

# Brochure Technique **GAC**

Saison 2021-2022



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**Gym**

COMITÉ  
RÉGIONAL  
HAUTS-DE-FRANCE



# COMMISSION RÉGIONALE

## GAC

### **Responsable Technique GAC et Formation des Cadres**

Julian VERMESCH

07.77.39.91.24

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

### **Membres**

Céline CADART

06.11.87.08.43

[cadart.celine@numericable.fr](mailto:cadart.celine@numericable.fr)

VITSE Mélody

06 65 44 25 61

[melody.vitse88@gmail.com](mailto:melody.vitse88@gmail.com)

### **Responsable Juge**

Aline LEMAIRE

06.10.67.00.89

[lemairealine@sfr.fr](mailto:lemairealine@sfr.fr)



# SECTEUR COMPÉTITION

## Règlementation et programmes



Le code FIG et les programmes fédéraux et nationaux sont sur le site de la fédération.

Retrouvez l'ensemble des documents à télécharger sur [WWW.FFGYM.COM](http://WWW.FFGYM.COM) sur votre compte avec votre N° de Licence.




**ATTENTION**, pensez à télécharger le nouveau règlement technique ainsi que les lettres pour la saison 2021-2022

## Compétitions

### PAR ÉQUIPE

NIVEAU DE PRATIQUE	FILÈRES	7 ans 2015	8 ans 2014	9 ans 2013	10 ans 2012	11 ans 2011	12 ans 2010	13 ans 2009	14 ans 2008	15 ans 2007	16 ans 2006	17 ans 2005	18 ans 2004	19 ans 2003	20 ans et +	Formats des équipes	Programmes	Finalité
 PERFORMANCE	NATIONALE	Nationale 1														5/4/3	Programme par équipe Performance (basé sur les contenus des filières par unité Performance et Elite)	Championnat de France par équipe
		Nationale 2																
		Nationale 3																
 FÉDÉRAL	FÉDÉRALE	Toutes catégories d'âge														3/3/2	Programme par équipe Fédéral	Festivals

# PAR UNITÉ

NIVEAU DE PRATIQUE		7 ans 2015	8 ans 2014	9 ans 2013	10 ans 2012	11 ans 2011	12 ans 2010	13 ans 2009	14 ans 2008	15 ans 2007	16 ans 2006	17 ans 2005	18 ans 2004	19 ans 2003	20 ans et +	Formats des unités	Programme	Réalité
 <b>ÉLITE</b>	<b>ÉLITE</b>							Senior 13 ans et +								Dans F Dans H Dans Ph Dans F Qualifon H	Programme EG Senior	Championnat de France C16
					Junior 11 - 15 ans*									Programme FC13-15 ans				
				Espoir 9-17 ans (7 ans d'écart max)**									Programme EG 11 - 15 ans					
			Avenir 8-16 ans (7 ans d'écart max)**									Programme FC Lumbago 11 - 15 ans + Aliments						
 <b>PERFORMANCE</b>	<b>NATIONALE A</b>				Toutes catégories d'âge (10 ans et +)										Dans F Dans H Dans Ph Dans F Qualifon H	Programme FC Lumbago	Championnat de France Performance	
	<b>NATIONALE B</b>								Toutes catégories d'âge (9 ans et +)							Dans F Dans H / Ph Dans F Qualifon A / Ph		Programme National B
				8-15 ans								Dans F Qualifon Test						
 <b>FÉDÉRAL</b>	<b>FÉDÉRALE A</b>	Toutes catégories d'âge (7 ans et +)														Dans F Dans F Qualifon	Programme Fédéral A	Triple Fédéral
		11-14 ans															Dans F Dans F	
	<b>FÉDÉRALE B</b>	Toutes catégories d'âge (7 ans et +)														Dans F Dans F	Programme Fédéral B	
		11-14 ans															Dans F Dans F Qualifon	

# Nouveaux Programmes GAC

Beaucoup de nouveautés dans le programme GAC : les principaux changements

## Nouveaux tableaux pour les catégories fédérales et nationales B

### Catégories Fédérales :

- Fédérale A : 5 éléments collectifs de valeurs de E à J + 3 éléments individuels (au lieu de 4 les années précédentes)
- Fédérale B : 4 éléments collectifs de valeurs de A à F + 3 éléments individuels (au lieu de 4 les années précédentes)

### Catégorie Nationale B :

- Duo F et H/Mixte : 3 pyramides statiques + 3 pyramides dynamiques + 3 éléments individuels
- Trio F et Quatuor H/Mixte : 2 pyramides statiques + 3 pyramides dynamiques + 3 éléments individuels. Les bases des 2 pyramides statiques doivent être différentes

**! ATTENTION au couleur des cases de début de ligne dans le tableau !**

NBTC = éléments de A à H

NB 8-15ans = éléments de A à E (éléments de F à H interdits)

### Catégories Elite Avenir et Espoir :

- Elite Avenir = ELAV : 2 exercices à présenter  
(Gymnastes nés entre 2014 et 2006)

▫ 1 exercice de série d'éléments techniques de maximum 1 minute sans musique comprenant 3 éléments techniques dans la « trame de la série d'éléments techniques » avec une position de départ et d'arrivée libres, un déplacement libre simultané et un passage au sol simultané

▫ 1 exercice combiné de 2min30 maximum avec musiques sur le programme FIG 11-16 ans aménagé + éléments

- Elite Espoir = ELES : 2 exercices à présenter sur le programme FIG 11-16 ans  
(Gymnastes nés entre 2013 et 2005)

▫ 1 exercice statique de 2 minutes maximum

▫ 1 exercice dynamique de 2 minutes maximum

En ELAV et ELES, les gymnastes d'une même formation ne doivent pas avoir plus de 7 ans d'écart.



# INFOS COMPÉTITIONS

## CALENDRIER DES COMPÉTITIONS 2021/2022

(Toutes les cases en bleu sont des finales avec attribution de titre de champion).

<b>Compétition Départementale Fédéral</b>	<b>5 février 2022</b>	<b>Val acro</b>
<b>Compétition Inter-départementale fédérale (nouveau)</b>	<b>27 février 2022</b>	<b>Armentières</b>
<b>Compétition Régionale (sélective Trophée fédérale)</b>	<b>2 et 3 avril 2022</b>	<b>Grande Synthe</b>
<b>Finale Régionale</b>	<b>?</b>	<b>?</b>
<b>Challenge Régionale</b>		
<b>Sélective 2 Hauts-de-France</b>	<b>26 et 27 mars 2022</b>	<b>Grande Synthe</b>
<b>FESTIGAC</b>	<b>4-5-6 juin 2022</b>	<b>A DEFINIR</b>
<b>Trophée Fédéral</b>	<b>14 et 15 mai 2022</b>	<b>A DEFINIR</b>
<b>Chpt de France GAC</b>	<b>11 et 12 juin 2022</b>	<b>A DEFINIR</b>
<b>Chpt de France par Equipes</b>	<b>21 et 22 mai 2022</b>	<b>A DEFINIR</b>



# SECTEUR JUGEMENT GAC

**Responsable Juge :** Aline LEMAIRE

TEL. : 06.10.67.00.89 ou MAIL : [lemairealine@sfr.fr](mailto:lemairealine@sfr.fr)

**[Retrouvez toutes les informations dans le catalogue de formations : IRFA](#)**



# SECTEUR FORMATION CADRES GAC

La formation des cadres s'effectue sur la région.

Pour valider la formation, il faut être présent sur les 3 modules.

## **Perspectives et objectifs**

- Poursuivre le développement de la GAC sur le secteur
- Favoriser la formation des cadres (mise en place de la formation animateur GAC sur la région)
- Formation Access GAC dans notre région avec des rencontres.
- Mise en place de la formation de juges dans notre région en relation avec l'INF. (Sous réserve d'un nombre suffisant de stagiaires permettant l'intervention d'un formateur extérieur).
- Mise en place de la formation de juge sur notre territoire avec des formateurs locaux.

**[Retrouvez toutes les informations dans le catalogue de formations : IRFA](#)**



# Projets 2021/2022

## Mise en place de stages régionaux :

### Stage pour les NATIONAUX

Regroupement pour les gymnastes et équipes de niveau fédéral

**Les 11 et 12 décembre 2021**

Le 11 décembre de 14h à 17h30

Le 12 décembre 2021 de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30.

Salle ELIAS ET PERSINE : Place Jean JAURES 59760 GRANDE-SYNTHE

Intervenants : 1 intervenant expert national (à définir) en relation avec les référents régionaux.

Une note régionale GAc vous informera en octobre des coûts de cette formation. Le projet étant de réduire au maximum les coûts financiers pour les clubs des Hauts de France.

Inscription obligatoire des gymnastes et équipes par mail à envoyer avant le 20 novembre 2021 à Céline CADART sur [celine.cadart59@gmail.com](mailto:celine.cadart59@gmail.com).

Ce regroupement sera également un temps de Formation Continue des entraîneurs, ouvert et gratuit pour tous.

**Attention il est impératif que chaque personne intéressée s'inscrive au préalable auprès de Céline CADART sur [celine.cadart59@gmail.com](mailto:celine.cadart59@gmail.com).**

### Stage départemental pour les FEDERAUX (organisation par le CD 59)

Regroupement gratuit pour les gymnastes et équipes de niveau fédéral :

**Le 16 octobre 2021 de 10 h à 12h et de 13h30 à 16h30.**

Salle BROSSOLETTE : 23 avenue Brossolette 59280 ARMENTIERES,

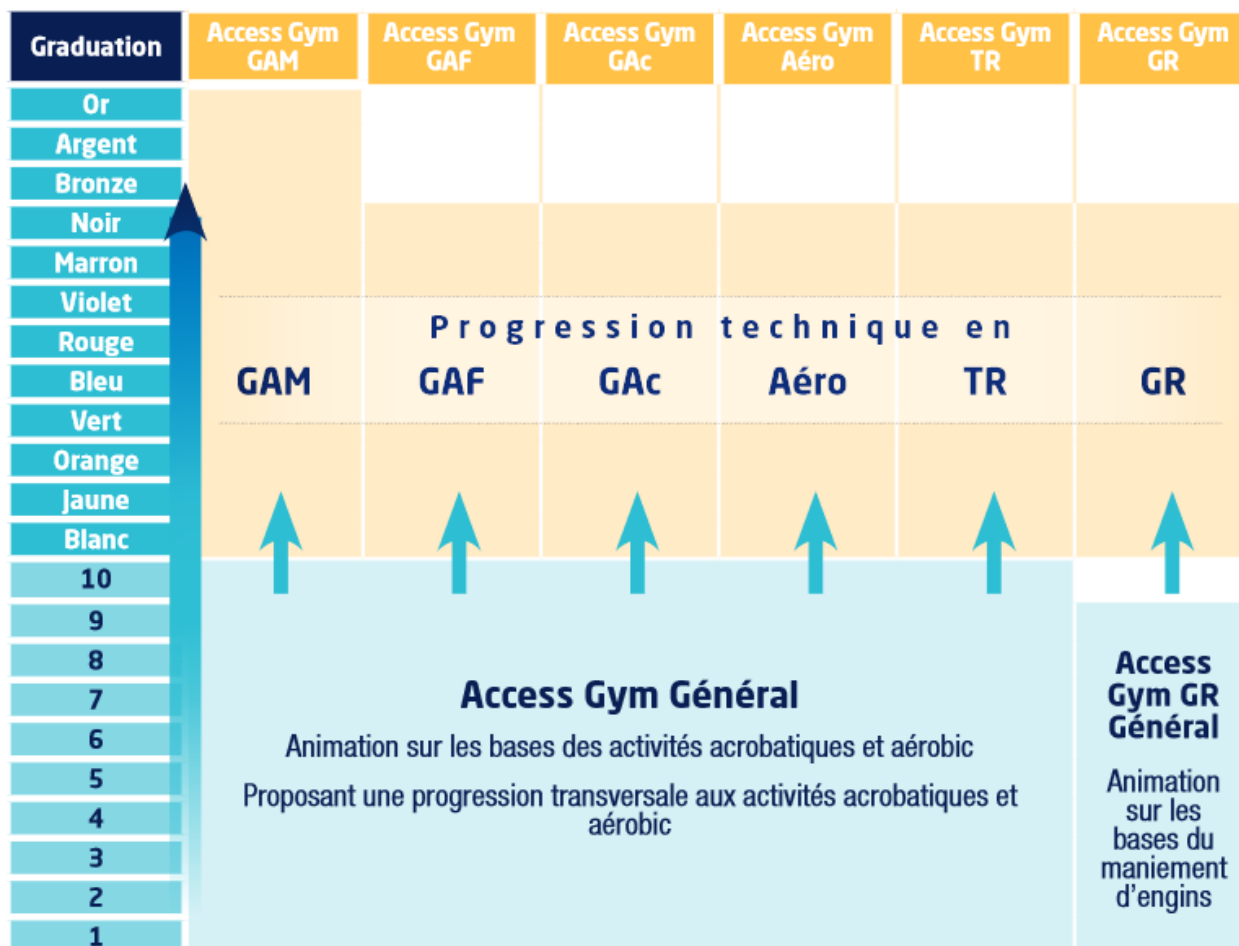


Programme d'animation basé sur des validations de niveaux de compétences techniques, de formation, d'évaluation et de classification des gymnastes. Il est le prolongement du programme Access Gym Général sur les activités gymniques acrobatiques et aérobic et est disponible en ligne sur I-Gym Technic « 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](https://moncompte.ffgym.fr/Evolugym/Educ/Access_Gym)**

## Contacts et coordonnées des départements :

DEPARTEMENT	REFERENT DEPARTEMENTAL
<b>AISNE</b>	BACQUIE Raphaël (agent de développement) <a href="mailto:cd.aisne@gmail.com">cd.aisne@gmail.com</a>
<b>NORD</b>	GORAJSKI Bruno (agent de développement) <a href="mailto:ffg.cd59@gmail.com">ffg.cd59@gmail.com</a>
<b>OISE</b>	Emilien BLOND (agent de développement) <a href="mailto:emilien@oise-ffgym.fr">emilien@oise-ffgym.fr</a>
<b>PAS DE CALAIS</b>	
<b>SOMME</b>	SINOQUET Aurélie (agent de développement) <a href="mailto:ffgym-somme@wanadoo.fr">ffgym-somme@wanadoo.fr</a>

## 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 engagement.**

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](mailto:fanny.lefort@wanadoo.fr)