



# LE DERNIER CARRÉ



# Sommaire

- p. 3 : Le Dernier Carré Explication de La Dénomination
- p. 4 & 5 : Qui est qui...
- p. 6 & 7 : Le Mot du Président
- p. 8 : Le Mot de la Secrétaire Générale
- p. 9 : Le Mot des Vices Présidents
- p. 10 : Le Mot du Trésorier
- p. 11 : Faites un Don
- p. 12 & 13 : Gymnastique Artistique Féminine
- p. 14 & 15 : Aérobic
- p. 16 & 17 : Gymnastique Artistique Masculine
- p. 18 & 19 : Gymnastique Rythmique
- p. 20 & 21 : Activités de la Forme
- p. 22 : Capoeira
- p. 23 : Danse Brésilienne
- p. 24 : Eveil Enfants / Bébés
- p. 25 : Danse
- p. 26 : Course à Pied
- p. 27 : Amicale
- p. 28 : Accueil Collectif des Mineurs
- p. 29 : Gymnastique Adaptée
- p. 30 & 31 : Championnat Individuel Mixte
- p. 32 & 33 : Cambronn'Aide
- p. 34 : Carnet Cambro
- p. 35 : Hommage à Nicole Suaudeau
- p. 36 : Cabaret
- p. 37 : Les Partenaires
- p. 38 : Contacts



# LE DERNIER CARRÉ

un nom porteur de sens

Communiquer auprès des adhérents, tel était déjà l'objectif des dirigeants de la Cambronnaise en 1947, année de diffusion du premier numéro du Dernier Carré.  
Mais d'où lui vient ce nom : « Dernier Carré » ? Quel lien avec la Cambronnaise, d'hier et d'aujourd'hui ?

## Un peu d'histoire s'impose...

Chacun aura fait le lien entre l'appellation de notre association « La Cambronnaise » et le fameux Général Pierre Cambronne qui vécut à Saint-Sébastien-sur-Loire dans sa résidence de la Baugerie, à l'issue de sa carrière militaire, et où il demeurera jusqu'à la fin de sa vie en 1842.  
En juin 1815, la bataille fait rage à Waterloo contre les Anglais.  
Cambronne, fidèle de Napoléon, commande le dernier carré, dernier rempart d'hommes défendant notre cause. Sommé de se rendre par le général britannique Colville, Cambronne aurait répondu :  
« La garde meurt mais ne se rend pas ! »  
Puis, devant l'insistance de l'ennemi, la légende laisse entendre que le général lance un certain mot « M.... »  
Symbole de résistance, de ténacité, de courage, le dernier carré de la Vielle Garde a ainsi inspiré nos prédécesseurs qui à l'époque se sont reconnus à travers ces valeurs que nous défendons toujours aujourd'hui.



**Christian BABONNEAU**  
*Président*



**Christine DOUAISI**  
*Secrétaire Générale*



**Claire DARIUS**  
*Secrétaire Générale Adjointe*



**Marie Christine JEAN**  
*Secrétaire Générale Adjointe*



**Clémence VIVET**  
*Vice Présidente  
Gymnastique Rythmique*



**Ludovic MOLE**  
*Membre Représentant  
la Gymnastique Rythmique*



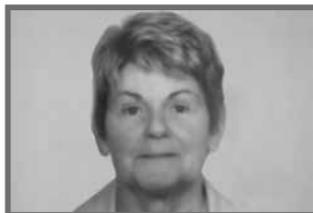
**William GREFFARD**  
*Membre Gymnastique  
Rythmique*



**France Pechereau**  
*Membre Responsable  
Partenariat*



**Anthony LOISEAU**  
*Trésorier Général*



**Marie-Agnès  
BERTRAND**  
*Trésorière Adjointe*



**Michel GOULET**  
*Trésorier Adjoint*



**Franck David**  
*Membre Capoeira*



**Didier Bellefet**  
*Membre  
Gymnastique Masculine*



**Pascal NAËGELÉ**  
*Vice Président  
Gymnastique Masculine*



**Yves MAINGUENEAU**  
*Membre  
Gymnastique Masculine*



**Robert MICHELOT**  
*Membre  
Gymnastique Masculine*



**Blandine CARRIOU**  
*Membre - Secrétaire  
Gymnastique Masculine*



**Gwladys HOUZÉ**  
*Vice Présidente  
Gymnastique Féminine*



**Margaux FERDINAND-ROY**  
*Membre  
Gymnastique Féminine*



**Jean-Luc VIAUD**  
*Vice Président Amicale*



**Gildas DOUAISI**  
*Membre Chargé de la  
Sécurité et de l'Amicale*



**Genevieve NAËGELÉ**  
*Vice Présidente  
Secteur Loisirs*



**Georges Gregoire**  
*Secrétaire Adjoint*



**Anita SANTAX**  
*Responsable Danse*



**Paola MARTIN**  
*Membre Danse*



**Karen HUGUEN**  
*Vice Présidente du  
Secteur Culturel, Activités  
Adaptées et Danse*



**Cathie COLLARD**  
*Membre Aérobie*



**Isabelle FRION**  
*Membre Aérobie*



**Jean-Claude DOMMANGEAU**  
*Membre*

**Christian BABONNEAU**  
Président Général



### Une belle saison et un championnat national de belle tenue.

A quelques mois de l'année du 120ème anniversaire de la Cambronnaise (l'Association est née en mai 1900), différentes manifestations vont être programmées, une par trimestre :

- Inauguration d'un musée virtuel avec des photos, des textes qui relatent les 120 ans de l'association.
- Rassemblement sur les Iles de la Loire d'un maximum d'adhérents et d'anciens adhérents autour d'un pique-nique géant et de diverses animations.
- Une assemblée générale en octobre.
- Un 7ème cabaret spécial 120ème en fin d'année 2020.

Des festivités pour honorer, cette grande dame, cette belle famille, et ses nombreux dirigeants, cadres, sportifs et bénévoles qui ont œuvré depuis si longtemps et donné ses lettres de noblesse à notre association.

Oui, comme dans toutes les familles, il y a eu des moments plus difficiles, des moments de doute, des moments d'insatisfactions de certains adhérents mais globalement, les personnes ayant adhéré à l'association en retiennent un bon souvenir.

Une association c'est aussi au-delà des entraînements, des résultats et des organisations diverses, un projet club, qui doit nous guider tant dans nos réflexions, que dans nos décisions. Un projet ambitieux qui doit nous permettre de prendre de la hauteur pour donner des moyens et une organisation non pas pour répondre à nos difficultés du moment, mais pour penser à la décennie à venir.

Les thématiques retenues et qui seront validées en assemblée générale en accord avec le projet éducatif de notre fédération de base la FSCF sont :

- La cohésion et l'engagement
- La gouvernance et la responsabilité sociétale
- La stratégie d'évolution



**Christian BABONNEAU**  
Président Général

Une saison, c'est avant tout nos organisations, le quotidien, une saison qui ne s'arrête jamais (reprise le 1er septembre 2018 et fin le 30 aout 2019 avec seulement 3 semaines d'interruption complète au milieu des ACM (accueil collectif des mineurs)).

La saison 2018/2019, c'est un vide grenier, une assemblée générale, un très beau cabaret toujours plus haut, 4 galas ou spectacles, des stages avec restauration, 9 réunions de bureau ou de comité directeur, plus de 50 réunions toutes activités réunies, de nombreuses compétitions ou activités de loisirs hors entraînements.

Sans compter cette saison une organisation exceptionnelle, celle des championnats nationaux de gymnastique mixte individuels de la FSCF. Là encore, plus de 30 réunions pour accueillir 1000 personnes venant de 135 associations de toute la France. Et à l'arrivée une très belle et grande réussite coordonnée par Serge Paire, merci aux 300 bénévoles, sans oublier les partenaires publics et privés qui nous ont soutenus.

Ces moments, rendus possibles par un engagement sans compter des nombreux bénévoles d'une heure, d'un jour ou beaucoup plus, un grand MERCI.

Félicitation à tous, pour les brillants résultats obtenus toute la saison, résultats que vous retrouverez dans ce dernier carré, de nombreuses médailles et trophées reviennent sur Saint-Sébastien-sur-Loire cette saison. Félicitations aux sections de loisirs, du plus petit au plus grand sans oublier notre action sur le sport adapté.

Merci enfin, aux cadres bénévoles, aux salariés, aux dirigeants pour leur engagement, aux partenaires privés et partenaires publics, la ville de Saint-Sébastien, le Département 44 et la Région des Pays de la Loire pour leur soutien. Très bonne saison 2019/2020 et Vive La Cambronnaise.



# Le mot de la Secrétaire Générale

**Christine DOUAISI**  
Secrétaire Générale



## Une saison 2018 /2019 qui honore le bénévolat.

C'est la journée de rentrée des cadres et du comité directeur qui lance la nouvelle saison sportive. L'occasion pour les cadres et dirigeants d'échanger et de préparer l'année à venir.

Une année jalonnée par de multiples événements, tels que galas, spectacles, participation au feu d'artifice, ou autres manifestations sur la commune, et compétitions.

Puis une année marquée par l'organisation des championnats nationaux individuels Féminins et Masculins.

Une belle occasion pour la Cambro de faire preuve une fois encore de ses dons d'organisateur, grâce à un bénévolat toujours fort où les compétences, disponibilités et sourires de tous ont fait de ce week-end une belle réussite.

Les nombreux messages de félicitations et remerciements en sont la récompense.

Ce sont de tels moments qui rendent fiers d'appartenir à cette grande famille.

Bravo à tous pour votre implication, et un peu de repos avant de commencer une nouvelle saison.



# Le mot des Vices Présidents

**Pascal NAËGELÉ**  
Activités de compétition



Au cœur du projet associatif, la compétition est pratiquée principalement à travers 4 activités : la gymnastique artistique féminine, gymnastique artistique masculine, la gymnastique rythmique, la gymnastique aérobic et le twirling. C'est en fonction du rythme et des capacités de chacun que les cadres bénévoles et salariés accompagnent les quelques 600 pratiquants.

De la compétition interne aux rencontres nationales, tout est fait pour que les compétiteurs puissent pratiquer leur discipline à leur juste niveau et toujours en se faisant plaisir.

Bravo à toutes et tous pour une nouvelle fois avoir fait rayonner votre activité, votre association, votre ville tout au long de la saison.

Pascal NAËGELE

**Geneviève NAËGELE**  
Activités du loisir



UNE SAISON EN CHIFFRES :  
- 1 section loisir  
- 3 activités : éveil, forme, course à pieds,  
- 282 personnes en section Forme  
- 15 adhérents en gym Senior  
- 15 coureurs en course à pied  
- 90 petits sportifs en Eveil  
- 10 bénévoles ou salariés dans le comité directeur  
- 3 réunions de préparation de la saison  
- 10 mois de motivation  
- 40 semaines de travail..... (acharné)

Merci à tous, bénévoles et salariés pour votre investissement.

Geneviève NAËGELE

**Karen HUGUEN**  
Activités culturelles et adaptées



Malgré des difficultés durant la saison 2018-2019, le Comité de Section Danse s'est efforcé de maintenir des conditions d'accueil de qualité. Pour son travail, son engagement et sa persévérance, je souhaite ici le remercier sincèrement. Un grand merci à Anita, Dominique, Floriane, Marie-Pierre et leur responsable de section Paola.

Côté Capoeira, ce fût une saison pleine de musique, de roda et de cordes ponctuée par le fameux festival !

Enfin, les sportifs de l'Esat et de l'Ueros ont pu participer à des activités toujours plus passionnantes et inédites proposées par Anne-Hélène.

Karen Huguen



**Anthony LOISEAU**  
Trésorier



La commission finances fonctionne grâce à l'investissement des référents des sections et des trésoriers adjoints qui, quotidiennement, agissent pour assurer le suivi financier, juridique et comptable de l'association.

Je les remercie tout particulièrement pour leur implication et remercie également le cabinet Expéréo qui assure la gestion de tout le volet social de l'association.

Le budget de l'association s'apparente à celui d'une petite entreprise : pour la saison il est arrêté à 491 518 €, le résultat de l'exercice est positif à hauteur de 18 811 €. Ces bons chiffres sont le fruit d'organisations exceptionnelles pour la saison avec notamment le cabaret et les championnats nationaux individuels mixtes.

Il est toujours difficile d'atteindre l'équilibre compte tenu de dépenses incompressibles récurrentes (fluides, impôts, assurance, contrats de maintenance..) et de notre souhait d'accueillir nos licenciés dans les meilleures conditions matérielles et humaines.

Tout est fait pour contenir le coût des licences. Le montant maximum de 195 € annuel ramené à un coût séance équivaut plus ou moins à 2.50 € pour qui pratiquerait deux fois par semaine...

Retenons également que ce coût de licence modique ne pourrait être tenu sans l'implication des dizaines de bénévoles dont l'investissement est valorisé cette année dans nos comptes à hauteur de 140 000 €. Ces 140 000 € équivalent au budget qu'il faudrait dégager si nous devions financer l'intervention de salarié.

Enfin, je n'oublie pas et remercie tout particulièrement nos partenaires privés (que vous retrouver en fin de document) et publics et notamment la ville de Saint-Sébastien-sur-Loire sur qui nous savons compter dans le cadre d'un partenariat solide.

Anthony LOISEAU - trésorier.



## FAITES UN DON

**Votre don est déductible de vos impôts sur le revenu**

Rénovés en 2007 grâce à vous, aux partenaires publics et privés, les équipements doivent sans cesse être entretenus, améliorés, renouvelés et modernisés afin de toujours mieux répondre aux besoins des adhérents.



### Réduction d'impôt au titre des dons faits aux associations ou organismes d'intérêt général.

*(Articles 200 et 238 bis du Code Général des Impôts)*

La Cambronnaise vous enverra un reçu fiscal vous permettant de déduire de vos impôts 66% du montant de votre don, dans la limite de 20% de votre revenu imposable.

Exemple : Vous donnez 75€  
49,50€ sont déduits de vos impôts  
Votre don ne vous coûtera que 25,50€



J'effectue un versement de (merci de déposer votre chèque avec le talon au secrétariat ou de l'envoyer par la poste à l'adresse ci-dessous)

10€       20€       50€       75€       100€       200€  
 Autre montant .....€

Nom :

Prénom :

Je joins un chèque à l'ordre de La Cambronnaise - Merci pour votre soutien.

La Cambronnaise - 7 rue de la Croix Blanche - B.P. 93421 - 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE  
Association fondée en 1900 - N° Siret 381 113 950 00012 - SAG n°15348



# Gymnastique Artistique Féminine



Une saison bien remplie : depuis la journée de rentrée le 1er septembre jusqu'au mardi 9 juillet 2019 la saison a été une des plus longues que l'on n'ait connu. Et quelle saison !

Du Plaisir et de l'échange pour tous :

Dans l'apprentissage de la gym grâce à nos aides-monos qui se forment régulièrement et qui ont assuré les entrainements de nos plus jeunes toute la saison.

Dans les belles prestations lors des différentes manifestations au Gala, aux challenges...

De la fierté - Des Résultats :

Nos gyms ont portées fièrement nos couleurs sur les podiums, que ce soit en individuelles avec pas moins de 3 podiums nationaux, 6 podiums départementaux dont 3 1ères places ou en équipes. A noter la très belle 6ème place de Julia lors du championnat de France FFG National B.

Nous avons conclu la saison par la participation aux 2 championnats nationaux équipes avec les équipes jeunes et aînées. L'équipe F2 jeunes se classe 18ème sur 40 malgré une compétition sous la chaleur d'Armentières! L'équipe Fédérale jeunes termine à la 13ème place comme l'année passée à Limoges. Et nos aînées terminent 22ème pour l'équipe F1 progressant ainsi de 17 places, nos Fédérales finissent à une belle 6ème place alors que le podium n'était pas accessible cette année.

Des difficultés surmontées :

L'année a eu son lot de difficultés avec un Gala où nos principaux bénévoles étaient grippés ! des challenges avec des équipes tronquées par les vacances et par la grippe encore !! des cadres en arrêt générant des réorganisations et des adaptations des plannings d'entraînement. Mais on s'en est sorti à chaque fois, renforçant ainsi un peu plus nos échanges et nos liens ! Un GRAND MERCI à tous nos bénévoles qui agissent au quotidien de prêt ou de loin à la bonne conduite de la Section !

## La section en quelques chiffres :

97 poussines, 60 jeunes, 38 aînées, 19 Cadres (dont 3 salariés), 22 aides-monos, 24 juges

Vice présidente : Gwladys HOUZE

Responsables de section : Margaux Roy, Geneviève Naëgelé, Maelle Petit

Trésorier-secrétariat : Laurent Dousset

Responsable juges : FSCF Virginie Rondeau / FFG Malika Pasque

Gwladys HOUZE



Cassie Anli Championnat national indi FSCF



Julia 2ème finale de sol championnat national FSCF



championnat national St Séb



équipe poussines finale des challenges



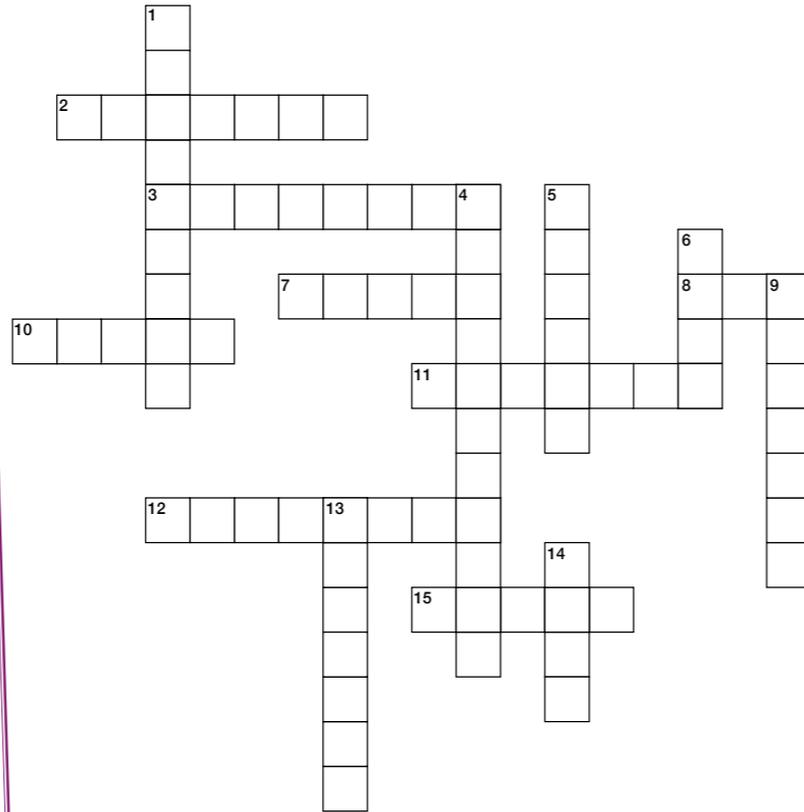
# Gymnastique Aérobiec

Horizontalement :

2. fan des « rombières », il est le seul homme parmi les 52 membres de la section
3. Repérée en compétition par les entraîneurs du pôle France, Neela participe en juin et novembre 2019 à ses stages de détection, sous la houlette de cette coach, responsable technique de notre section.
7. chauffe les cuisses et muscle les fesses !
8. phrase de 8 temps, composée de pas de base d'aéro
10. Ouvrant l'œil et le bon, elles sont 4 de niveau 1 pour le niveau fédéral, 3 de niveau 2 pour l'artistique et 1 de niveau 3 au niveau national.
11. Ils ont participé à leur grande surprise, et pour le plaisir de leurs enfants, à notre gala de juin.
12. dans cette catégorie de 10-14 ans, cette équipe surpasse nos attentes et ces 8 jeunes gymnastes finissent 7ème/13 pour leur 1<sup>ère</sup> année en Championnat de France
15. dans ce type de formation, elles finissent 14ème et 18ème / 29 au CdF en national B !! Le 3ème \*\*\* (absent aux France) ayant fait une belle progression tout au long de l'année.

Verticalement :

1. sans leur participation lors des événements, et notamment à la compétition inter régionale à Mangin en mars, la saison 2018-2019 aurait brutalement pris fin pour toutes nos gymnastes.
4. car on ne dit pas « entraîneuses » pour ces 6 là et leurs 3 aides qui travaillent dans une salle de sport, pas dans des bars de nuit enfin !
5. cette ancienne Gym GAF termine au top 10 des solo-national-A, parmi l'élite de l'aéro au Championnat de France de Longuenesse.
6. venus nombreux nous supporter lors des différentes compétitions de l'année, ils ont promis de nous confectionner une superbe banderole pour l'année prochaine !
9. Premier objectif pour tous nos gymnastes, lors de la pratique de cette activité.
13. cette valeur morale est primordiale.
14. pour leur 1<sup>ère</sup> année dans cette catégorie, Pauline et Neela terminent respectivement 13ème et 14ème /17 chez les 10-14 ans.



Les entraîneurs de la section aéro



Anne Héléne, souple et dynamisme



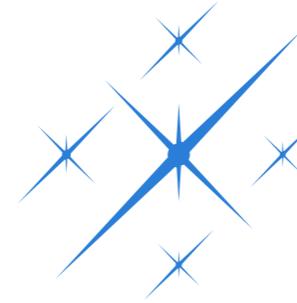
Virginie, Sophie et Katell charme et élégance



En premier plan l'équipe fédérale A second plan les 3 trios fédéral B dernier plan l'équipe Hilo Nationale



Laura en Trio Nat B



L'Aéro lors des derniers championnats de France à Longuenesse



Neela en solo Nat B 10-14 ans



Vincent l'aigle royal de la formation Hilo Nationale

**Rapports :**  
 1. Bénévoles - 2. Vincent - 3. Virginie - 4. Entraîneurs - 5. Nikiwari - 6. Fane - 7. Squat - 8. A.M.P. - 9. Pissier - 10. Juifs - 11. Parents  
 12. Fédérale - 13. Respect - 14. Solo - 15. Trios



# Gymnastique Artistique Masculine

Début septembre 90 gyms âgés de 6 à 69 ans repartent pour une nouvelle saison qui nous amènera jusqu'au 7 juin pour le championnat national équipes FSCF pupilles et adultes à Montoir de Bretagne.

Entre temps, ce sont 10 mois de travail, pour les gyms bien entendu, mais aussi pour tous ceux qui animent la section, et notamment :

- les cadres qui interviennent plusieurs fois par semaine sous la responsabilité de Romain Teigné pour les poussins, de Jérôme et Benjamin Babonneau pour les pupilles et de Didier Bellefret pour les adultes,
- les juges sous la responsabilité d'Olivier Sédilleau
- notre secrétaire/ trésorière : Blandine Carriou

Faire vivre la section GAM est un travail de tous les jours. Afin de mieux répartir et partager les tâches, cette année a aussi été l'occasion de redéfinir les différentes fonctions et réfléchir à un comment accueillir de nouvelles personnes au sein du comité de section. D'ores et déjà, plusieurs parents et gyms ont répondu favorablement à nos appels : un grand merci à eux.

Sur le plan sportif, de grosses satisfactions cette année.

Chez les poussins, pour l'ensemble de l'effectif, il est à noter une très belle progression sur le plan gymnique tout au long de l'année qui conduit nos poussins à la 4ème place au régional.

Chez les pupilles, là encore, compte tenu du profil de l'équipe en début de saison : relativement jeune et accueillant beaucoup de débutants, les résultats tout au long de l'année sont satisfaisants jusqu'au national où l'équipe se classe à une très honorable 8ème place.

Enfin chez les adultes, la mobilisation du groupe « individuels » dès le début de saison avec des objectifs intermédiaires réussis (notamment avec la présence d'une équipe espoir et senior sur les 3 tours des coupes nationales) permet de présenter deux équipes en catégorie Fédéral 1 à Montoir et d'obtenir une très belle 2ème place.

Sur le plan individuel, à domicile lors des championnats nationaux, notons la très belle performance de Mathis Tressard, qui remporte le titre national en cadet 1.

Tous ces résultats sont aussi le fruit du travail de Jonathan Freuchet, cadre salarié qui contribue largement à la bonne marche de la section.

Pour 2019-2020, il y aura encore pleins de défis à relever. Je ne doute pas qu'une fois de plus nous y parviendrons grâce à l'implication de toutes les bonnes volontés et à la condition que chacun y trouve du plaisir.

Un grand merci à tous.

Pascal NAËGELE



L'équipe espoir, 2eme en finale des coupes nationales



Mathis Tressard Champion national cadet 1



Janvier 2019 Le gala de la section GAM et eveil de l'enfant



# Gymnastique Rythmique

## Une belle saison ...

Comme tous les ans la section GR est la première discipline gymnique à commencer les compétitions individuelles dès Octobre. Cette année, nos 3 gymnastes Lim, Pauline et Joséphine se sont présentées dans la catégorie fédérale. Joséphine obtient même le titre de vice championne régionale en 10/11ans.

### ... avec de nouveaux juges...

Nous savons que sans les juges, nos gymnastes ne pourraient pas se présenter en compétition. C'est pour cela que nous encourageons les jeunes, à partir de 15ans, à passer les différents niveaux de juges. Cela les aide également à mieux comprendre les règles de cette discipline exigeante. C'est donc avec fierté que nous accueillons en nouveaux juges Maïssane et Lauryne. Inès et Léa continuent leur ascension en obtenant le juge niveau 2.

### ...et des beaux résultats

Cette année, et cela n'était pas arrivé depuis longtemps, la Cambronnaise a engagé un Ensemble au niveau national composé de Léa, Inès G., Ninon, Inès R., Constance et Ilona. Et l'équipe n'a pas démerité en obtenant un titre de championne régionale. Malheureusement, des chutes d'engins et des adversaires de taille (notamment le pôle d'Orléans) n'ont pas pu envoyer cette équipe lors des regroupements en championnat de France. Ce n'est que partie remise pour l'année prochaine.

Une autre équipe pleine de jeunes talents (TFA 12/13 ans composée de Joséphine, Pauline, Lim, Emma et Justine) se démarque en obtenant un titre de championne régionale et une belle 5ème place en regroupement. 8 équipes engagées en compétition avec 3 titres départementaux et 4 titres régionaux font la fierté de toute l'équipe de cadres composée de Sandy, Sandrine, Laure et Clémence ainsi que nos aides entraîneurs.

L'année 2019-2020 s'annonce déjà de bonne augure avec de nombreuses individuelles engagées et un nouveau groupe de débutantes au complet.

### Composition du comité de section :

Clémence VIVET – vice présidente section GR  
 Yann BOUTEILLE - Secrétaire  
 Ludovic MOLE – Trésorier  
 Sandy POTTIER – Responsable technique  
 William GREFFARD – Communication  
 Tatiana MOLE – Textiles  
 Sandrine BOUTEILLE – Déplacements



Championnat départemental



TFA 12-13ans



Ensemble national TC



## Activités de la Forme

### Forme :

Pour cette saison, les 315 adhérents de la section Forme de la Cambronnaise ont pu profiter de 18 séances hebdomadaires !

Du lundi soir au vendredi matin, il y en a pour tous : de la Gym Forme Détente à l'Intervall Training (renforcement musculaire fractionné) ... il n'y a qu'un pas et quelques calories !

Cette saison nous avons remarqué que vous étiez de plus en plus nombreux à participer aux séances de Gym Postural. Cette « méthode » qui vous permet de renforcer votre musculature profonde (abdominale et dorsale) fait de plus en plus d'adeptes. Pour cette raison, nous ouvrons un nouveau créneau le mardi à 19h avec Emma.

Nous avons eu aussi le plaisir de recevoir 2 stagiaires en formation CQP (Certificat de qualification professionnelle), toutes les deux nous ont fait découvrir leur univers pour leur projet : Le Pilates pour Florence et le NIA pour Agnès (Le Nia s'inspire de la danse, des arts martiaux et de la prise de conscience du corps).  
Merci !

Virginie Chaussée

### Gymnastique Senior :

Le groupe se retrouve le mardi matin pour une heure de séance.

Ce cours est adapté à un public retraité et se pratique uniquement debout.

Nous utilisons du petit matériel (ballon, cerceau, bâton, step...) et travaillons en musique.  
La séance est composée de situations permettant de se tonifier tout en travaillant les réflexes, la coordination et l'équilibre.  
Tout le monde est ravi de passer ce moment ensemble afin de se maintenir en forme !  
Cette saison 2018-2019 a été animé dans un premier temps par Colombe puis j'ai repris en janvier de retour de mon congé maternité.

RDV en septembre pour la reprise !

Gaëlle Boué



Dernier cours de l'année pour la forme



Dernier cours de l'année pour la groupe GFD du jeudi 1



Dernier cours de l'année pour la groupe GFD du jeudi 2



## Capoeira

**Encore une saison très riche. Voici quelques moments forts.**

- Voyage au Brésil en Février
- XIVème Festival de Capoeira et Danses Brésiliennes en mars
- Initiations et démonstration Capoeira



Démonstrations samba - festival Capoeira – Martellière mars 2019



les cordes oranges



Le groupe au grand complet



Initiation pour les scouts de France



## Danse Brésilienne

Cette année la section danse brésilienne comptabilisait 19 adhérents : 1 homme et 18 femmes. Deux styles de danses sont enseignés : la Samba et la danse Axé.

La samba, danse brésilienne par excellence, connue dans le monde entier pour son rythme et ses costumes emblématiques. Ambiance festive assurée !!!  
Les costumes sont confectionnés par les élèves, en ateliers collectifs, l'échange de savoirs faire fonctionne très bien.

La danse axé, signifiant l'énergie positive, est dansée sur des musiques brésiliennes modernes, rythmées et entraînantes. Les chorégraphies mêlent pas de danse afro, de samba et de modern jazz.

Chaque année, nous réalisons des démonstrations lors du festival de capoeira et à Sportissimo.



Démonstrations samba - festival Capoeira – Martellière mars 2019



Danse Axé – festival Capoeira – Martellière mars 2019



# Éveil Enfants / Bébés

Ils ont entre 6 mois et 6 ans, ils viennent dans 5 groupes différents : Eveil des 1er pas ou Eveil de l'enfant (pour les plus grands).  
Les plus jeunes découvrent les possibilités de leur corps en rampant, grim pant, marchant, sautant...

A partir de 3 ans nous leur proposons des activités variées comme : vélo, roller, judo, expression corporelle, gym, cirque, jeux de ballons, de coopération... et pour finir la saison une grande journée FestiEveil organisée par la FSCF 44.

Merci à Katell, Fanny et Natacha qui m'accompagnent dans l'encadrement des groupes.

Bonnes vacances à tous

Anne Héléne Le Méléder

## • ANIMATRICE ÉVEIL DE L'ENFANT

Anne Héléne



Eveil Parents



Festoeveil



Gala Eveil



Car eveil



# Danse

## Année de transition pour notre section.

Un recrutement tardif et par défaut d'une professeure de modern jazz pour remplacer Ludivine.  
Nous avons aussi accueilli Lorine qui a assuré le cours de street jazz adultes avec succès.  
Virginie, toujours aussi dynamique, a poursuivi ses cours de street jazz avec brio.

Un seul spectacle pour finir cette année difficile. Les spectateurs et les élèves étaient au rendez-vous et nous avons passé un bon moment.

Nous démarrons la saison 2019-2020 avec Clara qui assurera tous les cours de modern jazz .

Virginie, en raison de nouveaux projets, laisse ses cours à Lorine qui a toute notre confiance.

Si nous voulons continuer à offrir des activités de qualité, il nous faut renforcer le bureau. Il en va de la pérennité de notre section.

## Composition du comité de section :

Floriane Blain, Marie-Pierre Girard, Dominique Huguen, Paola Martin et Anita Santax.



Spéctacle de Danse de juin



Spéctacle de Danse de juin



Spéctacle de Danse de juin



## Course à Pied

La section course à pied est toujours active, les entrainements ont lieu le mercredi soir et le dimanche matin. Une majeure partie des coureurs participent à des courses régionales avec l'association « Courir Avec ».

Aux Foulées de Saint-Sébastien nous étions 7 de la Cambronnaise à participer à la course. Nous attendons des nouveaux coureurs débutants ou confirmés pour étoffer nos effectifs.

Amicalement

Riton OLIVE



Participation au groupe «Courir Avec»



Le groupe course à pied



## Amicale

### Qui sommes-nous ?

L'Amicale se compose d'une grande majorité de retraités (femmes et hommes), et régulièrement de nouveaux membres viennent rejoindre l'équipe. Si vous souhaitez donner un coup de main ponctuel ou plus régulier, alors n'hésitez pas, venez nous retrouver dans la convivialité et quelles que soient vos compétences, vous serez toujours bienvenus.

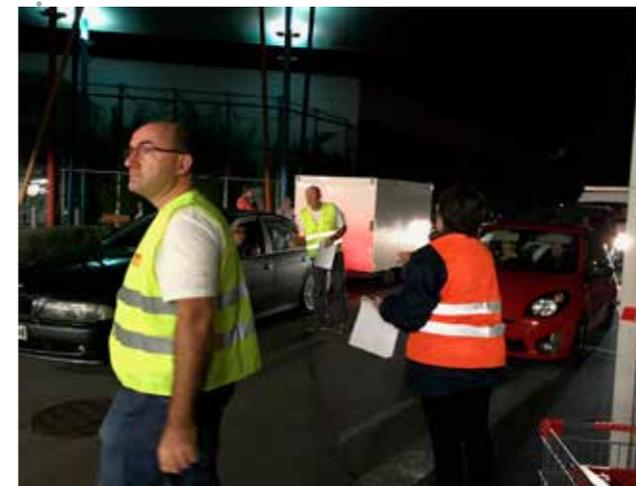
### Les missions : venir en soutien aux activités :

L'Amicale intervient environ 4 à 5 fois par an, avec une équipe de 15 à 20 personnes, pour l'entretien des bâtiments, (peinture, réparations, créations etc...)

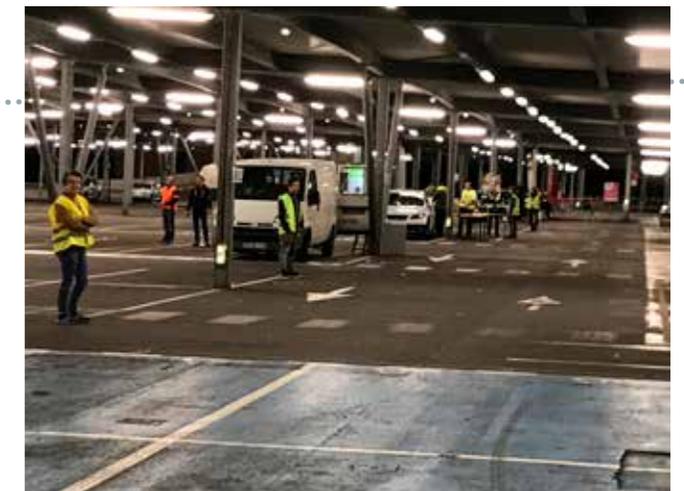
Elle est présente aussi dans les manifestations, (bar, grillades etc... sur les galas, le vide grenier, le bar du 14 juillet...)

L'Amicale prépare également les repas pour les stages en cours d'année, principalement en période de vacances scolaires.

Jean-Luc VIAUD



William G. l'amicale mobilisée pour le vide grenier



Octobre 2018 l'amicale mobilisée pour le vide grenier

ACM .... C'est le nom technique « Accueil Collectif de Mineur » pour dire les stages d'activités Gymniques et de loisirs de la Cambronnaise.

Ces stages sont ouverts du 8 au 26 juillet et du 19 au 30 août 2019.  
Cet été nous avons accueilli 142 enfants sur 25 journées avec en moyenne 30 à 50 enfants par jour.

Une équipe d'animateur de stagiaires bafa et d'aide moniteur s'organise afin de préparer des activités pour les enfants de 6 à 14 ans : De la Gym tous les matins pour rester en forme et l'après midi ça change tous les jours : jeux sportifs, olympiades, activités manuelles, top chef, sortie au Crapa, au Bowling, au cinéma.

Les traditionnelles batailles d'eau et les activités calmes pour se reposer et se rafraichir un peu.

Un grand merci à Katell et Camille nos animatrices référentes et Gaelle venue soutenir la direction.

Félicitation à nos stagiaires BAFA qui valident leur stage.

Merci à tous pour leur engagement

@ l'été prochain

Anne Hélène Le Méléder - Directrice de l'ACM



Animateurs



Podium Bowling



Pique-nique



ACM

Cette saison 2018-2019 s'achève pour nos adhérents en situation de Handicap. Les traumatisés crâniens de l'ARTA (Association pour la réinsertion des traumatisés crâniens d'Atlantique) étaient repartis en 2 groupes. Le lundi de 13h30 à 15h et le mardi de 15h15 à 16h45. Nous avons fait de nombreuses activités : Remise en forme, Volley, Basket. Badminton, Air Ball, Circuit training, Athlétisme...

Avec le soutien du comité Régional de la FSCF nous avons pu organiser une sortie Marche Nordique qui a énormément plu. Avec les beaux jours nous avons aussi profité des appareils de fitness à disposition sur le CRAPA.

Nous avons également préparé sur toute la saison une sortie Paddle/Canoé au plan d'eau de St Julien de Concelles. Elle a pu se réaliser le 17 juin dernier : une vraie réussite.

Enfin, pour clôturer la saison c'est la sortie au Bowling qui est venue récompenser le travail et l'investissement de chacun. Nous sommes déjà en réflexion pour découvrir de nouvelles activités la saison prochaine.

Anne Hélène Le Méléder  
Animatrice activités sportives adaptées.



Paddle canoe arta



Marche nordique



Bowling arta



# Championnat National Individuel

## Championnat national individuel mixte... une très belle réussite

Une fois de plus vous avez été très nombreux à répondre aux appels lancés par le comité d'organisation des championnats nationaux individuels mixte FSCF, et le jour « J » vous étiez près de 200 pour relever le défi : un grand merci à vous.

Bien en amont, dès mai 2018, Serge Pairé et Christian Babonneau qui pilotaient le projet, se démenaient pour valider les sites de compétitions. Finalement faute d'accord du côté de la métropole, c'est sur la commune que se dérouleront les championnats: salle de la Martellière et salle Abalo. Là encore, un grand merci à la municipalité qui nous a fait confiance et a tout mis en œuvre pour nous faciliter la tâche.

Puis à la rentrée se sont l'ensemble des commissions qui s'organisent :

Le secrétariat général, l'accueil, la communication / partenariat, l'hébergement, la restauration, les bars/grillades, les ventes diverses, le matériel, les finances, la sécurité, le stationnement, la décoration...

Quelques réunions de travail plus tard, le week-end des 17-18- et 19 mai, tout était parfaitement au point pour recevoir les 700 gyms et 200 juges dans les meilleures conditions.

Si il était à noter quelques nouveautés dans cette organisation d'envergure, on pourrait retenir l'hébergement des juges chez l'habitant qui ajoute de la convivialité au week-end, et l'obtention du label développement durable délivré par le CNOSF (comité national olympique et sportif) au regard des actions menées sur tout le week-end.

Merci à toutes celles et ceux qui ont su faire de ce week-end un bel événement dont la bonne organisation a été largement saluée pour les participant venus de toute la France.

Serge PAIRE et Christian BABONNEAU



CHAMPIONNAT NATIONAL FSCF  
individuel mixte de gymnastique



L'équipe matériel au montage de la salle Abalo



Serge Pairé et Laurent Turquois lors de la reception officielle du dimanche



L'ensemble des gyms maculins ayant participé



Remerciement aux bénévoles le dimanche soir



Super Cambro veille au respect des consignes de tri

**La saison 2018-2019 a été très riche pour les membres de la Team Cambronnaide !!  
Plusieurs projets ont rythmé cette saison :**

D'abord, dès le début de saison, avec le soutien du comité directeur, les jeunes se sont mis à la recherche de la première mascotte de la Cambronnaise ! Trouvée ! Super Cambro a fait sa première apparition lors des Championnats individuels mixtes pour soutenir les actions de développement durable engagées par le club. Après avoir été invité sur scène lors du gala de danse, il a passé ses vacances au centre de loisirs de la Cambronnaise !



Super Cambro en action sur le terrain dans ses diverses actions... le soutien des équipes, le respect des consignes de tri...



La team Cambronnaide a également poursuivi les réapprovisionnements et ventes de jus pomme durant l'année. Ce jus de pomme satisfait toujours autant les adeptes et permet d'apporter des ressources supplémentaires à l'association !



Vente de jus de pomme du mercredi.



Escape Gala du 29 juin 2019

Pour finir en beauté la saison, les jeunes de la team Cambronnaide, ont travaillé pendant plusieurs mois afin de proposer un Escape Game sur le thème de James Bond. Cet événement inédit a eu lieu le samedi 29 juin, et a rassemblé plus d'une quarantaine de joueurs venant de sections différentes telles que : la GAM, la GAF, la GR et l'aérobic. Les joueurs étaient ravis et ont félicité le travail sur les décors et les personnages.

Ensuite, à l'occasion des championnats individuels mixtes, les jeunes ont remis au goût du jour le gobelet de la Cambronnaise avec l'aide de Vincent Audier. Celui-ci, rassemble dorénavant les logos de toutes les sections habituelles ainsi que celui du cabaret, de l'ACM, de l'arta et de la team Cambronnaide. Ces gobelets ont servi lors de ce week-end de compétition, mais aussi au bar du 13 et 14 juillet.

Ces nouveaux projets ont notamment permis de mobiliser de nouveaux jeunes auprès de Jeanne, Katell, Sébastien, Luna. Bienvenue à : Maele, Nadege et Marty, Isabelle et Linley, Ilona et Neela (GAF), Marie (aérobic), Gael, Martin (GAM), Arnaud (danse).



## Carnet Cambro.

### NAISSANCES



**Nina**, fille de Sarah Michelot et de Clément.

**Jules**, fils de Clémence VIVET et de Thibault

**Maïna** Fille de Jonathan Freuchet et d'Amélie Lecadre

**Axel** Fils de Maëlle et Thomas Étourneau

### Médailles

Anthony Loiseau **Médaille d'Argent Jeunesse et Sport**

Jean Marc Gainche **Médaille d'Argent Jeunesse et Sport**

Aurélie Babonneau **Médaille d'Argent Jeunesse et Sport**

### Décès

**Madame Michelot**, maman de Robert

**Michel Demay**, ancien responsable de la section adulte et gymnaste

**Guillaume Paire**, mari de Sophie Pairé (Michelot) ancienne Gymnaste

**La Maman** de Cécile Bertreux, ancienne gym et monitrice

**Monsieur Bruno Marquis**, parent de Romane et Louise.

**Nicole Suaudeau**, secrétaire générale de la Cambronnaise (cf. page suivante)

### Hommage à Nicole Suaudeau, secrétaire générale de 1989 à 1994

Licenciée depuis les années 70 à la création de la gymnastique féminine, tu as ensuite participé à l'organisation des sections comme parent, amicaliste et ensuite secrétaire de section.

En 1989, tu acceptes de faire partie de l'aventure avec la nouvelle équipe de dirigeants, à la suite de l'arrêt de Monsieur Rivet et à mon élection à la présidence de l'association. La Cambronnaise comptait alors 566 adhérents. Par la suite, tu as quitté à mon grand regret tes fonctions, mais tu répondais toujours présente lors des organisations de grands événements et notamment lors des championnats de 1989, 1995, le 100ème anniversaire.

Je voudrais remercier ton engagement au service des autres, un engagement transmis par Auguste ton papa, notre ancien trésorier et grand serviteur de notre association.

Te remercier par des mots simples, des mots importants :

Ton respect des autres, ton sourire, ton désintéressement, ta générosité, ta compétence et ta disponibilité.

La maladie a eu raison de ton courage.

Alors, c'est le moment de te dire une dernière fois, au nom de la Cambronnaise, au revoir.

Nicole, tu entres comme ton papa Auguste, parti en 1997 dans le grand livre d'histoire de la Cambronnaise.

Christian Babonneau



# Cabaret



Tous les deux ans, un évènement exceptionnel réuni à l'Escall des dizaines de bénévoles venus de toutes les sections.

Ils sont pour un week-end, décorateurs, musiciens, cuisiniers, serveurs, placeurs et surtout... artistes pour leur plaisir et celui du public qui répond toujours présent.

Pour cette 6ème édition, du cabaret de la Cambronnaise, les pilotes de cette aventure : Geneviève, Karen, Virginie, Sophie, Robert et Dominique ont travaillé bien en amont pour présenter un spectacle de très grande qualité.

Accompagnés par l'orchestre, présent depuis la première édition, les bénévoles ont présenté danses, sketches, chants, tableaux chorégraphiques, acrobaties... inédits.

Prêt de 700 personnes ont pu assister aux deux représentations proposées sur le week-end du 24 et 25 novembre 2018 et sont déjà sur les rangs pour réserver leurs places pour la prochaine édition qui se déroulera en novembre 2020 pour les 120 ans de l'association.

Un très grand merci à toutes celles et ceux qui se sont investis pour faire de ce rendez-vous un moment fort et désormais un incontournable de la vie de notre association.



# Les Partenaires



Commerçants autrement  
Saint Sébastien sur Loire

# CONTACTS



Complexe sportif Joseph Rivet  
7 rue de la Croix Blanche - BP 93421  
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

02 40 80 68 53

la-cambro@wanadoo.fr  
**lacambronnaise.com**



# Musée Virtuel

Cabaret novembre 2020

Grand Pique-Nique 28 juin 2020



anniversaire de **La Cambronnaise**  
Saint-Sébastien-sur-Loire



AG spéciale