



BLACK PANTHERS CHEERLEADING

**SAISON 3
2025-2026**

PACK INFORMATIONS

THONON



À PROPOS DU CLUB



LES BLACK PANTHERS, LE CLUB DE FOOTBALL AMÉRICAIN, DE FLAG, DE CHEERLEADING ET DE E-SPORT BASÉ À THONON-LES-BAINS EN HAUTE-SAVOIE, A ÉTÉ FONDÉ EN 1987 PAR BENOIT SIROUET, NICOLAS SCHPOLIANSKYI ET FRÉDÉRIC MÉRIGUET.

LE CLUB DES BLACK PANTHERS COMPREND 680 LICENCIÉS TOUTES SECTIONS CONFONDUES ET PLUS DE 45 DIRIGEANTS ET BÉNÉVOLES.

À PROPOS DE LA SECTION CHEERLEADING



LA SECTION CHEERLEADING A DÉBUTÉ EN 2023 AVEC 10 LICENCIÉES POUR LA PREMIÈRE SAISON. L'EFFECTIF A TRIPLÉ POUR LA DEUXIÈME SAISON AVEC 36 LICENCIÉES CHEERLEADING ET 3 ÉQUIPES COMPÉTITIVES ET NON COMPÉTITIVES.

ICI, CHEZ LES BLACK PANTHERS, NOTRE OBJECTIF EST DE PARTAGER NOTRE PASSION POUR LE CHEERLEADING. CRÉER UN ENDROIT OÙ LES ATHLÈTES VIENDRONT S'ENTRAÎNER AVEC LE PLAISIR ET L'ENVIE DE SE DÉPASSER POUR SOI ET POUR L'ÉQUIPE, TOUT CELA DANS UN ENVIRONNEMENT INCLUSIF OÙ L'ON SE SENT EN SÉCURITÉ.



QU'EST-CE QUE LE CHEERLEADING ?

LA SECTION CHEERLEADING DES BLACK PANTHERS EST AFFILIÉE À LA
FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FOOTBALL AMÉRICAIN



SIDELINE CHEERLEADING

LE SIDELINE CHEERLEADING, C'EST L'ANIMATION DES MATCHS DE FOOTBALL AMÉRICAIN OU D'AUTRES SPORTS À TRAVERS LE CHEERLEADING. CELA VA CONSISTER À FAIRE DES PORTÉS, DE LA GYMNASTIQUE, DES CHORÉGRAPHIES ET À SCANDER POUR AMENER LE PUBLIC À ENCOURAGER LES JOUEURS.

LES BLACK PANTHERS CHEERLEADERS SERONT PRÉSENTES AUX MATCHS DE L'ÉQUIPE ÉLITE DES BLACK PANTHERS DE THONON-LES-BAINS.

ALLSTAR CHEERLEADING

LE CHEERLEADING ALL STAR, C'EST LA PRATIQUE DU CHEERLEADING EN COMPÉTITION. LA SAISON TOURNE AUTOUR DE LA PRÉPARATION D'UNE ROUTINE QUI DURE 2:30 MINUTES ET QUI SERA PRÉSENTÉE EN COMPÉTITION.

CETTE ROUTINE COMPREND :

- STUNTS (PORTÉS)
- TUMBLING (GYMNASIQUE)
- SAUTS
- PYRAMIDES
- CHORÉGRAPHIE

CHAQUE ÉQUIPE EST INSCRITE DANS UNE CATÉGORIE QUI VA DÉPENDRE :

- DU NIVEAU DE L'ÉQUIPE : QUI VA DE 1 À 7
- DE L'ÂGE : U8, U12, U16, U18, OPEN
- DU SEXE DE L'ÉQUIPE : ALL GIRL (ÉQUIPE FÉMININE) OU COED (ÉQUIPE MIXTE)



COACHING STAFF

ILONA JADOT-QUINTON

LA SECTION CHEERLEADING EST ENCADRÉE PAR ILONA GRÂCE À SON EXPÉRIENCE
ATHLÈTE

- 12 ANNÉES DE PRATIQUE
- EQUIPE DE FRANCE - MÉDAILLÉE DE BRONZE AUX CHAMPIONNATS DU MONDE 2022
- FINALISTE DES CHAMPIONNATS DU MONDE 2024 ET 2025 AVEC LES CLUBS GENEVA LIGHTS CHEERLEADING & CHEERFORCE DE MONTREUIL

COACHING

- 10 ANNÉES DE COACHING
- DIPLÔMÉE INTERNATIONALE EN TANT QU'ENTRAÎNEUR DES NIVEAUX 1 À 5 - ICU / IASF
- COACHING À L'INTERNATIONAL : FRANCE, SUISSE, AUSTRALIE



JOHANNA BERNARD

JOHANNA EST UN MEMBRE ESSENTIEL DU COACHING STAFF GRÂCE À SA VOLONTÉ
D'APPRENDRE ET DE PARTAGER SA PASSION

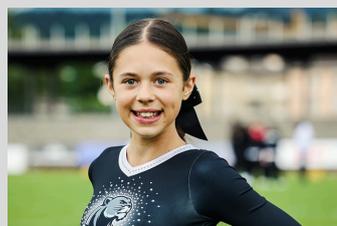
- 2 SAISONS CHEZ LES BLACK PANTHERS EN TANT QU'ATHLÈTE
- 1 SAISON DE FORMATION COACHING DANS L'ÉQUIPE U12
- CERTIFICAT D'APTITUDE N1 - FFFA



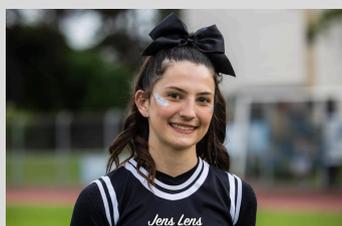
COACHING STAFF EN FORMATION



LÉA



MILLA



JUSTINE



MÉLINE

PROJECTION DES ÉQUIPES POUR LA SAISON 2025-2026

ÉQUIPES	KITTY KATZ Equipe U12	SCRATCH 2 Equipe U16	PINK PANTHERS Equipe Open
CATÉGORIE D'ÂGE	8 ANS À 12 ANS NÉ ENTRE 2013 ET 2018	12 ANS À 16 ANS NÉ ENTRE 2009 ET 2014	16 ANS ET + NÉ EN 2010 OU AVANT
NIVEAU	LEVEL 1	LEVEL 2	LEVEL 2
ENTRAÎNEMENT	3H30 LES SEMAINES PAIRES 2H LES SEMAINES IMPAIRES	4H PAR SEMAINE	4H PAR SEMAINE
OPEN GYM	1H30 LES SEMAINES IMPAIRES COURS FACULTATIF OUVERT À TOUS LES LICENCIÉS CHEERLEADING POUR VENIR TRAVAILLER CE QU'ILS SOUHAIENT		
ANIMATIONS	SIDELINE** COMPÉTITIONS	SIDELINE* COMPÉTITIONS	SIDELINE* COMPÉTITIONS

*LES MATCHS DE SIDELINE SONT OBLIGATOIRES POUR TOUS LES ATHLETES U16 ET OPEN

** LES U12 PARTICIPENT SEULEMENT À CERTAINS MATCHS EN FIN DE SAISON



BLACK PANTHERS CHEERLEADING

PLANNING DES ENTRAINEMENTS
SAISON 2025-2026

MERCREDI

KITTY KATZ
GYMNASE DE LA VERSOIE
16H - 18H

VENDREDI

SCRATCH 2
GYMNASE DE LA VERSOIE
18H - 20H

PINK PANTHERS
GYMNASE DE LA VERSOIE
20H - 22H

SAMEDI

KITTY KATZ
GYMNASE CHAMPAGNE
9H - 10H30 - SEMAINES PAIRES

OPEN GYM
GYMNASE CHAMPAGNE
9H - 10H30 - SEMAINES IMPAIRES

SCRATCH 2 & PINK PANTHERS
GYMNASE CHAMPAGNE
10H30 - 12H30

COTISATION ANNUELLE

		NOUVEAUX ADHÉRENTS	ANCIENS ADHÉRENTS
LICENCE	180€	X	X
UNIFORME COMPLET <small>L'UNIFORME EST RÉUTILISÉ SUR PLUSIEURS SAISONS</small>	120€	X	
HAUT UNIFORME	70€		
BAS UNIFORME	40€		

DÉTAILS DE PAIEMENT

LE PAIEMENT SE FAIT SUR :
HELLOASSO BLACK PANTHERS CLUB DE FOOTBALL AMÉRICAIN THONON

MODALITÉS DE PAIEMENT :

- Licence en 1 fois + uniforme :
 - **300€ en septembre**
- Licence en 1 fois :
 - **180€ en septembre**
- Licence en 3 fois + uniforme :
 - **180€ en septembre**
 - **60€ en octobre**
 - **60€ en novembre**
- Licence en 3 fois :
 - **60€ en septembre**
 - **60€ en octobre**
 - **60€ en novembre**

RÉDUCTIONS SUR LA COTISATION :

Pass'Region (lycéen) : -30€ (sur présentation de la carte et Code secret à l'inscription)
Pass'Sport : -70€ à utiliser sur votre cotisation (conditions d'éligibilité à vérifier)

*LA PRÉSENCE À TOUTES LES COMPÉTITIONS EST OBLIGATOIRE POUR S'ENGAGER DANS NOS ÉQUIPES

FRAIS HORS COTISATION

		NOUVEAUX ADHÉRENTS	ANCIENS ADHÉRENTS
T-SHIRT SECTION CHEERLEADING*	10€	X	X
BASKETS BLANCHES À SEMELLES LISSES	ENTRE 15€ ET 150€**	X	
CHAUSSETTE NIKE	13€** LES 3 PAIRES	X	
COMPÉTITIONS	SE RÉFÉRER AU DOCUMENT COMPÉTITIONS UNE PARTIE DES FRAIS DE COMPÉTITION SERA PRISE EN CHARGE PAR LE CLUB		

* LE T-SHIRT DE LA SECTION CHEERLEADING SERA À ACHETER SUR LA BOUTIQUE EN LIGNE - PANTHERS SHOP - AU MOIS DE SEPTEMBRE, LE LIEN VOUS SERA COMMUNIQUÉ QUAND L'ARTICLE SERA PRÊT SUR LA BOUTIQUE

** ARTICLES À VOUS PROCURER DE VOTRE CÔTÉ, PRIX NON DÉPENDANT DE NOTRE VOLONTÉ ET À TITRE INDICATIF

CHAUSSETTES NIKE
HAUTES BLANCHES



T-SHIRT SECTION
CHEERLEADING



BASKETS DE CHEERLEADING
NFINITY



BASKETS BLANCHES
DECATHLON

COMPÉTITIONS

TARIF FRAIS D'INSCRIPTION EN COMPÉTITION

COMPÉTITION	DATE	PRIX	KITTY KATZ	SCRATCH2	PINK PANTHERS
FRENCH SPIRIT CHAMPIONSHIP 	SAMEDI 28 FEVRIER	50€			 **
QUALIFS CHAMPIONNATS DE FRANCE (FFFA) 	SAMEDI 21 MARS	15€			
SWISS ROYALE 	SAMEDI 16 MAI 2026	50€			
FINALE CHAMPIONNATS DE FRANCE (FFFA) 	SAMEDI 23 ET DIMANCHE 24 MAI	15€			
SPIRIT ACADEMY CHEER & DANCE 	SAMEDI 30 MAI 2026	45€			
FRENCH ROYALE 	SAMEDI 6 ET DIMANCHE 7 JUIN 2026	50€			

*SI L'ÉQUIPE SE QUALIFIE

** PARTICIPATION À CES COMPÉTITIONS ENCORE À CONFIRMER

LES COMPÉTITIONS NON FÉDÉRALES NE SONT PAS ASSURÉES PAR LA FFFA ET UNIQUEMENT PRISES EN CHARGE PAR VOTRE RESPONSABILITÉ CIVILE PERSONNELLE EN CAS DE BLESSURE

LES MODALITÉS DE DÉPLACEMENT EN COMPÉTITION SERONT COMMUNIQUÉES PLUS TARD DANS LA SAISON

LA PARTICIPATION À TOUTES LES COMPÉTITIONS EST OBLIGATOIRE POUR INTÉGRER NOS ÉQUIPES

FRENCH SPIRIT CHAMPIONSHIP - LYON, DÉCINES-CHARPIEU

QUALIFS FFFA - (LIEU NON CONNU)

SWISS ROYALE - GENÈVE

FINALE FFFA - (LIEU NON CONNU)

SPIRIT ACADEMY CHEER & DANCE - LYON, PALAIS DES SPORTS DE GERLAND

FRENCH ROYALE - LYON, DÉCINES-CHARPIEU



UNIFORME 2025-2026

BY DAZZLE ATHLETICS



CALENDRIER SAISON 2025-2026

BLACK PANTHERS CHEERLEADING



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE		
SEPTEMBRE	1	2	3	4	5	6 FORUM DES SPORTS	7		
	8	9	10	11	12	13	14		
	15	16	17	18 TEAM PLACEMENT	19	20	21		
	22	23	24	25 TEAM PLACEMENT	26	27	28 RESULTATS TEAM PLACEMENT		
OCTOBRE	29	30	MONTHLY THEME TRAINING : JEUX OLYMPIQUES				4	5	
	6	7	8 INTÉGRATION TEAM KITTY KATZ	9	10	11 INTÉGRATION TEAM SCRATCH 2	12		
	13	14	15	16	17	18 INTÉGRATION TEAM PINK PANTHERS	19		
	20	21	22	23	24	25	26		
	27	28	29	30	31	1	2		
	NOVEMBRE	3	4	MONTHLY THEME TRAINING : HALLOWEEN				8	9
		10	11	12	13	14	15	16	
17		18	19	20	21	22	23		
24		25	26	27	28	29	30		
DECEMBRE		1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14		
	15	16	17	MONTHLY THEME TRAINING : NOËL			20	21	
	22	23	24	25	26	27	28		
	29	30	31	1	2	3	4		
	5	6	7	8	9	10	11		
	JANVIER	12	13	MONTHLY THEME TRAINING : TOUT EN PAILLETES				17	18
		19	20	21	22	23	24	25	
26		27	28	29	30	31			

*CE CALENDRIER N'EST PAS UNE VERSION FINALISÉE, CERTAINS ÉVÈNEMENTS SONT MANQUANTS OU PEUVENT ÊTRE SUSCEPTIBLES DE CHANGER

CALENDRIER SAISON 2025-2026

BLACK PANTHERS CHEERLEADING



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
FEVRIER							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	1
MARS			MONTHLY THEME TRAINING : PYJAMA PARTY				
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
AVRIL	30	31	1	2	3	4	5
			MONTHLY THEME TRAINING : PARTY IN THE USA				
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
MAI	27	28	29	30	1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
			MONTHLY THEME TRAINING : MILITAIRE			SHOWCASE	
	11	12	13	14	15	16	17
JUIN	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7
			MONTHLY THEME TRAINING : POOL PARTY				
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
					FINALE		
22	23	24	25	26	27	28	
						END OF SEASON PARTY	

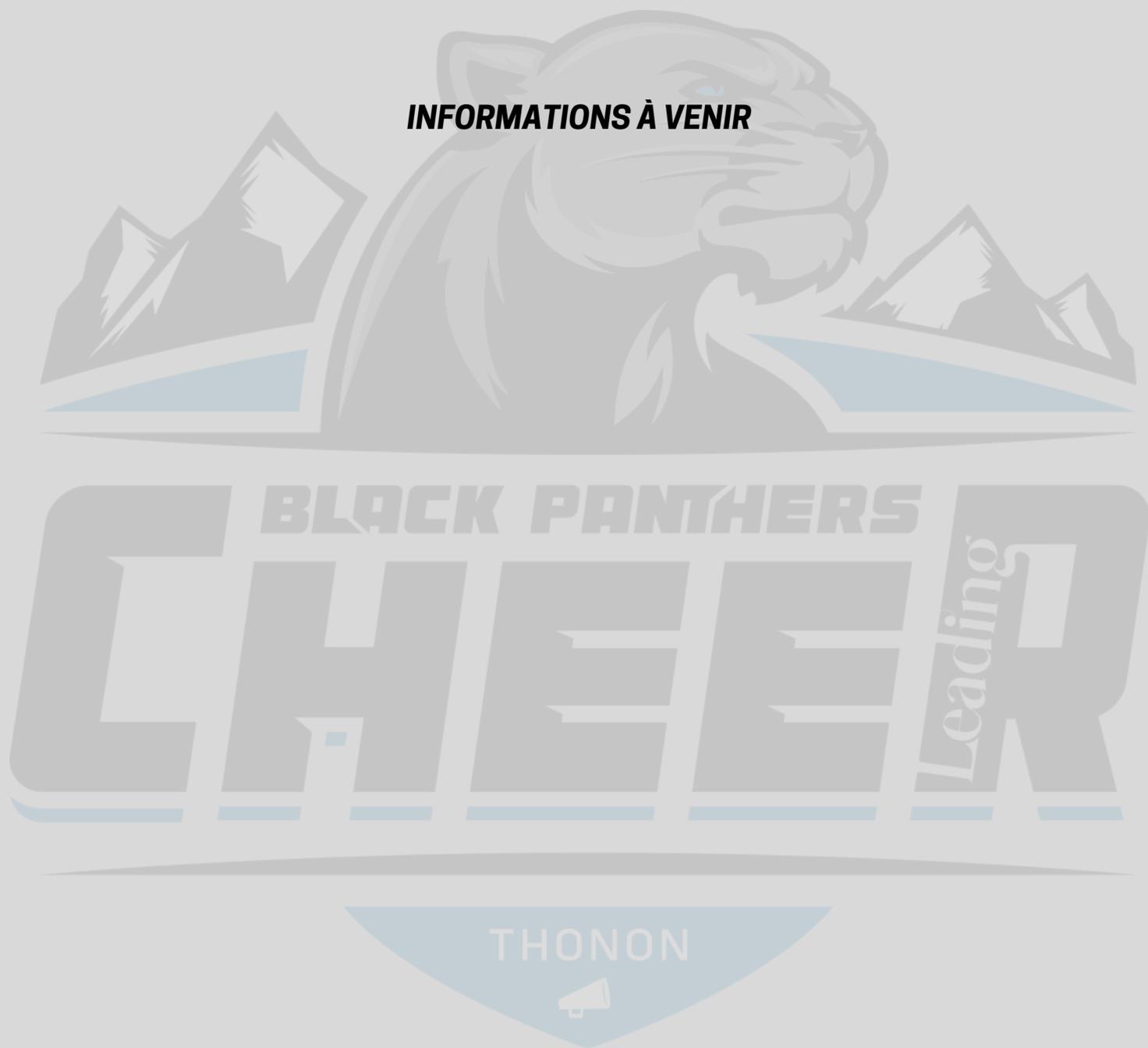
*CE CALENDRIER N'EST PAS UNE VERSION FINALISÉE, CERTAINS ÉVÈNEMENTS SONT MANQUANTS OU PEUVENT ÊTRE SUSCEPTIBLES DE CHANGER



GAME DAY - ÉQUIPE ÉLITE FOOT US

PACK TEXTILE

INFORMATIONS À VENIR



POLITIQUE D'ENGAGEMENT ET RÈGLES DE LA SECTION

**LE CHEERLEADING EST LE SPORT D'ÉQUIPE ULTIME.
LES ABSENCES AFFECTENT LA PROGRESSION DE L'ÉQUIPE AU COMPLET.
REJOINDRE NOS EFFECTIFS, C'EST S'ENGAGER À ÊTRE PRÉSENT À TOUS LES
ENTRAÎNEMENTS, ET TOUTES LES COMPÉTITIONS, TOUT AU LONG DE LA SAISON.**

ABSENCES

- **En cas d'absence, de maladie ou de blessure, merci de contacter votre entraîneur au plus vite pour aider à l'organisation des entraînements.**
- **Un athlète blessé et ne pouvant pas pratiquer devra quand même, s'il le peut, assister aux entraînements pour en suivre les avancements.**
- **Si les absences répétitives d'un athlète affectent son équipe, des mesures pourront être prises, allant de changements dans la routine à un placement en tant que remplaçant.**

COMPORTEMENT

- **Notre section est mixte, inclusive et pour tous les âges.
Aucun propos à caractère sexuel, raciste, homophobe, discriminatoire et politique ne sera toléré dans le cadre du club (entraînements, événements, matchs, compétitions ...)**
- **En devenant un athlète de la section Cheerleading des Black Panthers, vous représentez le club et la discipline.
Nous attendons de tous nos athlètes qu'ils fassent preuve d'un bon comportement, tant à l'entraînement que sur les réseaux sociaux, pour tout ce qui concerne la discipline et le club.**

CONTACTS



@BLACKPANTHERSTHONON.CHEER



BLACK PANTHERS THONON



CHEERLEADING@LES-BLACK-PANTHERS.ORG

CONTACT@LES-BLACK-PANTHERS.ORG



WWW.LES-BLACK-PANTHERS.ORG

ADRESSES

GYMNASES DE CHEERLEADING
GYMNASE DE LA VERSOIE
12 AVENUE DU FORCHAT, THONON-LES-BAINS

GYMNASE CHAMPAGNE
5 RUE HENRI BAUD, THONON-LES-BAINS

STADE DE MATCH FOOT US
STADE JOSEPH MOYNAT, THONON-LES-BAINS

