

L'Edito

Le magazine Telerama, [Massy maville](#), les sites web [cyberarchi](#) et [actuarchi](#) ont tous paru des articles élogieux le mois dernier à propos de notre nouveau complexe Atlantis Sport. A notre tour d'écrire un article !

Dans ce journal, nous reviendrons sur le déroulement du déménagement, un petit mot sur l'Assemblée Générale et nous exposerons les résultats de nos champions et championnes.

Pour terminer, nous vous présenterons le planning (non définitif) pour la rentrée 2014/2015.

La TSM vous souhaite une bonne lecture à tous.

Atlantis Sport, the beginning

Tout d'abord, un grand merci à tous les bénévoles présents lors du **déménagement** du 14/15/16 Mars. Les hommes sont venus nombreux et les femmes aussi !



Le Dimanche 16 Mars 2014 ont eu lieu les portes ouvertes de l'Espace Atlantis Sport avec la présence du président de la TSM, Etienne Galliot, en compagnie de Monsieur le Sénateur Maire Vincent Delahaye, de l'architecte de l'espace Atlantis Sport, Monsieur Christophe Gulizzi et d'une grande athlète **Isabelle Sévérino**, deux fois gymnaste olympique.

La salle de gymnastique porte d'ailleurs son nom tandis que la salle omnisport porte le nom d'**Eugène**

Guénot, le fondateur du club.

Environ 350 Massicois ont assistés aux démonstrations des gymnastes des club de Longjumeau et de la TSM.



Le premier gymnase ayant brûlé en 2005, puis le second ayant reçu le même sort en 2012, l'attente fut longue. Cependant le résultat est là, et les 550 gymnastes du club en profitent déjà depuis le 17 Mars et en profiteront encore longtemps.

Les dates à retenir / Les dates marquantes

Le **11 avril 2014** e eu lieu l'assemblée générale du club en présence du bureau de la TSM, des adhérents toujours nombreux, de Mr le Maire, du Vice Président du conseil général et du nouveau mairie adjoint aux sports : Dawari Horsfall.

Le samedi **10 Mai 2014** débutait la semaine du sport au COS de Massy à partir de 13h. Un parcours de gym pour enfants a été mis en place.

Le **14 Mai 2014**, l'espace Atlantis Sport a ouvert ses portes pour une séance de Gymnastique avec François de 15h30 à 17h00. Puis le lendemain, le Jeudi **15 Mai**, c'est Emilie qui vous a accueilli pour une séance d'Aérobic de 18h à 19h.

Le **18 mai 2014**, c'était la course des enfants, elle a eu lieu à 15h30 à la fontaine Vilmorin. Il y a eu deux séries, une première pour les enfants de 6 à 8 ans (1500 m) et une seconde pour les 9 -11 ans (2000 m). La course s'est très bien passée.



Le Salto n° 9 – Juin 2014

Les inscriptions pour l'année 2014-2015 ouvrent le **14 Juin** ! Vous pouvez vous inscrire en ligne sur www.tsmassy.fr/baseadh ou bien télécharger la fiche d'inscription [ici](#). Une permanence est mise en place le samedi 14 et 21 Juin de 10 à 12h et de 15h à 18h ainsi que les mardis de 18h30 à 20h, n'hésitez pas à venir nous voir.

La gala de l'année 2014 aura lieu le **28 Juin** à Atlantis sur le thème du chiffre 7. Pour les tout petits, rendez-vous en fin de matinée pour redécouvrir les sept couleurs de l'Arc en ciel et pour les plus grand, nous passerons la soirée dans le monde du 7^{ème} art.



Le retour des badges & cautions de 10€ aura lieu **uniquement** le jour du Gala de 13h à 15h.

Les résultats de nos champions Mai/Juin 2014

Toutes nos félicitations à **Emilie Biancherin** (Aérobic), **Marylin Corceiro** (TUM) et **Guillaume Verroneau**(GAM) pour leurs titres de vice-champion de France.

Nos compliments pour l'équipe composée de **Marylin Corceiro**, **Salomé COFFI**, **Cyndi Moreau**, **Dauriane Peley** et **Mathilde Hardel**, qui a terminé sur la 3^{ème} place du podium au championnat de France critérium de Tumbling.

Ruben Cardoso se place à la remarquable 4^{ème} place au championnat de France d'aérobic.

Un grand bravo aux Benjamines-Minimes qui ont concuru à Bures sur Yvette le 7-8 juin et aux poussines ayant participées à la compétition de Noisy le sec le 31Mai/1^{er} juin ainsi qu'à leurs coachs Laurence, Charlotte et François.

Le planning de la rentrée

----- FITNESS -----

Formule illimitée MIDI

Lundi	12h – 13h : Renforcement 13h- 13h30 : Gym douce	Atlantis
Jeudi	12h – 13h : Cardio Gym 13h – 14h : Gym Douce	
Vendredi	12h – 12h45 : Zumba 12h45 – 13h30 : Cuisses Abdos Fessiers	
Samedi	11h - 11h45 : Circuit training Cardio et renfo 11h45 - 12h15 : LIA débutant 12h15 – 13h : Zumba	

Formule illimitée SOIR

Lundi	19h – 20h : Cardio Gym 20h – 20h30 : Renforcement Cuisses/Bras 20h30 – 21h : Renforcement Abdos/fessiers 21h – 22h : STEP avancé	Gambetta
Mardi	19h30 – 20h15 : STEP initié 20h15 – 20h45 : Cuisses Abdos Fessiers 20h45 – 21h15 : STEP débutant 21h15 – 22h : Zumba 22h – 22h30 : Stretching	Atlantis
Mercredi	19h30 – 20h30 : STEP débutant/Initié 20h30 – 21h30 : Zumba 21h30 – 22h30 : Renforcement + Stretching	Gambetta
Jeudi	18h30 – 19h : Abdos Fessiers 19h – 20h : Zumba 20h – 21h : STEP débutant/Initié 21h – 21h30 : Abdos + Stretching	Atlantis



Le Salto n° 9 – Juin 2014

Vendredi	18h – 18h30 : Cuisses/Bras	Gambetta
	18h30 – 19h : Abdos Fessiers	
	19h – 20h : Cardio	
	20h – 21h : Stretching	

----- BABY & EVEIL -----

Les cours suivants auront lieu à Atlantis

Mercredi	11h - 11h45 : Baby	2011
	12h - 12h50 : Eveil	2009/2010
Samedi	9h – 9h45 : Baby	2012
	10h – 10h45 : Baby	2011
	11h – 11h50 : Eveil	2010
	12h – 12h50 : Eveil	2012
Dimanche	9h – 9h45 : Baby	2011
	10h - 10h50 : Eveil	2009/2010
	11h – 11h50 : Eveil	2010
	12h – 12h50 : Eveil	2009

Les cours suivants auront lieu à l'école Moreau

Dimanche	9h - 9h30: Gym du tout petit	15 à 24 mois
	9h30 – 10h15 : Baby	2012
	10h30 – 11h15 : Baby	2012
	11h30 - 12h15: Baby	2012

----- SENIOR -----

Mardi	12h – 13h	Atlantis
Jeudi	11h – 12h	

----- TEAMGYM -----

Mardi	21h – 22h30	Atlantis
-------	-------------	----------

----- STAPS -----

Lundi & Mercredi	21h – 22h30	Atlantis
------------------	-------------	----------

----- AEROBIC -----

Mardi	18h – 19h30	Gambetta
Jeudi	18h – 19h30	Atlantis

----- TRAMPO / TUMBLING -----

Mercredi	14h – 15h30 : Trampoline	Atlantis
	15h30 – 17h : Trampoline	
	17h – 18h30 : Tumbling	

----- GAF -----

Tous les cours auront lieu à l'espace Atlantis Sport

Groupe performance 9h (après Test)

Lun & Mer & Ven	19h – 21h
& Samedi	15h – 18h

Groupe Benjamines/Minimes performance 7h

Mardi & Jeudi	18h30 – 20h30
& Samedi	13h30 – 16h30

Groupe Minimes/Cadettes/Juniors/Seniors 6h

Lun & Mer & Ven	19h – 21h
-----------------	-----------

Groupe poussines confirmées 6h

Mardi & Jeudi	17h – 18h30
& Samedi	13h30 – 16h30

Groupe Minimes/Cadettes initiées 3h

Mar & Jeu	19h – 20h30
-----------	-------------



Le Salto n° 9 – Juin 2014

Groupe Benjamines Initiées 4h

Lundi & Mer	17h – 19h
-------------	-----------

Groupe Poussines Initiées 4h

Lundi & Mer	17h – 19h
-------------	-----------

Groupe débutant Poussine 2h

Vendredi	17h – 19h
----------	-----------

Groupe Ecole de Gym 2h

Mercredi	13h30 – 15h30
	15h30 – 17h
Samedi	13h30 – 15h30
	15h30 – 17h30

Groupe débutant Minime Cadette 1h30 → sans compétition

Mardi	19h – 20h30
Mercredi	15h30 – 17h

Groupe débutant Benjamine débutante 1h30

Mercredi	15h30 – 17h
Vendredi	17h – 19h

----- GAM -----

Tous les cours auront lieu à l'espace Atlantis Sport

Groupe Benjamins Minimes Cadets Performance 9h

Mardi & Jeudi	18h – 20h
& Vendredi	19h – 21h
& Samedi	14h30 – 17h30

Groupe Benjamins Confirmés 4h30

Lun & Mer & Vend	17h30 – 19h
------------------	-------------

Groupe Benjamins Minimes Initiés 4h

Lundi & Mercredi	19h – 20h30
------------------	-------------

Groupe Poussins Initiés 4h

Mardi & Jeudi	17h – 19h
Mercredi	15h – 17h
& Samedi	13h – 15h

Groupe Ecole de gym 2h

Mercredi	15h – 17h
----------	-----------

La TSM se réserve la possibilité de moduler le planning en fonction des effectifs.

Les bruits de couloir : Mais qui a dit ça ?



- Pendant l'emménagement à Atlantis, les bénévoles se rendent compte que les tapis ont été mal mis. On entend alors quelqu'un dire : « Il faut tout dévelcroter ! ».
- Toujours pendant l'emménagement : « C'est plus facile quand on fait tout seul à deux ... »
- Pour expliquer où se situe le nouveau gymnase : « Tu tournes au deuxième feu, tu sais, celui qui est après le 1^{er}. »
- En recherchant un thème pour le gala : « c'est vrai que le gala, c'est un peu la foire à la saucisse ».
- En parlant de la course avant le saut de cheval : « Quand on court, ça marche »
- Au sol, les séniors font un exercice qu'on appelle la chenille : « Ecarte tes jambes, je ne peux pas passer ma tête. »