

# Brochure Technique

## GR

### Saison 2022 - 2023



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**Gym**

COMITÉ  
RÉGIONAL  
HAUTS-DE-FRANCE



# COMMISSION REGIONALE

## GR

### **Membre du Comité Directeur en charge de la discipline**

Bernard DUMONDEL                      06 10 65 80 52                      [bernard.dumondel@sfr.fr](mailto:bernard.dumondel@sfr.fr)

### **Responsable technique GR**

Cynthia DUFLOT                      06 22 92 41 20                      [cynthia.duflot07@gmail.com](mailto:cynthia.duflot07@gmail.com)

### **Responsable des juges GR**

Caroline DECONNINCK                      06 61 55 57 28                      [carodams59@gmail.com](mailto:carodams59@gmail.com)

### **Membres élues de la commission technique (commission complète)**

Cynthia POULIQUEN                      06 22 92 41 20                      [cynthia.duflot07@gmail.com](mailto:cynthia.duflot07@gmail.com)

Svetlana KARBANOV                      06 15 53 70 85                      [sveta.s.a@mail.ru](mailto:sveta.s.a@mail.ru)

Elyne Comblez                      07 70 80 20 03                      [elyne.comblez@gmail.com](mailto:elyne.comblez@gmail.com)

Sylvie LECLAIRE                      06 80 22 93 68                      [sylvieluke54@gmail.com](mailto:sylvieluke54@gmail.com)

Sabrina PHISEL/NOEL                      06 88 57 04 12                      [sabrinaphisel@live.fr](mailto:sabrinaphisel@live.fr)

Caroline DECONNINCK                      06 61 55 57 28                      [carodams59@gmail.com](mailto:carodams59@gmail.com)

VACHERON Aurélie                      06 03 55 70 82                      [aurelie.vacheron@gmail.com](mailto:aurelie.vacheron@gmail.com)



# REFERENTS PAR SECTEURS

## JUGEMENT

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

## FORMATION DES CADRES

Sylvie LECLAIRE                      06 80 22 93 68                      [sylvieluke54@gmail.com](mailto: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](mailto:sveta.s.a@mail.ru)

- Référents départementaux Coupe Formation (CF)

59 :

62 : Sarah BOZZA                      06 93 47 80 49                      [sarah.bozza@hotmail.fr](mailto:sarah.bozza@hotmail.fr)

60 : Bérangère DEBONNE              06 61 12 90 96                      [b.debonne83@orange.fr](mailto:b.debonne83@orange.fr)



# SECTEUR COMPETITION

PERFORMANCE / FEDERAL / REGIONAL		
TECHNIQUE		
Organigramme, forfaits, repêchages		
Région		
Cynthia DUFLOT	06 22 92 41 20	<a href="mailto:cynthia.duflot07@gmail.com">cynthia.duflot07@gmail.com</a>
Inter-départements 59/62 et Inter-départements 60/80		
Aurélie VACHERON	06 03 55 70 82	<a href="mailto:aurelie.vacheron@gmail.com">aurelie.vacheron@gmail.com</a>

## DATE LIMITE D'ENGAGEMENT :

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

- **1<sup>er</sup> octobre 2022** en individuel PERFORMANCE & FEDERAL
- **6 janvier 2023** 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 2022)*



# 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...). Les garçons sont autorisés à participer.

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 10 ANS et +

INDIVIDUEL REGIONAL (durée 1'00 à 1'30)		
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	<b>Note D : Code FIG aménagé.</b> <i>3 difficultés à 0.10 de chaque GC + Eléments corporels à 0.10 (GC différents). Combinaisons non autorisées. Min 2 pas de danse DA 8 MAX R Autorisé dont 1 R aménagée (Lancer en rotation + une rotation sous le vol de l'engin) Attention R : seulement les rotations verticales. 2 ondes obligatoires</i>
10-11 ans	Massues	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 1 élément corporel MAX D = 4.00 points
12-13 ans	Cerceau	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 éléments corporels MAX D = 4.00 points
14-15 ans	Ruban	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 3 éléments corporels MAX D = 5.00 points
16 ans et +	Massues	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 3 éléments corporels MAX D = 5.00 points

<b>DUO REGIONAL (durée 1'15 à 1'45)</b> <b>Ensemble de 2 gymnastes (individuelle fédérale autorisée)</b>		
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	<b>Note D : Code FIG aménagé.</b> <i>3 difficultés à 0.10 de chaque GC et/ou éléments corporels.</i> <i>Une onde.</i> <i>Interdiction de collaborations combinées.</i> <i>1 collaboration minimum de chaque type (sauf CL)</i> <i>R interdite (-0.30 si présence).</i> <i>Min 1pas de danse</i>  <i>Revalorisation de +0,20point pour le critere de 8 mètres sur les échanges (quelle que soit la hauteur).</i>
10-13 ans	BALLON	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 1 échanges MAX D = 4.00 points
Toutes Catégories	CERCEAUX /MASSUES	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 échanges MAX D = 5.00 points

<b>ENSEMBLE REGIONAL (durée 1'15 à 1'45)</b> <b>Ensemble de 3 à 6 gymnastes (1 ou 2 remplaçants)</b> <b>+0.20 par gymnaste sur le praticable au-dessus de 4</b>		
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	<b>Note D : Code FIG aménagé.</b> <i>3 difficultés à 0.10 de chaque GC et/ou éléments corporels.</i> <i>Une onde.</i> <i>Interdiction de collaborations combinées.</i> <i>1 collaboration minimum de chaque type sauf CL.</i> <i>R interdite (-0.30 si présence) .</i> <i>Min 1 pas de danse</i> <i>Revalorisation de +0,20 points pour le critère de 8 mètres sur les échanges (quelque soit la hauteur).</i>
10-11 ans	BALLONS	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 1 échange MAX D = 3,50 points
13 ans et -	CERCEAUX/ MASSUES	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 1 échange MAX D = 4.00 points
Toutes Catégories	BALLONS/ RUBAN	CODE FIG AMENAGE 3 difficultés corporelles + 2 échanges MAX D = 5.00 points



# CALENDRIER COMPETITIF

COMPETITIONS	DEP.	INTER-DEP	REGION	FRANCE
<b>Individuelles Nationales &amp; Fédérales Nationales 7/9 ans</b>	15-16 oct 2022	12-13 nov 2022 TOURCOING	10-11 déc 2022 CALAIS	14-15 janv 2023 (Nat C et Fed) SELESTAT  27-28-29 janv 2023 (Nat A et B)
<b>PERFORMANCE Ensembles Nationaux / Equipes et Duo Nat</b>	4/5 fév 2023	11/12 mars 2023 BOULOGNE	15 AVRIL 2023 ??	26-27-28 mai 2023
<b>FEDERAL Ensembles TFB TFC</b>			15 AVRIL 2023 ??	13/14 MAI 2023 Bourg en Bresse
<b>FEDERAL ENSEMBLE ET DUO TFA PROGRAMMES REGIONAUX</b>		25/26 mars 2023 AMGA	6/7 MAI 2023 TOURCOING	10/11 JUIN 2023
<b>Coupe Formation 2-3</b>	Etape 1 4/5 mars 2023 Pour le 60/62 : CALAIS		Etape 2 3 4 juin 2023 <b>60/62</b> : ST LAURENT BLANGY	
<b>Coupe Formation 4</b>			Tests physiques 30 novembre 2022	



# 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](mailto:cynthia.duflot07@gmail.com)

Responsable formation des **juges 2**

Elyne COMBLEZ 07 70 80 20 03

[elyne.comblez@gmail.com](mailto:elyne.comblez@gmail.com)

## FORMATION JUGE NIVEAU 3 et 4

Responsable formation

Caroline DECONNINCK 06 61 55 57 28

[carodams59@gmail.com](mailto: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](mailto:sylvieluke54@gmail.com)

## FORMATION ANIMATEUR FEDERAL

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





# SECTEUR GYMNASTES

## COUPES FORMATIONS

### 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 Il faut se référer à la nouvelle brochure CF

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

### PROGRAMMES CF3 ET CF 4

*Voir la brochure nationale*

**A NOTER :** à ce jour pas de regroupement régional CF3 ni de CF4 prévu, faute de moyens humains.

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

- Référents départementaux Coupe Formation (CF)

59 :

62 : Sarah BOZZA

07 64 56 12 79

[sarah.bozza@hotmail.fr](mailto:sarah.bozza@hotmail.fr)

60 : Bérangère DEBONNE

06 61 12 90 96

[b.debonne83@orange.fr](mailto:b.debonne83@orange.fr)



# **STAGES REGIONAUX – GR**

## **Dispositif Régional d'Accession (DRA)**

### **Parcours d'Accession Sportif (PAS)**

#### **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 : Nous attendons des informations sur la tenue ou non de la revue d'effectif régionale des Jeunes (RERJ) organisée par la FFG pour la saison 2022/2023.**

**1) Regroupement des individuelles Nat B / C et Fédérales**

Identifier les gymnastes 2012, 2013 et 2014

**Le 22 octobre 2022 à Calais de 9h30 à 17h30.**

**La présence des entraîneurs concernés est obligatoire**

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

**Le 30 novembre 2022 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 qualifiées pour le championnat de France**

**Le 7 janvier 2023 à Calais de 9h30 à 17h30.**

La présence des entraîneurs concernés est obligatoire

**4) Revue d'effectif régionale des jeunes (RERJ) à THIAIS**

**26 et 27 novembre 2022 à THIAIS**

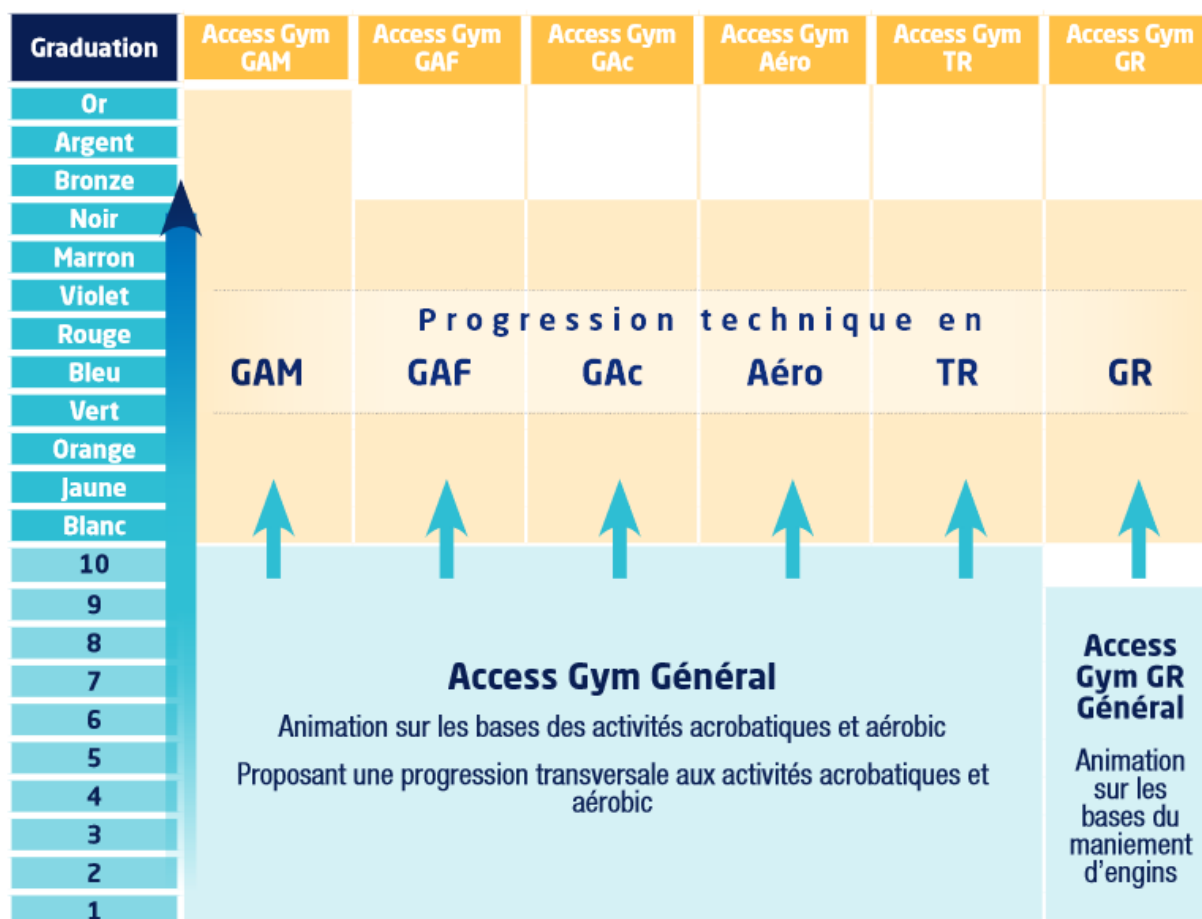
**Plus d'informations dans une lettre régionale à venir**

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](https://moncompte.ffgym.fr/Evolugym/Educ/Access_Gym)**

## Contacts et coordonnées des départements :

DEPARTEMENT	REFERENT DEPARTEMENTAL	Dates des rencontres
<b>AISNE</b>	<b>BACQUIE Raphaël</b> (Agent de développement) <a href="mailto:cd.aisne@gmail.com">cd.aisne@gmail.com</a>	
<b>NORD</b>	<b>GORAJSKI Bruno</b> (Agent de développement) <a href="mailto:ffg.cd59@gmail.com">ffg.cd59@gmail.com</a>	
<b>OISE</b>	<b>BLOND Emilien</b> (Agent de développement) <a href="mailto:emilien@oise-ffgym.fr">emilien@oise-ffgym.fr</a>	
<b>PAS DE CALAIS</b>	<b>SINOQUET Aurélie</b> (Agent de développement) <a href="mailto:cd62.aurelie@gmail.com">cd62.aurelie@gmail.com</a>	
<b>SOMME</b>	<b>SINOQUET Aurélie</b> (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 18 MAI 2023 à Arques (lieu sous réserve).**

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)