



« Après avoir suivi une formation en préparation mentale du sportif, j'ai pour projet d'en faire profiter toutes nos gymnastes et de développer nos événements sur le secteur Loisirs » exprime Astrid Granero.  
Contact :  
01 46 87 07 81 –  
elan.gr.chevilly@gmail.com

Première du Val-de-Marne en catégorie individuelle au championnat de France de gymnastique rythmique à Reims en janvier 2020, Astrid Granero, 27 ans, enseigne la discipline au club de l'Élan depuis 2014. Passée responsable technique de la section en 2017, elle est entourée de Thuy-Van Tran-Van-Thoan, Clémence Aubier, Typhaine Landié et Cindy Barreau pour entraîner environ 120 adhérentes âgées de 4 à 30 ans. Si dès la fermeture temporaire des clubs et des associations nos cinq jeunes femmes ont dû, comme bon nombre de coachs sportifs, cesser leur activité, elles ont toutefois permis à leurs élèves de garder le moral en leur proposant en visio des cours et des animations. Un vrai lien en attendant demain ...

## ASTRID GRANERO Quand la gymnastique rythmique garde le tempo en visio...

EN VOYANT POUR LA PREMIÈRE FOIS LES VOLUTES LÉGÈRES des rubans danser dans l'air, envoûtée par la grâce de celle qui les domptait, Astrid, 6 ans, sort d'un forum des sports très motivée pour s'inscrire en gymnastique rythmique (GR), section "Loisirs". Au fil des ans, elle apprend comment évoluer avec la corde, le ruban, le cerceau, les massues et le ballon, son engin de prédilection. « Je l'aime parce qu'il allie grâce et précision, qu'il nécessite que l'on fasse corps avec lui ». En osmose avec chacun de ces engins, Astrid remporte à 21 ans la 3<sup>e</sup> place en compétition régionale qui lui permet de se qualifier au championnat de France 2014 de Pfaffstatt en Alsace. Au même âge et sous la casquette d'entraîneur, elle intègre la section gymnastique rythmique de l'Élan, au sein de laquelle elle assure depuis trois ans la fonction de responsable technique. « Mon rôle consiste à gérer les plannings des compétitions, à créer les équipes en fonction de l'âge et des qualités de chaque gymnaste, à organiser les événements du club comme les stages, les galas, la coupe "Loisirs" en interne et tous les déplacements ». En 2015, après trois médailles d'or remportées avec son équipe, elle se qualifie pour le championnat de France de Niort. Et en janvier dernier, elle se qualifie de nouveau pour le championnat de France, cette fois-ci organisé à Reims,

grâce à une première place en compétition départementale. « Qualifiée elle aussi pour ce grand rendez-vous, Kelsie Fortin, une de nos jeunes espoirs âgée de 11 ans était à mes côtés », souligne Astrid. « Reims était son deuxième championnat de France après celui de Besançon où elle a remporté une 3<sup>e</sup> place en équipe au cerceau, ce qui lui a valu d'être félicitée au forum des sports par Stéphanie Daumin, la maire, en présence des élus ». En repensant à Reims, à l'heure où toutes les compétitions sont annulées, Astrid se souvient –non sans nostalgie– de l'incroyable ambiance qui régnait à ce championnat de France, revoit dans les gradins les membres du club, Patrick Blas alors maire-adjoint délégué au Sport ainsi que les proches et amis venus tous les soutenir, elle et Kelsie... Journée où cette dernière atteint pour sa part la 35<sup>e</sup> place sur 40 au cerceau. « Un résultat prometteur à ce niveau ! » précise Astrid. Deux mois plus tard à Thiais, les quatre podiums que remporte la section GR de l'Élan lors de la première compétition départementale, présagent d'une bonne saison, quand soudain la Covid-19 sonne la fermeture brutale des clubs de sport et des associations. À l'arrêt, nos gymnastes, comme tous les sportifs, ne peuvent plus pratiquer leur activité. « Nous maintenir en forme étant essentiel, nous nous sommes très vite organisées pour proposer des cours quotidiens en visio en fonction des

âges et des niveaux. Par ce même biais, nous avons également mis en place des challenges hebdomadaires à relever, ce qui depuis permet à nos gymnastes de s'entraîner, de s'occuper et surtout de garder le moral en cette période troublée ». Contactée au téléphone, Kelsie en témoigne : « Même si c'est un peu triste de ne pas pouvoir nous retrouver, ni de savoir quand nous pourrions reprendre la compétition, les cours et toutes les activités proposées en ligne me permettent de m'entraîner une heure et demie par semaine et de garder le lien avec mes amies du club ». Et Astrid d'ajouter : « relayée sur le site et l'Instagram de la Fédération Française de GR, la création d'un Escape-game\* signé Clémence Aubier, coach dans l'équipe, a également remporté un vif succès ! » En cette période de fêtes, conscientes que la crise sanitaire touche les plus fragiles, toujours pleines de ressources, Astrid et ses quatre acolytes ont collecté, grâce à la générosité de leurs gymnastes, quelque 75 boîtes solidaires que les associations Espoir et Arc'cœur ont remises à Noël aux plus démunis. « La vraie générosité est le temps que l'on donne à son prochain », tel est le message que nous transmet toute l'équipe de la section GR à l'aube de cette année 2021.✱

Florence Bédouet

\*Escape-game : Le but du jeu est généralement de sortir d'une pièce. Mais il peut aussi s'agir d'apporter une solution à un autre problème comme résoudre une énigme policière ou trouver un trésor.