



CONSILIUL LOCAL AL MUNICIPIULUI PLOIESTI

Clubul Sportiv Municipal

Ploiesti, Str. Milcov nr. 1

Tel: 0244 57 46 99



Sectia de Gimnastică Ritmică

Tel.: 0723 62 92 62

E-mail: ritmica.csm@ploiesti.ro

RAPORT DE ACTIVITATE PE ANUL 2010

Activitatea sectiei de Gimnastică ritmică se desfășoară cu două grupe – avansati (20 gimnaste) – cu o frecventa de cinci antrenamente pe saptamana si o grupa de initiere (30) gimnaste cu o frecventa de trei ori pe săptămână.

Durata unui antrenament la grupa de avansati este de minim 3 ore si jumătate, bine structurat conform cerintelor de specialitate: pregătire corporală specifică, pregătire coregrafică, mânăuire obiect si pregătire fizică.

Durata unui antrenament la grupa de initiere este de 1 ora si jumătate, in conformitate cu cerintele speciale de varsta (4-6 ani).

La începutul anului 2010 au fost legitimate 5 sportive aflate în pregătire pentru competițiile programate pentru anul 2010. Vizita medicală a tuturor gimnastelor sectiei a avut loc la începutul lunii ianuarie 2010.

În peisajul sportiv ploieștean – și nu numai, secția de gimnastică ritmică a Clubului Sportiv Municipal ocupă un loc aparte. Aici, activitatea competițională – cu precădere în calitate de organizator – este invers proporțională cu vechimea secției. Deși tânără, înființată de Consiliul Local în 2008, secția a reușit să organizeze în anul 2010 cinci competitii:

- *Cupa Primaverii* – editia a II-a – competiție națională pentru toate categoriile de vârstă
- Campionatul Zonal pentru Copii și Juniori Mici in luna
- Campionatul Național pentru Copii și Juniori Mici
- Campionatul Zonal pentru Junioare si Senioare
- Cupa „Mos Craciun”

În luna martie a anului 2010 a fost organizată la Ploiești, în Sala „Leonard Doroftei” a doua ediție a Cupei Primaverii, competiție destinată tuturor categoriilor de vârstă stabilite prin Regulamentul Tehnic al Federației Române de Gimnastică Ritmică și înscrisă, încă de la prima ediție desfășurată în anul 2009, în Calendarul Competițional Oficial al FRGR. La acest concurs au participat peste 90 de gimnaste de la 10 cluburi cu tradiție din țară: AS *Royal Motors* Pitesti, CSS1 Constanta, CSS *Triumf* București, CS *Olimpia* București, CSS *Anghel Saligny* Iași, CSS Resița, LPS Bistrița, LPS *Sasz Adalbert* Târgu-Mureș, CSU Brașov și CSM Ploiești. Clubul Sportiv Municipal Ploiești a participat la categoria *Mica Gimnastă* – ansamblu fără obiect, la

categoria a IV-a, exerciții cu cerc, panglică și coardă și la Categoria a III-a, exerciții cu cerc și coardă.

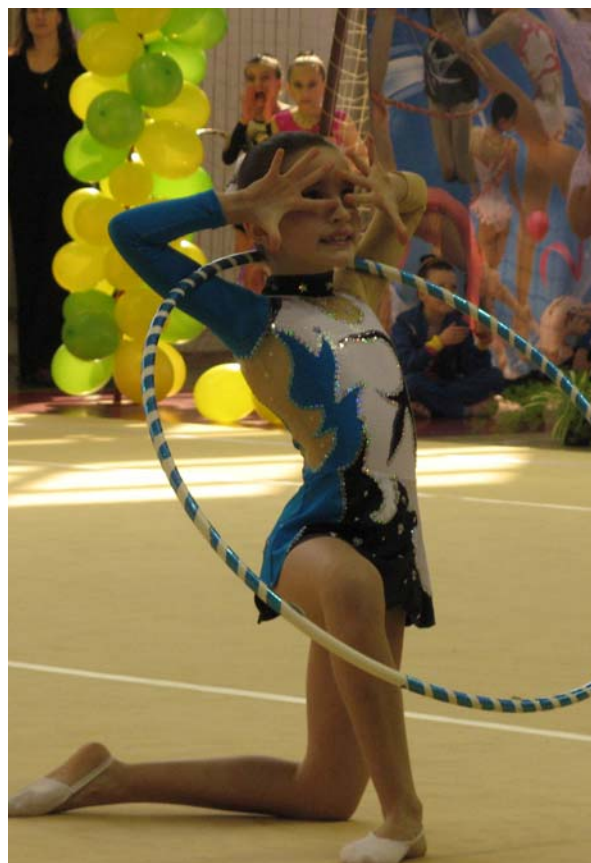
La categoria *Mica Gimnastă* (6-8 ani) ansamblul CS Municipal Ploiești format din Alina Gheorghe, Delia Davidescu, Delia Gheorghe, Denisa Stoian, Mara Vlaicu și Nectaria Șuț a obținut Locul I. Locul al doilea a fost ocupat de CS Universitar Brașov iar locul al treilea de CSS1 Constanța.

La categoria a IV-a (8-10 ani) echipa CS Municipal Ploiești formata din Sofia Wiederman, Iulia Chirvasă, Denisa Stoian, Adriana Crețu și Cesima Nechifor, a reușit să obțină medalia de argint clasându-se pe locul al doilea, după AS *Royal Motors* Pitești și înaintea echipei de la LPS *Szasz Adalbert* Târgu-Mureș.

Totul s-a desfășurat sub atenta privire a președintei Federației Române de Gimnastică Ritmică, dna. Irina Deleanu, a directorului tehnic Adriana Bujor și a secretarului Cătălin Manu prezenti la această competiție în calitate de parteneri ai Clubului Sportiv Municipal Ploiești și ai Primăriei Ploiești în organizarea acestei competiții.

Primăria Municipiului Ploiești a oferit câștigătoarelor pe echipe și individual premii în bani, gest firesc de recunoaștere a eforturilor și sacrificiilor pe care orice sportiv le depune în drumul lui către înalta performanță dar care, din păcate, este întâlnit din ce în ce mai rar! Toate gimnastele s-au bucurat de premii oferite de *Baumax* Ploiești, *Pludi-Market* Nedelea (Magazinul *Plus-Discount*) și *Birotech* Ploiești.

Frumusețea micuțelor s-a îmbinat fericit cu frumusețea coronițelor și buchetelor de flori special pregătite de Administrația Domeniului Public Ploiești. Sonorizarea impecabilă a fost asigurată de inginerul de sunet al Filarmonicii *Paul Constantinescu* Ploiești. De asemenea, gimnastele au avut la dispoziție, pe tot parcursul evenimentului, fructe proaspete asigurate de SC *Hale și Piete* SA.





În ziua de 10 aprilie, la invitația Direcției pentru Sport a Municipiului București, Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a participat la Campionatul Municipal și Cupa *Triumf* București la gimnastică ritmică. Concursul s-a desfășurat la Sala *Olimpia* din București și a fost destinat Categoriei *Mica Gimnastă* – ansamblu fără obiect și Categoriei a IV-a – exerciții cu coardă, cerc și panglică.

La această competiție au participat peste 50 de gimnaste de la 6 cluburi: *Royal Motors* Pitesti, CSS1 Constanta, CS Municipal Ploiesti, *Olimpia* Bucuresti, CSU Brasov și *Triumf* Bucuresti.

La categoria *Mica Gimnastă* (6-8 ani) ansamblul CSM Ploiești format din Alina Gheorghe, Delia Davidescu, Delia Gheorghe, Denisa Stoian, Mara Vlaicu și Nectaria Șuț a obținut Locul I la egalitate de puncte cu CS Universitar Brasov. Locul al treilea a fost ocupat de CSS1 Constanța.

La categoria a IV-a (8-10 ani) echipa CS Municipal Ploiești formată din Sofia Wiederman, Iulia Chirvasă, Denisa Stoian, Adriana Crețu și Cesima Nechifor, a reușit să obțină locul I și Cupa destinată câștigătorilor clasându-se pe locul întâi. Pe locul doi s-a clasat CSS1 Constanța urmată la egalitate de AS *Royal Motors* Pitesti și CSU Brașov.

Cele mai bune performanțe individuale ale gimnastelor de la CS Municipal Ploiești au fost obținute de Cesima Nechifor – locul III în întrecerea cu coarda și Livia Harcan - locurile III la cerc și panglică.

Competiția a fost supervizată de directorul tehnic al Federației Române de Gimnastică Ritmică – dra. Adriana Bujor, de secretarul Federației – dl. Cătălin Manu și de reprezentantul Direcției pentru Sport a municipiului București – dl. consilier Viorel Coadă.



Tot in luna aprilie, Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a găzduit etapa zonală a Campionatului Național pe Echipe, Individual și Ansamblu pentru Copii, la sala „Leonard Doroftei”. Această competiție a fost organizată de Federația Română de Gimnastică Ritmică cu sprijinul Primăriei Ploiești și a Clubului Sportiv Municipal Ploiești și a avut ca obiectiv clasificarea primelor 3 echipe și primelor 10 gimnaste la individual – pentru Categoria a IV-a (8-10 ani) și a primelor 3 ansambluri – pentru Categoria Mica Gimnastă (6-8 ani) la Campionatul Național care s-a dorit a fi desfășurat la București în luna mai.

În competiția Zonei Est au evoluat gimnaste de la 6 cluburi: CSS Triumf București, CS Olimpia București, CSS1 Constanța, AS Royal Motors Pitești, CSS Anghel Saligny Iași și CS Municipal Ploiești.

Paralel cu desfășurarea concursului pentru Zona Est, la Baia-Mare s-au desfășurat calificări pentru Zona Vest unde au participat gimnaste de la cluburile: CSS Reșița, CSS1 Timișoara, CSU Oradea, LPS Bistrița, LPS Târgu-Mureș, LPS-CSS Baia-Mare și CSM Arad.

Clubul Sportiv Municipal Ploiești a participat atât la categoria „Mica Gimnastă” – ansamblu fără obiect, cât și cu echipa la categoria a IV-a, exerciții cu cerc, panglică și coardă.

La categoria Mica Gimnastă (6-8 ani) ansamblul CS Municipal Ploiești format din Alina Gheorghe, Delia Davidescu, Delia Gheorghe, Denisa Stoian, Mara Vlaicu și Nectaria Șut a obținut Locul II, devansată fiind de ansamblul CSS „Anghel Saligny” Iași și urmată de ansamblul CSS1 Constanța.

La categoria a IV-a (8-10 ani) echipa CS Municipal Ploiești formată din Sofia Wiederman, Iulia Chirvasă, Denisa Stoian, Adriana Crețu, Cesima Nechifor și Livia Harcan, a reușit să obțină medalia de bronz clasându-se pe locul al treilea după echipa CSS „Anghel Saligny” Iași (locul I) și echipa CSS1 Constanta (locul II).

Cu aceste rezultate Clubul Sportiv Municipal Ploiești **a reușit calificarea la etapa finală a Campionatului Național** stabilită inițial a se desfășura la București în luna mai atât la Categoria „Mica Gimnastă” – ansamblu fără obiect cât și la Categoria a IV-a – exerciții cu coardă, cerc și panglică.



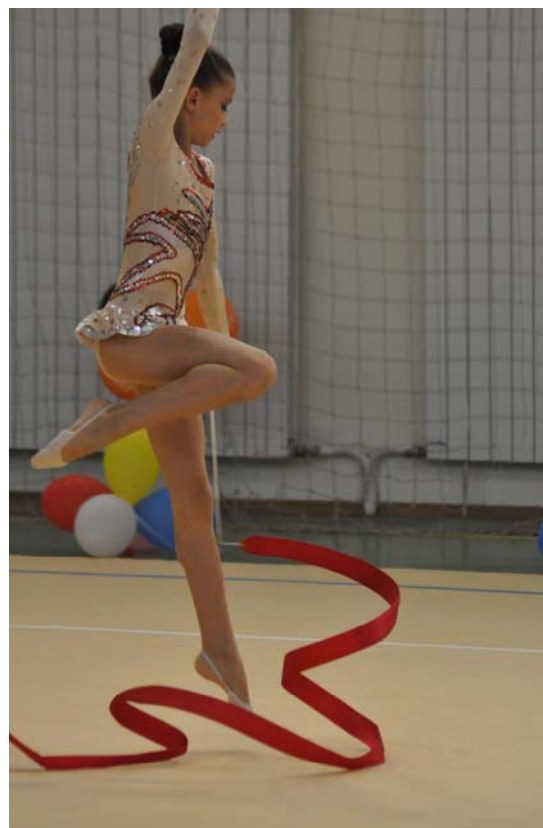
Succesul și organizarea impecabilă a acestor evenimente nu au trecut neobservate de oficialii Federației Române de Gimnastică Ritmică prezenți la Ploiești la cele două competiții. Astfel, printr-o adresa oficială transmisă Clubului Sportiv Municipal Ploiești, forul suprem român de specialitate a solicitat organizarea în parteneriat, la Ploiești, a CAMPIONATULUI NAȚIONAL PE ECHIPE, INDIVIDUAL ȘI ANSAMBLU PENTRU COPII. Această competiție a avut ca obiectiv desemnarea campioanelor naționale pe echipe, individual și obiecte (coardă, cerc și panglică) pentru gimnaste de Categoria a IV-a (8-10 ani) și ansambluri – pentru Categoria Mica Gimnastă – ansamblu fără obiect (6-8 ani), fiind un bun prilej de a evalua nivelul de pregătire al concurenților și, totodată, un schimb de experiență între specialiștii cluburilor participante.

La acest concurs au participat peste 70 de gimnaste de la 12 cluburi, gimnaste calificate la Campionatele Zonale desfășurate la Ploiești pentru Zona Est și la Baia-Mare pentru Zona Vest: CSS Triumf București, CS Olimpia București, CSS1 Constanța, AS Royal Motors Pitești, CSS Anghel Saligny Iași, LPS-CSS Baia-Mare, LPS Bistrița, LPS Szasz Adalbert Târgu-Mureș, CS Universitar Brașov, CS Municipal Arad și CS Municipal Ploiești.

Ansamblul CS Municipal Ploiești format din Alina Gheorghe, Delia Davidescu, Delia Gheorghe, Denisa Stoian, Mara Vlaicu și Nectaria Sut a obținut Locul V.

La categoria a IV-a (8-10 ani) echipa CS Municipal Ploiești formată din Sofia Wiederman, Iulia Chirvasă, Denisa Stoian, Adriana Cretu, Cesima Nechifor și Livia Harcan, s-a clasat pe locul V reușind să învingă echipa CSS1 Constanța, echipă clasată înaintea CS Municipal Ploiești la concursul zonal.

Finalele pe obiecte desfășurate în a doua zi a competiției a adus bucurie în rândul susținătorilor CS Municipal Ploiești, Livia Harcan reușind să se califice la panglică, ajungând la finalul întrecerii a opta gimnastă din țară la acest obiect deși este cu doi ani mai mică decât celelalte concurente.



Doa tinere speranțe ale Clubului Sportiv Municipal Ploiești, au fost invitate de către Federația Română de Gimnastică Ritmică la competiția internațională *Trofeul ORANGE Irina Deleanu* – ajunsă în 2010 la cea de a IX-a ediție – pentru a susține câte un exercițiu demonstrativ. Livia Harcan și Cesima Nechifor au fost apreciate atât de antrenorele și arbitrele internaționale cât și de publicul prezent în număr mare la Sala Polivalentă din București.



În ceea ce privește Campionatul Zonal pentru Junioare și Senioare – etapa de calificare pentru Naționale programat să se desfășoare la Constanța în perioada 10-12 septembrie 2010, acesta a devenit imposibil de găzduit în municipiul port la Marea Neagră deoarece singura sală corespunzătoare a necesitat reconfigurări pentru găzduirea meciurilor susținute de HCM Constanța în Liga Campionilor la Handbal.

Astfel Federația Română de Gimnastică Ritmică a solicitat Clubului Sportiv Municipal, organizarea în parteneriat, la Ploiești, a CAMPIONATULUI ZONAL PENTRU JUNIOARE ȘI SENIOARE. Această competiție a avut ca obiectiv calificarea primelor 10 gimnaste individuale și primelor 3 echipe la Naționalele care s-au desfășurat la Bistrița în luna octombrie. În același timp, la Brașov s-a desfășurat concursul pentru Zona Vest, cu aceleași obiective.

Obligația Clubului Sportiv Municipal Ploiești, ca partener, a vizat asigurarea și amenajarea corespunzătoare a spațiului de concurs, pavoazarea cu flori și baloane și sonorizarea, toate cheltuielile, inclusiv arbitrajul principal, arbitrajul de linie, responsabilul cu cronometrarea exercițiilor, responsabilul cu sonorizarea, secretariatul, asistenta medicală, medalii au fost suportate de Federație.

Și de această dată, grație comitetului de organizare al competiției format din personalul Clubului Sportiv Municipal, părinții micuțelor gimnaste dar și voluntari, iubitori ai acestui sport,

competitia a fost un succes, toti participantii avand numai cuvinte de apreciere pentru conditiile de concurs.



La începutul lunii octombrie, la invitația Liceului cu Program Sportiv *Szasz Adalbert* Târgu-Mureș și a Direcției pentru Sport a județului Mureș, Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a participat la ediția a II-a a Concursului internațional *Cupa Muresul* la gimnastică ritmică.

În sala de jocuri sportive a Liceului cu Program Sportiv, decorată așa cum se obișnuiește la astfel de competiții, s-au întâlnit peste 50 de gimnaste de la 4 cluburi din țară și unul din Ungaria: CSU Brașov, CSU Oradea, CS Municipal Ploiești, CS *Musza* Budapesta și LPS Târgu-Mureș.

Gimnastele Clubului Sportiv Municipal Ploiești au participat în concursul destinat categoriilor a IV-a și a III-a cucerind în final 13 medalii: 4 de aur, 5 de argint și 4 de bronz!

La categoria a IV-a podiumul a fost ocupat de reprezentantele CS Municipal Ploiești atât în concursul individual compus cât și pe obiecte. Astfel, Livia Harcan a obținut trei medalii de aur la individual compus, coardă și panglică, Cesima Nechifor a obținut o medalie de aur la cerc – la egalitate cu Livia Harcan și 2 medalii de argint la individual compus și panglică, iar Iulia Chirvasă a obținut 2 medalii de argint la cerc și panglică și o medalie de bronz la individual compus. Cea de a patra reprezentantă de categoria a IV-a a Clubului Sportiv Municipal Ploiești, Denisa Stoian, a obținut locul șase la individual compus și panglică și locul patru la cerc. Tot ea a obținut și Premiul special pentru cea mai mică gimnastă din concurs, Denisa având doar 7 ani!

La categoria a III-a (10-12 ani) gimnasta Iulia Adriana Crețu a reușit să câștige două medalii de argint la individual compus și la coardă. Coechipierele ei, Sofia Wiederman și Adriana Bach au obținut câte o medalie de bronz la coardă, respectiv cerc. Daria Ilinca a reușit să se claseze a șasea la coardă și la cerc și a șaptea la individual compus.



În data de 10 noiembrie, într-un cadru festiv, cu ocazia desfășurării Cupei României la Sala Polivalentă din București, Clubului Sportiv Municipal Ploiesti i-a fost acordat **Premiul de Excelență** din partea Federației Române de Gimnastică Ritmică.

La înmânarea premiului, președinta Federației de Gimnastică Ritmică, dna. Irina Deleanu, a declarat că "Federația a avut în vedere interesul manifestat de cluburile sportive din țară în promovarea gimnasticii ritmice în rândul copiilor".

Alături de CS Municipal Ploiesti au mai fost premiate alte trei cluburi din țară – CS *Anghel Saligny* Iași, CSS1 Constanța și LPS Baia-Mare dintr-un total de 18 cluburi afiliate active.



La sfarsitul lunii noiembrie, la invitația Asociației Județene de Gimnastică Ritmică și a Clubului de Gimnastică Ritmică CORRADO Iași, Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a participat, în perioada 26 – 28 noiembrie, la a VI-a ediție a Concursului Internațional *Memorial Gineta Stoenescu* 2010.

Peste 70 de gimnaste din Republica Moldova, Ucraina, Transnistria, Rusia și România (Iași, Ploiești, Oradea și Constanța) și-au dau întâlnire în Sala Polivalentă din capitala Moldovei, într-o competiție care și-a dorit să inspire, să motiveze și să încurajeze dragostea pentru acest frumos sport olimpic.

Au participat cluburile:

- Donetsk Ucraina
- Odessa Ucraina
- Moscova Rusia
- Universitatea de Stat Republica Moldova
- Olimpia Republica Moldova
- Bender Republica Moldova
- CSS1 Constanta
- CSM Ploiesti
- LPS Oradea
- CSS Ploiesti
- CS *Anghel Saligny* Iasi

Clubul Sportiv Municipal Ploiesti a participat în concursul destinat categoriilor a IV-a cu gimnastele Livia Ioana Harcan, Cesima Cristina Nechifor și Iulia Chirvasă și la categoria a III-a cu gimnasta Iulia Adriana Crețu.

Într-o sală de concurs amenajată regulamentar dar cu o temperatură mult prea scăzută pentru un concurs de gimnastică ritmică unde concurențele evoluează în costum specific, într-o companie competițională de înalt nivel tehnic – cunoscută fiind valoarea gimnastelor din fostul teritoriu sovietic – gimnastele CSM au avut o evoluție bună la finalul căreia două dintre sportive au reușit să se claseze în primele 6. Astfel, Cesima Cristina Nechifor a obținut locul V la panglică iar Iulia Adriana Crețu locul VI la cerc.

Participarea la astfel de competiții este de mare folos gimnastelor, experiența de concurs fiind deseori elementul care face diferența între câștigători și participanți.

Gimnastele CSM Ploiești au prezentat în spectacolul Galei Laureatilor dansul popular prahovean *Ca la Breazabine* primit de publicul spectator.





La invitația Direcției pentru Sport și Tineret Bihor și a Clubului Sportiv Universitar Oradea, Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiesti a participat sâmbătă, 4 decembrie, la *Cupa Rotary* – ediția a V-a, 2010.

În sala de concurs a Clubului Sportiv Universitar Oradea – amenajată în spiritul sărbătorilor de iarnă – s-au întâlnit peste 50 de gimnaste de la LPS *Szasz Adalbert* Târgu-Mureș, LPS Baia-Mare, LPS *Bihorul* Oradea, CSM Ploiești și CSU Oradea.

Gimnastele Clubului Sportiv Municipal Ploiești au participat în concursul destinat categoriilor a IV-a și a III-a cucerind în final 9 medalii: 2 de aur, 4 de argint și 3 de bronz!

La categoria a IV-a, Cesima Nechifor a obținut medalia de argint în concursul individual compus și două medalii de aur în concursul la cerc și la panglică, Livia Harcan a obținut medalia de bronz la individual compus și două medalii de argint în concursul la cerc și la panglică, iar Iulia Chirvasă a obținut medalia de bronz în concursul la cerc și premiul pentru cea mai expresivă gimnastă a competiției.

La categoria a III-a (10-12 ani), Adriana Bach a obținut medalia de argint în concursul la cerc iar Adriana Crețu a obținut medalia de bronz la același obiect.

Alte rezultatele: Iulia Chirvasă: locul VI individual compus; Crețu Adriana: Locul IV individual compus, locul V măciuci; Wiederman Sofia: locul VII individual compus; Denisa Stoian: locul IX individual compus, locul VIII panglică; Daria Ilinca: locul X individual compus, locul VII măciuci.

Festivitatea de premiere a fost oficiată de... Mos Craciun, toate gimnastele primind premii din partea sponsorului competiției.

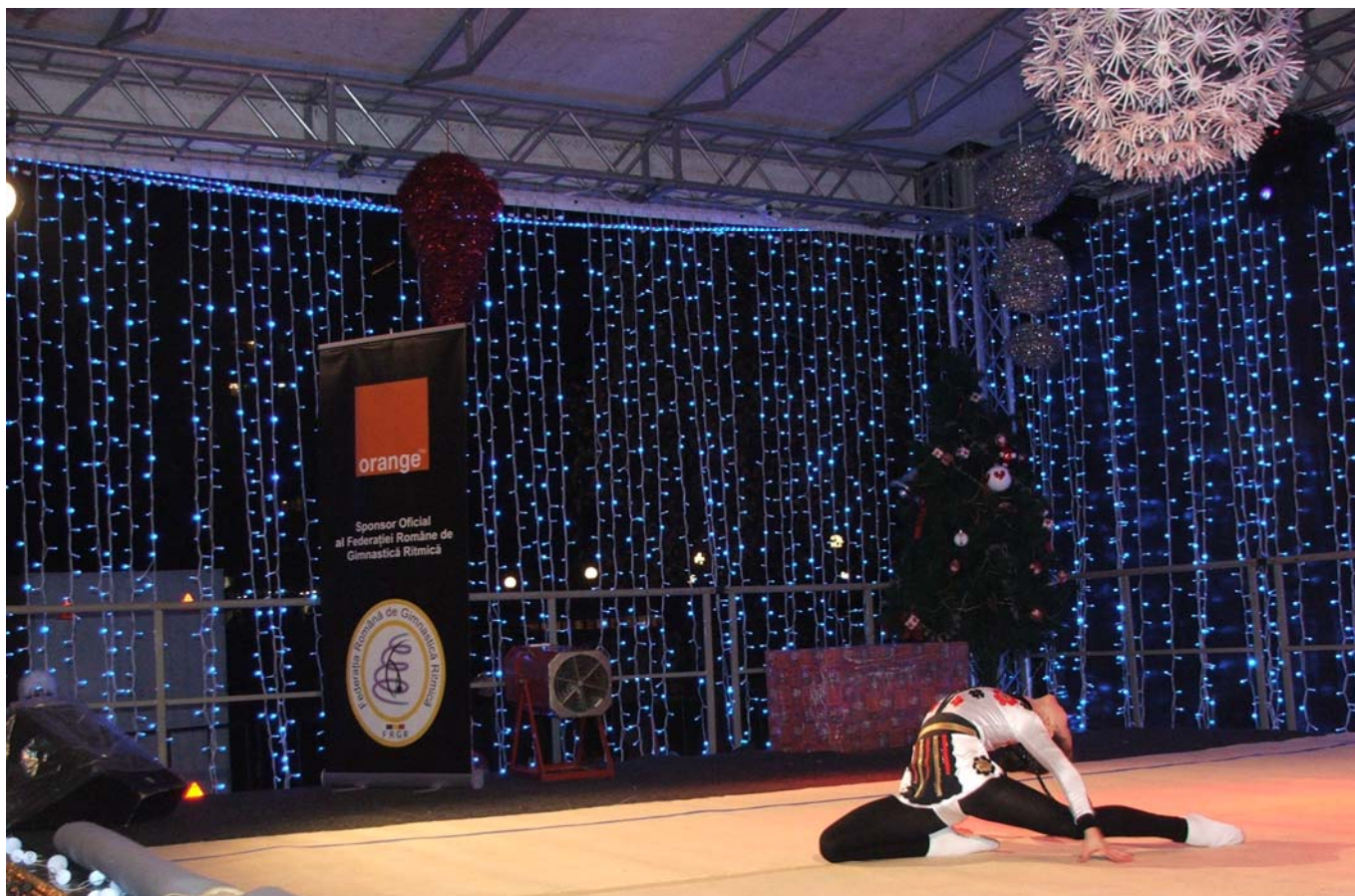


Anul 2010 a fost încheiat în atmosfera sărbătorilor de iarnă, cu un concurs de sezon, *Cupa Moș Crăciun* dorindu-se a fi un eveniment demonstrativ în care au fost prezentate toate compozițiile de peste an la care s-au adăugat unele speciale cu un caracter de sezon.



În miros de cetină și sclipiri de sărbătoare, gimnastele Clubului Sportiv Municipal Ploiești au fost răsplătite pentru eforturile lor de peste an, alături de sportivii celorlalte secții ale clubului – handbal, fotbal și șah – cu ocazia încheierii anului sportiv 2010. Cu această ocazie, gimnastele secției au susținut un spectacol demonstrativ. Printre spectatori, spre bucuria tuturor participanților sa aflat și Moș Crăciun care a oficiat festivitatea de premiere.

În cadrul manifestărilor de susținere a sportului în rândul copiilor, gimnastele CSM Ploiești au susținut exerciții demonstrative pe scena special amenajată cu ocazia sărbătorilor de iarnă de către Primăria municipiului Ploiești, în fața casei de Cultură a Sindicatelor. Alături de micuțele sportive, care au înfruntat vremea potrivnică s-a aflat secretarul Federației Române de Gimnastică Ritmică, dl. Cătălin Manu. Au fost distribuite flyere prin care s-a adus la cunoștința publicului unde se poate practica gimnastica ritmică atât în municipiul nostru cât și în țară.



Activitatea secției de Gimnastică Ritmică a Clubul Sportiv Municipal Ploiești a fost oglindită periodic mass-media, aducându-se la cunoștința publică atât participările la competiții cât și rezultatele obținute.

Toate competițiile de gimnastică ritmică organizate la Ploiești au fost mediatizate atât de presa scrisă cât și de televiziunile locale.

La nivel național, activitatea secției de gimnastică ritmică a fost apreciată de Revista *Sport Revolution* în numărul 10 – august 2010 sub titlul: “Clubul Sportiv Municipal Ploiești – campioana organizării competițiilor de profil în România” și în numărul 11 sub titlul “Campionatele Zonale pe Echipa, Individual și Ansamblu pentru Junioare și Senioare – 10-12 septembrie 2010 Ploiești - Zona Est și Brașov - Zona Vest”

CSM PLOIEȘTI - CAMPIONA ORGANIZĂRII COMPETIȚIILOR DE PROFIL ÎN ROMÂNIA





KTV Andrei Militaru

Gimnastica ritmică este un sport oom petiv destinat fetițelor, al cărui program se concentrează pe agilitate, frumusețe, grație, încredere, echilibrul și eleganța. Utilizarea unor obiecte parțiale: coardă, cerc, minge, mișcăre, panglică, și interacțiunea a dăte posibilitățile de acțiune și mișcare corporală, reprezintă particularitatea care diferențiază gimnastica ritmică de gimnastica artistică.

Gimnastica ritmică este sportul perfect pentru a-ți cunoaște corpul și a-l putea controla – abilități necesare în dezvoltarea potențialului pentru orice fel de efort sportiv.

În peisajul sportiv ploieștean – și nu numai, secția de gimnastică ritmică a Clubului Sportiv Municipal ocupă un

ganizator – este invers proporțională cu vechimea secției. Deși tânără, înființată de Consiliul Local în 2008, secția a reușit să organizeze, în primele luni ale anului 2010, o competiție națională pentru toate categoriile de vârstă, Campionatul Zonal pentru Copii și Juniori Mici și Campionatul Național pentru Copii și Juniori Mici. În luna septembrie va fi găzduit Campionatul Zonal pentru Junioare și Senioare.

Dacă 2006 a fost anul în care a fost creat cadrul organizatoric și s-a derulat procesul de selecție și inițiere, anul 2009 a fost anul în care gimnastele secției au început să participe la competiții: prima ediție a Cupei Primăverii organizată de Clubul Sportiv Municipal Ploiești, competiție destinată copiilor între 6-10 ani (Mica Gimnastă și Categoria a IV-a), Memorialul „Ileana Sima” – concurs organizat de Academia Națională de

Clubul Sportiv Școlar „Triumf” București, concursul interjudețean „Cupa de Cristal”, competiție organizată de Direcția pentru Tineret și Sport a județului Bistrița-Năsăud și Cupa Municipaliului București la gimnastica ritmică, eveniment organizat de Direcția pentru Sport a Municipaliului București în colaborare cu Federația Română de Gim-



Gimnastă” – ansamblu fără obiect, la categoria a IV-a, exerciții cu cerc, panglică și coardă și la Categoria a III-a – Ansamblu pentru Copii, la sala Primăriei Municipaliului Ploiești a oferit câștigătoarelor pe echipe și individual premii în bani, gest firesc de recunoștință a eforturilor și sacrificiilor pe care orice sportiv le depune în drumul lui către înalta performanță, dar care, din păcate, este întâlnit din ce în ce mai rar.

În luna aprilie, Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a găzduit etapa zonală a Campionatului Național pe Echipa, Individual și Ansamblu pentru Copii, la sala Primăriei Ploiești și a Clubului Sportiv Municipal Ploiești și a avut ca obiectiv clasificarea primelor 3 echipe și primelor 10 gimnaste în individual – pentru Categoria a IV-a (8-10 ani) și a primelor 3 ansambluri – pentru Categoria a III-a (6-8 ani) la Campionatul Național care s-a desfășurat la București în luna mai.

Clubul Sportiv Municipal Ploiești a participat atât la categoria „Mica Gimnastă” – ansamblu fără obiect, cât și cu echipa la categoria a IV-a, exerciții cu cerc, panglică și coardă.

Successul și organizarea impecabilă a acestor evenimente nu au trecut neobservate de oficialii Federației Române de Gimnastică Ritmică prezenți la Ploiești la cele două competiții. Astfel, printre adresa oficială transmisă Clubului Sportiv Municipal Ploiești, forul suprem român de specialitate a solicitat organizarea în partereneri, la Ploiești, a CAMPIONATULUI NAȚIONAL PE ECHIPA, INDIVIDUAL ȘI ANSAMBLU PENTRU COPIL. Acesta este primul și unul din obiectivele deosebite ale campionatelor naționale pe echipe, individual și obiecte (coardă, cerc și panglică) pentru gimnastele de Categoria a IV-a (8-10 ani) și ansamblurilor pentru Categoria Mica Gimnastă – ansamblu fără obiect (6-8 ani), fiind un bun prilej de a evalua nivelul de pregătire al concurenței la toate nivelurile și a experienței între specialiștii cluburilor participante.

Toate eforturile de a susține organizarea acestor competiții au și dat roșii, fiind fără precedent în ceea ce privește logistică al Consiliului Local al Municipaliului Ploiești, al primarului urbei, al An-

ministrului Municipal. Responsabil secției, dna. Liliana Băescu împreună cu angajații și părinții micuțelor gimnaste care, împreună formează comitetul de organizare al fiecărui concurs de gimnastică ritmică organizat la Ploiești, sunt promisiși să se opereze aici să aducă în primă linie evenimentele sportive dedicate acestor miniați sport.

Credem cu tărie că acest gen de activități sunt de mare folos în educarea tinerii generații prin beneficiile de necontestat pe care competițiile de orice fel le au asupra participanților: echilibrarea și reglarea emoțională; educarea atitudinilor, curajului, sentimentelor, valorilor morale de fair-play, respect, colaborare; dezvoltarea capacității de „autoreglare”, de disciplină, spirit de organizare, curaj, perseverență, determinare, etc.

În același timp astfel de competiții demonstrează faptul că autoritățile administrației publice locale se implică în sprijinirea sportului așa cum se specifică în Directivile Consiliului European și anume faptul că practicarea sportului trebuie promovată și sprijinită atât în vederea obținerii unor performanțe, cât și în scopuri de sănătate cât și în vederea obținerii unor performanțe.

Consiliul Local al Municipaliului Ploiești, prin Clubul Sportiv Municipal, dorește, promovând acest tip de evenimente să sprijine sportul într-un sistem organizat de selecție, pregătire și competiție asigurând astfel menținerea stării de sănătate și dezvoltarea armonioasă a tinerii generații. Este o mare bucurie să revedem la Ploiești între orele care găzduiesc campionate naționale, și de ce nu, în viitor și internaționale de gimnastică ritmică.

Referințe: www.frg.ro și <http://artimic.csm.ploiesti.ro>



CAMPIONATELE ZONALE PE ECHIBE, INDIVIDUAL ȘI ANSAMBLU PENTRU JUNIOARE ȘI SENIOARE 10-12 SEPTEMBRIE 2010 PLOIEȘTI - ZONA EST ȘI BRAȘOV - ZONA VEST




KTV Liliana Băescu

Anul 2010 a adus o schimbare în Regulamentul Federației Române de Gimnastică Ritmică în ceea ce privește sistemul competițional. Dacă până acum la Campionatele Naționale participau toate gimnastele cluburilor afiliate la Federație, începând din acest an s-a fost introdus campionatul zonal în care au ca obiectiv calificarea celor mai bune 10 gimnaste la toate categoriile pentru junioare, primelor 3 gimnaste la senioare și a celor mai bune 2 echipe și ansambluri la Campionatele Naționale.

Primăria bine de unii, blamată de alții, această schimbare nu dorește decât să promoveze imaginea gimnasticii române la nivel de masă prin participarea unor număr cât mai mare de sportive, precum și creșterea emoțiilor în rândul copiilor pentru practica gimnasticii ritmice ca sport competițional.

Conform aceluiași regulament, s-au stabilit două zone competiționale: Zona de Est care cuprinde cluburile: „Triumf”, ANEFS, „Olimpia” și „Sportul Studentesc” București, CSSI Constanța,

nicipal Ploiești, și Zona de Vest, care cuprinde cluburile: CSM Arad, LPS-CSS Baia-Mare, LPS Bistrița, CSU Brașov, LPS și CSU Oradea, CSS Reșița, și la Brașov – pentru Zona de Vest, Campionatele Zonale pe Echipa, Individual și Ansamblu pentru Junioare și Senioare. Federația Română de Gimnastică Ritmică, în calitate de organizator, alături de Clubul Sportiv Municipal Ploiești și de Clubul Sportiv Universitar Brașov în calitate de parteneri, a reușit, din nou, să creeze spațiul competițional regulat pentru desfășurarea acestor importante evenimente. Să-lile „Leonard Doroftei” din Ploiești și „Dumitru Popescu Colibăși” din Brașov – vor fi încălzite de spectatori care au intrat alături de gimnastele emoșionale și stifei de întreceri, încurajându-le cu susținându-le continuu.

Dois zile de concurs au adus un plus de experiență gimnastelor, antrenorilor și arbitrilor deoseprții. Iată gimnastele calificate pentru Campionatul Național

Junioare II (11-12 ani) - individual
Zona Est:
DIANA PAVEL - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 90,250 puncte
CATI ȘAMATA - CS „Olimpia” București - 81,025 puncte
VALENTINA NIȚU - CS „Olimpia” București - 80,750 puncte
MĂDĂLINA ȘUFARU - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 75,250 puncte
ANA-MARIA FLORIANTU - AS „Royal Motors” Pitești - 80,175 puncte
DELIA BOTEANU - CS „Olimpia” București - 75,250 puncte
IOANA GORGAVAN - CSSI Constanța - 78,375 puncte
MĂDĂLINA SCORTANU - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 75,250 puncte
OANA URSACHI - CS „Olimpia” București - 75,013 puncte
ANDREEA SCORTANU - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 73,300 puncte
Zona Vest:
ADINA ZOICA - CSM Arad - 78,733 puncte
ZENAIIDA BĂRĂȘ - LPS - CSS Baia-Mare - 76,783 puncte
IOANA BĂRȘAN - LPS Bistrița



-75,342 puncte
ALEXANDRA ALEȘU - LPS - CSS Baia-Mare - 73,317 puncte
ALEXANDRA BOB - LPS - CSS Baia-Mare - 71,000 puncte
COSMINA BONDREȘ - LPS Bistrița - 68,725 puncte
FLORINA URS - LPS - CSS Baia-Mare - 67,050 puncte
MARIA ȘERBAN - LPS - CSS Baia-Mare - 65,892 puncte
MANUELA BUD - LPS - CSS Baia-Mare - 64,925 puncte
Junioare I (11-12 ani) - echipe
CSS „Anghel Saligey” Iasi - 319,125 puncte
CS „Olimpia” București - 315,838 puncte
CSSI Constanța - 292,875 puncte
Zona Vest:
LPS-CSS Baia-Mare 2 - 289,383 puncte
LPS Bistrița - 282,567 puncte
LPS-CSS Baia-Mare 1 - 240,588 puncte
Junioare II (13-15 ani) - individual
Hermina Dolotariu - CSSI Constanța - 92,650 puncte
Francesca Baciu - AS „Royal Motors” Pitești - 89,100 puncte
Ghizela Stoian - CSS „Triumf” București - 84,100 puncte
Mădălina Șerbanescu - CSS „Triumf” București - 83,250 puncte
Valentina Leu - CSSI Constanța - 83,150 puncte
Georgiana Gavriluț - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 82,675 puncte
Ada Zăureț - CS „Olimpia” București - 82,600 puncte
Andreea Rotăriaș - CSS „Triumf” București - 82,400 puncte
Diana Căjocaru - CSSI Constanța - 81,675 puncte
Bianca Dan - CSS „Triumf” București - 81,375 puncte
Zona Vest:
Diana Valeanu - CSS Reșița - 96,392 puncte
Flavia Micula - CSM Arad - 81,142 puncte
Lorena Stog - CSM Arad - 80,825 puncte
Diana Negru - CSM Arad - 78,775 puncte
Alexandra Morar - CSM Arad - 76,700 puncte
Emanuela Bodiu - LPS-CSS Baia-Mare - 76,288 puncte
Damaris Pană - CSM Arad - 74,917 puncte

Raluca Ungareanu - CSS Reșița - 71,367 puncte
Raluca Pintzo - LPS-CSS Baia-Mare - 70,467 puncte
Junioare II (11-12 ani) - echipe
Zona Est:
CSSI Constanța 2 - 338,575 puncte
CSS „Triumf” București - 331,125 puncte
Zona Vest:
CSM Arad - 243,533 puncte
CSS Reșița - 233,787 puncte
LPS - CSS Baia-Mare - 207,442 puncte
Senioare (peste 16 ani) - individual
Zona Est:
Cristina Gălbă - CSS „Triumf” București - 86,500 puncte
Andreea Călin - CSSI Constanța - 86,000 puncte
Alice Toacă - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 85,000 puncte
Mirela Miinea - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 80,100 puncte
Georgina Neagu - CSS „Triumf” București - 76,725 puncte
Roxana Solomon - CSS „Anghel Saligey” Iasi - 74,850 puncte
Zona Vest:
Andrada Anton - CSU Oradea - 100,433 puncte
Ștefania Chiriac - CSM Arad - 96,575 puncte
Alina State - CSU Brașov - 83,658 puncte
Monica Caia - LPS-CSS Baia-Mare - 80,367 puncte
Ioana Mărgineanu - LPS-CSS Baia-Mare - 78,258 puncte
Cristina Coșa - LPS-CSS Baia-Mare - 77,500 puncte
Ioana Bugue - LPS - CSS Baia-Mare - 76,792 puncte
Ramona Ghergheț - LPS-CSS Baia-Mare - 74,933 puncte

Din păcate, probele de ansamblu nu a avut loc din cauza lipsei de spațiu prezentat un exercițiu cu 5 panglică la fost CSSI Constanța. Se simte lipsa specialiștilor capabili să aducă pe covor spectaculozitatea acestor probe, care ar fi fost un suflet în gura potențialii spectatori...

Gimnastele câștigătoare au primit din partea competiției, singurul club care a prezentat un exercițiu cu 5 panglică la fost CSSI Constanța. Se simte lipsa specialiștilor capabili să aducă pe covor spectaculozitatea acestor probe, care ar fi fost un suflet în gura potențialii spectatori...

Gimnastele câștigătoare au primit din partea competiției, singurul club care a prezentat un exercițiu cu 5 panglică la fost CSSI Constanța. Se simte lipsa specialiștilor capabili să aducă pe covor spectaculozitatea acestor probe, care ar fi fost un suflet în gura potențialii spectatori...

Secția de Gimnastică Ritmică a Clubul Sportiv este în permanentă legătură cu iubitorii sportului în general, și ai gimnasticii ritmice în special, prin intermediul site-ului propriu, la adresa:

<http://www.ploiesti.ro/Ritmica-CSM-Ploiesti/html/index.html>



**seția de gimnastică ritmică a
CLUBULUI SPORTIV MUNICIPAL PLOIESTI**

Gimnaste

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Daria Adriana Sofia Cesima Alina Livia Iulia Delia Andrada Ana Denisa Della Teodora

Echipa CSM Ploiești



NOUȚĂȚI SI EVENIMENTE

10 - 11 septembrie 2010

Campionatul Zonal pentru Junioare și Senioare - etapa de calificare la Nacionale pentru Zona Est, se va desfășura la Ploiești, în zilele de 10 și 11 septembrie 2010, la Sala "Leonard Doroftei", vineri cu începere de la ora 17.00 și sâmbata între orele 9.30 - 19.00. Vor participa cluburile CS Olimpia București, CSS Triumf București, CSS 1 Constanța, AS Royal Motors Pitești, CSS Anghel Saligny Iași și CS Municipal Ploiești

ACASA DESPRE RITMICA DESPRE NOI COMPETITII ALBUM FOTO VIDEO CONTACT



**seția de gimnastică ritmică a
CLUBULUI SPORTIV MUNICIPAL PLOIESTI**

DESPRE GIMNASTICA RITMICĂ



Gimnastică ritmică este un amestec unic de dans, artă și sport. Acesta combină elemente de balet, acrobatică și dans cu manipularea a cinci obiecte specifice: coarda, cerc, minge, maciuci și panglică. Posibilitățile de mișcare sunt nemărginite atata timp cât copiii își folosesc imaginația și creativitatea.

Esenta gimnasticii ritmice constă în capacitatea sa de a permite exprimarea prin mișcări elegante și gratioase. Aceasta eleganță și grație strălucește diferit la fiecare gimnastă în funcție de precizie, flexibilitate, coregrafie.

Beneficiile practicării gimnasticii ritmice sunt infinite. Progresele vizează domeniul cheie de dezvoltare: flexibilitate, grație, echilibru, forță, agilitate și coordonare.

Gimnastica ritmică rămâne un sport olimpic exclusiv feminin deși în unele țări ca Japonia și Spania se pare că există interes în practicarea acestui sport și din partea reprezentanților sexului masculin.

Din punct de vedere somatic, practicantele gimnasticii ritmice se remarcă printr-o conformație longilina, caracterizată printr-o talie relativ înaltă comparativ cu cea întâlnită în gimnastica artistică, segmente (mâini, picioare) lungi, cu o musculatură longilina și tonică, bazin îngust și un strat redus de țesut adipos, expresie facială plăcută, altitudine elegantă și gratioasă în mișcări.

Nu în ultimul rând trebuie menționat faptul că gimnastele cu cele mai bune rezultate ale secției – Livia Harcan și Cesima Nechifor sunt nominalizate la titlul de *Prahoveanul Anului 2010*.