



**CONSILIUL LOCAL AL MUNICIPIULUI PLOIEȘTI**

**CLUBUL SPORTIV MUNICIPAL**

**SECȚIA DE GIMNASTICĂ RITMICĂ**

**RAPORT DE ACTIVITATE**

**2014**





**CONSILIUL LOCAL AL MUNICIPIULUI PLOIEȘTI**

**Clubul Sportiv Municipal**

**Ploiești, Str. Milcov nr. 1**

**Tel: 0244 57 46 99**



**Secția de Gimnastică Ritmică**

**Tel.: 0723 62 92 62**

**E-mail: [ritmica.csm@ploiesti.ro](mailto:ritmica.csm@ploiesti.ro)**

## **RAPORT DE ACTIVITATE PE ANUL 2014**

Efectivul de sportivi al secției de gimnastică ritmică număra, la data de 31 decembrie 2014, 55 de gimnaste, împărțite în trei grupe: de performanță (21 gimnaste), Programul *Pierre de Coubertin* (10 gimnaste) și inițiere (24 gimnaste). Antrenamentele grupelor de performanță se desfășoară cu o frecvență de șase antrenamente pe săptămână, fiecare antrenament având o durată de patru ore, bine structurat conform cerințelor de specialitate: pregătire corporală specifică, pregătire coregrafică, mânăuire obiect și pregătire fizică. Antrenamentele gimnastelor cuprinse în Programul *Pierre de Coubertin* au loc de trei ori pe săptămână, fiecare antrenament având o durată de o oră și jumătate. Antrenamentele grupei de inițiere se desfășoară de două ori pe săptămână, marți și joi – și au o durată de o oră.

\*\*\*

La începutul anului s-a efectuat vizita medicală a tuturor gimnastelor secției conform normelor specifice.

\*\*\*

În anul 2014, secția de gimnastică ritmică a reușit să organizeze, împreună cu Federația Română de Gimnastică Ritmică și Primăria municipiului Ploiești, cea de a șasea ediție a Turneului Internațional *Spring Cup* – singura competiție internațională organizată de un club din România înscrisă în calendarul competițional al Federației Internaționale de Gimnastică

Au fost organizate acțiuni de verificare înaintea competițiilor importante la care au participat gimnastele clubului, precum și lecții deschise de balet.

Gimnasta Cesima Nechifor a evoluat la *Irina Deleanu Cup*, eveniment competițional internațional desfășurat la București în luna mai, în echipa cu sportiva legitimată la LPS Targu-Mures, Klementina Adamosi. Tot la această competiție, a participat, în afara competiției,

gimnasta Denisa Stoian (sportiva nu are încă vârsta cerută prin Regulamentul unei astfel de competiții).

La începutul anului 2014 trei sportive legitimate la Clubul Sportiv Municipal Ploiești, Cesima Nechifor (n. 2001), Livia Harcan (n. 2002) și Denisa Stoian (n. 2003) au fost nominalizate la Lotul Național de Junioare, fiind în pregătire la clubul de care aparțin. Începând cu data de 16 ianuarie 2014 gimnasta Livia Harcan, a întrerupt activitatea sportivă la CSM Ploiești, părinții acesteia găsind de lucru în Anglia și hotărând să se mute în peninsula împreună cu toată familia. În consecință, numărul sportivelor de la CSM Ploiești nominalizate la Lotul Național este de două: Cesima Nechifor și Denisa Stoian.

Cele două sportive au participat periodic la verificările organizate la București, sub atenta supraveghere a coordonatorului Lotului Național, d-na. Maria Girba.

Activitatea secției noastre a fost apreciată atât de ziarele cât și de televiziunile locale și naționale.

Iată, detaliat, informațiile legate de activitatea secției de gimnastică ritmică a CSM Ploiești pe anul 2014:

### **FEBRUARIE 2014**

La începutul lunii februarie 2014, secția de gimnastică ritmică a CSM Ploiești a împlinit șase ani de la înființare. Acest lucru a fost oglindit în presa locală. A fost organizat un antrenament cu public la finalul căruia gimnastele au primit cocarda aniversară dar și o felie din tortul comandat special cu această ocazie





## MARTIE 2014

În perioada 13 – 16 martie 2014, două sportive de la secția de gimnastică ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești au participat, alături de Naționala României, la Turneul Internațional de Junioare și Prejunioare „MTK Cup”.

La acest turneu au participat 54 de gimnaste cu vârste cuprinse între 11 și peste 15 ani, reprezentând 18 țări: Azerbaidjan, Belarus, Bulgaria, Canada, Cehia, China, Croația, Estonia, Finlanda, Georgia, Kazahstan, România, Rusia, Serbia, Slovenia, Spania, Ucraina și Ungaria.

La categoria Prejunioare, reprezentanta CSM Ploiești, Denisa Stoian, a făcut echipă cu reprezentanta CS Olimpia București, Denisa Mailat, obținând, la finalul întrecerilor, **aurul pe echipe**, cu un total de 79,717 puncte, cu 8,334 puncte mai mult decât următoarea clasată, Ungaria. În afara acestui titlu, **reprezentanta CSM Ploiești, a mai obținut pentru România două medalii de bronz**, pentru exercițiul fără obiect (12,700 puncte) și coardă (13,033 puncte), și un loc IV pentru exercițiul cu mingea (12,350 puncte). La exercițiul fără obiect, Denisa Stoian a obținut al doilea punctaj din concurs, dar, având în vedere că pe locul I a fost ocupat, la egalitate, de două concurente, medalia de argint nu a mai fost acordată.

La categoria Junioare Cesima Nechifor a participat în afara concursului, fiind pentru ea o bună ocazie de a castiga experiența într-o competiție de asemenea importanță.

Turneul s-a desfășurat la Fonix Arena din Debrecen, o sală multifuncțională care a oferit participanților condiții excepționale de concurs.



Podiumul pe echipe la prejunioare, pe locul I, la mijloc, reprezentantele României, Denisa Mailat și Denisa Stoian





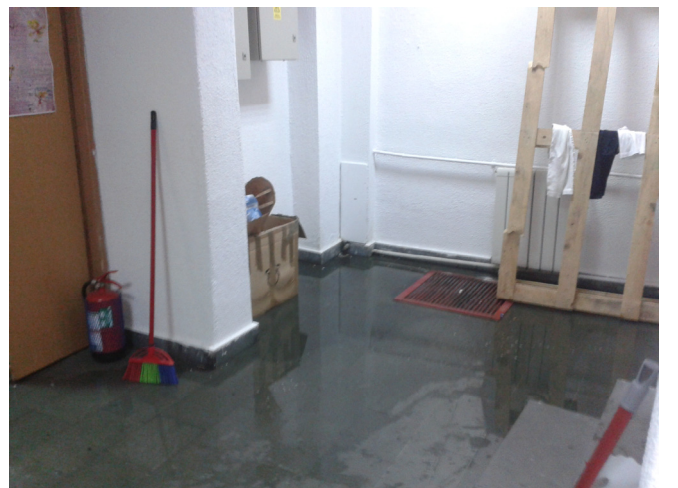
\*\*\*

La sfârșitul lunii martie a avut loc, la București, Adunarea Generală a Federației Române de Gimnastică Ritmică. Printre subiectele discutate în cadrul acestei întâlniri s-a regăsit și aprecierea contribuției clubului nostru la promovarea gimnasticii ritmice prin organizarea, la Ploiești, a Turneului Internațional *Spring Cup*, competiție înscrisă în Calendarul Internațional al Federației Internaționale de Gimnastică.

Tot cu aceasta ocazie, s-a organizat și cursul național de perfecționare pentru antrenori și arbitri, curs obligatoriu pentru obținerea licenței Ministerului Tineretului și Sportului de participare în competiții a staff-ului tehnic al cluburilor. Din partea CSM Ploiesti au participat coordonatorul, antrenorul și coregraful secției.

### **APRILIE 2014**

În cursul acestei luni sala de balet aflată la demisolul Salii *Doroftei* a fost, din nou, inundată. Acțiunea de salubritate a sălii a fost făcută numai de colectivul tehnic al secției. Din păcate, mirosul de mucegai și umezeala persistă în această încăpăre în care se pregătesc copiii de la inițiere –cu vârste între trei și șase ani – dar și gimnastele grupei de performanță în orele speciale dedicate pregătirii coregrafice.



## MAI 2014

În perioada 9 – 11 mai 2014, a avut loc la Ploiești, în Sala Sporturilor „Olimpia” a municipiului Ploiești, Turneul Internațional de Gimnastică Ritmică „Spring Cup”, eveniment organizat de Clubul Sportiv Municipal Ploiești cu sprijinul Primăriei și Federației Române de Gimnastică Ritmică.

La competiție au participat 20 de delegații, 9 din Brazilia, Ecuador, Italia, Moldova, Slovacia și Ucraina, și 11 delegații din România: Arad, Baia-Mare, Bistrița, Brașov, București, Constanța, Iași, Reșița, Târgu-Mureș și Ploiești.

Peste 100 de gimnaste – de la 6 la peste 16 ani – au încântat spectatorii cu măiestria mânării obiectelor specifice acestui sport olimpic: coardă, cerc, minge, măciuci și panglică, în cadrul a cinci categorii, pe echipe sau individual, dar și în spectaculoase finale pe obiecte.

Dintre acestea, reprezentatele Bulgariei, Italiei, Ucrainei dar și ale României au arătat celor prezenți exerciții deosebite, creionate după regulile stricte ale Codului de Punctaj, punând accente pe pași de dans și mânări neobișnuite și impresionante ale obiectelor.

**CSM Ploiești a obținut 4 medalii de argint prin Sabina Enache, la Categoria *Minnies* și Denisa Stoian, la Categoria *Prejunioare*, în concursul individual compus (4 obiecte), dar și la coardă și măciuci.** În afara concursului Denisa a prezentat și exercițiul cu panglica, obținând a treia nota din întrecerea cu acest obiect.

Celelalte reprezentante ale CSM Ploiești au reușit clasări între primele 8 gimnaste la categoriile de vârstă pe care le-au reprezentat: Erika Macinic – locul IV *Minnies*, Miruna Ciocîrlan – locul VII și Daria Motângă – locul VIII la individual compus Categoria *Children*.

La Junioare, reprezentanta CSM Ploiești, Cesima Nechifor – nominalizată la Lotul Național, în echipă cu Adriana Crețu, a arătat staff-ului tehnic al Federației Române de Gimnastică Ritmică aflat la Ploiești, d-nei Irina Deleanu – președinte și Marinela Jipa – director tehnic, că a progresat constant, după cele două concursuri la care a participat – Varna în decembrie anul trecut și Debrecen, în luna martie a acestui an – crescând de la note de 9 la peste 12 la *Spring Cup*.

Din partea Federației Internaționale de Gimnastică, a supervizat competiția dna. Ani Agopyan, arbitru neutru FIG și directorul tehnic al Federației Române, dra. Marinela Jipa. În brigadă au oficiat și două arbitre neutre din Ungaria, Reka Maros și Flora Hercsel garantând, astfel, corectitudinea arbitrajului.

Dna. Irina Deleanu, președinta Federației Române de Gimnastică Ritmică a urmărit atent competiția, aceasta fiind și o verificare importantă a gimnastelor nominalizate la Lotul Național.

Primăria municipiului Ploiești a oferit câștigătoarelor premii în valoare de 10 800 de lei.

Având deja statut de sponsori tradiționali ai acestui Turneu, *Timbark Romania* a oferit participanților sucuri pe tot parcursul competiției iar *Birotech* a sponsorizat evenimentul cu 1000 de lei.

Aflate în fruntea producătorilor cosmetice autohtone de calitate, alți doi sponsori generoși s-au alăturat celor deja cunoscuți. Este vorba de *Deuteria Cosmetics* și *Cosmetic Plant* care au oferit tuturor participanților produse de îngrijire personală. Le mulțumim public pentru gestul lor!

Ne-am bucurat de sprijinul colegilor de la Societatea de Gospodărire Urbană, Transport Călători Expres Ploiesti, drept pentru care se cuvine să le declarăm prețuirea noastră directorilor Donald Constantin și Cristian Iancovici.

O noutate în organizarea acestei competiții a fost ajutorul dat la bunul mers al evenimentului de șase voluntari, șase fete, eleve ale instituțiilor de învățământ din Ploiești care merită aprecierea noastră pentru efortul depus: Valentina Spiridon, Lavinia Mihaela Sușu și Denisa Mihaela Mitrea – Colegiul Național „Jean Monnet”, Elena Alina Nițoiu – Colegiul Economic „Virgil Madgearu”, Alexandra Marinescu – Colegiul Tehnic „Lazăr Edeleanu” și Andreea Dan – Gimnaziul „Sfantul Vasile”.

Această a șasea ediție a Turneului Internațional „Spring Cup” a fost un adevarat succes – atât din punct de vedere organizatoric – Sala Sporturilor „Olimpia” oferind toate condițiile pentru o competiție înscrisă în Calendarul Oficial al Federației Internaționale de Gimnastică dar și al rezultatelor obținute de reprezentantele CSM Ploiesti la această întrecere.

\*\*\*

Tot în luna mai, cele două gimnaste ale CSM Ploiesti nominalizate la Lotul Național, Cesima Nechifor și Denisa Stoian au fost invitate să participe la Turneul Internațional *Irina Deleanu Cup* ce s-a desfășurat la București pe 24 și 25 mai. Cesima Nechifor a făcut echipă cu reprezentanta LPS Targu-Mureș, Klementina Adamoși, clasându-se, la finalul întrecerilor, pe locul 6, iar Denisa Stoian a participat HC neavând încă vârsta regulamentară, această participare aducându-i un plus de experiență competițională.

### **IUNIE 2014**

Între 26 și 29 iunie 2014 s-au desfășurat, la Constanța, Campionatele Naționale pe Echipe, Individual și Ansambluri pentru Copii la Gimnastică Ritmică, eveniment care a avut ca principal obiectiv desemnarea campioanelor naționale pe echipe, individual și obiecte la Categoria a IV-a (8-10 ani) și individual și ansamblu fără obiect pentru Categoria Mica Gimnastă (6-8 ani).

La acest eveniment s-au înscris 160 de gimnaste de la 16 cluburi din țară – un număr record de participanți: CSM Arad, CSS1 Timișoara, CS UNEFS București, CSS1 Constanța, CSS “Anghel Saligny” Iași, LPS Baia-Mare, CSS2 Baia-Mare, LPS Bistrița, CSU Brașov, CS “Ritmica Gym Trend” Constanța, CSU Oradea, CS Ritmica București, CSS Resița, CS “Proaktiv București”, LPS Oradea și CSM Ploiești.

**La Categoria Mica Gimnastă (6 – 8 ani), în concursul ansablurilor, echipa CSM Ploiești a obținut medalia de bronz** clasându-se pe locul al treilea, după CS UNEFS București – locul I și CSM Arad – locul al II-lea, într-o competiție deosebit de strânsă și de un înalt nivel tehnic. Gimnastele ce au format ansamblul de bronz al acestei ediții ale Naționalelor – Sabina Enache, Erika Măcinic, Anisia Drăgan, Teodora Manra, Andra Manta și Alexandra Drăghici au avut o evoluție bună, apreciată de toți cei prezenți, arbitri și spectatori deopotrivă.

În concursul individual au avut drept de participare cele mai bune două gimnaste de la fiecare club ce s-a înscris cu ansamblu la această categorie (peste 80 de copii). Prima reprezentantă a CSM Ploiești, Sabina Enache (8 ani), s-a clasat a patra reușind, astfel, calificarea



la Cupa României, unde se întrec, la sfârșitul anului, primele șase gimnaste de la toate categoriile. Cealaltă gimnastă a clubului nostru, Erika Măcinic (7 ani) s-a clasat a zecea, și pentru ea un bun rezultat, având în vedere că este cu un an mai mică decât multe dintre participante.

În concursul junioarelor mici, echipa ploieșteană, alcătuită din Miruna Ciocîrlan, Daria Motângă, Anais Lăpădat, Teodora Dragu, Gabriela Constantin și Tavita Costache a reușit, la finalul celor două zile de concurs, să se claseze pe locul al patrulea, o performanță bună pentru gimnastele noastre la această categorie. Podiumul a fost ocupat, în ordine, de Iași, Brașov și echipa orașului gazdă, Constanța.

În concursul individual cea mai bună performanță a obținut-o Miruna Ciocîrlan – locul VIII, dintr-un total de 78 de gimnaste. Clasamentul a fost întocmit prin adăugarea punctajelor obținute la patru exerciții: fără obiect, coardă, cerc și panglică.

Finalele pe obiecte au aliniat la start cele mai bune 8 gimnaste din țară la fiecare obiect. De la Clubul Sportiv Municipal Ploiești Daria Motângă s-a calificat în finala exercițiilor fără obiect și la panglică, iar Miruna Ciocârlan în finala la coardă.

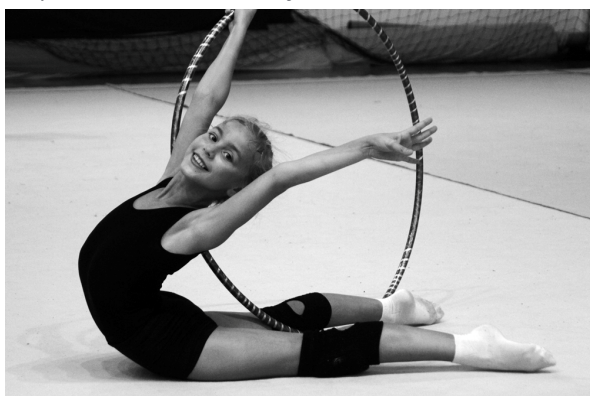
La încheierea concursului pe obiecte, Daria Motângă s-a clasat a cincea în ambele finale la care a participat, iar Miruna Ciocârlan s-a clasat a patra la coardă la doar 0,133 puncte de medalia de bronz....

Campionatele Naționale au fost supervizate de președinta Federației Române de Gimnastică Ritmică, Irina Deleanu și de directorul tehnic, Ștefania Chiriac.

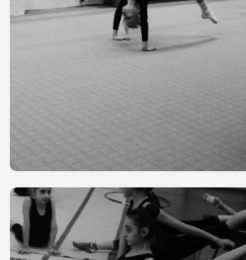
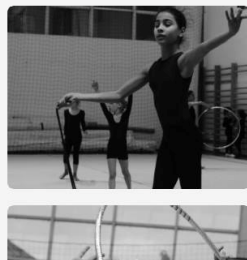


## **IULIE 2014**

Activitatea secției a fost subiectul lucrării de absolvire a artistului fotograf Alina Negoită, totul concretizându-se în proiectul *Birds in Space* (Păsări în spațiu), de mare succes internațional la această oră... Proiectul este unul absolut fascinant, inspirat de Constantin Brâncuși și gimnastica românească. Alina este absolventă a London College of Fashion, trăiește între New York și Londra unde deja marile reviste de modă ale lumii îi apreciază stilul inconfundabil.



I am in awe of your work. What was your work like before you studied photography? I've only just become interested in photography and it is difficult because my work is no where near an ok standard yet but I still adore photography and want to improve. Your work is astounding, I saw it on London College of Fashion's website and I was speechless -



\*\*\*

Și în cursul acestei luni sala de balet aflată la demisol a fost din inundată. Acțiunea de salubritate a fost făcută cu ajutorul părinților copiilor înscriși la secția de gimnastică ritmică.





## AUGUST 2014

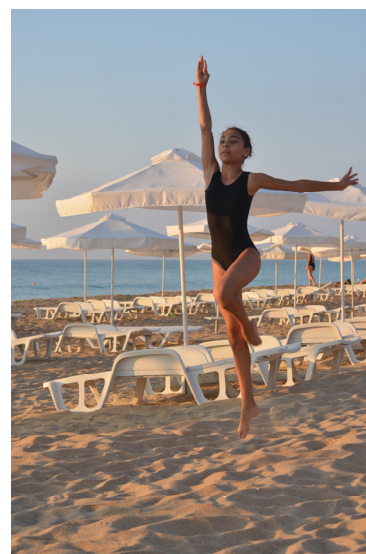
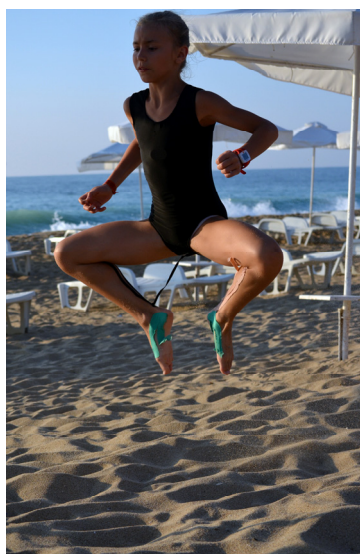
În vederea creșterii capacității de efort a organismului, a îmbogățirii fondului de deprinderi motrice de bază, a îmbunătățirii calităților motrice specifice gimnasticii ritmice, precum și a dezvoltării armonioase a indicilor morfo-funcționali și psihologici, sportivele secției de gimnastică ritmică au efectuat un stagiu de pregătire în regim centralizat, în Bulgaria.

În urma consultării ofertelor turistice am decis organizarea acestui cantonament în Bulgaria, criteriul de bază fiind asigurarea condițiilor pentru pregătire (teren de sport, sală de forță, piscină) oferite la un preț ce se încadrează în prevederile legale – 107 lei cazare+masă/persoana/zi. În acest fel au fost evitate cheltuielile suplimentare pentru închirierea unei săli în care să se desfășoare antrenamentele.

Acest tip de pregătire este prevăzut de HG nr. 1447 din 28 noiembrie 2007 privind normele financiare pentru activitatea sportivă iar fondurile necesare au fost prevăzute în bugetul pentru anul 2014.

Pornind de la principiul conform căruia o bună pregătire fizică ajută la o tehnică corectă, o bună pregătire tehnică facilitează o bună pregătire tactică iar o bună pregătire tactică ajută la o bună pregătire mentală, am conceput programul zilnic în așa fel încât să atingem toate aceste coordonate.

Pregătirea sportivelor a început, în fiecare dimineață, la ora 6.00 cu primul antrenament al zilei – alergare pe nisip și sărituri pentru îmbunătățirea detentei.





Micul dejun era programat la ora 9:00 în fiecare zi.

Al doilea antrenament al zilei a urmărit recuperarea după efort dar și deprinderea tehnicilor primare de înot în piscina hotelului.



Între orele 12.30 și 13.30 era programată masa de prânz.

Programul de odihnă de după-amiază era obligatoriu, de o oră și jumătate, și era urmat de al treilea antrenament al zilei cu durată de 4 ore: pregătire specifică, mobilitate, mânăuire obiect și pregătire fizică generală, pe terenul de sport pus la dispoziția noastră, gratuit, de conducerea hotelului.

Au fost vizate toate calitățile motrice: forța, rezistența, viteza, mobilitatea și capacitățile coordinative prin programe bine gândite și aplicate astfel încât sportivele să ajungă să execute, cu ușurință, și fără greșeli, elementele din codul de punctaj al gimnasticii ritmice.







Masa de seara era programată de la 19.30 la 20.30.

Programul zilei lua sfârșit la ora 22.00, nu înainte de a face o analiză tehnică a pregătirii desfășurate peste zi.

În total au avut loc 16 antrenamente – 9 de pregătire fizică pe nisip și 7 de pregătire specifică, corporală și cu obiectele: coardă, cerc, minge, măciuci, precum și 8 ședinte de recuperare și înot, ca disciplină sportivă complementară.

S-au mai desfășurat, la finalul antrenamentului de dupa-amiază, jocuri și concursuri pentru exersarea comunicării, a coeziunii și spiritului de echipă, în scopul creării identității de grup.

S-a acordat o atenție deosebită alimentatiei sportivelor, având grijă ca aportul caloric să suplinească consumul energetic cauzat de antrenamentele sustinute.



Cantonamentul a decurs în bune condiții, fără evenimente neplăcute.

Putem afirma, cu certitudine, că acest cantonament a fost de un real folos atât colectivului tehnic cât și sportivelor, crescând capacitatea de efort a organismului în mediul natural folosind din plin caracteristicile aerului, apei și nisipului...



### **SEPTEMBRIE 2014**

Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a participat, între 19 și 21 septembrie 2014, la cea de a X-a ediție a Concursului Internațional „Memorial Gineța Stoenescu” 2014.

Concursul din străvechea capitală a Moldovei face parte din calendarul competițional al Federației Române de Gimnastică Ritmică și este organizat de Clubul Sportiv Școlar *Anghel Saligny* Iași, în parteneriat cu Primăria Municipiului Iași, Fundația Sportului Ieșean, Direcția Județeană pentru Sport și Tineret Iași și Inspectoratul Școlar Județean Iași.

Peste 150 de gimnaste, de vârste diferite (între 5 și peste 16 ani), din Republica Moldova (cluburile *Universitatea* și *Olimpia* de la Chișinău), Ucraina (trei cluburi din Kiev, Odessa, Izmail), Bulgaria (Varna), Serbia (Belgrad), Croația (Zagreb) dar și gimnaste de la Baia-Mare, Constanța, Iași și Ploiești s-au întrecut pe categorii de vârstă la Sala Polivalentă într-un adevărat tur de forță – atât pentru organizatori cât și pentru participanți.

**Gimnastele Clubului Sportiv Municipal au reprezentat cu cinste Ploieștiul, obținând la finalul întrecerilor un total de 11 medalii: cinci de aur, trei de argint și tot atâtea de bronz!**

- Denisa Stoian – Junioare II (11 ani), patru prezențe pe covorul de concurs (coardă, minge, măciuci și panglică), patru medalii de aur



- Delia Gheorghe – Junioare II (12 ani), patru execuții pe covorul de concurs, trei medalii de argint, la cerc, minge și măciuci, locul IV la coardă
- Adriana Crețu – Junioare I (14 ani), cinci prezențe pe covorul de concurs, patru medalii: una de aur la panglică și trei de bronz, la cerc, minge și măciuci, locul IV la coardă

Partenerii media ai competiției au fost: TVR Iași, TVR 3, Digi 24 Iași, Tele M Iași, Iași TV Life, Antena 1 Iași, Pro TV Iași, Prima TV Iași, Radio România Iași, publicațiile Șapte Seri, Ziarul de Iași, Evenimentul, Bună Ziua Iași, Curierul de Iași, Sport Fan Club.

Organizatorii au oferit cluburilor participante plachete și medalii aniversare, marcând, astfel, încheierea ediției a zecea a acestei prestigioase competiții internaționale ce se desfășoară în România.



\*\*\*

Sportiva noastră, Denisa Stoian, a fost subiectul campaniei Prima TV *Fii tu schimbarea!*, campanie care deosebiți care luptă, cu schimbe destinul.



promovează oamenii propriile forțe, să-și

Tot în luna septembrie, secția noastră a fost prezentată ca fiind un exemplu bun de urmat pentru cluburile din țară în cadrul emisiunii *Generația Digi Sport* pe canalul *Digi Sport*.



### **OCTOMBRIE 2014**

Ministerul Tineretului și Sportului și Federația Română de Gimnastică Ritmică – cu sprijinul Primăriei comunei Chiajna – au organizat, anul acesta, în perioada 2 – 5 octombrie, 2014, la Sala Polivalentă din Chiajna, Campionatele Naționale de Gimnastică Ritmică pentru Junioare și Senioare.

Perfect amenajată pentru o astfel de competiție, cocheta sală din comuna situată la marginea Bucureștiului a primit, într-o organizare „ca la carte”, reprezentantele a 13 cluburi din țară: CSM Arad, CSS1 Timișoara, CSS „Triumf” București, CS „Olimpia” București, CSS1 Constanța, CSS „Anghel Saligny” Iași, LPS Baia-Mare, LPS Bistrița, CSU Oradea, LPS Oradea, CSS Resita, LPS „Szasz Adalbert” Targu-Mures și CSM Ploiești, dând o lecție multor orașe ale țării care, încă, nu au săli de sport pentru organizarea unor astfel de întreceri.

Conform Regulamentului Tehnic al Federației Române de Gimnastică Ritmică, scopul acestei competiții l-a reprezentat câștigarea titlurilor naționale pe echipă, individual și obiecte la cele trei categorii: Prejunioare (11-12 ani), Junioare (13-15 ani) și Senioare (peste 16 ani).

Primele doua zile de concurs au fost adevărate maratoane competiționale, concurențele întrecându-se, pe parcursul a zece ore, atât pentru titlurile de campioane la individual sau cu echipa dar și pentru calificările în finalele pe obiecte de duminică.

**Concursul categoriei pre-junioare a adus bucurie în rândul suporterilor ploieșteni ce au însoțit echipa la Chiajna, Alexandra Denisa Stoian, Delia Gheorghe, Ana Steliana Toma și Daria**

Ioana Diaconu devenind Vicecampiona Națională cu echipa, devansate fiind de echipa CSM Arad și urmată de echipa LPS Baia-Mare.

**În concursul individual al aceleiasi categorii, Denisa Alexandra Stoian a obținut medalia de bronz, prima din istoria CSM Ploiesti în această întrecere!** A fost un concurs greu, în care s-au întrecut, în premieră la cinci obiecte de concurs - coardă, cerc, minge, măciuci și panglică - cele mai bune optsprezece gimnaste legitimate la cluburile înscrise în competiție. Acest loc i-a adus Denisei și calificarea la Cupa României ce se desfășoară, la sfârșitul fiecărui an.

**Duminica a fost ziua finalelor**, cele mai bune opt gimnaste la fiecare categorie și la fiecare obiect s-au întrecut pentru titlurile supreme la coardă, cerc, minge, măciuci și panglică. În finala la coardă și minge CSM Ploiesti a avut maximum de gimnaste permise (2), în timp ce la cerc, măciuci și panglica clubul ploieștean a fost reprezentat de Alexandra Denisa Stoian. **La încheierea întrecerilor, CSM Ploiesti și-a îmbogățit palmaresul cu două titluri de Vicecampionă Națională la coardă și minge și două medalii de bronz la măciuci și panglică, toate obținute de Alexandra Denisa Stoian**, un loc VII la coarda și un loc V la minge prin Delia Gheorghe.

Încă o premieră pentru CSM Ploiesti la ediția din acest an a Campionatelor Naționale a fost **participarea, pentru prima dată, cu echipa la Categoria Junioare**. Echipa formată din Cesima Cristina Nechifor (13 ani) și Iulia Adriana Crețu (14 ani) s-a clasat pe locul IV, după CS Olimpia Bucuresti (I), CS „Anghel Saligny” Iasi (III) – echipe ce au avut în componență gimnaste cu participare la Campionatele Europene – și CSM Arad (III) cu gimnaste experimentate la această categorie. Un rezultat care ne-a onorat având în vedere că „s-au aliniat la start” 12 echipe!

**La individual**, junioarele noastre s-au clasat pe locul VII (Cesima Cristina Nechifor) și pe locul X (Iulia Adriana Crețu), Cesima fiind calificată ca rezervă la Cupa României.

Notele bune obținute în concursul individual i-au adus Cesimei Nechifor calificarea în **toate finalele Categoriei Junioare**, la coarda fiind „însoțită” de coechipiera sa, Iulia Adriana Crețu, împărțind, la finalul întrecerilor, locul VII, la egalitate perfectă de puncte! Cea mai bună finală s-a dovedit a fi cea la măciuci, unde Cesima s-a clasat a cincea. La cerc și minge Cesima a obținut locul VII iar la panglică locul VIII. Rezultatele au fost peste așteptări având în vedere faptul că sportiva noastră s-a luptat, în vară, cu o gastrită ce i-a pus, permanent, bariere în pregătirea pentru aceste Naționale.

Arbitrajul Campionatelor Naționale a fost supervizat de o brigadă de control alcătuită din directorul tehnic Ștefania Chiriac și de președinta Federației Române de Gimnastică Ritmică, dna. Irina Deleanu.

Gimnastele câștigătoare au primit cupe, medalii, diplome și flori din partea Federației Române de Gimnastică Ritmică

Rezultatele integrale ale concursului pot fi accesate pe site-ul oficial al Federației Române de Gimnastică Ritmică, [www.frgr.ro](http://www.frgr.ro).





**Ploieștiul, ales de către Federația Română de Gimnastică Ritmică pentru derularea, la nivel zonal, a programului „Eleganță, sport și performanță prin gimnastica ritmică” ce se derulează în cadrul proiectului „Pierre de Coubertin” finanțat de Ministerul Tineretului și Sportului!**

La Ploiești s-au derulat acțiuni de selecție în cadrul programului *Eleganță, sport și performanță prin gimnastica ritmică*, program al Federației Române de Gimnastică Ritmică ce face parte din proiectul *Pierre de Coubertin* finanțat de Ministerul Tineretului și Sportului.

Scopul acestui program este de a valorifica aptitudinile individuale într-un sistem organizat de selecție, pregătire și competiție a copiilor cu aptitudini ce îi recomandă pentru practicarea gimnasticii ritmice la nivel de performanță, precum și îmbunătățirea stării de sănătate a copiilor, inclusiv a celor cu dizabilități prin crearea unui cadru social și organizatoric favorizant practicării sportului.

Programul a implicat șase centre naționale cu performanțe deosebite: Arad, Baia-Mare, București, Constanța, Iași și Ploiești și a cuprins două etape: etapa I s-a desfășurat în perioada 13 octombrie – 2 noiembrie și a vizat selecția unui număr de minim 50 de copii ce au fost îndrumați de stafful tehnic al secției de gimnastică ritmică al CSM Ploiești: coordonator Liliana Băescu, consultanți Simona Puiu – antrenor și Tatiana Dor – coregraf. Copiii selectați au intrat într-un program intensiv de pregătire care a urmărit dezvoltarea capacităților motrice generale și specifice gimnasticii ritmice, învățarea procedurilor tehnice de bază, însușirea deprinderilor motrice care să ajute la realizarea elementelor de dificultate corporală conform Codului de Punctaj cât și de mânăuire a obiectelor specifice gimnasticii ritmice. La finalul perioadei de pregătire a avut loc o selecție preliminară, modalitățile de triere realizându-se printr-o serie de probe fizice specifice.



\*\*\*

În luna octombrie antrenora Simona Puiu împreună cu Denisa Stoian au fost invitate în studioul WillTV unde au vorbit despre performanțele înregistrate la Campionatele Naționale de Junioare și Senioare de la începutul acestei luni.



### **NOIEMBRIE 2014**

A doua fază a proiectului *Pierre de Coubertin* finanțat de Ministerul Tineretului și Sportului proiect derulat de Federația Română de Gimnastică Ritmică prin programul *Elegantă, sport și performanță prin gimnastica ritmică*, a avut loc între 14 și 16 noiembrie la Sala „Concordia” din Chiajna.

Clubul Sportiv Municipal Ploiești a selecționat și a avut în pregătire, în prima fază, un număr de 50 de gimnaste care s-au pregătit, timp de trei săptămâni la Sala „Leonard Doroftei” din Ploiești sub îndrumarea antrenoarei Simona Puiu, a coregrafei Tatiana Dor și a responsabilului în teritoriu cu acest proiect, Liliana Băescu.

Cele 50 de fete au susținut, apoi, câteva zile la rând, testele unitare de selecție pentru începătoare, iar în urma centralizării rezultatelor au fost selecționate primele zece: Șerban Giulia (n. 2007), Tudorache Sorina, Chirilă Delia, Boboc Rebecca, Mihai Bianca (n. 2008) și Nuță Antonia, Tudosie Andreea, Stan Miruna, Marcu Karina și Popescu Eva (n. 2009).



Reprezentantele CSM Ploiești au întâlnit echipele de la București – Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, și Constanța – Clubul Sportiv Școlar nr. 1, micuțele aspirante la statutul de gimnaste de performanță fiind atent îndrumate de expertul tehnic al Federației, d-ra Ștefania Chiriac.

Celelalte trei centre participante în acest proiect: CSM Arad, LPS Baia-Mare și CSS Iași se vor întâlni și ele pentru a derula cea de a doua fază a acestui proiect, Federația alegând această variantă de pregătire separată dată fiind imposibilitatea de a efectua antrenamente de pregătire cu 60 de gimnaste...

La încheierea acestui stagiu toate gimnastele au primit medalii, diplome și echipament sportiv din partea Federației de Gimnastică Ritmică prin secretarul Gabriel Dima.



\*\*\*

Sâmbătă, 29 noiembrie 2014 s-au desfășurat la Sala Polivalentă *Concordia* din Chiajna, două importante concursuri de gimnastică ritmică.

Destinată elitei acestui sport, **Cupa României** a adus în fața publicului, mai numeros ca de obicei, primele șase gimnaste de perspectivă ale României la toate categoriile, de la vârsta de 6 ani până la frumoasele senioare, de peste 16 ani.

Cealaltă întrecere, organizată în premieră în România, a fost **Campionatul Național de Ansambluri**, un spectacol total de grație și îndemânare, în varianta fără obiect pentru categoria 9-10 ani sau cu 5 obiecte – panglici sau mingi – la junioare.



Clubul Sportiv Municipal Ploiești s-a calificat la Cupa României cu Cesima Cristina Nechifor la categoria Junioare I (13-15 ani), cu Alexandra Denisa Stoian la categoria Junioare II (11-12 ani), cu Sabina Enache la individual dar și cu ansamblul fără obiect la Mica Gimnastă (6-8 ani). Competiția s-a desfășurat în sistem individual compus, clasamentul fiind întocmit în urma adiționării celor mai bune patru note la Junioare I și II din cele cinci obiecte prezentate în competiție iar la Mica Gimnastă în urma unicei evoluții a concurențelor.

În concursul **junioarelor Cesima Nechifor** a obținut punctaje foarte bune la primele două obiecte, coardă și cerc. Din păcate, accidentările din ultimul timp nu i-au oferit rezistența necesară pentru a continua în același ritm, Cesima încheind concursul pe un onorant loc V.

În concursul **Categoriei a III-a, Alexandra Denisa Stoian** a fost notată cu al doilea punctaj la coardă și minge și al treilea punctaj la cerc, măciuci și panglică, punctajul total așezând-o pe Denisa **pe locul al III-lea obținând, astfel, medalia de bronz.**

În concursul **Mica Gimnastă, Individual, Sabina Enache** a obținut **medalia de bronz** aducând mare bucurie în rândul suporterilor ploieșteni aflați în număr mare în tribunele de la Chiajna. Sabina a urcat un loc față de Naționalul de Copii din vară de la Constanta, unde a ocupat locul IV.

În concursul **Mica Gimnastă Ansamblu fără obiect**, în componența **Sabina Enache, Anisia Drăgan, Erika Măcinic, Teodora Manta, Andra Manta și Alexandra Draghici** a obținut, și el, **medalia de bronz**, confirmând rezultatul obținut la Campionatul Național de Copii de anul acesta.

În ceea ce privește participarea CSM Ploiești la **Campionatul Național de Ansambluri**, **echipa noastră**, formată din **Miruna Ciocîrlan, Anais Lăpădat, Tavita Costache, Daria Motângă, Gabriela Drăghici, Valentina Nuță și Alessia Tănase (rezervă)** am trăit momente de satisfacție imensă când, la finalul întrecerii celor șapte valoroase formații naționale, **fetele noastre au obținut Titlul de Vicecampioane Naționale!**



## DECEMBRIE 2014

Ploieșteanca Alexandra Denisa Stoian a participat, în primele două săptămâni ale lunii decembrie, la un stagiu de pregătire centralizată la Lotul Național de Gimnastică Ritmică al României.

Legitimată la Clubul Sportiv Municipal Ploiești Denisa este multiplă medaliată în campionate naționale și internaționale. Talentul nativ dublat de seriozitate, ambiția și tenacitatea ei au atras atenția specialiștilor în gimnastica ritmică din România fiind nominalizată, încă de anul trecut, ca tânără speranță ce poate reprezenta România în competiții de înalt nivel. La acest cantonament, ce s-a desfășurat la Chiajna, între 2 și 16 decembrie 2014, au mai participat gimnaste de la cluburile *Olimpia* București, CSS Iași, LPS Târgu-Mureș, CSM Arad, CSS Reșița și LPS Oradea ce s-au pregătit cu antrenarea emerită Maria Gârbă, coordonatoarea Lotului Național.

Alături de gimnaste au fost prezenți și antrenorii de club pentru a stabili împreună o linie metodică comună în pregătirea acestor sportive, linie care va trebui respectată cu strictețe în antrenamentele de la club, știut fiind faptul că, ritmica românească nu deține resursele necesare pentru a susține un lot național de junioare într-un centru național de pregătire.



\*\*\*

Federația Română de Gimnastică Ritmică a alcătuit, în luna decembrie, clasamentul celor mai bune zece sportive ale anului 2014, clubul CSM Ploiești reușind, în premieră, să figureze în acest top datorită Denisei Stoian. Micașă sportivă născută pe 14 martie 2003 a avut un an foarte



bun și, prin urmare, a fost inclusă, pe poziția a zecea, în acest clasament întocmit de forul de specialitate.

La sfârșitul lunii noiembrie, cu prilejul Cupei României și a Campionatului Național de Ansambluri, de la Chiajna, Denisa Stoian a reușit ca, la individual, să câștige medalia de bronz la categoria Junioare II. Datorită evoluției sale, sportiva a fost convocată, apoi, în perioada 2-16 decembrie, la un stagiu de pregătire centralizată al Lotului Național de Gimnastică Ritmică al României.

Iată cum arată „top 10” alcătuit de Federația Română de Gimnastică Ritmică:

1. Ana Luiza Filiorianu (Olimpia București);
2. Alexandra Piscupescu (Olimpia București);
3. Andreea Verdeș (CSȘ Anghel Saligny Iași);
4. Diana Pavel (CSȘ Anghel Saligny Iași);
5. Adriana Teocan (Olimpia București);
6. Denisa Mailat (Olimpia București);
7. Laura Aniței (CSȘ Anghel Saligny Iași);
8. Ștefana Popa (CSȘ Anghel Saligny Iași);
9. Sonia Ichim (CSM Arad);
10. Denisa Stoian (CSM Ploiești).

La CSM Ploiești, Denisa Stoian este pregătită de antrenorul coordonator Liliana Băescu și antrenorul principal Simona Puiu, care sunt ajutate de coregraful Tatiana Dor.



Clubul Sportiv Municipal Ploiești, prin secția de gimnastică ritmică, a organizat, în seara zilei de 23 decembrie, la Sala *Leonard Doroftei*, o acțiune intitulată *Cupa Moș Crăciun*, care a reprezentat un prim pas spre gala gimnasticii ritmice românești, eveniment ce se dorește să aibă loc, începând de anul viitor, la Ploiești.

În afara sportivelor de la CSM Ploiești, au fost prezente și șapte dintre cele zece gimnaste ale României, conform topului stabilit de federația română de specialitate, show-ul ce a durat mai bine de două ore oferindu-le tuturor prilejul să prezinte exerciții spectaculoase, la câte două obiecte, la alegere. Din „top 10”, au evoluat în fața publicului ploieștean Alexandra Piscușescu, Adriana Teocan (ambele de la CS Olimpia București), Andreea Verdeș, Diana Pavel, Laura Aniței, Ștefania Popa (toate de la CSȘ Anghel Saligny Iași), precum și sportiva clubului nostru, Denisa Stoian. Cele două sportive de la Olimpia București au fost la ultimele evoluții din cariera de sportive, ambele alegând să se retragă la finalul acestui an, Alexandra Piscușescu fiind cea mai bună gimnastă româncă a ultimilor ani.

Totodată, ansamblul „Mica Gimnastă” al clubului CSM Ploiești a prezentat exercițiul ce i-a adus bronzul la Campionatul Național și Cupa României din acest an, iar prejunioarele, vicecampioane naționale la echipe, au oferit exercițiile ce le-au adus argintul la Chiajna. Pentru a completa spectacolul oferit de gimnastele cu experiență, micuțele sportive de la grupa de inițiere a CSM Ploiești au pregătit exerciții special concepute de antrenorul Simona Puiu și coregraful Tatiana Dor, pe muzică specifică sărbătorilor de Crăciun.

La eveniment a fost prezentă și președinta Federației Române de Gimnastică Ritmică, Irina Deleanu, alături de care antrenorul coordonator al secției de gimnastică ritmică din cadrul CSM Ploiești, Liliana Băescu, a stabilit reperele organizării, începând de anul viitor, a galei gimnasticii ritmice românești. Acțiunea avut și un moment special, singurul antrenor de gimnastică ritmică din România, prof. Constantin Radu, de la CSȘ Anghel Saligny Iași, fiind premiat pentru întreaga activitate dedicată acestui sport și soldată cu rezultate remarcabile pentru clubul din Copou și gimnastica ritmică românească.





\*\*\*

Clubul Sportiv Municipal Ploiești a primit, în semn de apreciere a activității secției de gimnastică ritmică, pentru a patra oară, Premiul de Excelență din partea Federației Române de Gimnastică Ritmică. Președinta Federației, dna. Irina Deleanu, a avut în vedere la acordarea acestor premii, interesul manifestat de cluburile din țară în promovarea și susținerea gimnasticii ritmice în rândul copiilor.



\*\*\*

Activitatea secției de Gimnastică Ritmică a Clubul Sportiv Municipal Ploiești a fost oglindită, periodic, în 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.

Secția de Gimnastică Ritmică a Clubul Sportiv este în permanentă legătură cu iubitorii sportului prin intermediul secțiunii dedicate ritmicii, la adresa de pe pagina oficiala a municipiului:

[www.ploiesti.ro/ritmica.csm/index.php](http://www.ploiesti.ro/ritmica.csm/index.php)



**Gimnastică Ritmică** Clubul Sportiv Municipal Ploiesti

Prima pagina    Despre noi    Despre GR    Gimnaste    Competititii    Foto    Video    Contact

**2014**  
 MTK Cup Debrecen  
 6th Spring Cup  
 Campionatele Nationale Copii  
 Memorial "Gineta Stoenescu"  
 CN de Junioare si Senioare  
 Proiectul "Pierre de Coubertin"  
 Cupa Romaniei si  
 CN de Ansamblu  
 Cupa "Mos Craciun"

**2013**  
 5th Spring Cup  
 Campionatele Nationale Copii  
 CN de Junioare si Senioare  
 Cupa Romaniei si  
 Cupa Tinere Sperante  
 19th Queen Margarita Prize

**2012**  
 Campionatele Nationale Copii  
 4th Spring Cup  
 CN de Junioare si Senioare  
 Cupa României

**2011**  
 3rd Spring Cup  
 Campionatele Nationale Copii  
 2nd Marine Graces  
 CN de Junioare si Senioare  
 Cupa României

**2010**  
 Campionatele Zonale Copii  
 Campionatele Nationale Copii  
 CZ de Junioare si Senioare

Inainte de sarbatoarea Nasterii Domnului, secția de gimnastică ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a organizat Cupa „Moș Crăciun”. Evenimentul a avut loc la Sala „Leonard Doroftei”, reprezentând un prim pas spre organizarea „Galei gimnasticii ritmice românești”, acțiune pe care dorim sa o lansam, din 2015, chiar la Ploiești. La evenimentul acest eveniment a fost prezentă Irina Deleanu - președinta forului național de gimnastică ritmică, precum și șapte dintre cele mai valoroase 10 sportive din România în acest an, conform ierarhiei stabilite de Federație...[detalii](#)

Federația Română de Gimnastică Ritmică a alcătuit, în luna decembrie, clasamentul celor mai bune zece sportive ale anului 2014, Clubul Sportiv Municipal Ploiești reușind, în premieră, să figureze în acest top datorită Denisei Stoian.

Micuța sportivă născută pe 14 martie 2003 a avut un an foarte bun și, prin urmare, a fost inclusă, pe poziția a 10-a, în acest clasament întocmit de forul roman de specialitate...[detalii](#)

Clubul Sportiv Municipal Ploiești a primit, în semn de apreciere a activității secției de gimnastica ritmica, pentru a patra oara, Premiul de Excelență din partea Federației Române de Gimnastică Ritmică. Președinta Federației Romane de Gimnastica Ritmica, dna. Irina Deleanu, a avut în vedere la acordarea acestor premii, interesul manifestat de cluburile din țară în promovarea și susținerea gimnasticii ritmice în rândul copiilor

Ultima și cea mai asteptata competitie oficiala a acestui an organizata de Federatia Romana de Gimnastica Ritmica, regala gimnasticii ritmice romanesti dublat, de data aceasta, de Campionatele Nationale pentru Ansambluri s-a desfasurat pe 29 noiembrie 2014 in sala "Concordia" din Chiajna. Mediatile dorite de orice sportiv au incununat munca gimnastelor legitimate la clubul ploiestean...[detalii](#)

La Ploiesti s-au desfasurat acțiuni de selecție și pregătire sportiva in cadrul programului *Elegantă, sport și performanță prin gimnastica ritmică*, program al Federației Române de Gimnastică Ritmică ce face parte din proiectul *Pierre de Coubertin* finanțat de Ministerul Tineretului și Sportului...[detalii](#)

Ministerul Tineretului și Sportului și Federația Română de Gimnastica Ritmică – cu sprijinul Primăriei comunei Chiajna – au organizat, anul acesta, in perioada 2 – 5 octombrie 2014, Campionatele Nationale de Gimnastica Ritmica pentru Junioare și Senioare.

Reprezentantele Clubului Sportiv Municipal Ploiesti au participat la aceasta competitie alaturi de gimnaste legitimate la alte 12 cluburi din tara...[detalii](#)

Secția de Gimnastică Ritmică a Clubului Sportiv Municipal Ploiești a participat, între 19 și 21 septembrie 2014, la cea de a X-a editie a Concursului International „Memorial Gineta Stoenescu” 2014. Concursul din străvechea capitală a Moldovei face parte din calendarul competițional al Federației Române de Gimnastică Ritmică și este organizat de Clubul Sportiv Școlar „Anghel Sașegh” Iași, în parteneriat cu Primăria Municipiului Iași, Fundația Sportului Iașean, Direcția Județeană pentru Sport și Tineret Iași și Inspectoratul Școlar Județean Iași...[detalii](#)



Foto: D.Palhelgy




Municipiul Ploiesti



Arhiva 2013  
Arhiva 2012

Rapoarte de activitate

2013  
2012  
2011  
2010  
2009  
2008



Suntem în contact cu iubitorii acestui sport și pe platforma Facebook unde ne bucurăm de aprecierea a peste 1700 de persoane și unde postăm secvențe din activitatea noastră de zi cu zi.

[www.facebook.com/ritmica.ploiesti](http://www.facebook.com/ritmica.ploiesti)



De asemenea, suntem prezente și în pagina oficială a Clubului Sportiv Municipal Ploiești la adresa [www.csmploiesti.ro](http://www.csmploiesti.ro) unde publicăm comunicate legate de toate acțiunile desfășurate în cadrul secției de gimnastică ritmică.

|  |  |
|--|--|
| <p><b>ORAR</b><br/>luni-vineri: 14.00-15.00 și 19.00-20.00<br/>sâmbătă: 14.00-15.00</p> <p><b>TARIF</b><br/>10 lei/persoană</p> <p><b>INFORMAȚII LA TELEFON</b><br/>0344.100.105</p>   | <p>1 CSM Ploiești va organiza, în mai, a VII-a ediție a „Spring Cup”!<br/>26.01.2015   19:17:37</p>  |
| <p><b>SALA OLIMPIA</b></p> <p><b>ORAR</b><br/>8.00-21.00<br/>(luni-sâmbătă, 1 aprilie - 31 octombrie)<br/>8.00-19.00<br/>(luni-sâmbătă, 1 noiembrie-31 martie)<br/>8.00-16.00<br/>(duminică)</p> <p><b>TARIF TEREN FOTBAL-TENIS</b><br/>31 lei/oră (ziua), 42 lei/oră (nocturnă)</p> <p><b>TARIF TEREN BASCNET</b><br/>16 lei/oră/tot terenul (ziua)<br/>21 lei/oră/tot terenul (nocturnă)<br/>10 lei/oră/un coș (ziua/nocturnă)</p> <p><b>TARIF TENIS DE MASĂ</b><br/>7 lei/oră</p> <p><b>PROGRAMĂRI LA TELEFON</b><br/>0726.31.15.72</p> | <p>2 Cupa „Moș Crăciun”, un prim pas spre gala gimnasticii ritmice românești<br/>24.12.2014   13:16:13</p> <p>3 Denisa Stoian, în „Top 10” pe 2014!<br/>18.12.2014   16:25:28</p> <p>4 Alexandra Denisa Stoian, convocată la Lotul Național de Gimnastică Ritmică al României<br/>03.12.2014   09:37:13</p> <p>5 CSM Ploiești, pe podium la Cupa României și Campionatul Național de Ansambluri!<br/>01.12.2014   09:34:17</p> <p>6 Zece sportive selectate în cadrul proiectului „Elegantă, sport și performanță prin gimnastica ritmică”<br/>17.11.2014   21:14:06</p> <p>7 CSM Ploiești, parte din proiectul “Pierre de Coubertin” al Ministerului Tineretului și Sportului pentru gimnastică ritmică<br/>20.10.2014   10:27:16</p> <p>8 Comportare peste așteptări la Campionatele Naționale de Gimnastică Ritmică pentru Junioare și Senioare<br/>06.10.2014   11:44:52</p> |

Coordonator Secție Gimnastică Ritmică CSM Ploiești  
Liliana Băescu