

Brochure Technique

V3 20-09-2021

GR

Saison 2021 - 2022



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

COMITÉ
RÉGIONAL
HAUTS-DE-FRANCE



COMMISSION REGIONALE

GR

Responsable technique GR

Cynthia DUFLOT (en attente de l'AG sept 2021)

06 22 92 41 20

cynthia.duflot07@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

Elyne Comblez

07 70 80 20 03

elyne.comblez@gmail.com

Sylvie LECLAIRE

06 80 22 93 68

sylvieluke54@gmail.com



REFERENTS PAR SECTEURS

JUGEMENT

- Responsable formation des juges 1
Cynthia DUFLOT 06 22 92 41 20 cynthia.duflot07@gmail.com
- Responsable formation des juges 2
Elyne COMBLEZ 07 70 80 20 03 elyne.comblez@gmail.com
- Responsable des juges & formation des juges 3-4
Caroline DECONNINCK 06 61 55 57 28 carodams59@gmail.com

FORMATION DES CADRES

Sylvie LECLAIRE 06 80 22 93 68 sylvieluke54@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 (CF)

59 : A définir

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

60 : Bérangère DEBONNE 06 61 12 90 96 b.debonne83@orange.fr



SECTEUR COMPETITION

PERFORMANCE / FEDERAL / REGIONAL	
TECHNIQUE Organigramme, forfaits, repêchages	JUGEMENT
Région Cynthia DUFLOT 06 22 92 41 20 cynthia.duflot07@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^{er} octobre 2021 en individuel PERFORMANCE & FEDERAL
- 6 janvier 2022 en ensemble PERFORMANCE, FEDERAL & REGIONAL, coupe formation & individuel REGIONAL

GENERALITES – Secteurs 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.

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



Programmes régionaux Hauts-de-France 2022

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 2022.

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 : Être 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 maximums comptabilisés 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)

Être 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)

Être 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	16-17 oct 2021	13-14 nov 2021 CALAIS	11-12 déc 2021 CALAIS	22-23 janv 2022 (Nat C et Fed) BOULOGNE 28-29-30 janv 2021 (Nat A et B) BOURGOIN-JALLEU
Revue régionale d'effectifs des jeunes	Pré-sélection 16-17 oct		Sélection Régionale 23 oct	
PERFORMANCE Ensembles Nationaux / Equipes et Duo Nat Nationaux 7/9ans			30 avril et 1 ^{er} mai 2022 VARS	27-28-29 mai 2022 CALAIS
FEDERAL Ensembles Fédéraux Fédéraux 7/9ans Programmes Régionaux	26-27 fév 2022	26-27 mars 2022 EGR TOURCOING	7-8 mai 2022 EGR TOURCOING	4-5 juin 2022 (Fed B et C) A DEFINIR 11-12 juin 2022 (Fed A / Duo Fed et Nat 10/11ans) ALBERTVILLE
Coupe Formation 2-3	Etape 1 19-20 mars 2022		Etape 2 21-22 mai 2022 59 : A DEFINIR 60/62 : ST LAURENT BLANGY	
Coupe Formation 4			Tests physiques 1 ^{er} dec 2021	



SECTEUR FORMATION JUGES GR

RESPONSABLE REGIONALE : Caroline DECONNINCK

FORMATION JUGE NIVEAU 1 et 2

Responsable formation niveau 1

Cynthia DUFLOT

06 22 92 41 20

cynthia.duflot07@gmail.com

Responsable formation des juges 2

Elyne COMBLEZ

07 70 80 20 03

elyne.comblez@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 :

Sylvie LECLAIRE

06 80 22 93 68

sylvieluke54@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

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

Pour toutes questions sur les CF, contactez les référents concernés :

- Référents départementaux Coupe Formation (CF)

59 : A définir

62 : Sandrine Jeannot

06 65 10 61 01 jeannot.sandrine@outlook.fr

60 : Bérangère DEBONNE

06 61 12 90 96 b.debonne83@orange.fr



STAGES REGIONAUX – P.A.S. GR

Encadrement :

- Responsable : Svetlana KARBANOV
- Référents départementaux
- Juges régionaux
- Encadrants spécialisés

Objectifs :

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

Actions mises en place :

A NOTER : pas de revue d'effectif régionale des Jeunes (RERJ) organisée par la FFG pour la saison 2021/2022.

1) Regroupement des individuelles Nat B / C et Fédérales

Identifier les gymnastes 2011, 2012 et 2013

Le 23 octobre 2021 à Calais de 9h30 à 17h30.

Thème : orientation du travail corporel et technique vu nouveau code.

La présence des entraîneurs concernés est obligatoire

2) Tests physique CF 4 et Nat 10/11 ans :

+improvisation de CF 4

Le 1^{er} décembre 2021 à Calais de 14h30 à 16h30.

La présence des entraîneurs concernés est obligatoire (1 entraîneur pour 5 gymnastes) ainsi que les responsables CF.

3) Regroupement régional pour les Nat A, B, C 10-11 ans :

Gymnastes sélectionnées pour championnat de France

Le 8 janvier 2021 à Calais de 9h30 à 17h30.

La présence des entraîneurs concernés est obligatoire

4) Futures « 10/11 ans » :

Gymnastes concernées : 2012/2013/2014.

Regroupement permettant de cibler les gymnastes à potentiel afin d'aider les clubs dans les orientations de travail.

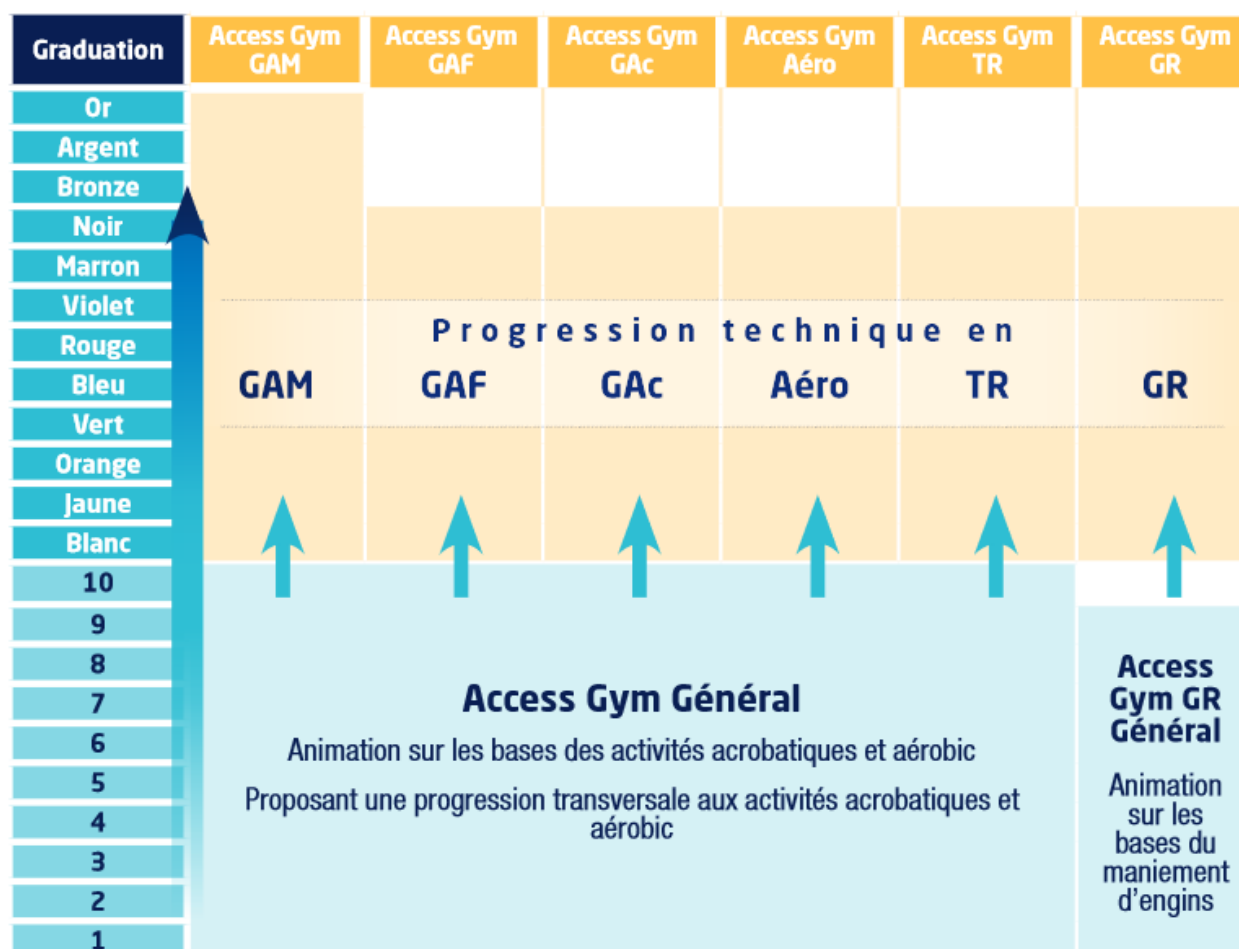
Les dates sont soumises au calendrier. Plus d'informations à venir.

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	GORAJSKI 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 26 MAI 2022 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