

# Brochure Technique

## TMG

Saison 2019-2020



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**Gym**

COMITÉ  
RÉGIONAL  
HAUTS-DE-FRANCE



# COMMISSION RÉGIONALE

## TMG

### Responsable Technique TMG

Emilien BLOND

[emilienb.gym@gmail.com](mailto:emilienb.gym@gmail.com)

Tél : 06 70 57 19 14

### Responsable Jugés Régionale TMG

EN RECHERCHE

"Le Team Gym est une activité non-négligeable pour votre club, mettre en place une section permet de garder ses gymnastes et de conserver une dynamique avec les anciens."

Il permet également d'orienter les gymnastes qui sont un peu plus frileux à la pratique sur agrès. La pratique peut aussi commencer plus tard, il faut avoir au minimum 12 ans pour pouvoir matcher. Les limites ne sont pas les mêmes que dans les disciplines plus conventionnelles, alors réfléchissez-y !

Si dans votre Club, le Team n'existe pas, que vous êtes intéressés mais trop peu nombreux, ou que vous n'avez pas les créneaux vous pouvez vous rapprocher d'un club déjà pratiquant et ainsi faire matcher vos gyms sous licence secondaire pour les initier (licences secondaires valables pour toutes les disciplines). La Commission Technique TEAM GYM est ouverte à toute personne motivée. N'hésitez pas nous rejoindre



# SECTEUR COMPÉTITION

Niveau de pratique	Performance	Fédéral		
	Championnat de France	Trophée Fédéral		
Catégories	12 ans et +			
Composition des équipes	6 à 12 Gyms			
Programme	Passion	Détente	Evolution	Découverte
Étapes	Interdépartementale Et régionale (pas d'accès à la région)			
Finalité	Nationale			

Trophée Fédéral et Championnat de France :

Programme National disponible sur le site de la FFG

(après vous être connecté avec vos codes :

[https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base\\_documentaire\\_compétition/TeamGym](https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base_documentaire_compétition/TeamGym))

Adaptation prévue au Tumbling si vous n'avez pas de piste gonflable : « A défaut, pour les compétitions autres que la finale nationale, une piste d'acrobatie pourra être utilisée. » (cf p.13 du Règlement Technique)

Des précisions sur le jugement seront apportées avant la fin de l'année 2019. Un week-end de formation de juges est prévu les 2-3 novembre 2019, sous réserve d'acceptation par la Commission Nationale. Et d'un formateur.

Nous nous tenons à disposition pour toutes questions.

## Dates des compétitions

- Interdépartement : 1 et/ou 2 février 2020 Pas de lieu à ce jour
- Région : 29 mars 2020 à Grande Synthe
- France : 15 – 16- 17 mai 2020 à Amnéville.



# Autre action

Afin de développer la discipline et apporter une formation complémentaire aux clubs déjà engagés dans cette discipline nous étudions la possibilité de faire un **stage d'échanges et de partage des connaissances d'une journée et demi**. Ce projet reste sous réserve du nombre d'inscrits (voir inscription jointe)

**Date** : 5 et 6 octobre 2019 à Arques.

**Prise en charge des coûts pédagogiques** : comité régional

**Tarifs** : 55€/ personne pour la nuit et les repas.

Toutes personnes intéressées peuvent se rapprocher de l'ETR TEAM GYM pour échanger à ce sujet.

## A) FPC du 5 octobre 2019 :

### FORMATION CONTINUE DES ENTRAINEURS

#### JOURNEE à THEME interdisciplinaire

SAMEDI 5 OCTOBRE Complexe gymnique 78 avenue Pierre Mendès France ARQUES

Maximum 2 entraîneurs et 4 gymnastes par club  
Ouvert à l'équipe technique régionale (sans gymnaste)  
Attention, le nombre de places est limité.

	Autres disciplines	GAF/GAM	AERO/GR
12h45 - 13h	<b>ACCUEIL Salle GA</b>		
13h - 14h45	Barres de Danse Tenues de jambes salle de GR <b>Grégory MILAN</b>	Souplesse articulaire Gain et extensibilité musculaire Routine précompétition salle AERO <b>Thomas CARON</b>	Travail de l'acrobatie salle GAF GAM <b>Gaël MANRY</b>
15h - 16h45	Travail de l'acrobatie salle GAF GAM <b>Gaël MANRY</b>	Barres de Danse Tenues de jambes salle de GR <b>Grégory MILAN</b>	Souplesse articulaire Gain et extensibilité musculaire Routine précompétition salle AERO <b>Thomas CARON</b>
17h - 18h45	Souplesse articulaire Gain et extensibilité musculaire Routine précompétition salle AERO <b>Thomas CARON</b>	Travail de l'acrobatie salle GAF GAM <b>Gaël MANRY</b>	Barres de Danse Tenues de jambes salle de GR <b>Grégory Milan</b>

## B) Formation spécifique team Gym le dimanche 6 octobre 2019.

