  
[club@nine-nine.com](mailto:club@nine-nine.com)

**03 EDITORIAL**

Jacques Rey, Président de la Fédération Française de Gymnastique / *Jacques Rey, President of the French Gymnastics Federation*

**04 À PROPOS DE / NEWS ROUND UP...****08 ZOOM SUR / ZOOM ON**

Présentation et programme de l'événement / *Introduction and programme for the event*

**10 INTERNATIONAL / OVERVIEW**

Les prétendantes aux titres / *Challengers for titles*

**12 PORTRAIT**

La championne du Monde Evgenia Kanaeva (Russie) / *World champion Evgenia Kanaeva (Russia)*

**14 FOCUS SUR / FOCUS ON**

L'Ensemble France / *Group France*

**16 FOCUS SUR / FOCUS ON**

Delphine Ledoux

**18 ENTRETIENS AVEC / INTERVIEW WITH**

Le Directeur Technique National et Eva Serrano, Entraîneur National / *The National Technical Director and Eva Serrano, National Coach*

**20 CHRONIQUE / COLUMN**

Lexique des engins / *Apparatus glossary*

**22 TECHNIQUE / TECHNICAL**

Règlements et code de pointage / *Rules and code of points*

**25 ENCART SPÉCIAL**

sur les artistes du gala de clôture

**30 HISTOIRE / HISTORY**

De la Gymnastique Rythmique et ses principales dates / *Of Rhythmic Gymnastics and its key dates*

**32 FLASH BACK / FLASHBACK**

Les grandes championnes / *Great champions*

**34 CLIN D'ŒIL / EYE-WITNESS**

Les grandes compétitions / *Major competitions*

**36 TEMOIGNAGE**

Une séance d'orientation vue par un juge / *A coaching session seen by a judge*

**38 DOSSIER / FILE**

Chorégraphie et choix musicaux / *Choreography and musical choices*

**40 GROS PLAN SUR / AT A GLANCE**

Présentation de la Fédération et comment faire de la Gymnastique Rythmique ? / *Introduction to the Federation and how to practice Rhythmic Gymnastics?*

**42 REGION / REGIONAL**

Le Comité d'Organisation Local et le club « Montpellier GRS » / *The Local Organisation Committee and the «Montpellier Rhythmic Gymnastics» club*

**44 EN VUE / IN VIEW**

Spécial Jeux Olympiques / *Olympic Games Special*

**46 JEUX ET AUTOGRAPHES / UNUSUAL****48 LES PARTENAIRES DE L'ÉVÉNEMENT / EVENT SPONSORS**

BON DE COMMANDE : nouveau prix 30 euros annuel / 48 euros étranger  
ORDER FORM : *new price 30 euros for year / 48 euros abroad*

**DANS LE PROCHAIN NUMÉRO :**

À propos des Universiades à Shenzhen (Chine), un flash back sur le FOJE et la Gymnastrada, un dossier sur les clubs FFG, un portrait de la championne du Monde Aliya Mustafina, un clin d'œil avec le Tumbling au Pôle France de Rennes, des nouvelles d'Elena Gomez et d'Oksana Omelianshik et un gros plan sur la gymnastique et facebook.



# GYMNOVA

L A P A S S I O N D E L A G Y M N A S T I Q U E



En deux ans, **Gymnova** aura équipé l'intégralité des Championnats du Monde de gymnastique : **gymnastique artistique, gymnastique rythmique, aérobic, trampoline et tumbling.**

Et aujourd'hui, la plus grande récompense pour nous est d'avoir été choisis comme fournisseur officiel des **Jeux Olympiques de 2012** dans les trois disciplines (GAM/GAF, GR et trampoline) qui se tiendront à Londres, nous espérons vous y retrouver !

**WWW.GYMNOVA.COM**

BP 56 | 45, RUE GASTON DE FLOTTE | 13375 MARSEILLE CEDEX 12 | FRANCE  
TÉL. +33 (0)4 91 87 51 20 | FAX +33 (0)4 91 93 86 89 | INFO@GYMNOVA.COM



Jacques Rey,  
Président  
de la Fédération Française  
de Gymnastique

A-t-on jamais compté le nombre énorme de positions que le corps humain peut prendre ?  
Alors, comme son anatomie conditionne l'ensemble de ces diverses postures, on peut la qualifier de « pré-posée ».  
Ainsi, le terme de préposition s'applique à la fois au corps comme aux mots les plus usités du langage.

*Has anyone ever counted the enormous number of positions that the human body can take?*

*Well, as our anatomy influences all these various postures, we can qualify it as «pre-posed». Thus the term pre-position is applied both to the body and to the most commonly used words in the language. Mysteriously, the body can often outsmart static laws. By playing its part off balance, by confronting limits, it succeeds in existing in instability.*

*It leaves the realm of the real to enter the realm of the potential. Without this obvious fact, how do we understand progress in training, second wind, fitness, explosion of life, adaptation, comfort beyond pain, virtue itself? Thus go the bodies of Rhythmic Gymnastics.*

*Rhythmic Gymnastics is also a well-ordered world with classes. This fairly little-known environment remains very fascinating. It is an exclusively feminine sport and consequently produces discussion on femininity. The special feature of this sport lies in it being very difficult. The girls train for nearly thirty hours per week. They must have exceptional physical qualities. It is an activity where enormous efforts are made while having to play them down. Rhythmic Gymnasts have to give the impression that it is all easy by smiling, they have to be seductive in their combat. Demanding exercises, invention, access to the perfect introduce us to a joy that penetrates the pores, lightens the bones, broadens the thorax, increases muscle plasticity... enough to make the intense image of levitation likely. With effort and discipline, it is a little like the girls' army.*

Mystérieusement, le corps peut souvent déjouer les lois statiques. En jouant sa partie hors de l'équilibre, en affrontant les limites, il réussit à s'établir dans l'instabilité. Il sort du domaine réel pour entrer dans le potentiel. Sans cette évidence comment comprendre le progrès dans l'entraînement, le second souffle, l'état de forme, l'explosion de vie, l'adaptation, l'aise au-delà de la douleur, la vertu même ?  
Ainsi vont les corps de la Gymnastique Rythmique.

La Gymnastique Rythmique est aussi un monde réglé avec des castes. Ce milieu assez méconnu demeure très fascinant. C'est un sport exclusivement féminin et par conséquent il produit un discours sur la féminité.  
La particularité de ce sport réside en ce qu'il est très difficile. Les filles s'entraînent près de trente heures par semaine. Elles doivent posséder des qualités physiques exceptionnelles. C'est une activité où l'on produit énormément d'efforts tout en devant les gommer. Les Gymnastes de la GR doivent donner l'impression que tout est facile en souriant, elles ont des impératifs de séduction dans le combat. Les exercices exigeants, l'invention, l'accès au parfait introduisent à une joie qui pénètre les pores, allège les os, élargit le thorax, multiplie la plasticité des muscles... assez pour rendre probable l'intense image de la lévitation.  
Avec l'effort et la discipline, c'est un peu l'armée des filles.



## Gymnaste magazine

Bulletin Officiel édité  
par la Fédération Française  
de Gymnastique

Tous droits de reproduction (textes et photos),  
même partielle, sont strictement réservés,  
sauf accord préalable de la direction.

**ADRESSE DU SITE DE L'ÉVÈNEMENT :**  
<http://montpellier2011.ffgym.com>

**ADRESSE DU SITE DE L'ÉQUIPE DE FRANCE :**  
<http://www.iloveffgr.com>

**DIRECTEUR DE LA PUBLICATION**  
Jacques REY

**RÉDACTRICE EN CHEF**  
Josette ROUX

**RÉDACTRICE EN CHEF ADJOINTE**  
Sandrine LIVET (Tél. 01.48.01.24.57)  
e-mail : sandrine.livet@ffgym.net

**RÉDACTRICES PERMANENTES**  
Emilie Clemenceau et Sandrine Livet

**RELECTURES**  
Emilie Clemenceau, Emilie Duclay  
(Directrice de la communication),  
Jean Domard, Sandrine Livet,  
Jacques Rey et Josette Roux

**ONT COLLABORÉ À CE NUMÉRO**  
Laurence Decaux, Julia Favier, Julia Huet,  
Thomas Héteau et Christian Pérémarti

**PHOTOGRAPHIES**  
Olivier Aubrais, Thomas Schreyer,  
Gérald Bidault, Émilie Duclay,  
Montpellier GRS et Cosmics artist

**RÉDACTION**  
Fédération Française de Gymnastique  
7 ter, cour des Petites Ecuries 75010 Paris  
Tél. 01.48.01.24.48 - Fax. 01 42.46.29.23  
E-mail : sandrine.livet@ffgym.net  
Internet : www.ffgym.com

**TRADUCTION**  
Promolangues  
20 chemin Lafilaire - Résidence Les Floralties  
31500 Toulouse  
Tél. : 05 61 80 15 26 - Fax : 05 61 34 16 75  
Mail : promolang@wanadoo.fr

**ABONNEMENTS**  
Clémence Carpanin (Tél. 01.48.01.24.37)  
e-mail : clemence.carpanin@ffgym.fr  
France et DOM-TOM 30 euros  
Étranger 48 euros  
Ou par Internet : www.ffgym.com  
rubrique mediathèque

**CONCEPTION MAQUETTE / MISE EN PAGE**  
ÉDITÉDITO  
4, rue Ribot - 69004 Lyon  
Tél. 04 78 27 60 26

**IMPRIMEUR**  
EDIPS  
17, Bd du Champ aux Métiers  
21800 Quétigny  
Tél. 03 80 71 01 71 - Fax. 03 80 71 01 72

**ÉDITEUR**  
Fédération Française de Gymnastique

**N° ISSN :** 1242 13 16

**N° DE COMMISSION PARITAIRE**  
0205 G 79698

**DÉPÔT LÉGAL :** 3<sup>ème</sup> trimestre 2011

**MISE SOUS PRESSE :** Août 2011

**TIRAGE :** 15.000 exemplaires

## À propos de



### PAYS AYANT ACCUEILLI LE PLUS D'ÉVÈNEMENTS MONDIAUX DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

L'Espagne est le pays qui compte à son actif le plus d'organisations  
d'évènements mondiaux de GR :

2001 Madrid 24<sup>es</sup> Championnats du Monde  
1998 Séville 22<sup>es</sup> Championnats du Monde  
1993 Alicante 17<sup>es</sup> Championnats du Monde  
1985 Valladolid 12<sup>es</sup> Championnats du Monde  
1975 Madrid 7<sup>es</sup> Championnats du Monde

### COUNTRIES THAT HAVE HOSTED THE MOST WORLD RHYTHMIC GYMNASTICS EVENTS

*Spain is credited with organising the most world Rhythmic  
Gymnastics events:*

*2001 Madrid, 24th World Championships  
1998 Seville, 22nd World Championships  
1993 Alicante, 17th World Championships  
1985 Valladolid, 12th World Championships  
1975 Madrid, 7th World Championships*

#### QUELQUES PHRASES DE BASE

Bonjour, je m'appelle Delphine.

Comment vas-tu ?

Je vais bien, merci.

Quelle heure est-il ?

J'habite en France.

Quel âge as-tu ?

Je pratique la  
Gymnastique Rythmique.

Mon engin préféré est le ballon.

J'ai obtenu dix points  
pour mon enchaînement.

#### A FEW BASIC PHRASES:

Hello, my name is Delphine.

How are you ?

I am fine, thank you.

What time is it ?

I live in France.

How old are you ?

I practice Rhythmic  
Gymnastics.

My favourite apparatus is ball.

I got ten points for my routine.



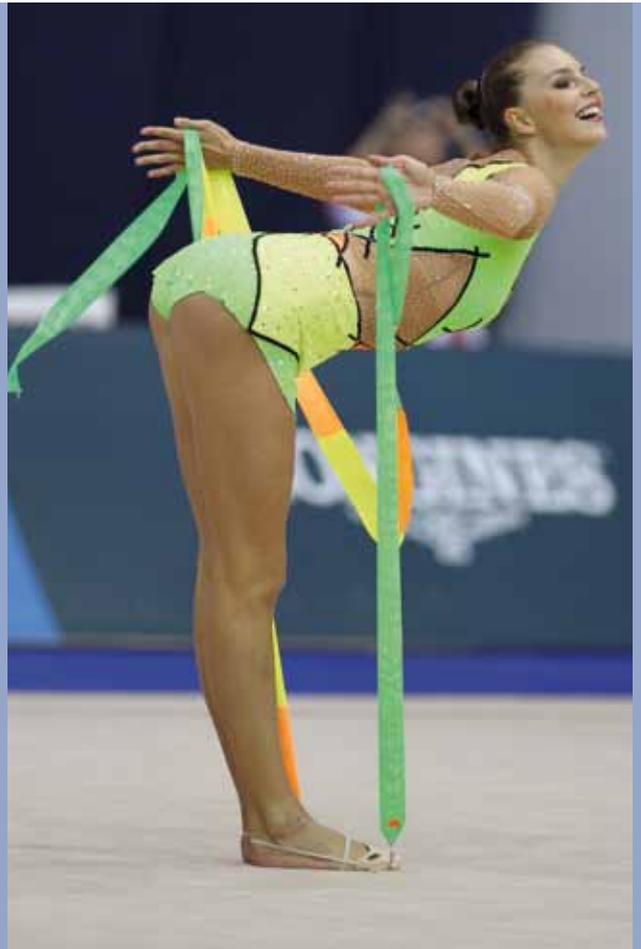
## Facts and figures

### LE COLLECTIF FRANCE DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE !

Le 27 mai 2011, la jeune gymnaste Kseniya Moustafaeva a obtenu la nationalité française. Elle pourra donc concourir sous les couleurs du drapeau bleu / blanc / rouge. Née le 8 juin 1995 en Biélorussie, elle vit en France depuis l'âge de 6 ans. Elle s'entraîne aujourd'hui à l'INSEP avec son entraîneur qui est aussi sa maman. Elle est originaire et licenciée au club de la Société Municipale de Bourges. Depuis le début de la saison (sa première année en Senior !), Kseniya enchaîne les performances lors de différents Tournois auxquels elle participe. Troisième lors de la Gazprom Cup à Moscou en février, elle a notamment remporté le Tournoi de Riga fin avril en Lettonie. Des résultats prometteurs pour cette gymnaste de 16 ans qui s'entraîne en vue de participer aux Jeux Olympiques de Rio en 2016.

### A NEW MEMBER OF THE FRENCH RHYTHMIC GYMNASTICS TEAM!

*At the beginning of June, the young gymnast Ksényia Moustafaeva obtained French nationality. She will now be able to compete in the different competitions under the colours of the blue / white / red flag. Born in Belarus in 8 June 1995, she has lived in France since she was 6 years old. She now trains at INSEP with her coach, who is also her mother and a founder and member of the Bourges club. Since the start of the season (her first year as a Senior!), Ksényia is stringing performances together at the different Tournaments in which she is taking part. Third at the Gazprom Cup in Moscow during February, she won the Riga Tournament in Latvia at the end of April. Promising results for this 16-year old gymnast who is training with the aim of taking part in the Rio Olympics in 2016.*



### MINI-DICTIONNAIRE FRANÇAIS/ANGLAIS SUR LA GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Gymnastique Rythmique	Rhythmic Gymnastics
Gymnaste	Gymnast
Entraîneur	Coach
Engins	Apparatus
Enchaînement	Routine
Corde	Rope
Cerceau	Hoop
Ballon	Ball
Massues	Clubs
Ruban	Ribbon
Saut	Jump
Pivot	Pivot
Equilibre	Balance
Souplesse	Flexibility
Individuelle	Individual
Ensemble	Group
Duo	Duet
Championnats du Monde	World Championships
Championne du Monde	World Champion
Jeux Olympiques	Olympic Games
Juge	Judge
Praticable	Carpet

## À propos de



### LONGÉVITÉ GYMNIQUE

Almudena Cid (ESP) est la gymnaste Rythmique ayant participé au plus grand nombre de Jeux Olympiques : Atlanta 1996, Sydney 2000, Athènes 2004 et Pékin 2008. Elle a mis un terme à sa carrière à 28 ans.

### GYMNASTIC LONGEVITY

*Almudena Cid (Spain) is the Rhythmic Gymnast that has taken part in the most Olympic Games: Atlanta 1996, Sydney 2000, Athens 2004 and Beijing 2008. She was 28 years old when she finished her career.*



### RÉSULTATS EN ENSEMBLE DES PAYS DE L'UNION EUROPÉENNE AUX CHAMPIONNATS DU MONDE DE MOSCOU 2010

#### GROUP RESULTS FOR EUROPEAN UNION COUNTRIES AT THE MOSCOW WORLD CHAMPIONSHIPS IN 2010

Italie	(1 <sup>er</sup> )	Italy	(1 <sup>st</sup> ),
Bulgarie	(5 <sup>e</sup> )	Bulgaria	(5 <sup>th</sup> ),
Allemagne	(8 <sup>e</sup> )	Germany	(8 <sup>th</sup> ),
Hongrie	(10 <sup>e</sup> )	Hungary	(10 <sup>th</sup> ),
Pologne	(13 <sup>e</sup> )	Poland	(13 <sup>th</sup> ),
Espagne	(15 <sup>e</sup> )	Spain	(15 <sup>th</sup> ),
France	(16 <sup>e</sup> )	France	(16 <sup>th</sup> ),
Finlande	(17 <sup>e</sup> )	Finland	(17 <sup>th</sup> ),
Grèce	(18 <sup>e</sup> )	Greece	(18 <sup>th</sup> ),
Autriche	(19 <sup>e</sup> )	Austria	(19 <sup>th</sup> ),
Royaume-Uni	(29 <sup>e</sup> )	United Kingdom	(29 <sup>th</sup> )

## Un monde de talents

LE CIRQUE DU SOLEIL® RECHERCHE DE **NOUVEAUX TALENTS** POUR SES SPECTACLES ACTUELS ET EN CRÉATION.

**GYMNASTIQUE ACROBATIQUE,  
ARTISTIQUE ET RYTHMIQUE  
TRAMPOLINE - TUMBLING  
AUTRES SPORTS**

NOUS SERONS PRÉSENTS AUX **43<sup>e</sup> CHAMPIONNATS DU MONDE DE GYMNASIQUE ARTISTIQUE** À TOKYO. VENEZ Y RENCONTRER NOTRE DÉPISTEUR AFIN D'EN APPRENDRE PLUS SUR NOS POSSIBILITÉS D'EMPLOI APRÈS LA CARRIÈRE SPORTIVE.

[CIRQUEDUSOLEIL.COM/EMPLOIS](http://CIRQUEDUSOLEIL.COM/EMPLOIS)



[FACEBOOK.COM/CIRQUEDUSOLEILCASTING](https://www.facebook.com/cirquedusoleilcasting)

Photo: OSA Images Costumes: Kym Barrett © 2010 Cirque du Soleil

**CIRQUE DU SOLEIL®**

## Facts and figures

### LES PÔLES FRANCE ET ESPOIR EN FRANCE :

Pole Espoir Aix-en-Provence,  
Pole Espoir Montpellier,  
Pole Espoir Orléans,  
Pole Espoir Strasbourg  
Pole France Calais,  
Pole France Evry

### RG POLES FRANCE AND POLES ESPOIR IN FRANCE:

Aix-en-Provence RG Pole Espoir,  
Montpellier RG Pole Espoir  
Orléans RG Pole Espoir,  
Strasbourg RG Pole Espoir  
Calais RG Pole France,  
Evry RG Pole France



### LE CONTINENT LE MOINS REPRÉSENTÉ EN GR

L'Afrique est le continent qui présente le moins de gymnastes lors des événements mondiaux de Gymnastique Rythmique. Lors des Championnats du Monde de Moscou en 2010, trois pays africains ont été représentés par des gymnastes individuelles : l'Afrique du Sud, la Namibie et l'Égypte.

### THE LEAST REPRESENTED CONTINENT IN RHYTHMIC GYMNASTICS

*Africa is the continent represented by the fewest gymnasts during world Rhythmic Gymnastics events. During the Moscow World Championships in 2010, three African countries were nonetheless represented by individual gymnasts: south Africa, Namibia and Egypt.*



### COLLECTION EXCLUSIVE DU MONDIAL GR 2011

En septembre prochain, les meilleures Gymnastes de la planète se sont donné rendez-vous à Montpellier. Delphine Ledoux ainsi que l'Ensemble France, auront pour objectif de se qualifier pour les Jeux Olympiques de Londres en Août 2012. Pour leur apporter notre soutien, vivons aux couleurs du Mondial GR 2011. Aussi, la Fédération Française de Gymnastique a créé, spécialement pour cet événement, une collection en édition limitée. Une gamme glamour et tendance composée de : Sacs, tee-shirts, sweats, polos, mugs, bracelets, tatouages et serviettes. Et beaucoup d'autres surprises.

Retrouvez, à Montpellier, sur le stand FFG, la collection exclusive du Mondial GR 2011 !

### EVÈNEMENT RASSEMBLANT LE PLUS DE GYMNASTES

L'évènement Mondial en GR ayant rassemblé le plus de gymnastes fut les Championnats du Monde à Osaka (JPN) en 1999 (392 gymnastes).

### EVENT INVOLVING THE MOST GYMNASTS

*The World Rhythmic Gymnastics event bringing together the most gymnasts was the World Championships in Osaka (Japan) in 1999 (392 gymnasts).*

### LES ÉTAPES DE COUPE DU MONDE EN 2011 :

#### ROUNDS OF THE WORLD CUP:

29/30 janvier :	Montréal (CAN)
25/27 mars :	Pesaro (ITA)
15/17 avril :	Kalamata (GRE)
23/24 avril :	Nizhny Novgorod (RUS)
28 avril et 1 <sup>er</sup> mai :	Portimao (POR)
6/8 mai :	Kiev (UKR)
13/15 mai :	Corbeil-Essonnes (FRA)
20/1 août :	Sofia (BUL)
26/27 août :	Tel-Aviv (ISR)
5/7 septembre :	Tashkent (UZB)



# LES 31<sup>es</sup> CHAMPIONNATS DU MONDE DE MONTPELLIER

ZOOM ON THE 31<sup>ST</sup> WORLD CHAMPIONSHIPS AT MONTPELLIER



Cette compétition, est réservée aux jeunes filles de plus de 16 ans. Après Strasbourg en novembre 1983 et Paris-Bercy en octobre 1994, c'est la 3<sup>e</sup> fois que la Fédération Française de Gymnastique organise un Mondial dans cette discipline olympique très spectaculaire et la 8<sup>e</sup> toutes disciplines confondues depuis 1983.

*This competition, for young women aged over 16 years old, is for the Senior category. After Strasbourg in November 1983 and Paris-Bercy in October 1994, this is the 3<sup>rd</sup> time the Federation World event in this very spectacular Olympic discipline and the 8<sup>th</sup> covering all disciplines.*

# PROGRAMME

## LUNDI 19 SEPTEMBRE / MONDAY 19<sup>th</sup> SEPTEMBER

10h00-13h30 Qualifications Individuelles (cerceau / ballon) - Groupes 1 et 2  
*Individual qualifications (hoop / ball) - Groups 1 and 2*

15h00-18h30 Qualifications Individuelles (cerceau / ballon) - Groupes 3 et 4  
*Individual qualifications (hoop / ball) - Groups 3 and 4*

## MARDI / TUESDAY 20

10h00-13h30 Qualifications Individuelles (cerceau / ballon) - Groupes 3 et 4  
*Individual qualifications (hoop / ball) - Groups 3 and 4*

15h00-18h30 Qualifications Individuelles (cerceau / ballon) - Groupes 1 et 2  
*Individual qualifications (hoop / ball) - Groups 1 and 2*

20h00-20h30 Finale cerceau / *hoop final*

20h30-21h00 Finale ballon / *Ball final*

## MERCREDI / WEDNESDAY 21

10h00-13h30 Qualifications Individuelles (massues / ruban) - Groupes 1 et 2  
*Individual qualifications (clubs / ribbon) - Groups 1 & 2*

15h00-18h30 Qualifications Individuelles (massues / ruban) - Groupes 3 et 4  
*Individual qualifications (clubs / ribbon) - Groups 3 & 4*

## JEUDI / THURSDAY 22

10h00-13h30 Qualifications Individuelles (massues / ruban) - Groupes 3 et 4  
*Individual qualifications (clubs / ribbon) - Groups 3 and 4*

15h00-18h30 Qualifications Individuelles (massues / ruban) - Groupes 1 et 2  
*Individual qualifications (clubs / ribbon) - Groups 1 and 2*

20h00-20h30 Finale massues / *Clubs final*

20h30-21h00 Finale ruban / *Ribbon final*

## VENDREDI / FRIDAY 23

16h30-19h Concours Général Individuelles (gymnastes classées du rang 13 au 24 aux qualifications)  
*Individual General competitions (gymnasts ranked 13 to 24 in qualifications)*

20h-22h30 Concours Général Individuelles, (gymnastes classées du rang 1 au 12 aux qualifications)  
*Individual General competition (gymnasts ranked 1 to 12 in qualification)*

## SAMEDI / SATURDAY 24

15h00-20h00 Concours Général Ensembles / *Group General competition*

## DIMANCHE / SUNDAY 25

14h00-14h40 Finale Ensembles - 5 ballons / *Groups final - 5 balls*

15h00-15h40 Finale Ensembles - 3 rubans / 2 cerceaux  
*Groups final - 3 ribbons / 2 hoops*



## EN CHIFFRES / IN FIGURES

**300** bénévoles / volunteers  
**59** nations / nations  
**182** gymnastes individuelles / individual gymnasts  
**23** Ensembles / Groups  
**75** juges / judges  
**134** entraîneurs / coaches  
**8** titres décernés / titles awarded

# GROS PLAN SUR LES PRÉTENDANTES AUX TITRES

## OVERVIEW OF THE CHALLENGERS FOR TITLES



### AZERBAIDJAN / AZERBAIJAN

#### ‡ ALIYA GARAYEVA

Championnats du Monde : 3<sup>e</sup> au cerceau et au ruban • Championnats d'Europe : 4<sup>e</sup> au cerceau et au ballon  
 • World Championships: 3<sup>rd</sup> in hoop and ribbon • European Championships: 4<sup>th</sup> in hoop and ball



### BIELORUSSIE / BELARUS

#### ‡ LIUBOV CHARKASHYNA

Championnats du Monde : 10<sup>e</sup> au Général, 4<sup>e</sup> au ballon et au ruban, 6<sup>e</sup> au cerceau • Championne d'Europe aux massues et au ballon  
 • World Championships: 10<sup>th</sup> in all-around, 4<sup>th</sup> in ball and ribbon, 6<sup>th</sup> in hoop  
 • European Champion in clubs and ball

#### ‡ MELITINA STANIOUTA

Médaillée de bronze aux Championnats du Monde, 4<sup>e</sup> au cerceau et 5<sup>e</sup> au ruban  
 • Championnats d'Europe : 8<sup>e</sup> au ballon  
*Bronze medalist in the World Championships, 4<sup>th</sup> in hoop and 5<sup>th</sup> in ribbon*  
 • European Championships: 8<sup>th</sup> in ball



### BULGARIE / BULGARIA

#### ‡ L'ENSEMBLE BULGARE

Médaillé de bronze aux derniers Mondiaux  
*Bronze medal at the last World Championships*

#### ‡ SILVIA MITEVA

Championnats du Monde : 6<sup>e</sup> au Général  
 • Championnats d'Europe : 3<sup>e</sup> au ruban, 5<sup>e</sup> au cerceau et aux massues, 6<sup>e</sup> au ballon  
*World Championships: 6<sup>th</sup> in all-around*  
 • European Championships: 3<sup>rd</sup> in ribbon, 5<sup>th</sup> in hoop and clubs, 6<sup>th</sup> in ball



### ISRAEL / ISRAEL

#### ‡ NETA RIVKIN

Championnats du Monde : 11<sup>e</sup> au général et 7<sup>e</sup> au ballon • Vice-championne d'Europe aux massues  
 • World Championships: 11<sup>th</sup> in general and 7<sup>th</sup> in ball • European silver medallist in clubs



### ITALIE / ITALY

#### ‡ L'ENSEMBLE ITALIEN

Vice-champion du Monde  
*Second in the World Championships*



### RUSSIE / RUSSIA

#### ‡ L'ENSEMBLE RUSSE

Champion du Monde en titre  
*The Russian Group holds the title of World Champion*

#### ‡ EVGENIA KANAeva, LA FAVORITE

Championne du Monde au cerceau et au ballon • Vice-championne du Monde à la corde • Championne d'Europe au cerceau et au ruban  
*World Championships: 6<sup>th</sup> in all-around*  
 • European Championships: 3<sup>rd</sup> in ribbon, 5<sup>th</sup> in hoop and clubs, 6<sup>th</sup> in ball

Depuis 2008, Evgenia Kanaeva a su imposer son style, marqué par une belle technique à l'engin et des qualités superbes de souplesse dorsale, pour tout gagner : Jeux Olympiques, Championnats du Monde, Championnats d'Europe... La jeune Russe rafle tout et vise désormais les Jeux de 2012 !

Deux gymnastes ont réussi l'incroyable exploit de s'emparer de trois titres de Championne du Monde : Maria Guigova (1969, 1971 et 1973) et Maria Petrova (1993, 1994 et 1995). Evgenia Kanaeva

peut les égaler, si elle parvient, aux 31<sup>es</sup> Championnats du Monde de Montpellier à s'imposer.

*Since 2008, Evgenia Kanaeva was able to impose her style, distinguished by lovely technique with apparatus and superbly flexible back, to win everything: Olympic Games, World Championships, European Championships. The young Russian is walking off this everything and is now aiming for the 2012 Olympic Games! Two gymnasts have achieved the incredible exploit of grabbing three World Championship titles: Maria Guigova (1969, 1971 and 1973) and Maria Petrova (1993, 1994 and 1995). Evgenia Kanaeva can equal them, if she can win at the 31<sup>st</sup> World Championships in Montpellier.*

#### ‡ DARIA KONDAKOVA

Vice-championne du Monde au Général, au cerceau et au ruban et championne du Monde à la corde • Vice-championne d'Europe au cerceau et au ruban et 4<sup>e</sup> aux massues

*World number two in all-around, hoop and ribbon and World Champion in rope*  
 • European number two in hoop and ribbon and 4<sup>th</sup> in clubs

#### ‡ DARIA DMITRIEVA

Championne du Monde au ruban et vice-championne du Monde au ballon  
 • Championnats d'Europe : 3<sup>e</sup> au ballon  
*World Champion in ribbon and World number two in ball* • European Championships: 3<sup>rd</sup> in ball



### UKRAINE / UKRAINE

#### ‡ ALINA MAKSYMENKO

Championnats du Monde : 5<sup>e</sup> au Général  
 • Championnats d'Europe : 3<sup>e</sup> aux massues et 6<sup>e</sup> au cerceau  
*World Championships: 5<sup>th</sup> in all-around* • European Championships: 3<sup>rd</sup> in clubs and 6<sup>th</sup> in hoop



Italie

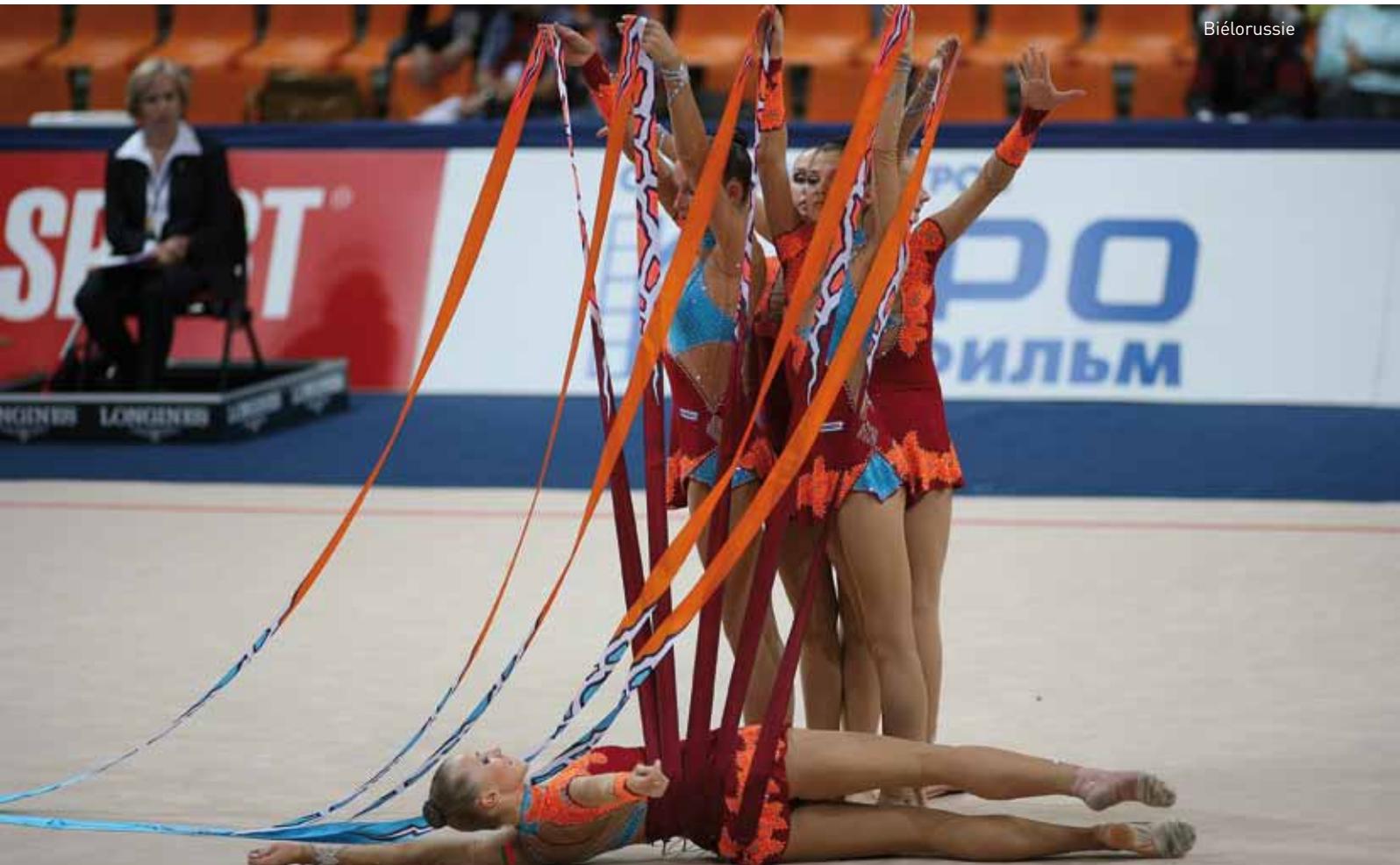


Bulgarie



Russie

Médaillées aux Championnats du Monde ou/et d'Europe 2010-2011  
Medal-winners at the World and/or European Championships 2010-2011



Biélorussie

# IMPÉRATRICE EVGENIA

## Portrait

Elle a déjà tout gagné : Jeux Olympiques, Championnats du Monde et Championnats d'Europe. Evgenia Kanaeva domine le circuit depuis 2007, année de son premier sacre. A Montpellier, la jeune Russe sera légitimement la favorite de la compétition.

Evgenia Kanaeva ne fait pas que gagner, elle y ajoute la forme. En tant que russe, elle possède de solides atouts physiques. Elle dévoile également une grande facilité à l'engin, qu'elle maîtrise avec précision et originalités. Un style au final pas si russe, qu'elle doit beaucoup à Vera Shtelbaums, qui officiait avant avec Irina Tchachina. Un entraîneur de choc, une gymnaste travailleuse et un résultat 100% gagnant.

### Elle frôle désormais la note de 30

Pourtant tout n'est pas aussi facile qu'il n'y paraît. La concurrence reste accrue dans l'équipe russe, tant le vivier de gymnastes y est important. Chaque année de nouvelles pousses pointent le bout de leur nez. La dernière en date, Daria Kondakova, en 2009, était à six dixièmes de lui voler la vedette, lors des Mondiaux. Les étrangères ne sont pas en reste non plus : Melitina Staniouta,

Alina Maksimenko, Aliya Garaeva et plus récemment Liubov Charkashyna, qui lui a ravi deux titres lors des derniers Championnats d'Europe. Des coups de pression qui poussent Evgenia à constamment faire preuve de plus d'audace et de combativité. Sa réponse pour 2011 : des enchaînements d'un très haut niveau technique, qui frôlent la fameuse note maximale de 30 pts.

Mais Evgenia est une travailleuse acharnée, qui s'impose un rythme effréné d'année en année. Elle multiplie les apparitions en tournois. Des saisons éprouvantes pour n'importe quelle gymnaste et qui ne l'épargnent pas. Ce qui peut expliquer sa désillusion lors des Championnats d'Europe de mai.

### Londres 2012 en vue

Evgenia est brillante, douée, appliquée et fine technicienne. Elle a su rallier de nombreux supporters qui, autrefois,

n'étaient plus acquis à la cause russe. Et surtout elle voit au loin se profiler l'ombre des nuages londoniens, annonceurs des prochains Jeux Olympiques. Un événement pour lequel elle se prépare, avec l'espoir secret d'un nouveau titre. Aucune Championne Olympique n'a encore réussi à conserver son titre. Alina Kabaeva, à qui on la compare à ses débuts, n'a réussi « qu' » à remporter deux médailles, dont une en or.

Montpellier, lieu des Championnats du Monde, lui servira de test. Si Evgenia s'empare d'une nouvelle couronne, nul doute qu'elle posera une sérieuse option sur la plus haute marche du podium des Jeux Olympiques. Une belle manière pour elle d'imposer son nom dans la discipline. Et finalement faire oublier son illustre aînée. Kabaeva ? Non, Kanaeva !

## EMPRESS EVGENIA

*She has already won everything: Olympic Games, World Championships and European Championships. Evgenia Kanaeva has dominated the circuit since 2007, the year of her first coronation. At Montpellier the young Russian will be the legitimate favourite in the competition.*



*Evgenia Kanaeva does not only win, she adds shape to it. As a Russian, she has sound physical advantages. She also reveals great ease on the apparatus, mastering it with precision and originality. In the end a style that is not so Russian, for which she owes much to Vera Shtelbaums, who presided previously with Irina Tchachina. A shock trainer, a hard-working gymnast and a 100% winning result.*

### **She is now within a hair's breadth of a 30 score**

*And yet everything is not as easy as it seems. Competition is still intense in the Russian team, so large is the breeding ground for gymnasts. Every year new shoots are showing their faces. The most recent, Daria Kondakova in 2009, was six-tenths away from stealing the spotlight at the World Championships. And foreign women are not resting either: Melitina Staniouta, Alina Maksimenko, Aliya Garaeva and more recently Liubov Charkashyna, who robbed her of two titles at the last European Championships. These act as bursts of pressure pushing Evgenia constantly to prove herself bolder and more combative. Her response for 2011: very highly technical routines, taking her within a hair's breadth of the mythical maximum score of 30 pts.*

*But Evgenia is a relentless worker, who imposes a hectic pace on herself year after year. She is appearing in more and more tournaments. Difficult seasons that would not spare any gymnast. Which may explain her disillusionment during the European Championships in May.*

### **London 2012 in sight**

*Evgenia is brilliant, gifted, applied and a fine technician. She has managed to rally many supporters who, in the past, did not support the Russian cause. And in particular she sees the shadows of London clouds standing out from afar, heralding the next Olympic Games. An event for which she is preparing herself, with the secret hope of a new title. No Olympic champion has yet succeeded in retaining their title. Alina Kabaeva, to whom she was compared when she started, 'only' succeeded in taking two medals, one gold.*

*Montpellier, location for the World Championships, will be a test for her. If Evgenia takes a new crown, no doubt that she will put a serious option on the top step of the podium at the Olympic Games. A good way for her to mark her name on the discipline. And finally make us forget her illustrious elder. Kabaeva? No, Kanaeva!*





Leur gymnaste préférée est Evgenia Kanaeva. Their favourite gymnast is Evgenia Kanaeva.

Gossip Girl est une série qu'elles apprécient toutes. Gossip Girl is a series they all enjoy.

Les gymnastes d'un Ensemble doivent toutes porter exactement le même justaucorps.

The Group gymnasts always have to wear exactly the same leotard.

# L'ENSEMBLE FRANCE



## FOCUS ON GROUP FRANCE

### RUBIZZ :

Mot français - inventé pour nommer les membres de l'Ensemble France de Gymnastique Rythmique.

### ETYMOLOGIE :

RUB, comme ruban : l'un des engins phare de la GR, BIZZ parce que nous devons ensemble faire du buzz pour

les soutenir! Le tout fait penser à l'une des plus belles pierres précieuses ; le RUBIS. Nos jeunes gymnastes sont encore au stade de pierres brutes, prêtes à être polies et embellies par un entraînement intensif. Elles deviendront alors à force de travail, de persévérance et d'énergie, des bijoux, aussi brillants que les médailles des Mondiaux. Souvent associé à l'amour et à la passion, le rubis est aussi le symbole du courage, celui de Mélanie Haag, Noémie Balthazard, Jeanne Isenmann, Adélaïde Deloeuvre, Violaine Robinet, Léa Peinoit, Samantha Ay, Océane Charoy et Elena Chabert ! Plus déterminées que jamais à porter hautes les couleurs de notre pays, ces neuf jeunes filles s'entraînent à l'INSEP (Institut National du Sport et de l'Expertise et de la Performance dans le Bois de Vincennes à l'est de Paris) aux côtés de la Bulgare Adriana Dunavska, entraîneur national, Camille Souloumiac et David Kovalik, chorégraphe



Le premier Ensemble  
champion Olympique fut celui de  
l'Espagne à Atlanta en 1996.

The first Olympic Group Champion  
was Spain at Atlanta in 1996.

Depuis 1995, les Ensembles sont composés  
de 5 gymnastes contre 6 auparavant.

Since 1995, Groups have been  
made up of 5 gymnasts, compared  
to 6 previously.



L'aînée de l'Ensemble France  
est Mélanie Haag, née le 31 octobre 1992.

The eldest of Group France is Melanie Haag,  
born on 31 October 1992.

Nathalie Fauquette (Ensemble France 2005 à 2007)  
est aujourd'hui danseuse dans les célèbres comédies  
musicales  
de Kamel Ouali.

Nathalie Fauquette (Group France 2005 to 2007) is now  
a dancer in the famous musicals staged by Kamel Ouali.

Samantha Ay est la benjamine de l'Ensemble,  
née le 11 décembre 1995

Samantha Ay is the youngest in the Group,  
born 11 December 1995.

La banane est le fruit fétiche  
des gymnastes de l'Ensemble  
France à cause de ses bienfaits  
nutritifs. Elles ont d'ailleurs une  
peluche fétiche banane !

Bananas are the favourite fruit of the  
gymnasts Group France because  
of their nutritional benefits.  
Their lucky mascot is also a  
cuddly banana!

#### **Rubizz:**

franglais word - invented name for  
members of the Rhythmic Gymnastics  
Group France.

#### **Etymology:**

RUB, as in ruban [ribbon]: one of the  
flagship apparatus items in RG, BIZZ  
because together we must create a buzz  
to support them! All together it reminds  
of the precious stone RUBIS [ruby].  
Our young gymnasts are still at  
the stage of being rough-cut stones, ready  
to be polished and embellished by intensive  
coaching. By dint of hard work,  
perseverance and energy, they will then  
become jewels, as bright as the World  
Championship medals.  
Often associated with love and passion,  
rubies are also symbols of courage,

that of Mélanie Haag, Noémie Bal-  
thazard, Jeanne Isenmann, Adélaïde  
Deloeuvre, Violaine Robinet, Léa Peinoit,  
Samantha Ay, Océane Charoy and  
Elena Chabert!

More determined than ever to hold  
aloft our country's colours, these nine  
young girls are being coached at INSEP  
(national institute for sport and  
expertise and performance, in Bois de  
Vincennes to the East of Paris) beside the  
Bulgarian Adriana Dunavska, national  
coach, Camille Souloumiac and David  
Kovalik, choreographer.

# DELPHINE LEDOUX

## FOCUS ON DELPHINE LEDOUX

Delphine a commencé la gymnastique Rythmique un peu par hasard. Lorsqu'elle était en CP, elle et ses camarades de classe sont allées quelques fois au gymnase à la découverte de la Gymnastique Rythmique. C'est ainsi que les entraîneurs de Calais GRS l'ont repérée. Delphine passe le test et entre directement en section sport-études. Elle a bien sûr très rapidement aimé et réussi à bien manipuler les engins et les championnes de l'époque la faisaient déjà rêver...

Membre de l'Équipe de France depuis 1999, Delphine s'entraîne depuis toujours à Calais, sous la houlette de son entraîneur Katia Guillière depuis maintenant 13 ans. Les entraînements se composent de danse classique, d'étirements, de danse contemporaine et de préparation physique.

Pour elle, les entraînements sportifs intensifs riment aussi avec plaisirs. Plaisir de se dépasser, de réussir mais aussi de progresser. Le plus clair de son temps est sur le praticable, mais Delphine ne se verrait pas le quitter pour le moment. La gymnaste cultive son goût du travail bien fait par la lecture de magazines de danse, discipline qu'elle affectionne particulièrement, du « Gymnaste Magazine » et de magazines féminins.

Sa devise : « il faut toujours avoir des rêves assez grands pour ne pas les perdre de vue lorsqu'on les poursuit ».

Her motto: « you must also have dreams big enough no to lose them when you pursue them ».





Son objectif et son rêve sont les Jeux Olympiques de Londres 2012.

Her target and dream are the 2012 London Olympic Games.

Delphine Ledoux est championne de France absolue depuis 2005 !

Delphine Ledoux has been overall champion of France since 2005!

*Delphine started Rhythmic Gymnastics a little by chance. While in junior school, she (and her classmates) went to the gym a few times to find out about Rhythmic Gymnastics. That is how coaches at the Calais RG club spotted her. Delphine took the test and went directly into the sports studies section. Very quickly she came to like the apparatus and handles it well, and she was already dreaming about the champions of the moment.*

*Member of Team France since 1999, Delphine is still coached at Calais, now under the direction of her coach Katia Guillère for 13 years. Training sessions comprise classic dance, stretching, contemporary dance and physical preparation.*

*For her, intensive sports training is also a pleasure. The pleasure of pushing herself, succeeding but also progressing. The best part of her time is on the carpet, but Delphine does not see herself leaving it for the moment. The gymnast is developing her taste for work well done by reading magazines about dance, a discipline she is particularly fond of, the «Gymnast Magazine» and women's magazines.*

Après la Gymnastique Rythmique, elle envisage de reprendre ses études afin de devenir kinésithérapeute.

After Rhythmic Gymnastics, she is considering resuming her studies to become a physiotherapist.

Son engin préféré : les massues.

Her favourite apparatus: clubs.

Elle rêve de rencontrer Roger Federer.

« C'est un grand champion avec une immense carrière ».

She dreams of meeting Roger Federer.

«He is a great champion with a huge career».

Aaron est son groupe de musique préféré.

Her favourite music group is Aaron.

L'évènement qui l'a le plus marquée : sa première finale mondiale à la corde (Moscou 2010).

The event that had the greatest impact on her: her first world final on rope (Moscow 2010).

# DANIEL GOURY, DIRECTEUR TECHNIQUE NATIONAL



**Delphine Ledoux semble bien partie pour se qualifier aux J.O. de Londres ; quels sont les derniers encouragements que vous lui donnerez à Montpellier ?**

Avant de livrer les derniers encouragements à Delphine, je souhaite m'attacher à partager avec elle et Katia Guillière, son entraîneur – l'idée, la perception et l'analyse que le chemin vers "Londres 2012" reste sans aucun doute une "construction". C'est-à-dire, la somme et la fusion d'un ensemble de paramètres qui justifient et nourrissent l'intérêt, comme la passion dévolue à l'olympisme. Ainsi l'atteinte de l'objectif (ou du résultat significatif) n'est que la preuve vue et revue du "geste réussi, maîtrisé, abouti". Pour autant son âme, sa structure et sa mobilisation, au moment où cela compte, ne sont envisageables, que si les gymnastes de Haut Niveau s'appuient sur des « savoir-faire » et des « savoir-être » solides... des fondations en marbre...

Alors à Montpellier dans l'Arena embrasé, elle se rapprochera du « décompte », d'une étape, qui sans être ultime est incontournable.

Ici et là, je lui proposerai comme unique encouragement : sois toi-même, totalement toi-même et exclusivement toi-même. Pour être précis, soit les trois.

*« Delphine, livre-toi tel que je t'ai découverte et vue depuis plus de deux ans »*

Si le sport de Haut Niveau et plus encore « l'Ambition Olympique » sont les fruits rou-



geoyants d'un travail pugnace autour d'une équipe soudée, l'obtention d'une qualification aux Jeux est, pour Delphine, la mise en œuvre d'un scénario connu et construit où, sur 4 journées, elle capitalise en points et en valeur, ce que d'aucun appelleront de l'art, de la maîtrise dans l'incertitude installée. Pour elle, comme pour les autres concurrentes, l'improvisation ne sera plus de cité. C'est la maîtrise des éléments que l'on connaît et reconnaît qui est en jeu. Alors, les yeux dans les yeux, Delphine et Katia devront être totalement dans le « ici et maintenant » faisant du vacarme ambiant, amical, familial, fédéral, languedocien. Seuls l'espace et le temps, pour ne pas dire le « tempo », seront le fil rouge d'une série de milliers de fois imaginée et devenue ici réalité.

*« La valeur de l'Ensemble France est d'être réellement un collectif »*

Alors Delphine fais et uniquement fais, ce que « Delphine sait bien faire ». Reste et sois concentrée sur le film de tes quatre mouvements. Oublie, évacue, indiffère l'ambiance de folie qui envahit l'Arena de Montpellier. Seuls la musique, les engins, la dimension et les volumes comptent. Ici et maintenant plus encore, ils sont ton souffle. Delphine, ne compte pas, n'espère pas ! Livre-toi, telle que je t'ai découverte et vue depuis plus de deux ans. Dans un petit secret sympathique que je partage avec elle, je te livre ici comme un filigrane l'espoir de te porter très bientôt et peu importe le lieu, un troisième bouquet de fleurs.

**La concurrence sera dure pour l'Ensemble France qui aura à cœur de briller en France...**

**Mais tout est possible. Quelle est la valeur de cette équipe ?**

De leur côté, les jeunes filles de l'Ensemble sont une nouvelle génération. Après avoir

## ENTRETIEN AVEC **EVA SERRANO**, ENTRAÎNEUR NATIONAL

« Un championnat du Monde à domicile est une chose merveilleuse »

**Delphine Ledoux semble bien partie pour se qualifier aux J.O. de Londres ; quels sont les derniers encouragements que vous lui apporterez à Montpellier ?**

Allez Delphine tu es prête et tu fais aujourd'hui partie des meilleures. Je suis de tout cœur avec toi dans cette dernière ligne droite où plus rien n'est à prouver, mais simplement à confirmer!

**La concurrence sera dure pour l'Ensemble France qui aura à cœur de briller en France...Mais tout est possible. Quel est la valeur de cette équipe ?**

L'Ensemble a pris en maturité et en sûreté et a commencé à montrer cette année qu'il pouvait atteindre la qualification. Je suis de tout cœur avec elles.



**En tant qu'ex-gymnaste de l'équipe de France tu connais bien la ville de Montpellier, où tu t'es entraînée avec la Bulgare Dina Atanassova, que gardes-tu comme souvenirs de cette période ?**

Une période où mon meilleur souvenir de carrière a été le championnat du Monde de Bercy 1994. Je souhaite à cette équipe de France Ensemble et individuelle d'engranger d'aussi bons et forts moments à Montpellier!

Un championnat du Monde à domicile est une chose merveilleuse: le public français est très bon et très sport ! Ce sont des moments fabuleux gravés à jamais!

franchi le cap de la découverte, elles ont choisi, avec le souffle généreux d'Adriana Dunavska, d'être totalement engagées et sans retenue dans la préparation du Mondial 2011. Au-delà d'être un ensemble harmonieux et esthétique, elles ont su trouver collectivement une force et une implication qui appellent le respect de tous. Maintenant leur pugnacité et leur implication quotidienne doivent transpirer dans une expression artistique et esthétique originale. Les compositions et les enchaînements préparés par l'encadrement technique sont depuis plusieurs semaines totalement assimilés. Les expressions qui sont aujourd'hui captées sur les visages des gymnastes avant, pendant et après leurs passages me laissent totalement penser que l'ambition olympique fédérale a trouvé sa combinaison. Alors, rejetons et repoussons très vite les inquiétudes, les doutes. C'est un nouvel Ensemble. C'est maintenant sa force. C'est un exploit pour elles, qu'elles construisent pour elles et c'est là notre plaisir. Alors quelle est la valeur de cette équipe ; c'est d'être réellement et sincèrement un collectif. Ensemble, nous avons partagé les difficultés, la rudesse, les remises en question, la détermination, la confiance qu'on se devait. C'est ensemble que nous partagerons les résultats. C'est pour cela que l'exploit est en marche.

La valeur n'attend pas le nombre des années.

### **et la clé de la votre réussite ?**

Le sport et plus encore lorsqu'il s'exprime à Haut Niveau est toujours une aventure humaine. C'est la raison pour laquelle la grande

majorité des Directeurs Techniques Nationaux sont et seront des hommes et des femmes de contact.

La proximité, l'écoute, le dialogue, le partage des égos sont quelques-uns des repères me permettant de mettre en œuvre le projet fédéral. Mais au-delà de la proximité qui caractérise fortement le relationnel engagé depuis ma prise de fonction, c'est le respect systématique des places et des rôles de chacune et chacun que je mets en avant. Ni de merveilleux organigrammes bien diffusés, ni une oreille trop empathique forgent à mes yeux le succès, dont chacun revendique tout ou partie.

Pour ma part, je crois très sincèrement que la clé de la réussite, si on veut bien imaginer qu'il existe quelque part un trousseau, est dans la capacité que chaque acteur de la performance met réellement et sincèrement à disposition de l'autre. Autrement dit, ce n'est pas la charge que chacun tire qui est essentiel ; même si certain(e)s sont assurément plus physiques, plus forts, plus pertinents, plus adroits... C'est bien ce qu'ensemble nous poussons dans une même direction et en même temps qui compte.

C'est probablement ici plus encore que le rôle et la mission des DTN trouvent leurs expressions centrales. Il s'agit bien de focaliser des points et des moments de convergence que seule une proximité convenue et continue autorise. Alors, je veillerai à rester à proximité des gymnastes, des cadres, des juges et de tous les acteurs du projet fédéral.

« La proximité, l'écoute, le dialogue, le partage des égos, sont quelques-uns des repères me permettant de mettre en œuvre le projet fédéral »

**Des Cadres Techniques font partie de l'organisation de ce Mondial ; qu'attendez-vous de leur part ?**

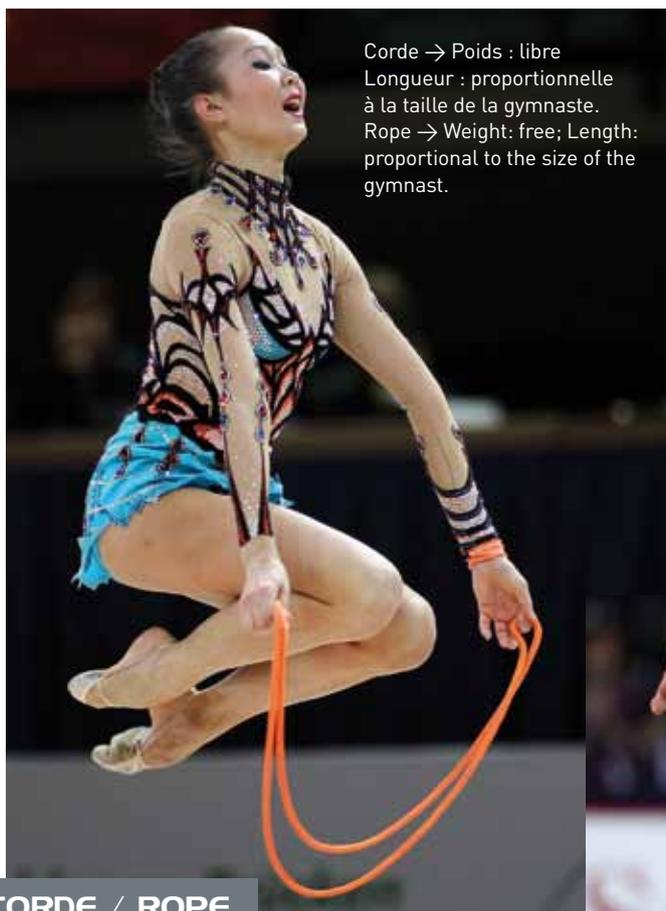
Depuis de nombreuses années, les Cadres Techniques Sportifs préparent, participent, soutiennent et facilitent la réalisation des grands événements organisés par la Fédération. C'est une mission bien naturelle et importante, au moment où de nombreuses délégations étrangères arrivent en France et sont les hôtes de la Fédération. Indépendamment du professionnalisme et du volontarisme qui caractérisent les différentes équipes en place, les Cadres Techniques tentent par la capitalisation de leurs expertises à optimiser et faciliter les ressources mobilisées sur chaque événement. C'est la contribution souhaitée et voulue des cadres en direction des gymnastes et des volontaires qui, à leur côtés, vibrent de ces moments intenses et de passion.

Comme à l'habitude, je demande aux Cadres Techniques de mettre à disposition des organisateurs leur savoir-faire et leur savoir-être, afin que l'écrin qui accueille les gymnastes soit une nouvelle fois un lieu d'émotions et de réussite.

Enfin et là, c'est la tradition qui s'exprime ; ils veilleront avec l'ensemble du Comité d'Organisation Local à soutenir l'ambiance conviviale et sportive qu'on leur connaît.

# LES CINQ ENGINS

## FIVE PIECES OF APPARATUS



Corde → Poids : libre  
Longueur : proportionnelle  
à la taille de la gymnaste.  
Rope → Weight: free; Length:  
proportional to the size of the  
gymnast.

### CORDE / ROPE

La souplesse de la corde permet la création en permanence de nouvelles difficultés et manipulations. Son travail spécifique, basé sur les sauts dans la corde, permet d'apprécier la vitesse d'exécution des gymnastes.

*The rope's flexibility constantly allows new difficulties and manipulations to be created. Its specific work, based on jumps within the rope, allows us to appreciate the performing speed of gymnasts.*

La Gymnastique Rythmique se pratique en individuelle ou en Ensemble. Elle regroupe cinq engins dont quatre, pour les Individuelles, sélectionnés à chaque olympiade. Pour les programmes de 2011/2012, les individuelles Juniors et Seniors évolueront aux cerceaux, ballon, massues et ruban. L'ordre olympique (celui du déroulement des finales olympiques, mondiales et européennes) est le suivant : corde, cerceau, ballon, massues et ruban.

*Rhythmic Gymnastics is done individually or as a Group. It includes five pieces of apparatus, of which four, for individuals, are selected at each Olympiad. For the 2011/2012, the individual juniors and Seniors will work with the hoop, ball, clubs and ribbon. The Olympic order (the sequence of Olympic, world and European finals) is: rope, hoop, ball, clubs and ribbon.*



Cerceau → Diamètre intérieur : 80/90 cm - Poids minimum : 300g  
Hoop → Inner diameter: 80/90 cm - Minimum weight: 300g

### CERCEAU / HOOP

Le cerceau délimite un espace creux, ce qui permet à la gymnaste de jouer avec son volume. Sa forme favorise les roulers, les rétros, les passages dans le cerceau, les rotations et les renversements.

*The hoop outlines an empty space, enabling the gymnast to play with its volume. Its shape favours rolls, backward rolls, moving through the hoop, rotations and flips.*

Ballon → Diamètre : 18 à 20 cm - Poids : 400g minimum  
 Ball → Diameter: 18 to 20 cm - Weight: 400g minimum



## BALLON / BALL

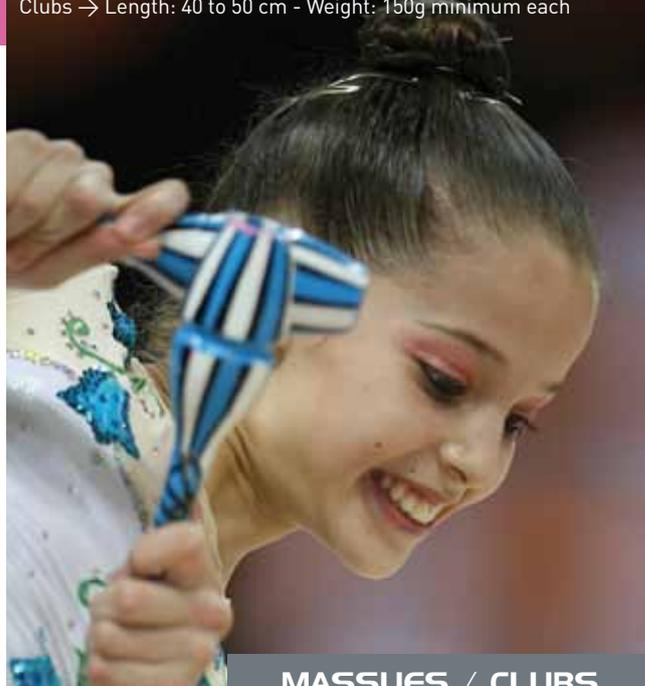
Le ballon est le seul engin à ne pas permettre de prise. Il développe une relation particulière avec la gymnaste. Il est en symbiose avec le corps. Il permet essentiellement d'exprimer la sensibilité de la gymnaste. Il ne pardonne aucune erreur.

*The ball is the only piece of apparatus that cannot be held. A special relationship is developed with the apparatus. It is in symbiosis with the body. It allows the gymnast to express her essential sensitivity. It does not allow mistakes.*

### GYMNASTIQUE RYTHMIQUE EN ENSEMBLE

Cinq gymnastes exécutent une chorégraphie mêlant les qualités de dextérité et de synchronisation. Deux exercices sont à exécuter.

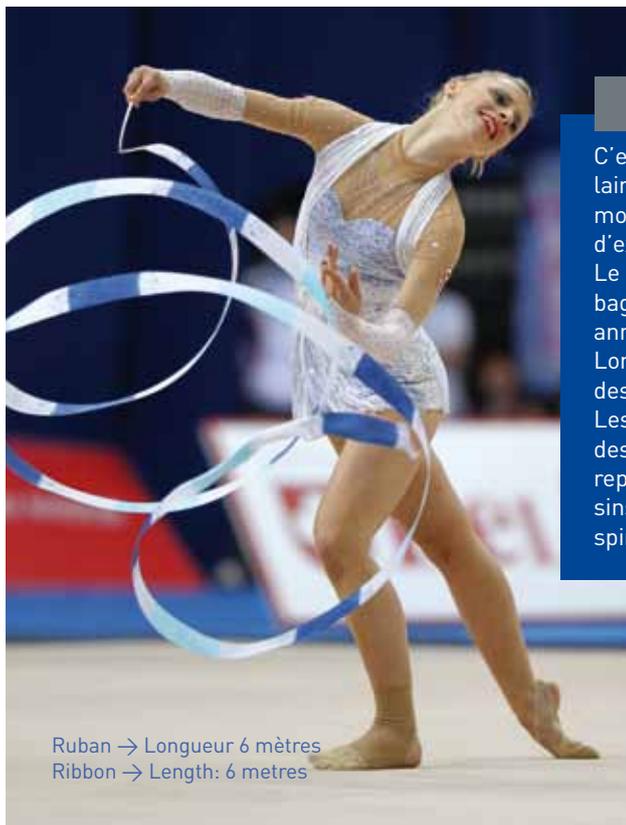
Massues → longueur : 40 à 50 cm - Poids : 150g minimum chacune  
 Clubs → Length: 40 to 50 cm - Weight: 150g minimum each



## MASSUES / CLUBS

Ces engins nécessitent une très grande dextérité durant les exercices, offrant la possibilité d'utiliser les trois parties de la massue, c'est-à-dire le corps, le col et la tête. Avec les massues, les gymnastes peuvent exécuter des moulinets, des petits cercles, des roulers, des lancers et des figures asymétriques. L'utilisation des massues privilégie le travail rythmique.

*This apparatus requires great dexterity during exercises, offering the possibility of using three parts of the club: the body, neck and head. With clubs, gymnasts can perform twirls, small circles, rolls, throws and asymmetric figures combined with varied figures of the technique without apparatus. Using clubs encourages rhythmic work.*



Ruban → Longueur 6 mètres  
 Ribbon → Length: 6 metres

## RUBAN / RIBBON

C'est l'engin le plus spectaculaire. Tout le ruban doit être en mouvement, d'où la difficulté d'exécuter un exercice parfait. Le ruban est attaché à une baguette (la hampe) avec un anneau et un joint flexible. Long et léger, il se rapproche des activités graphiques. Les figures sont exécutées à des amplitudes différentes, représentant chacune des dessins dans l'espace (serpentins, spirales et lancers de ruban).

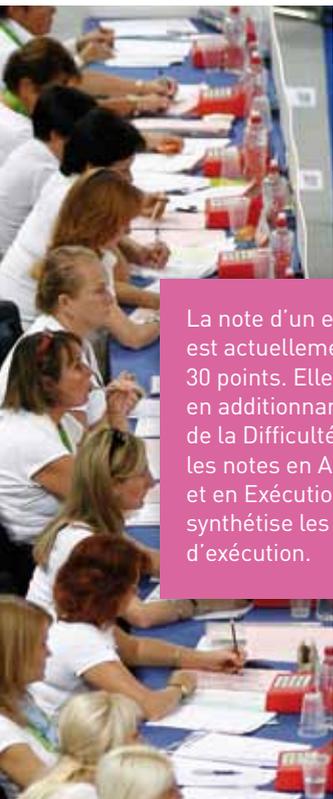
*This is the most spectacular apparatus. The whole ribbon must be moving, creating the difficulty in performing a perfect exercise. The ribbon is attached to a stick (handle) with a ring and flexible coupling. Long and light, it is similar to graphic activities. Figures are performed with different amplitudes, each representing drawings in space (snakes, spirals and throwing the ribbon).*

### GROUP RHYTHMIC GYMNASTICS

Five gymnasts perform a choreography blending the qualities of dexterity and synchronisation. Two exercises must be performed.

C'est durant les années 60 que la Gymnastique Rythmique connaît un véritable changement : la discipline se dote en effet de règles, qui vont venir régir toute son organisation.

Les premières mesures fixées concernent les engins, dont les normes sont définies en 1967. Trois ans plus tard, un code de pointage est élaboré afin de permettre à chaque gymnaste de se présenter selon des bases identiques. Il devient ainsi la référence pour toutes les participantes et leurs entraîneurs. Quarante ans plus tard, le Code de Pointage a largement évolué. Aujourd'hui, il spécifie de nombreux points, tels que la durée des enchaînements, les poids et longueurs des engins, les mesures du praticable ou encore les types de mouvements possibles lors des exercices. De quoi définir avec précision toutes les règles de la Gymnastique Rythmique !



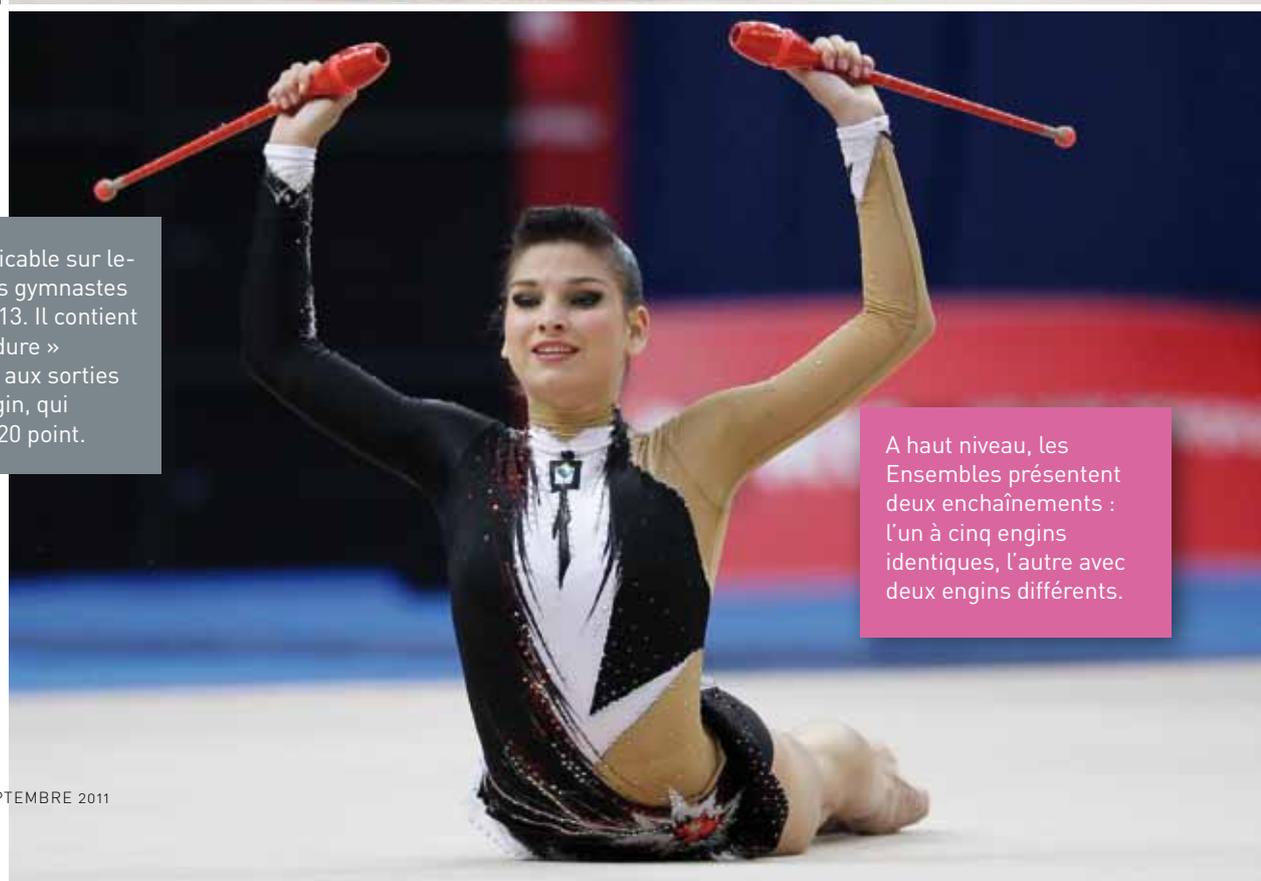
La note d'un exercice est actuellement sur 30 points. Elle est obtenue en additionnant la valeur de la Difficulté (D), les notes en Artistique (A) et en Exécution (E), qui synthétise les fautes d'exécution.

Le temps limite des exercices individuels varie de 1mn15 à 1mn30. En Ensemble, cette durée est allongée à 2mn15 / 2mn30.



Les gymnastes individuelles doivent présenter 12 difficultés corporelles durant leur enchaînement. Les Ensembles, eux, en réalisent 14.

La dimension du praticable sur lequel se présentent les gymnastes est de 13 mètres sur 13. Il contient également une « bordure » d'un mètre. Attention aux sorties de gymnaste ou d'engin, qui sont pénalisées de 0.20 point.

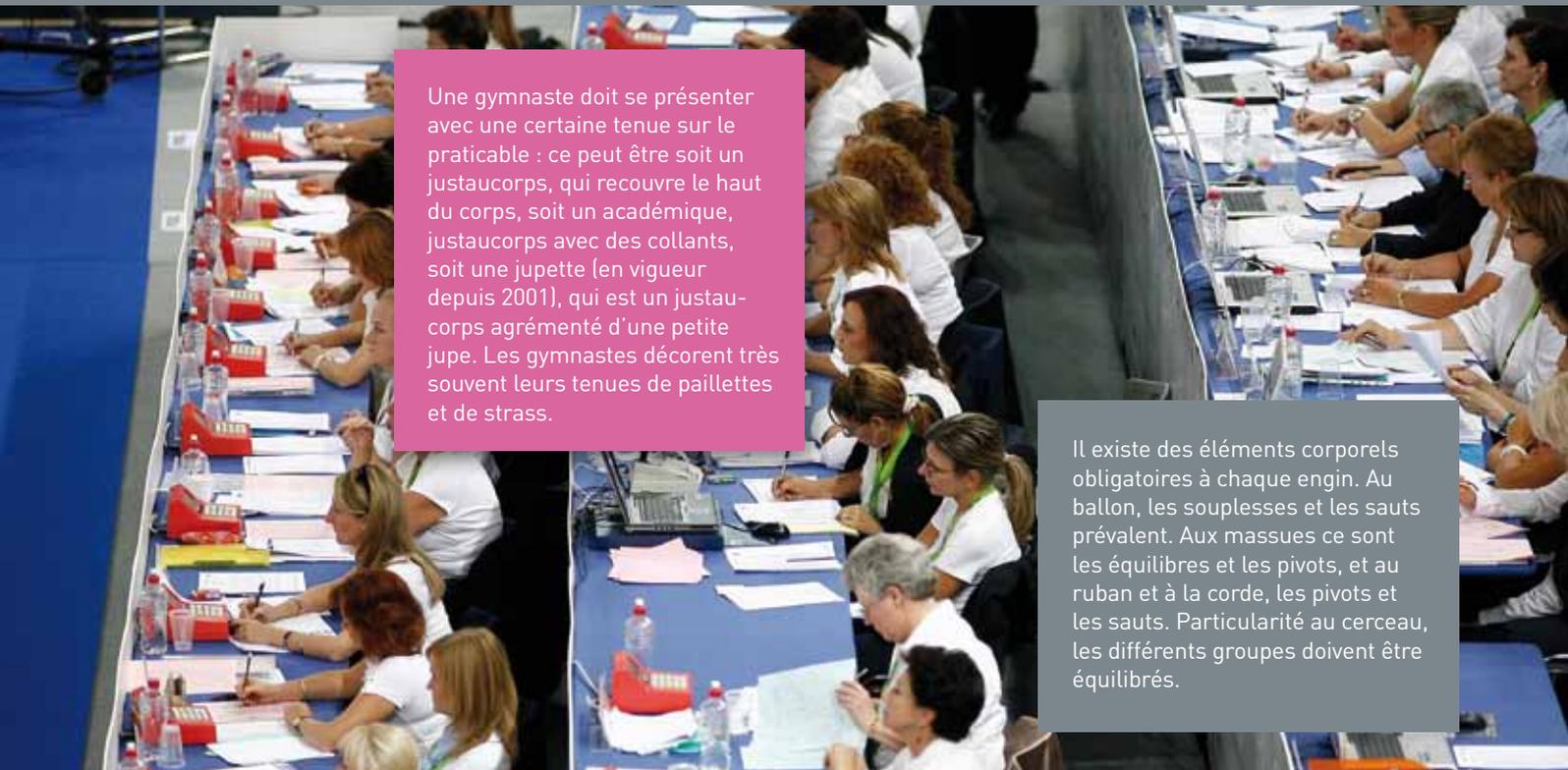


A haut niveau, les Ensembles présentent deux enchaînements : l'un à cinq engins identiques, l'autre avec deux engins différents.

## Technical

*It was during the 1960s that Rhythmic Gymnastics went through a real change: the discipline actually established rules that would govern its entire organisation.*

*The first measures established concerned the apparatus, standards for which were defined in 1967. Three years later, a scoring code was developed in order to enable each gymnast to perform on an equal footing. It thus became the standard for all participants and their coaches. Forty years later, the Scoring Code has developed significantly. Today, it specifies numerous points, such as the length of routines, the weight and length of apparatus, measurements for the carpet and the types of movements possible during exercises. Something to define all the rules of Rhythmic Gymnastics precisely!*



Une gymnaste doit se présenter avec une certaine tenue sur le praticable : ce peut être soit un justaucorps, qui recouvre le haut du corps, soit un académique, justaucorps avec des collants, soit une jupette (en vigueur depuis 2001), qui est un justaucorps agrémenté d'une petite jupe. Les gymnastes décorent très souvent leurs tenues de paillettes et de strass.

Il existe des éléments corporels obligatoires à chaque engin. Au ballon, les souplesses et les sauts prévalent. Aux massues ce sont les équilibres et les pivots, et au ruban et à la corde, les pivots et les sauts. Particularité au cerceau, les différents groupes doivent être équilibrés.



— The time limit for individual exercises varies from 1 min 15 sec to 1 min 30 sec. For Group events, this time is extended to 2min15 / 2min30.

— The size of the carpet on which gymnasts perform is 13 by 13 metres. It also has a one metre «border». Attention is given to exits from the gymnast or apparatus, which are penalised 0.20 point.

— A gymnast must perform on the carpet in a certain costume: this may be either a leotard, which covers the upper body, or a unitard, a leotard with leggings, or a short skirt (allowed since 2001), which is a leotard including a small skirt. Gymnasts very often add sequins and jewels to their costumes.

— Individual gymnasts must perform 12 physical difficulties during their routine. Groups must perform 14.

— An exercise is currently scored out of 30 points. It is obtained by adding the Difficulty value (D), scores for Artistic (A) and Execution (E), which summarises execution errors.

— There are compulsory body elements for each apparatus. For the ball, flexibility and jumps are most important. For the clubs, it is balance and pivots, and for the ribbon and rope, pivots and jumps. A special feature of the hoop, the different groups must be balanced.

— The music used for a routine can include voices but no words.

— At the highest level, Groups perform two routines: one with 5 identical apparatus items, the other with two different apparatus items.

La musique utilisée pour un enchaînement peut comporter des voix mais aucune parole.

Elegance is an attitude

*E. Kanaeva*

Evgenia Kanaeva

**LONGINES®**  




Longines DolceVita

# GALA DE CLÔTURE

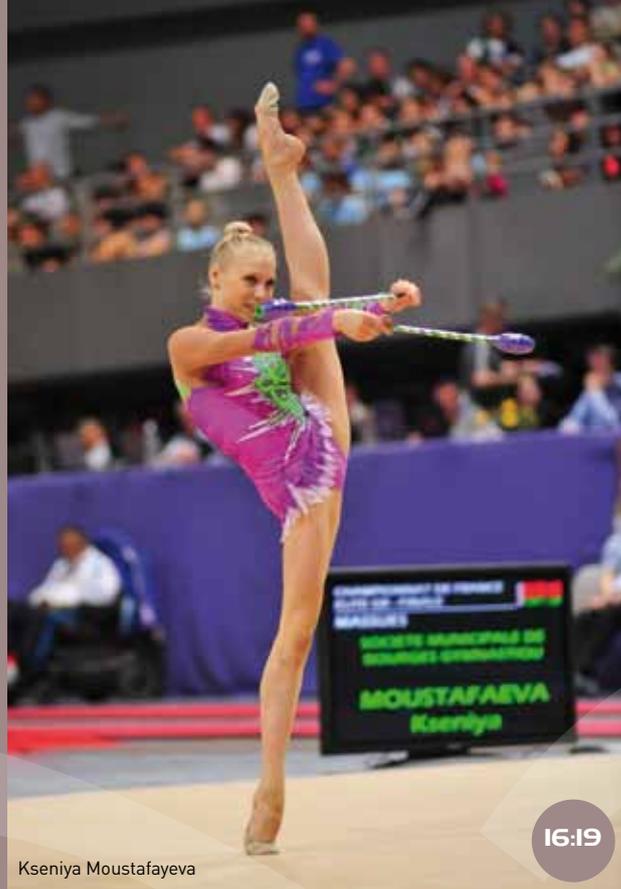
C'est la tradition, un gala, présenté par la Fédération organisatrice, clôture les compétitions de Gymnastique Rythmique.

La Fédération Française de Gymnastique a souhaité faire de ce rendez-vous un moment inoubliable et exceptionnel.

Après la présentation des vidéos d'Alice Dufour, égérie de l'événement, danseuse au Crazy Horse et multi-médaille aux Championnats de France et du « local », Nikolas Karabatic, champion Olympique, du Monde et d'Europe de handball, vos yeux seront rivés aux quatre coins de la salle pour admirer 80 artistes pendant plus d'une heure de spectacle.



# Gala de clôture



La Compagnie Cosmic

16:41



16:45



les Lucioles de Montpellier Gr

Mélanie Nunes

16:57



16:47

Le Pôle Tumbling de Rennes



Delphine Ledoux

17:02



Grégoire Pennes et sa bande

17:08



16:19

« Ne me quitte pas »

Kseniya Moustafayeva sur le praticable, Elsa Gelly a capella, Jacques Brel.

16:23

« Valse de Faust »

Kevin Antoniotti, Kevin Dupuis, Guillaume Augugliaro, Jeremy Hurel, Franck Soulane, Mathieu Jordan, Lucien Bidet Germain, Thibaut Valerie, Maxime Gautier, Thomas Piclin, Batiste Serret, Pablo Bartz, Alexandre Diot, Hugo Brunel, Romain Gobaux, Lou Thirion, Fanny Pilato, Louanne Gasc, Lisa Baudin, Perrine Chassefière, Inès Torroglosa, Isaline Audet, Eva Pistchenko, Camille Tomas et Gabrielle Pointeau tournent, virevoltent, pirouettent sur une musique de Charles Gounod.

16:27

Un Tango, Ludivine Furnon et Martin Charrat à quatre mains.

16:41

Dans les airs, une étoffe autour de Mélanie Nunes, championne de France de Gymnastique Artistique et de cinq Berlinoises, Tony Mevius, Stefan Herbrich, Jeanine Fissler, Beatrice Barkholz, Christine Barkholz de la Compagnie Cosmic.

16:45

Fantasia, les Lucioles de Montpellier Gr et Piotr Illich Tchaïkovski.

16:47

« Unstoppable », ils font des bonds : Alexandre Bertin, Julien Coudert, Mickaël Gosset, Gauthier Horemans, Morgan Sauton et Emmet Valfredini,

16:57

Sur une musique d'Eric Serra, Mélanie Nunes, César, champion du Monde de roller des X Games et leur Roue Cyr.

17:02

Delphine Ledoux, « La Superbe », Benjamin Biolay et Laurent Touré.

17:08

Vice-champion du Monde de Trampoline, Grégoire Pennes et sa bande : Sandrine Lescourant, Julia Flot, Yves Messina, Aristide Horta Semedo, font le break.

17:17

Aurélie Joly, l'équipe de France de Gymnastique Aérobic, Jacques Hugo, Julien Chaninet, Nicolas Garavel, Benjamin Garavel, Maxime Decker Breteil, Dorian Alimélie, Vincent Grobelny, Mathieu Deliers, David Orta et Jonatan Gajdane, sur un air de Craig Armstrong, vous emmènent au Moulin rouge.

17:22

Début de la cérémonie de clôture : À la suite du défilé des drapeaux des nations, ce sera autour des Présidents, Jacques Rey et Bruno Grandi, de remettre le drapeau FIG au champion du Monde de Gymnastique, Igor Korobchinsky, Président de la Fédération d'Ukraine, organisatrice des prochains Championnats du Monde, du 14 au 24 septembre 2013 à Kiev.

17:30

Géant, le flash mob !



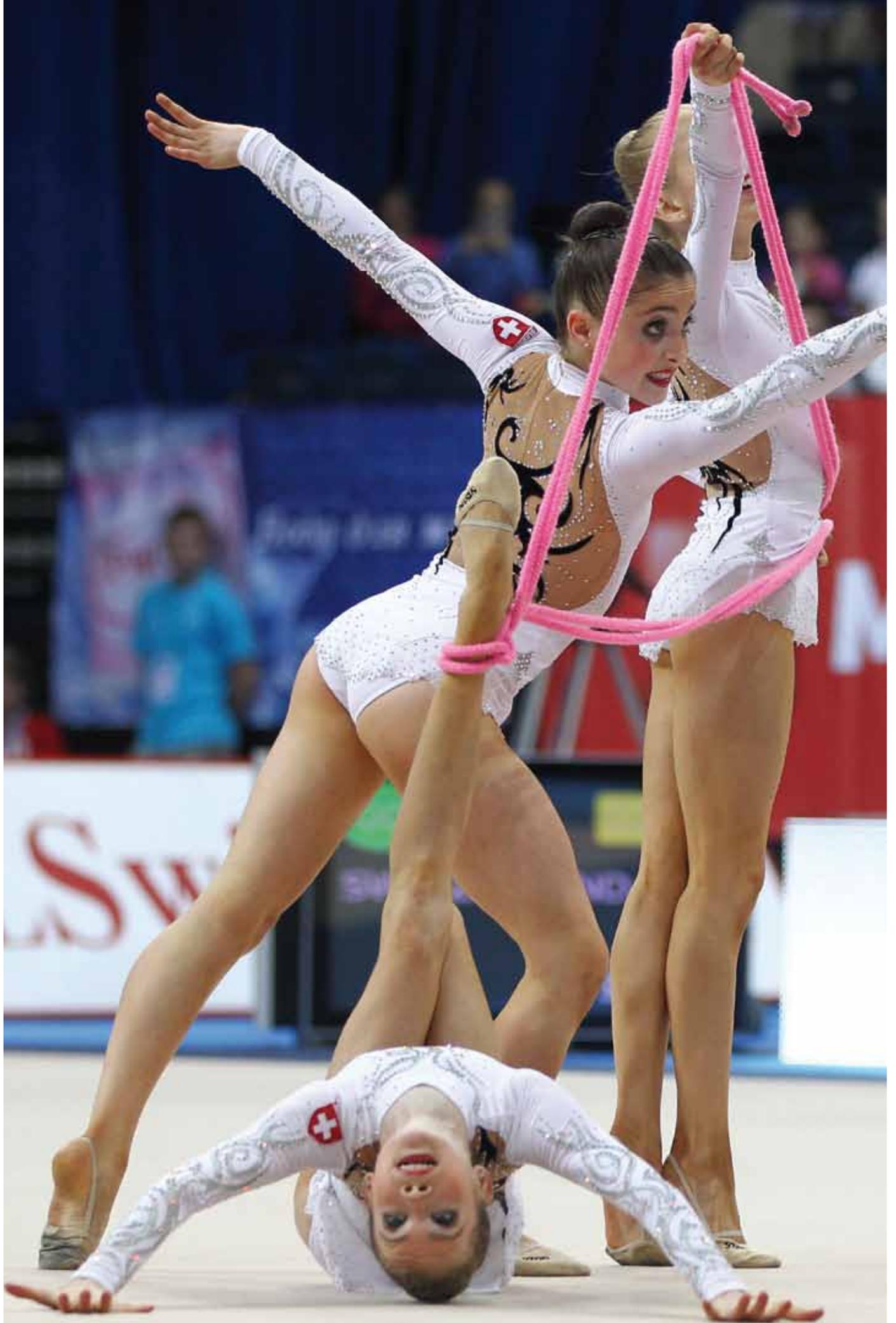
French Cancan

17:17



Flash Mob

17:30



# LES DÉBUTS de la Gymnastique Rythmique

## THE ORIGINS OF RHYTHMIC GYMNASTICS

Si certains évoquent l'Égypte ancienne pour parler des débuts de la Gymnastique Rythmique, les premières traces de pratique remontent au XIX<sup>e</sup> siècle. Différentes méthodes de gymnastique étaient alors proposées aux jeunes filles, avec utilisation d'instruments tels que la canne, le cerceau et la corde à sauter. La méthode la plus connue reste celles d'Irène Poppard ou d'Isadora Duncan. En 1912, cette gymnastique avec engins, réalisée en Ensemble, apparaît lors des J.O. de Stockholm, en tant qu'épreuve de Gymnastique Féminine, avec des engins très divers. La France propose en 1948 une composition avec des foulards. En 1952, on découvre des cerceaux. Mais

l'épreuve est supprimée en 1956 aux J.O. de Melbourne.

Ce n'est qu'en 1960 que cette activité est reconnue. Elle prend alors le nom de Gymnastique Moderne. La Fédération Internationale de Gymnastique l'intègre en 1961 à son programme. C'est en 1977 que la Gymnastique Moderne change de nom pour Gymnastique Rythmique et Sportive. Petit à petit, la discipline rencontre un certain succès. Elle devient même olympique en 1984 à Los Angeles. Les Ensembles, dont le nombre de gymnastes a été ramené à 5 au lieu de 6 en 1995, devront patienter jusqu'en 1996. Depuis 1998, on l'appelle Gymnastique Rythmique.

*While some evoke ancient Egypt to talk about the origins of Rhythmic Gymnastics, the first evidence of the sport go back to the XIXth century. Different gymnastic methods were offered to girls at that time, using instruments such as the cane, hoop and skipping rope. The best known methods are still those of Irène Poppard or Isadora Duncan. In 1912, this gymnastics with instruments, performed in a Group, appeared during the Stockholm Olympic Games, as the Women's Gymnastics event, with very varied apparatus. In 1948 France offered a composition with scarves. In 1952, we introduced hoops. But the event was discontinued in 1956 in the Melbourne Olympic Games. It was only in 1960 that this sport was recognised. It then took the name of Modern Gymnastics. The International Gymnastics Federation included it in its programme in 1961. It was in 1977 that Modern Gymnastics changed its name to Rhythmic and Sports Gymnastics. Little by little, the discipline met with success. It even became an Olympic event in 1984 at Los Angeles. Groups, where the number of gymnasts was changed to 5 instead of 6 in 1995, would have to wait until 1996. Since 1998, it has been called Rhythmic Gymnastics.*



- 1950 Apparition du premier justaucorps
- 1963 Premier Championnat du Monde
- 1978 Premier Championnat d'Europe
- 1983 Premier Championnat du Monde Individuel en France à Strasbourg

En 1971, le ruban est adopté, en remplacement de l'exercice aux mains libres, lors des Championnats du Monde de Cuba.

La France participe pour la 1<sup>re</sup> fois à des Championnats du Monde à l'occasion de l'édition de 1973. Elle y prend la 11<sup>e</sup> place.

Lors des 1<sup>ers</sup> Championnats du Monde, en 1963, 28 gymnastes, représentant dix nations européennes, sont présentes et voient la victoire de la Soviétique Ludmilla Savinkova.

En 1967, les Ensembles participent pour la 1<sup>re</sup> fois à des Championnats du Monde. C'est l'URSS qui s'empare du titre, devant la Tchécoslovaquie et la Bulgarie.

L'Union Soviétique a été une nation précurseur de la Gymnastique Rythmique. Bien avant l'apparition des premiers Mondiaux, en 1963, elle organisait déjà des championnats depuis 1942 !

La note mythique du 10 sur 10 a été obtenue pour la première fois en 1983 par de nombreuses gymnastes lors des Championnats du Monde : Diliana Georgieva, Galina Beloglazova, Lilia Ignatova, Anela Ralenkova et Dalia Kutkaite.

*In 1971, the ribbon was adopted, replacing the free hands exercise, at the World Championships in Cuba.*

*France competed for the 1st time at the World Championships held in 1973. It took 11th place.*

*During the 1st World Championships, in 1963, 28 gymnasts represented ten European nations and victory was taken by the Soviet gymnast Ludmilla Savinkova.*

*In 1967, Groups competed at the World Championships for the 1st time. The USSR took the title, ahead of Czechoslovakia and Bulgaria.*

*The Soviet Union was a precursor nation in Rhythmic Gymnastics. Well before the first World Championships took place, in 1963, it had already been organising championships since 1942!*

*The mythical 10 out of 10 points score was obtained for the first time in 1983 during the World Championships by numerous gymnasts: Diliana Georgieva, Galina Beloglazova, Lilia Ignatova, Anela Ralenkova and Dalia Kutkaite.*

1950	First leotards appear
1963	First World Championship
1978	First European Championship
1983	First Individual World Championship in France at Strasbourg

# LES GRANDES CHAMPIONNES

## GREAT CHAMPIONS

Certaines grandes championnes ont su apporter leurs atouts, leur caractère, leur grâce et leur touche personnelle pour faire évoluer cette discipline et la tirer vers les sommets olympiques.

*Certain great champions have been able to bring their skills, character, grace and personal touch to develop this discipline and take it to Olympic heights.*

**Anna Bessonova** restera l'une des plus grandes championnes des années 2000. Constamment sur les podiums mondiaux de 2001 à 2009, elle s'offre le titre suprême en 2007.

Anna Bessonova will remain one of the greatest champions of the 2000s. Constantly on world podiums between 2001 and 2009, she was awarded the title of supreme champion in 2007.

**Alina Kabaeva** est la gymnaste des années 2000. Son légendaire sourire et son incroyable souplesse dorsale lui ont permis de devenir Championne Olympique en 2004.

Alina Kabaeva is the gymnast of the 2000s. Her legendary smile and incredibly flexible back enabled her to become Olympic Champion in 2004.

**Irina Deriugina** est aujourd'hui entraîneur de l'équipe d'Ukraine. Mais avant d'entamer cette carrière, elle s'est emparée de deux titres mondiaux en 1977 et 1979, sous les conseils d'une certaine Albina Deriugina, qui n'est autre que sa maman !

Irina Deriugina is now the coach of the Ukrainian team. But before starting this career, she took two world titles in 1977 and 1979, under the guidance of a cer-

tain Albina Deriugina, who is none other than her mother!

**Ekaterina Serebrianskaya** a dominé la discipline au milieu des années 90. Élégante, longiligne, cette Ukrainienne est devenue Championne Olympique en 1996, un an après son sacre mondial.

Ekaterina Serebrianskaya dominated the discipline in the middle of the 1990s. Elegant, slender, this Ukrainian became Olympic Champion in 1996, a year after winning the world championships.

**Elena Vitrichenko** est l'une des meilleures gymnastes de la fin des années 90. Ukrainienne, elle a remporté le titre mondial en 1997.

Elena Vitrichenko is one of the best gymnasts from the end of the 1990s. Ukrainian, she took the world title in 1997.



ALINA KABAEVA



ANNA BESSONOVA

**Almudena Cid** est la gymnaste référence pour son pays, l'Espagne. A son actif : quatre participations aux Jeux Olympiques, de 1996 à 2008, marquées par quatre finales. Sans oublier les dizaines de Championnats d'Europe et du Monde auxquels elle a pris part durant toute sa carrière.

Almudena Cid is the benchmark gymnast for her country, Spain. Her credits: participation in four Olympic Games, from 1998 to 2008, distinguished by four finals. Not forgetting the tens of European and World Championships in which she competed throughout her career.

La Bulgarie est un pays de grandes gymnastes. **Diliana Gueorgieva** en est l'exemple même, avec ses deux titres de Championne du Monde acquis en 1983 et en 1985. Maria Petrova, championne du



Monde en 93, 94 et 95, a conquis tous les cœurs aux débuts des années 90.

Bulgaria is a country of great gymnasts. Diliana Gueorgieva is just such an example, with her two World Championship titles gained in 1983 and 1985. Maria Petrova, World Champion in 93, 94 and 95, stole everyone's hearts at the beginning of the 1990s.

**Irina Tchachina** est un peu le Raymond Poulidor de la Gymnastique Rythmique. Malgré des qualités techniques et corporelles indéniables, cette gymnaste Russe

n'a jamais réussi à s'imposer. Sa plus belle seconde place : aux J.O. en 2004.

Irina Tchachina is perhaps the Raymond Poulidor of Rhythmic Gymnastics. Despite undeniable technical and physical qualities, this Russian gymnast was never able to win. Her best second place: 2004 Olympic Games.

**Eva Serrano.** Elle reste, à ce jour, le plus grand et beau palmarès français : parmi ses belles réussites, elle obtient les médailles de bronze au cerceau et au ruban aux Monde en 1997 et devient championne d'Europe au cerceau et vice-championne d'Europe au ruban en 2000. Elle remporte l'argent aux massues et le bronze au cerceau en 1998 à Porto (Portugal). Elle obtient son premier podium (bronze) dans un Concours Général européen et une 3e place au ballon en 1999.

Eva Serrano. To this day she remains the greatest and loveliest French medallist: among her greatest successes, she won bronze medals in hoop and ribbon at the World Championships in 1997, she also became European Champion in hoop and European number two in ribbon in 2000. She took silver in clubs and bronze in hoop at Porto (Portugal) during 1998. She won her first podium (bronze) in a European all-around Competition and a 3<sup>rd</sup> place for ball in 1999.



MARIA PETROVA

Les 1<sup>ers</sup> Championnats du Monde se sont tenus en 1963 à Budapest pour les individuelles. Depuis, la capitale hongroise en a accueilli deux autres, en 1996 et en 2003.

Il faut attendre 1978 et Madrid pour voir l'apparition des premiers Championnats d'Europe.

# LES GRANDES COMPÉTITIONS

## MAJOR COMPETITIONS

### IL S'AGIT PRINCIPALEMENT :

- Des Jeux Olympiques, qui se disputent tous les quatre ans ;
- Des Championnats du Monde, qui se tiennent en général chaque année sauf l'année olympique ;
- Des Championnats continentaux (d'Europe, d'Amérique, d'Asie, d'Afrique, d'Océanie, etc...), organisés tous les ans ;
- Des différentes étapes du circuit « Coupe du Monde », comme le Tournoi International de Corbeil-Essonnes (37<sup>e</sup> édition), qui mènent à un classement par engin qui désigne la Vainqueur de la Coupe du Monde ;
- De grandes compétitions spécifiques, telles que les Jeux Mondiaux, les Universiades, les Gymnasiades...
- Des Tournois Internationaux, comme celui du Pas-de-Calais (24<sup>e</sup> édition) ou bien ceux du Grand Prix, auxquels sont rattachés les Internationaux de Thiais (25<sup>e</sup> édition).

### EN FRANCE, LES CATÉGORIES DE COMPÉTITION SONT AU NOMBRE DE QUATRE :

- Le championnat de France Elite rassemble les meilleures gymnastes Seniors, Juniors et Espoirs.
- Le championnat de France individuelles, catégories Critérium, Fédérales, Nationales B et Coupe Avenir.
- Le championnat de France par équipe, Divisions Nationales et Fédérales.
- Le Championnat de France Divisions Critérium et Coupe Villancher Junior.

### THE MAJOR RHYTHMIC GYMNASTICS ARE:

- Olympic Games, which take place every four years;
- World Championships, generally held every year except Olympic years;
- Continental championships (Europe, America, Asia, Africa, Oceania), organized every year;
- Different rounds of the «World Cup»

circuit, such as the International Tournament at Corbeil-Essonnes (37<sup>th</sup> edition), which lead to a ranking by apparatus, designating the Winner of the World Cup;

- Specific large competitions, such as the World Games, Universiades, Gymnasiades, etc.
- International Tournaments, such as the Pas-de-Calais (24<sup>th</sup> event) or the Grand Prix, including the Internationaux de Thiais (25<sup>th</sup> event).

### IN FRANCE, THERE ARE FOUR COMPETITION CATEGORIES:

- The Elite French Championship brings together Senior, Junior and hope gymnasts.
- The French Individual Championship, with Critérium, Federal, National B and Future Cup categories.
- The French National and Federal Divisional Championship.
- The French Critérium and Junior Villancher Cup Divisional Championship.

# Minsk 2011



En 2000, les Championnats d'Europe de Saragosse ont vécu une déferlante de 10 pts lors des finales par engin. 10 pts pour les gymnastes du podium ballon, et au ruban, « seules » les deux premières s'offrent la note mythique. On notera d'ailleurs qu'Eva Serrano, la meilleure gymnaste française à ce jour, faisait partie de ces podiums « surprises » (10 pts au ruban et au cerceau).

Depuis 1997, la Russie et l'Ukraine se partagent les titres individuels, avec un avantage certain pour la première (six titres sur les huit possibles). En Ensemble, la Russie a également dominé le circuit de 1999 à 2007 (cinq titres).



L'Espagne se distingue particulièrement dans l'organisation de compétitions, avec trois Championnats du Monde (1993, 1998 et 2001) et quatre Championnats d'Europe (1978, 1993, 2000 et 2002).

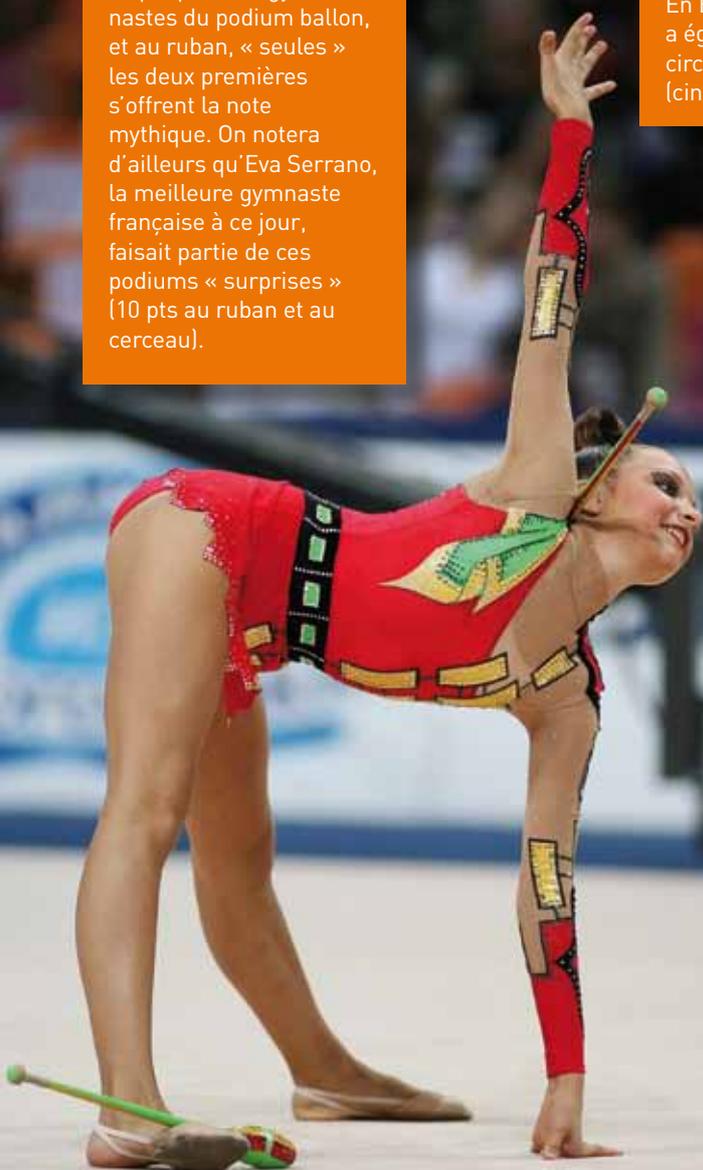
— The 1st individual World Championships were held in Budapest during 1963. Since then, the Hungarian capital has hosted two others, in 1996 and 2003.

— We had to wait until 1978 and Madrid for the first European Championships to take place.

— Since 1997, Russia and Ukraine have shared individual titles, with a certain advantage for the former (six titles out of a possible eight). In the Group discipline, Russia also dominated the circuit from 1999 to 2007 (five titles).

— Spain has particularly distinguished itself in organizing competitions, with three World Championships (1993, 1998 and 2001) and four European Championships (1978, 1993, 2000 and 2002).

— In 2000, the European Championships at Saragossa saw a tidal wave of 10 point scores during the single apparatus finals. 10 points for ball podium gymnasts. In ribbon and the first two achieved this magical score. We also note that Eva Serrano, the best French gymnast to date, was part of these «surprise» podiums (10 points in ribbon and hoop).



# DANS LES COULISSES DES COMP

## BEHIND THE SCENES AT INTERNATIONAL COMPETITIONS

Lors des compétitions les athlètes fréquentent la salle d'échauffement, les vestiaires, les plateaux de compétition, mais se doutent-ils de l'organisation qu'il y a derrière tout cela ? Pour en savoir un peu plus sur ce qui se trame en coulisse, allons à la rencontre de Christophe Lambert, Entraîneur National TSA, qui nous explique ce qu'est la séance d'orientation.



### Qu'est-ce que la séance d'orientation ?

L'objet de la séance d'orientation est de mettre toutes les délégations sur un même niveau d'information. Pour certains, participer à une séance est une routine, par exemple sur un championnat du Monde on retrouve toujours des « vieux briscards », alors que pour d'autres c'est une découverte, il faut donc les orienter. Cela permet aussi d'avoir les informations de dernière minute ou les changements dans le timing de la compétition, le transport...

Pour les organisateurs, cela sert à faire un état des lieux afin de s'assurer que toutes les fédérations sont bien présentes car c'est normalement une obligation, pour les délégations, d'assister aux séances.

*« La séance d'orientation permet aux chefs de délégation de régler les derniers détails avant une compétition »*

### Qu'est-ce que cela apporte à une délégation ?

Pour les délégations cela permet de diminuer le stress lié au déroulement de la compétition et de s'organiser pour être en temps et en heure aux entraînements, aux échauffements et aux passages de compétition. C'est à partir des informations reçues lors de la séance d'orientation que le chef de délégation peut organiser le

timing et la logistique de la compétition pour son équipe. Lors de la séance les chefs de délégation peuvent régler les derniers détails inhérents à leur équipe. Ils peuvent par exemple remettre les documents qui n'auraient pas été transmis auparavant tels que les CD de musique ou bien régler les dernières obligations financières telles que les droits d'engagements.

### Quand a-t-elle lieu ?

Généralement la séance d'orientation est la première réunion de la semaine de compétition. Elle a lieu lorsque toutes les délégations sont arrivées. Les entraînements en salle d'échauffement peuvent avoir débuté mais la séance se tient toujours avant que les

# ÉTITIONS INTERNATIONALES



*During competitions, athletes go to the warm-up room, changing rooms and competition mats, but do they suspect the organization that lies behind it all? To find out a little more about what goes on behind the scenes, we met Christophe Lambert, TSA National Trainer, who explained the orientation session to us.*

## **What is the orientation session?**

*The purpose of the orientation session is to put all delegations at the same level of information.*

*For some, taking part in a session is routine, for example at a World Championships we always find the 'veterans', while for others it is a new experience and so they need to be shown the ropes. It also enables us to pass on last minute information or changes in competition timing, transport, etc.*

*For the organizers, it acts as a final check to ensure that all the federations are indeed present because it is generally compulsory for delegations to attend sessions.*

---

*«The orientation session enables delegation heads to sort out final details before a competition»*

## **What does it offer a delegation?**

*For delegations, it reduces the stress associated with the sequence of the competition and enables them to organize themselves to be on time for training, warm-ups and competition running order. It is from the information received during the orientation session that the delegation head can organize the competition timing and logistics for his team.*

*During the session, the delegation heads can sort out the final details relevant to their team. For example, they can submit documents that were not sent before, such as music CDs or even make remaining financial payments such as competition fees.*

## **When does it take place?**

*The orientation session is generally the first meeting of the competition week. It takes place when all the delegations have arrived. Training sessions in the warm-up room may have started but the session is always held before training on the competition mat can begin because it will be used to set up training routines on the podium.*

*It lasts between 30 and 45 minutes - 30 to 45 minutes of information, which is enough to point out the most important.*

---

*«From one country to another, the session takes place in almost the same way, it is fairly standardised»*

entraînements sur le plateau de compétition ne commencent car elle va servir à mettre en place les routines d'entraînement sur podium. Elle dure entre 30 et 45 minutes, ce sont 30 à 45 minutes d'information, ce qui est suffisant pour pointer du doigt le plus important.

*« D'un pays à l'autre la séance se déroule presque de la même façon, c'est assez standardisé »*

## **Qui intervient ? Qui assiste ?**

On distingue deux intervenants majeurs. Dans un premier temps le Président du COL

présente toutes les infrastructures autour de la compétition, transports ou repas par exemple. Dans un second temps, intervient l'instance de tutelle sous l'égide de laquelle a lieu la compétition. Cette instance peut-être l'UEG pour les compétitions européennes ou la FIG pour les compétitions mondiales. Le Président technique de la FIG ou de l'UEG présente alors les points techniques du règlement (comment se passe la compétition, les échauffements...).

Habituellement c'est le chef de délégation qui assiste à la séance. Il peut être accompagné d'un entraîneur ou d'un interprète, si besoin. Normalement le juge ne participe pas, sauf si c'est l'unique membre de la délégation à pouvoir traduire ce qui est dit.

## **Who is involved? Who attends?**

*We distinguish two major people. Firstly the COL President presents the infrastructure around the competition, transport or meals for example. Secondly, the supervisory body under the aegis of which the competition is taking place. This body may be the European Union of Gymnastics for European competitions or the International Gymnastics Federation for world competitions. The Technical President of the FIG or UEG then presents the technical points of the rules (how the competition will take place, warm-ups, etc.).*

*It is usually the delegation head who attends the session, perhaps accompanied by a trainer or an interpreter, if necessary. Normally the judge does not take part, unless this is the only member of the delegation able to translate what is said.*

# COMMENT CRÉER UNE CHORÉGRAPHIE ?

HOW DO YOU CREATE A CHOREOGRAPHY?



Que l'on parle de Gymnastique Artistique ou Acrobatique, la chorégraphie tient une place essentielle dans un mouvement. Suivez étape par étape le processus de création à travers les yeux experts d'Adriana Pop, célèbre chorégraphe GAF et de Mélanie Avisse, spécialiste de la GAC.

## La musique

C'est le point de départ du processus créatif. Mais contrairement à ce que l'on pourrait croire, le chorégraphe n'en est pas forcément à l'origine. « *Le plus souvent, c'est l'entraîneur qui choisit ou qui me propose deux ou trois morceaux différents* », explique ainsi Mélanie Avisse. Ex-membre de l'équipe de France de Tumbling (championne d'Europe par équipe en 2000), Mélanie est aussi une passionnée de danse. Et c'est en 1995 qu'elle crée sa première « choré » en gymnastique acrobatique. Depuis, elle n'a jamais arrêté. « *Il m'arrive également de flasher sur une musique et de la proposer ensuite à l'entraîneur. C'est ce qui s'est*



*Whether you are talking about Artistic or Acrobatic Gymnastics, choreography holds an essential place in a movement. Follow the creative process step by step through the expert eyes of Adriana Pop, famous choreographer for Women's Artistic Gymnastics (WAG) and Mélanie Avisse, specialist in GAC.*

passé un jour lors d'un concert de jazz. J'en ai fait une chorégraphie pour le trio senior d'Eva Mauriceau, de Sandrine Jeanvoine et d'Audrey Labeau ». De son côté, Adriana Pop, connue pour composer des chorégraphies qui détonnent dans le milieu de la GAF, effectue cette étape avec la gymnaste. « Je préfère en effet que le choix de la musique se fasse en concertation avec la gymnaste, même s'il m'arrive de l'orienter », avoue-t-elle.

### La création

Après le son, l'image. Car une fois le choix musical arrêté, encore faut-il imaginer la gestuelle qui collera parfaitement au rythme mais surtout à la personnalité de la gymnaste ou du groupe. Et aussi étonnant que cela puisse paraître, ça peut aller très vite. Ainsi, Mélanie Avisse n'a besoin que de deux ou trois heures pour créer 2 minutes 30 de choré d'un mouvement de Gymnastique Acrobatique. Pour elle, pas de préparation préalable, c'est au feeling qu'elle travaille. « Je devrais écouter plusieurs fois la musique, répéter et voir ce que je pourrais faire, mais je ne fonctionne pas comme ça. En fait, je ne prépare rien. J'arrive à l'entraînement, je lance la musique et je danse ». Mais c'est également pour éviter une perte de temps que Mélanie préfère créer instantanément. « Je peux avoir une idée en tête et me rendre compte que cela ne fonctionne pas, que ce n'est pas naturel pour la gymnaste. Je dois donc m'adapter. Voilà pourquoi je n'arrive pas forcément avec des idées bien précises ». Adriana Pop a besoin de deux ou trois jours pour monter une choré au sol. Mais là encore, cela dépend beaucoup de la gymnaste. « Avant tout, je commence à parler avec elle. Nous écoutons la musique ensemble et j'essaie de percevoir au mieux sa personnalité ». Les deux femmes se rejoignent cependant sur une chose : créer une chorégraphie n'est pas forcément compli-



qué. Ce qui l'est un peu plus, c'est de trouver l'originalité. « C'est un métier où l'on pique souvent les bonnes idées, explique Adriana. Il faut donc savoir être avant-gardiste. C'est la clé d'une bonne choré ». « Il faut trouver le petit détail qui fera toute la différence. Les petits portés, les liaisons ou les montées qui changeront tout. Voilà ce qui prend du temps », ajoute Mélanie.

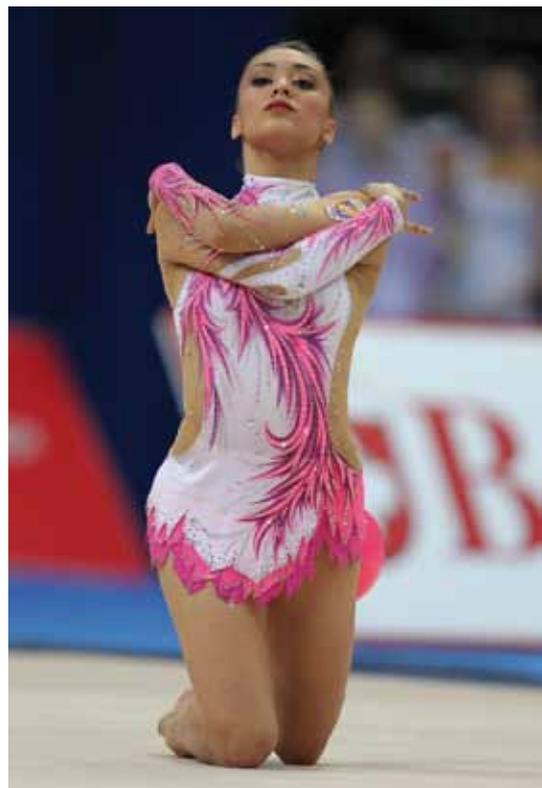
### L'inspiration

Mais justement, comment trouver le geste dont le monde se souviendra ? Pour Adriana, cela peut venir de partout. « La mode, un ballet de danse ou même un clip vidéo, explique-t-elle. Je m'inspire également d'autres chorégraphes dont j'admire le travail comme Maurice Bejart, Neshka Robeva, Mikhail Baryshnikov, Alvin Ailey et même Michael Jackson ». Mais pour elle comme pour Mélanie, c'est avant tout l'athlète qui peut tout changer. « Si je vois que la personne avec qui je travaille est capable de faire beaucoup de choses, les idées fusent, raconte ainsi l'ancienne tumbleuse. Certains groupes russes par exemple m'inspirent énormément ».

that Melanie prefers to create instantaneously. « I may have an idea in my head and realize that it doesn't work, that it isn't natural for the gymnast. So I have to adapt. This is why I don't necessarily arrive with very precise ideas ». Adriana Pop needs two or three days to put a choreography together. But here again, it depends a lot on the gymnast. « First of all, I begin by talking with her. We listen to the music together and I try to make out her personality as best I can ». However the two women are agreed on one thing: creating a choreography is not necessarily complicated. What is a little more so, is finding originality. « This is a job where we often pinch good ideas, Adriana explains. So we have to be able to be avant-garde. This is the key to a good choreography. « We have to find the little detail that will make all the difference ». Little portés, links or jumps that change everything, this is what takes the time », adds Mélanie.

### Inspiration

But just how do you find the routine that the world will remember? For Adriana, this can come from anywhere. « Fashion, ballet or even a video clip, she explains. I am also inspired by other choreographers whose work I admire, such as Maurice Bejart, Neshka Robeva, Mikhail Baryshnikov, Alvin Ailey and even Michael Jackson ». But for her as for Mélanie, it is above all the athlete that can change everything. « If I see that the person I am working with is capable of doing a lot of things, ideas merge, » explains the former tumbler. « Certain Russian groups, for example, inspire me enormously ».



### Music

This is the starting point for the creative process. But contrary to what you might believe, the choreographer is not necessarily the source of it. « Most frequently, the trainer chooses or suggests two or three different pieces to me », explains Mélanie Avisse. Ex-member of the French Tumbling team (European team champions in 2000), Mélanie is also passionate about dance. And it was in 1995 that she created her first 'choreo' in Acrobatic Gymnastics. And she hasn't stopped since then. « It also happened that I feel for a piece of music and so suggested it to the trainer. It happened one day during a jazz concert. I created a choreography with it for the Senior trio of Eva Mauriceau, Sandrine Jeanvoine and Audrey Labeau ». For her part, Adriana Pop, known for creating choreographies that appear out of place in the WAG arena, undertakes this

step with the gymnast. « I actually prefer the choice of music to be made jointly with the gymnast, even if I have to guide it », she admits.

### Creation

After sound, the image. Since once the musical choice has been made, we still have to design routines to fit perfectly to the rhythm but especially to the personality of the gymnast or the group. And as astonishing as it may seem, this can happen very quickly. Thus, Mélanie Avisse only needs two or three hours to create 2 min 30 sec of choreography for an Acrobatic Gymnastic routine. For her, no advance preparation, she works by feeling. « I could listen to the music several times, rehearse and see what I could do, but I don't work like that. In fact, I don't prepare anything. I arrive for training, I start the music and I dance ». But it is also to avoid losing time

# LA GYM QUALITE C'EST DANS UN CLUB FFG

## QUALITY GYM IS IN AN FFG CLUB

La Fédération Française de Gymnastique fondée en 1873 est reconnue d'utilité publique. Son siège se trouve à Paris (10<sup>e</sup> arrondissement). Avec l'aide de ses partenaires et le concours du Ministère des Sports, elle contribue au développement de ses disciplines sportives de Haut Niveau et de loisirs. Pour la croissance de ses associations, la Fédération se mobilise pour l'emploi et la formation.

### 7 DISCIPLINES DE HAUT NIVEAU ET LA GYMNASTIQUE POUR TOUS :

Gymnastique Artistique Masculine  
Gymnastique Artistique féminine  
Gymnastique Rythmique  
Trampoline  
Tumbling  
Gymnastique Acrobatique  
Gymnastique Aérobie  
Baby Gym, Gym seniors et gym adaptée.  
Et des équipes de France dans chaque discipline.

### FAIRE DE LA GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

C'est un sport ouvert à toutes les jeunes filles, dès le plus jeune âge. En règle générale, on peut débiter la GR à 6 ans. Avant cela, la Baby Gym propose aux tout petits, dès l'âge de 18 mois, d'apprendre à se déplacer grâce à des parcours adaptés tout en s'amusant. Les plus jeunes développent ainsi leur motricité et ensuite les débutantes s'exercent souvent en premier au cerceau et au ballon. Ces deux engins sont plus faciles à manier. Après quelques temps, elle peut commencer à pratiquer en compétition en individuelle ou en équipe.

Pratiquer la GR comme tout autre sport demande un bon échauffement. L'une des particularités de cette discipline est la souplesse demandée lors des exercices. Les muscles du corps doivent donc être suffisamment prêts pour s'étirer en sécurité, afin d'éviter les blessures. L'échauffement peut commencer ou intégrer des mouvements de danse classique car elle est la base de la GR. Les pivots, les sauts et les équilibres demandent une technique, qui s'acquiert par la répétition de mouvements de base à la barre et au sol. La musculation est, à partir d'un certain niveau, essentielle afin de permettre à la gymnaste de réaliser son enchaînement au mieux. Les jambes, les bras, les abdominaux sont sollicités et renforcés à chaque entraînement. Il est donc important après autant d'efforts de bien s'hydrater !



### EN BREF, LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE C'EST :

Plus de 270 000 licenciés au sein de 1555 clubs / 13700 arbitres et juges / 84 cadres techniques et une douzaine de Cadres Techniques Fédéraux / Plus de 7000 éducateurs/entraîneurs / 73 gymnastes en équipes de France / 97 Comités Départementaux / 27 Comités Régionaux / 10 Pôles France et 19 Pôles Espoir. Et des milliers de bénévoles !

## At a glance

*The French Gymnastics Federation was founded in 1873 and is officially recognized as beneficial to the public at large. Its headquarters are in Paris (10th district). With the help of its partners and support from the Ministry of Sport, it contributes to developing top level sporting disciplines and leisure activities. For the growth of its associations, the Federation is active in employment and training.*

### **DOING RHYTHMIC GYMNASTICS**

*The sport is open to all young girls from the earliest age. As a general rule, you can start RG at 6 years old. Before that, Baby Gym offers the very young, from 18 months, the chance to learn how to move through appropriate training while having fun. In this way the youngest children develop their motor skills and then learners are often started with the hoop and ball. These two pieces of apparatus are the easiest to handle. After a little while, she can start to compete individually or in a team.*

*Like any other sport, doing RG requires a good warm up. One special feature of this discipline is the flexibility required during exercise. The body's muscles must therefore be sufficiently ready to be stretched safely, to avoid injuries. The warm up can begin with or include classical dance movements because this is the basis of RG. Pivots, jumps and balance demand a technique that is learned by repeating basic movements at the bar and on the floor. From a certain level, body-building is essential to enable the gymnast to perform her routine as well as possible. Legs, arms and abdominals are worked and strengthened with each training session. It is therefore important to hydrate yourself properly after all this exercise!*

Internet site: [www.ffgym.com](http://www.ffgym.com)

Event site: <http://montpellier2011.ffgym.com/>

### **7 DISCIPLINES AND GYMNASTICS FOR EVERYONE:**

*Men's Artistic Gymnastics  
Women's Artistic Gymnastics  
Rhythmic Gymnastics  
Trampoline  
Tumbling (acrobatics on a mat)  
Acrobatic Gymnastics  
Aerobic Gymnastics  
Baby Gym, Senior Gym and adapted gym).  
And French teams in each discipline.*



### **IN SHORT, THE FRENCH GYMNASTICS FEDERATION IS:**

**270,000 members** in 1,555 clubs / **13,700 referees and judges** / **84 State Technical managers** / More than **7000 trainers/coaches** / **73 gymnasts** in the French teams / **97 Departmental Committees** / **27 Regional Committees** / **10 Pôles France** and **19 Pôles Espoir**. And thousands of volunteers!

# MONTPELLIER GRS, L'ACCENT DU SUD

## MONTPELLIER RHYTHMIC GYMNASTICS CLUB, SOUTHERN ACCENT

Créé en 1981 par Dany et Christian Pérémarti, Montpellier GRS fêtera cette année son trentième anniversaire.

Pouvait-on rêver de plus beau présent que l'organisation à l'Aréna de ces championnats du Monde de Gymnastique Rythmique ? Premier club créé en Languedoc Roussillon, Montpellier GRS a su se hisser au niveau de l'élite nationale et acquérir ses lettres de noblesse dans un paysage sportif montpelliérain riche et performant.

Depuis son origine, fidèle à ses valeurs de partage et de convivialité, il aura été le catalyseur de toutes les énergies, son rayonnement a grandement contribué à la création de nombreux clubs en Languedoc Roussillon et au développement de cette discipline féminine dans le Sud-ouest.

Avec un effectif de 320 licenciés en 2011 et grâce à des installations de qualité, Montpellier demeure le club phare de la gymnastique régionale, il a fait de la Rythmique une des composantes essentielles de son Comité Départemental et Régional et il continue par l'implication de ses cadres et de ses dirigeants à promouvoir partout la GR. Aujourd'hui encore grâce au soutien des institutionnels, des collectivités locales et plus particulièrement de l'Agglomération de Montpellier, le club continue avec la même philosophie et le même dynamisme.

Les trois axes de sa politique sportive : Animation, Formation-Compétition et Haut Niveau, ont été consolidés par la création d'un Centre Régional GR et la Labellisation d'un Pôle Espoir depuis une dizaine d'années.

Parmi toutes celles et ceux qui ont partagé ses valeurs, quelques personnalités auront marquées ces trois dernières décennies, Madame Dina Atanassova pour les entraîneurs,

et les languedociennes Nadia Mimoun et Eva Serrano. Aujourd'hui les regards se tournent vers les jeunes gymnastes issues de sa filière de formation qui deviendront peut-être l'avant garde d'une génération prometteuse.

Quoiqu'il en soit ceux qui ont conduit le club depuis son origine restent persuadés que sous le label «Sud de France» ils ont trouvé leur élixir de jouvence.



PLACE DE LA COMÉDIE





*Created in 1981, Montpellier RG club will celebrate its thirtieth anniversary this year. Who could dream of a better present than to organise this year's World Rhythmic Gymnastics Championships at the Arena?*

*The first club created in the Languedoc-Roussillon, Montpellier RG club, through support received particularly from the local authorities and the greater city area, will have been able to earn its letters patent in a rich and outstanding Montpellier sporting landscape.*

*Since its origin, loyal to its values, Montpellier RG club will have been the catalyst for all resources, its influence has greatly contributed to creating numerous clubs in the regions and the development of this feminine Olympic discipline in the greater South-West region.*

*With 320 members in 2011, Montpellier remains the flagship regional Gymnastics club and the Rhythmic discipline has become one of the essential components of the Regional Committee. The three main elements of the club's sporting policy are:*

- *Openness and accessibility based on organisation and initiation*
- *Training of young children, involving the juniors in the Training Cup and Competition offering all gymnasts programmes and competitions to match their abilities and give them the most fulfilment*
- *Development at High Level by relying on specific resources (setting up a pre-stream and a relevant and accessible stream) and high quality supervision.*

*To achieve these objectives the club is organised into three main sections: Organisation, Training and Competition, High Level.*

#### **LOCAL ORGANISATION COMMITTEE**

*The desire of the Hérault Departmental Committee and the Languedoc-Roussillon Regional Committee has always been to introduce gymnastics to the public in our region by means of very high level shows: France/Russia match (2004) and Gala of Champions (2007)*

*The construction of the ARENA in the greater Montpellier area creates the possibility of organising displays at international level. This sports hall, the first in the provinces, convinced the French Gymnastics Federation to organise the World Rhythmic gymnastics Championships here (September 2011)*

*The greater Montpellier area, the City and the Region will support this project so that Rhythmic Gymnastics, flagship discipline of the FFG in Languedoc-Roussillon for thirty years, can have its dream come true and find itself on the front pages*

*By relying on the dynamic of this event, the LOC and the clubs have established an RG Development Plan in Languedoc-Roussillon schools. This project, conducted in partnership with the Montpellier education authority, is entitled 'Golden Hoops'.*

*4000 pupils, representing about 150 primary school classes, have benefited during 2011 from a learning cycle provided by club coaches in close collaboration with school teachers, themselves trained beforehand.*

*The Local Organisation Committee also had the task to recruit and manage about 200 Volunteers; it is relying on the 20 Clubs in the Department, on their great willingness and help from other bodies, such as: CDOS, 'Joinvillais', DRJSCS, UNSS, UFR Staps and Université des lettres.*

*In total, 220 people have signed up: 120 from the FFG federal sphere, 100 from other sectors. It is worth noting that all the volunteer managers from the 17 sectors needed for the organisation are working in pairs with FFG professionals.*





# SPECIAL JEUX OLYMPIQUES 2012

2012 OLYMPIC GAMES SPECIAL



C'est à Athènes (Grèce) que les premiers Jeux Olympiques de l'ère moderne eurent lieu du 4 au 15 avril 1896, avec la participation de 13 nations, 10 sports, 43 épreuves, 285 sportifs (dont 13 Français) - la moitié étaient des Grecs - et 80.000 spectateurs.

Aujourd'hui, cet événement planétaire, qui se déroule sur deux semaines, regroupe 204 pays, 11.000 athlètes représentant 28 sports. Les prochains J.O. auront lieu du 27 juillet au 12 août 2012 à Londres (Grande-Bretagne).

La Fédération Française de Gymnastique compte quatre disciplines olympiques :

- **La Gymnastique Artistique Masculine (GAM)** > En concours pour la première fois aux J.O. d'Athènes en 1896
- **La Gymnastique Artistique Féminine (GAF)** > En concours pour la première fois aux J.O. d'Amsterdam (Pays-Bas) en 1928
- **Le Trampoline (TR)** > En individuel : masculin et féminin, en concours pour la première fois aux Jeux Olympiques de Sydney (Australie) en 2000
- **La Gymnastique Rythmique (GR)** > En individuel : en concours pour la première fois aux J.O. de Los Angeles (Etats-Unis) en 1984. En Ensemble : en concours pour la première fois aux J.O. d'Atlanta (Etats-Unis) en 1996.

## QUALIFICATIONS OLYMPIQUES

**Les championnats du Monde organisés à Montpellier du 18 au 25 septembre 2011 qualifieront :**

- Les 6 meilleurs Ensembles du Concours Général
- Les 15 meilleures gymnastes individuelles (deux maxi par fédération)

**Les épreuves-tests organisées à Londres du 16 au 18 janvier 2012 qualifieront (en plus des qualifiées de Montpellier) :**

- Les 4 meilleurs Ensembles
- Les 5 meilleures gymnastes individuelles (une maxi par Fédération)

**1988 :**

La Soviétique Marina Lobatch obtient le total parfait : 40 points lors des J.O. de Séoul.

**1988:**

Soviet Marina Lobatch got the perfect score: 40 points during the Seoul Olympic Games.

**2000 :** Eva Serrano entre dans l'histoire en se classant 5<sup>e</sup> du Concours Général.

**2004 :** La finale individuelle n'aura été qu'un match serré entre l'Ecole Russe des élèves d'Irina Vinner, Alina Kabaeva en or et Irina Tchachina en argent.

**2000:** Eva Serrano went down in history by ranking 5<sup>th</sup> in the General Competition.

**2004:** The individual final will only have been a tight match between the Russian School of pupils of Irina Vinner, Alina Kabaeva with gold and Irina Tchachina with silver.

**1984**  
à 16 ans, la Canadienne  
Lori Fung devient la première  
championne olympique, Bénédicte Augst,  
première Française, se classe 21<sup>e</sup>.

**1984**  
at 16 years old,  
the Canadian Lori Fung became  
the first Olympic Champion;  
Bénédicte Augst, leading French  
gymnast, came 21st.

*The first Olympic Games of the modern era were held in Athens (Greece) from 4 to 15 April 1896, with 13 nations taking part, 10 sports, 43 events, 285 athletes (including 13 French) - half were Greek - and 80,000 spectators.*

*Today, this planetary event, which lasts two weeks, covers more than 204 countries and 11,000 athletes representing 28 sports. The next Olympic Games will take place from 27 July to 12 August 2012 in London (United Kingdom).*

*The French Gymnastics Federation includes four Olympic disciplines:*

• **Men's Artistic Gymnastics** > In competition for the first time at the Athens Olympic Games (1896)

• **Women's Artistic Gymnastics** > In competition for the first time at the Amsterdam (Holland) Olympic Games in 1928

• **Trampoline** > Individual: men and women, in competition for the first time at the Sydney (Australia) Olympic Games in 2000

• **Rhythmic Gymnastics** > Individual: in competition for the first time at the Los Angeles (USA) Olympic Games in 1984

Group: in competition for the first time at the Atlanta (USA) Olympic Games in 1996

**2008 :**

L'Ensemble Russe,  
champion olympique pour  
la 3<sup>e</sup> fois consécutive,  
ne devance les surprenantes  
Chinoises que de 0.325 point.

**2008:**

Group Russia, Olympic Champion  
for the 3rd consecutive time,  
were only 0.325 points ahead  
of the surprising Chinese.

**1992 :** Les Françaises  
Chrystelle Sahuc  
et Céline Degrange

terminent respectivement 19<sup>e</sup> et 25<sup>e</sup>.

**1996 :** 4<sup>e</sup>, c'est le meilleur classement  
pour l'Ensemble France, obtenu à Atlanta.

**1992:** Frenchwomen Chrystelle Sahuc  
and Céline Degrange finished 19th  
and 25th, respectively.

**1996:** 4th, the best position  
for Group France, at Atlanta.

**OLYMPIC QUALIFICATION**

**The World Championships  
organized at Montpellier from 18  
to 25 September 2011 will qualify:**

- The 6 best Groups in General Competition
- The 15 best individual gymnasts (max two per federation)

**The trials events organised in  
London from 16 to 18 January 2012  
will qualify:**

- The 4 best Groups
- The 5 best individual gymnasts (max one per Federation)



M O R E A U

2011 - 2012

# 2012 RÊVE DE PODIUM

**NOUVELLE COLLECTION 2011-2012**  
**Disponible en septembre**

**[www.christian-moreau.com](http://www.christian-moreau.com)**

MOREAU SAS  
Z.I. Les Bretteaux  
42410 St -Michel-sur-Rhône

Tél: +33 (0)4 74 56 46 72  
Fax: +33 (0)4 74 56 54 63  
[chmoreau@christian-moreau.com](mailto:chmoreau@christian-moreau.com)  
<http://blog.christian-moreau.com>

Pour tout renseignement Club, merci de contacter  
Yves Collot : +33 (0)6 09 17 37 19  
e-mail : [yves.collot@orange.fr](mailto:yves.collot@orange.fr)

## PUBLI REDACTIONNEL

### Make Up for Ever



**Make Up for Ever**, marque appartenant au groupe LVMH, est le « Maquillage Officiel » des **Championnats du Monde de Gymnastique Rythmique**.

Dans le cadre de ce partenariat, MAKE UP FOR EVER proposera aux gymnastes des ateliers d'initiation au maquillage, et prendra en charge leur maquillage pendant la compétition et lors du gala de clôture. Le grand public bénéficiera de conseils sur le stand vente MAKE UP FOR EVER. [JD1]

«Sensibilité artistique, haute technicité, esthétique, équipe...sont quelques-unes des valeurs ancrées dans l'ADN MAKE UP FOR EVER, des valeurs qui correspondent à l'image de la Gymnastique Rythmique. C'est donc tout naturellement que nous avons souhaité accompagner la Fédération Française de Gymnastique dans l'organisation des championnats du Monde. Une alliance logique entre le sport et la beauté qui permet à notre célèbre marque d'accompagner dans leur discipline et leur passion ces gymnastes de Haut Niveau. Ce partenariat est aussi une nouvelle occasion pour MAKE UP FOR EVER de dépasser son rôle de marque de maquillage et de confirmer sa volonté d'éducation en initiant les athlètes de la compétition aux couleurs, aux textures des produits qui composent la gamme MAKE UP FOR EVER.»

L'agence Event & Partner qui mène une mission globale de conseil et d'accompagnement sur le sponsoring et les partenariats pour la FFGym depuis 2010 assure avec la Fédération la mise en place et la coordination de ce nouveau partenariat.

# Partenaires



## EQUIPEMENTS pour GYMNASTES

du débutant jusqu'au niveau international

E-mail : eurogymparis@noos.fr



*Les meilleurs Gymnastes  
savent où trouver  
les meilleurs produits  
Best Gymnasts know  
where to find The Best*



[www.eurogym.fr](http://www.eurogym.fr)

- ☆ Gymnastique Rythmique
- ☆ Articles homologués Code F.I.G.



BEAUTY



Leotards  
JUSTAUCORPS

PRECISION

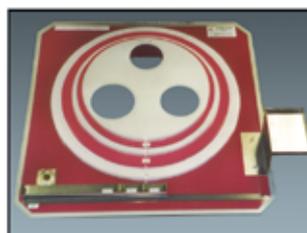
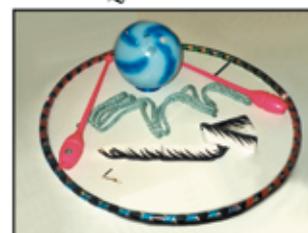


Table-Control  
CONTROLE NORMES FIG

QUALITY



Apparatus  
ENGINES

**LA GYMNASTIQUE DU NOUVEAU MILLENAIRE**  
*New Millenium's Gymnastics*

## EUROGYM INTERNATIONAL

265, 267 boulevard Voltaire  
75011 PARIS (France)  
(Métro NATION)

Tél. : (33) 01 43 72 81 03 (Bureau)  
(33) 06 07 27 77 35 (Mobile)  
Fax : (33) 01 43 72 81 05



[www.eurogym.fr](http://www.eurogym.fr)

- ☆ Gymnastique Artistique
- ☆ Sports Acrobatiques
- ☆ Clubs et Associations
- ☆ Scolaires et Universitaires

Le Gymnaste Magazine,  
c'est toute l'info sur la Gym !

# Le Gymnaste MAGAZINE

 Fédération Française de Gymnastique

Je souhaite suivre l'actualité de la Gym,  
lire les reportages sur les compétitions,  
suivre les traces de mes champions favoris,  
avoir des informations sur la technique  
ou encore collectionner photos et posters?

## Je m'abonne !

- 1 Dui, je m'abonne pour un an au Gymnaste Magazine. J'habite :
- En France ou les DOM/TOM - Je reçois 10 numéros pour 30 euros par an
  - A l'étranger - Je reçois 10 numéros pour 48 euros par an

- 2 Je joins à ce bulletin un règlement par :
- Chèque bancaire à l'ordre de FFG - Le Gymnaste
  - Chèque postal à l'ordre de FFG - Le Gymnaste

- 3 Je complète le formulaire ci-dessous :

Nom et prénom (en majuscules) : \_\_\_\_\_

Adresse (en majuscules) : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_

Pays : \_\_\_\_\_

N° de téléphone : \_\_\_\_\_

Etes-vous licencié (e) ?

Si oui, nom de votre club : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_

Adresse mail : \_\_\_\_\_

- 4 Je retourne ce bulletin à la Fédération Française de Gymnastique  
7 ter, cour des Petites Ecuries - 75010 Paris - France  
ou je m'abonne sur [www.ffgym.com](http://www.ffgym.com)



# courez toujours mieux



miCoach Pacer

Le Pacer interagit avec l'accéléromètre et le cardiofréquencemètre pour vous donner les indications dont vous avez besoin en utilisant des zones de couleur. Appuyez à tout moment sur celui-ci pour connaître en temps réel votre vitesse, la distance parcourue, la durée de course, votre rythme cardiaque et les calories brûlées. Compatible avec tous les lecteurs MP3 du marché, vous pouvez également l'utiliser seul.

## miCoach S'améliorer à chaque étape.

miCoach est un système d'entraînement personnalisé qui vous aidera à atteindre vos objectifs. Synchronisé à l'accéléromètre présent sur votre chaussure, il suit avec précision votre vitesse ainsi que la distance parcourue. Il écoute les battements de votre cœur et vous donne en temps réel des instructions orales sur votre course.

**Fixez vos objectifs. Établissez un plan d'entraînement. Regardez vos résultats sur [miCoach.com](http://miCoach.com)**

Impossible is Nothing



Accéléromètre

Avec une exactitude de 98 %, l'accéléromètre suit avec précision votre vitesse, la distance parcourue, le nombre de pas, et vous les retransmet en temps réel pendant votre entraînement.



Cardiofréquencemètre

Chaque coureur est différent. Chaque cœur est unique. miCoach ne laisse aucune place à l'approximatif. Son cardiofréquencemètre simplifie votre vision de la course pour vous permettre de voir les résultats et d'atteindre vos objectifs.

