

Brochure Technique

GR

Saison 2020 - 2021



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

COMITÉ
RÉGIONAL
HAUTS-DE-FRANCE



COMMISSION REGIONALE

GR

Responsable technique GR

Aurélie VACHERON

06 03 55 70 82

aurelie.vacheron@gmail.com

Responsable des juges GR

Caroline DECONNINCK

06 61 55 57 28

carodams59@gmail.com

Membres

Cynthia DUFLOT

06 22 92 41 20

cynthia.duflot07@gmail.com

Svetlana KARBANOV

06 15 53 70 85

sveta.s.a@mail.ru

Sabrina NOEL

06 88 57 04 12

sabrinaphisel@live.fr

Véronique POZO

06 29 72 19 30

veroniquepozo@gmail.com



REFERENTS PAR SECTEURS

JUGEMENT

- Responsable des juges & formation des juges 3-4

Caroline DECONNINCK 06 61 55 57 28 carodams59@gmail.com

- Responsable formation des juges 1-2

Cynthia DUFLOT 06 22 92 41 20 cynthia.duflot07@gmail.com

FORMATION DES CADRES

Aurélie VACHERON 06 03 55 70 82 aurelie.vacheron@gmail.com

GYMNASTES

- Responsable du dispositif régional d'accèsion (DRA) – Parcours d'accèsion sportif (PAS)

Svetlana KARBANOV 06 15 53 70 85 sveta.s.a@mail.ru

- Référents départementaux Coupe Formation

59 : Anne-Sophie DOYEN 06 05 46 56 61 annso.doyen59@gmail.com

62 : Sandrine JEANNOT 06 65 10 61 01 jeannot.sandrine@outlook.fr

60 :



SECTEUR COMPETITION

PERFORMANCE / FEDERAL / REGIONAL	
TECHNIQUE Organigramme, forfaits, repêchages	JUGEMENT
Région Aurélie VACHERON 06 03 55 70 82 aurelie.vacheron@gmail.com	Caroline DECONNINCK 06 61 55 57 28 carodams59@gmail.com
Interdep. 59/62 Interdep. 60/80 Aurélie VACHERON 06 03 55 70 82 aurelie.vacheron@gmail.com	Elyne COMBLEZ 07 70 80 20 03 elyne.comblez@gmail.com

DATE LIMITE D'ENGAGEMENT :

Pour toutes les catégories compétitives, la date limite d'engagement est fixée :

- 1/10/2020 en individuel PERFORMANCE & FEDERAL
- 6/01/2021 en ensemble PERFORMANCE, FEDERAL & REGIONAL, coupe formation & individuel REGIONAL

GENERALITES – Secteur PERFORMANCE & FEDERAL A-B-C

La réglementation en vigueur est celui de la FFGYM nationale. Les programmes, règlements techniques, lettres FFGYM GR seront téléchargeables sur le site FFGYM.

- *NOUVEAUTE 2021 - Les individuelles NATIONALES 7/9 ANS participent aux championnats des individuelles fédérales et nationales (d'octobre à décembre 2020)*



Programmes régionaux Hauts-de-France 2021

GENERALITES – Secteur REGIONAL

La réglementation en vigueur est celui de la FFGYM Nationale (respect des niveaux de pratique, lettre FFGYM, brochure technique...). L'accès est autorisé aux garçons.

Les catégories d'âges et les engins sont déterminés par la région. Se référer aux programmes régionaux Hauts de France 2021.

Tous ces programmes sont à finalité régionale.

PROGRAMMES COMPETITIFS 7-9 ans

INDIVIDUEL NATIONAL 7-9 ans (durée 1'15 à 1'30)

7-8 ans : Etre engagé en parallèle en CF3 ou CF4 ou avoir validé un de ces niveaux

9 ans : Avoir validé la CF3 (ruban bleu) ou CF4 (ruban jaune, argent ou doré)

Catégorie d'âge	Programme : 2 enchaînements	Note D : Code FIG aménagé. LISTE 10-11ANS PERFORMANCE <i>ML : 8 difficultés max comptabilisées dont 2 sauts, 2 équilibres, 2 pivots et difficultés au choix (toutes issues de la liste)</i> Nouveau : Combinaisons de 2 rotations, 4 maximum comptabilisées comme les « Risques » avec engin, avec le critère additionnel de 0.10 pour changement d'axe et/ou de niveau. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison) <i>BA : 6 difficultés max comptabilisées dont 2 sauts, 2 équilibres, 2 pivots et difficultés au choix (toutes issues de la liste)</i> <i>Min 2 pas de danse 1 DE min, pas de Max 1 R mini – 4 R max (1 rotation possible sous l'engin liée à une autre rotation)</i> Programme décliné du programme individuel national 10-11ans. Les règles sont identiques	Note E Code FIG
7-8-9 ans	ML	CODE FIG AMENAGE 8 difficultés corporelles max comptabilisées NOTE D = OUVERTE	Code FIG
	BA	CODE FIG AMENAGE 6 difficultés corporelles max comptabilisées NOTE D = OUVERTE	Code FIG

ENSEMBLE FEDERAL 7-9ANS (durée 1'15 à 1'30)

Etre engagé en parallèle dans un programme CF2, 3 ou 4 ou avoir validé la CF3 ou ruban jaune, argent ou doré

Ensemble de 4 à 7 gymnastes (1 ou 2 remplaçants) / +0.20 par gymnaste sur le praticable au-dessus de 4

Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : Code FIG aménagé. <i>Valeur des difficultés limitée, 3 difficultés à 0.10 de chaque GC Min 1pas de danse Min 4 collaborations R, CR, CRR interdite (-0.30 si présence)</i>	Note E Sur 12 pts 6 formations minimum
7-8-9 ans	CERCEAU	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 échanges MAX D = 3.00	Code FIG

ENSEMBLE NATIONAL 7-9 ANS (durée 1'15 à 1'45)

Etre engagé en parallèle dans un programme CF2, 3 ou 4 ou avoir validé la CF3 ou ruban jaune, argent ou doré

Ensemble de 4 à 5 gymnastes (1 ou 2 remplaçants) / 0.20 par gymnaste sur le praticable au-dessus de 4

Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : Code FIG aménagé. <i>Valeur des difficultés non limitée, 3 difficultés de chaque GC Min 1pas de danse Min 4 collaborations 1 R max</i>	Note E Code FIG 6 formations minimum
7-8-9 ans	CERCEAU	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 échanges NOTE D = OUVERTE	Code FIG

PROGRAMMES COMPETITIFS 10 ANS et +

INDIVIDUEL REGIONAL (durée 1'00 à 1'30)			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : Code FIG aménagé. 3 difficultés à 0.10 de chaque GC + Eléments corporels à 0.10 (GC différents) Min 2 pas de danse DE pas de Min, pas de Max 1 R max (1 rotation possible sous l'engin liée à une autre rotation)	Note E Sur 12 pts
10-11 ans	BALLON	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 1 élément corporel MAX D = 2.50	Code FIG
12-13 ans	MASSUES	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 éléments corporels MAX D = 3.00	Code FIG
14-15 ans	CORDE	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 3 éléments corporels MAX D = 3.50	Code FIG
16 ans et +	LIBRE	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 3 éléments corporels MAX D = 4.00	Code FIG

DUO REGIONAL (durée 1'15 à 1'45) Ensemble de 2 gymnastes (individuelle fédérale autorisée)			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : Code FIG aménagé. 3 difficultés à 0.10 de chaque GC (+ Liste de difficultés autorisées en Fédérale Individuel) Min 1 pas de danse Min 4 collaborations 1 CR ou 1 CRR autorisée R interdite (-0.30 si présence)	Note E Sur 12 pts
10-13 ans	CERCEAUX	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 échanges MAX D = 4.50	Code FIG
Toutes Catégories	MASSUES / BALLON	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 3 échanges MAX D = 5.00	Code FIG

ENSEMBLE REGIONAL (durée 1'15 à 1'45) Ensemble de 3 à 6 gymnastes (1 ou 2 remplaçants) +0.20 par gymnaste sur le praticable au-dessus de 4			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : Code FIG aménagé. <i>3 difficultés à 0.10 de chaque GC</i> <i>Min 1 pas de danse - Min 4 collaborations</i> <i>R, CR, CRR interdite (-0.30 si présence)</i>	Note E Sur 12 pts 6 formations minimum
10-11 ans	MASSUES	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 1 échange MAX D = 3.00	Code FIG
13 ans et -	CERCEAUX	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 1 échange MAX D = 3.50	Code FIG
Toutes Catégories	BALLONS	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 échanges MAX D = 4.50	Code FIG



CALENDRIER COMPETITIF

COMPETITIONS	DEP.	INTER-DEP	REGION	FRANCE
Individuelles Nationales & Fédérales Nationales 7/9 ans	10-11/10/20	7-8/11/20	12-13/12/20	22-23-24 /01/21
Revue régionale d'effectifs des jeunes	Pré-sélection 10-11/10/20		Sélection Régionale 17/10/20 CALAIS	28-29/11/20 THIAIS
PERFORMANCE Ensembles Nationaux Nationaux 7/9ans			17-18/04/21 BOULOGNE	21-22-23/05/21 CALAIS
FEDERAL Ensembles Fédéraux Fédéraux 7/9ans Programmes Régionaux	13-14/02/21	20-21/03/21 LILLE PEGRGL	24-25/04/21 TOURCOING EGERT	4-5-6/06/21 CHAMBERY
Coupe Formation 2-3	Etape 1 27-28/03/21		Etape 2 29-30/05/21 59 : VARS 60/62 : SIG	
Coupe Formation 4			02/12/20 Tests physiques CALAIS 17-18/04/21 CF4 Engines	



SECTEUR FORMATION JUGES GR

RESPONSABLE REGIONALE : Caroline DECONNINCK

FORMATION JUGE NIVEAU 1 et 2

Responsable formation
Cynthia DUFLOT

06 22 92 41 20

cynthia.duflot07@gmail.com

FORMATION JUGE NIVEAU 3 et 4

Responsable formation
Caroline DECONNINCK

06 61 55 57 28

carodams59@gmail.com

Retrouvez toutes les informations dans le catalogue de formations : IRFA



SECTEUR FORMATION CADRES GR

RESPONSABLE REGIONALE : Aurélie VACHERON

06 03 55 70 82

aurelie.vacheron@gmail.com

FORMATION ANIMATEUR FEDERAL

Retrouvez toutes les informations dans le catalogue de formations : IRFA.



SECTEUR GYMNASTES

Dispositif Régional d'Accession (DRA) Déclinaison du Parcours d'Accession Sportif National (PAS)

COUPE FORMATION (CF)

Les étapes d'évaluation de la CF concernent uniquement les 7-11 ans.

Il faut se référer à la rubrique COUPE FORMATION dans la base documentaire GR « Compétition » sur le site FFGYM.

PROGRAMMES CF2

ENGIN SURPRISE CF2	ENGIN PROGRAMME CF2	ML avec liste des éléments imposés par la région
Choisi par l'équipe technique régionale	CERCEAU	ML Diffusion de la liste dans la lettre FFGYM GR Hauts de France en début de saison

ML et cerceau sont à faire pour 1.12.2020 !!!

PROGRAMMES CF3

ENGIN SURPRISE CF3	ENGIN PROGRAMME CF3	IMPOSE ML national
Choisi par l'équipe technique régionale	BALLON	ML

PROGRAMMES CF4

IMPROVISATION CF4	3 IMPOSES ENGIN PROGRAMME	ML libre
	RUBAN BALLON MASSUES	ML



STAGES REGIONAUX – P.A.S. GR

Encadrement :

- Responsable : Svetlana KARBANOV
- Référents départementaux
- Encadrants spécialisés

Objectifs :

- Formation des gymnastes
- Formation continue des entraîneurs
- Dynamique régionale

Actions mises en place :

- Le regroupement des gymnastes sélectionnées pour équipe régionale 17.10.2020 à Calais (9h30 – 17h30 à confirmer). **La présence des entraîneurs concernés est obligatoire !!!**
- Les tests physiques CF 4 et Nat 10-11 ans (+improvisation de CF 4) 2.12.2020 à Calais (14h00 – 16h00 à confirmer). **La présence des entraîneurs est obligatoire (1 entraîneur pour 5 gymnastes) !!!**
- Stage régional pour les Nat A, B, C 10-11 ans sélectionnées pour championnat de France 9.01.2021 à Calais (9h30 – 17h30 à confirmer). **La présence des entraîneurs concernés est obligatoire !!!**
- Stage CF 3 – CF 4 à définir la date et lieu par les référentes CF dans chaque département (59, 62, 60). Les dates souhaitées **entre 15.02.2021 et 15.03.2021 !!!**
- **NOUVEAU** Stage « futures Nat 10-11 ans » en juin 2021. Les années d'âge concernées 2011 et 2012.
Projet à l'étude. Plus d'informations à venir.



REVUE D'EFFECTIF REGIONALE DES JEUNES

Age : 10-11 ans (gymnastes nées en 2010-2011)

Format de l'équipe : 4 gymnastes dont 2 minimum, âgées de 10 ans

Programme technique : Programme PERFORMANCE Nationale 10/11 ans Individuel (programme de la compétition qualificative pour les championnats de France.

Dates : 28-29 novembre 2020

Lieu : THIAIS

Prise en charge : par le comité régional

MODE DE SELECTION :

- Être présélectionnée suite à la compétition départementale Nationales 10-11 ans (être dans les trois premières lors de cette compétition)

Classement qui est transmis par la responsable des juges de chaque département afin d'établir une liste de trois gymnastes nées en 2011 et trois gymnastes nées en 2010 à la fin du championnat.

Les noms de ces 6 gymnastes seront communiqués à la responsable départementale PAS et régionale PAS.

- Participer à la journée de stage du samedi 17 Octobre 2020 à Calais.

ORGANISATION DU STAGE DU 17 octobre 20 :

- Présence des 2 juges 4 qui jugeront lors de cette revue d'effectif (voir avec Caroline Deconninck pour le choix de juges au regard des autres compétitions nationales)
- Présence des juges responsables du Nord (Cynthia Duflot) et du PDC (Sandrine Jeannot)
- Présence des entraîneurs des gymnastes retenues.
- Présence de la responsable PAS et pré filière (Svetlana Karbanov)
- Concertation des juges et responsables du stage pour décider de la composition de l'équipe (4 gymnastes dont deux 2011 minimum)

ORGANISATION DU DEPLACEMENT DU 28-29 novembre 2020 à THIAIS :

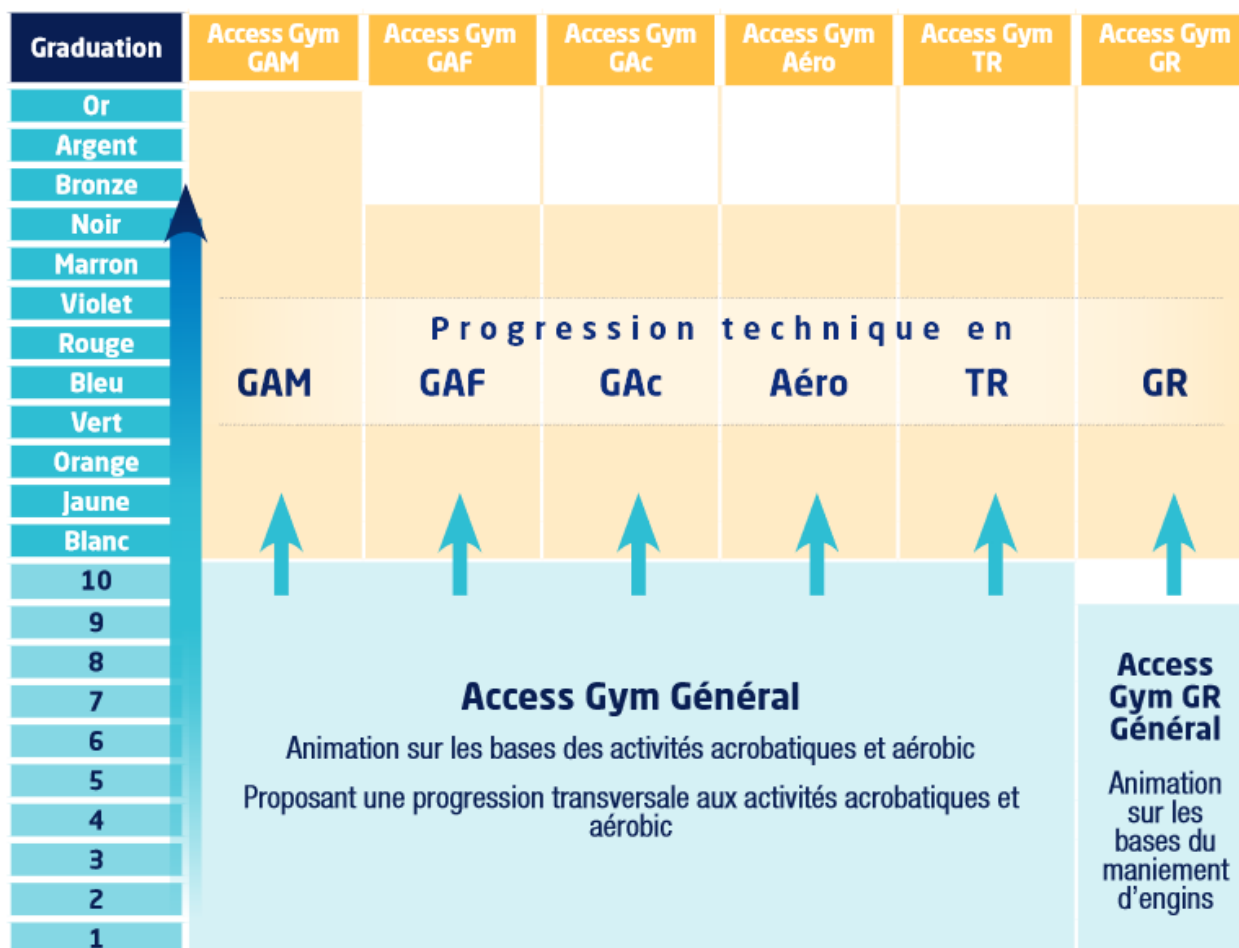
- 4 gymnastes + 2 juges 4 + 2 entraîneurs (issues si possible des clubs représentés) + 1 chef de délégation.
- Départ le samedi matin afin de pouvoir observer la compétition Elite du samedi après-midi. Retour le dimanche après la compétition.
- Equipement : Justaucorps personnels. Short et tee-shirt (type décathlon)

Programme d'animation basé sur des validations de niveaux de compétences techniques, de formation, d'évaluation et de classification des gymnastes. Il est le prolongement du programme Access Gym Général sur les activités gymniques acrobatiques et aérobic et est disponible en ligne sur I-Gym Technic « Gym pour Tous » accessible via l'espace licencié.

Programme accessible à tout public, animation et compétition (du débutant au gymnaste confirmé). Pour les premiers niveaux, le programme est accessible aux gymnastes s'entraînant à partir d'une fois par semaine.

Le programme Access Gym est un outil ayant pour but de favoriser et valoriser la réussite du gymnaste et ainsi d'entretenir sa motivation.

Organisation technique des différents programmes Access Gym



MEMENTO ACCESS GYM DISCIPLINAIRE GAF GAM GR AERO TRAMPO GAC

Les évaluations et les rencontres :

- Au niveau du club, l'évaluation est possible à tout moment en fonction de la progression des gymnastes, du projet et de la structuration du club. La validation peut être faite par un technicien diplômé, un juge du club ou un aide animateur.
- Les rencontres de proximité interclubs permettent d'organiser des évaluations collectives sous la forme d'événements fédéraux.

Elles sont mises en œuvre à l'initiative des clubs, sous la responsabilité des comités départementaux.

Je souhaite participer à une rencontre de proximité :

Je contacte mon département qui peut me soumettre différentes possibilités :

- Rencontre départementale ACCESS
- Rencontre Régionale ACCESS

Je veux organiser une rencontre de proximité ACCESS :

- J'informe mon département au moins un mois avant la date de la rencontre.
- Je vois avec mon département la procédure et l'organisation générale de la rencontre.
- Je renvoie la fiche BILAN à mon département pour validation des points pour le classement des clubs (20pts par gym).
- Une rencontre de proximité s'organise au maximum avec 2 autres clubs, proches du mien.
- Mon département peut m'aider à me mettre en relation si je n'ai pas trouvé de club pour la rencontre.

Attention : pour le suivi fédéral et régional il est impératif de remplir les informations sur le site fédéral :

https://moncompte.ffgym.fr/Evolugym/Educ/Access_Gym

Contacts et coordonnées des départements:

DEPARTEMENT	REFERENT DEPARTEMENTAL
AISNE	BACQUIE Raphaël (agent de développement) cd.aisne@gmail.com
NORD	GORASKI Bruno (agent de développement) ffg.cd59@gmail.com
OISE	Emilien BLOND (agent de développement) emilien@oise- ffgym.fr
PAS DE CALAIS	
SOMME	SINOQUET Aurélie (agent de développement) ffgym-somme@wanadoo.fr

Action régionale ACCESS

Le Comité Régional met en place annuellement une rencontre régionale ACCESS interdisciplinaire (passages de couleurs pour ACCESS disciplinaire)

**Le regroupement est prévu le jeudi 13 mai 2021 à Arques (lieu sous réserve).
Les engagements seront à faire sur engagym.**

N'hésitez pas à contacter le Comité régional pour vos demandes sur le programme ACCESS.

Contact régional : Fanny LIENARD

06-82-01-17-07

fanny.lefort@wanadoo.fr