

Newsletter Octobre 2025 #46

Mot de Cynthia POULIQUEN Responsable Technique GR



Chers lecteurs, en ce mois d'octobre , petit point sur la GR.
Je suis pour la seconde fois, élue RTR GR et j'en suis honorée.
En ce nouveau cycle, nous comptons de nouvelles élues au sein de la commission.
Celle-ci se constitue donc de : Caroline Florent Deconninck, Elyne Comblez, Laura Sainte Martine, Caroline Housiaux, Sylvie Leclair.
Notre objectif sera donc de réfléchir à la façon de mener à bien et ensemble ce cycle de 4 ans afin de promouvoir et continuer de développer notre activité : la GR.

Le mot clé qui sera au cœur de nos réflexions sera la communication. En effet, il me semble primordial de savoir s'écouter les unes les autres et de partager les idées que nous pouvons avoir, toujours en faveur de l'activité. Il faut sensibiliser les jeunes afin qu'ils s'investissent dans un domaine qui apparait comme leur passion.

Espérant que cette année soit source de satisfaction pour chacun.

Cynthia POULIQUEN - Responsable Technique GR

COMITÉ TECHNIQUE RÉGIONAL GR



COMITÉ
RÉGIONAL
HAUTS-DE-FRANCE

COMITÉ TECHNIQUE RÉGIONAL GR

 Membre du Comité Directeur <i>Laura SAINTE-MARTINE</i>	 Responsable Technique <i>Cynthia POULIQUEN</i>	 Responsable juge régional <i>Caroline DECONNINCK</i>
 Technicien <i>Elyne COMBLEZ</i>	 Technicien <i>Sylvie LECLAIRE</i>	
 Technicien <i>Caroline HOUSIAUX</i>	 Technicien <i>Aurélie VACHERON</i>	

FORMATIONS RÉFÉRENTS BABY GYM ET RÉFÉRENTS FORMATIONS



Du 20 au 22 août s'est déroulé la formation pour les référents Baby Gym et les référents formations.

Laetitia était présente pour la Baby Gym et Marie-Laure pour les formations.

Merci à elles pour leur engagement.

FORMATION DES FORMATEURS

Du 25 au 27 août, s'est déroulé la formation de formateurs régionaux au CREPS de Nantes.

Véronique était présente pour la GR, Zoé pour la GAF et Emilien pour la GAM.

Merci à eux pour leur engagement.



TOP 12 GAM ET GAF

Le samedi 13 septembre, en marge des Moreau Sport GYM Paris - Internationaux de France 2025, se sont déroulés, les tirages au sort du Top 12, édition 2025-2026. La composition des poules est désormais fixée :

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE

Poule 1 : Mérignac / Brumath / Meaux

Poule 2 : Colomiers / Beaucaire Tarascon / Saint-Lô

Poule 3 : Lyon / Hénin-Beaumont / Haguenau

Poule 4 : Combs-la-Ville / Saint-Etienne / Avoine

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE

Poule 1 : Monaco / Sotteville-lès-Rouen / Vallauris

Poule 2 : Elbeuf / Franconville / La Madeleine

Poule 3 : Oullins / Noisy-le-Grand / Antibes

Poule 4 : Kingersheim / Bourges / Orléans

Calendrier GAF		Poule 1		Poule 2		Poule 3		Poule 4	
Journée	Date	Domicile	Extérieur	Domicile	Extérieur	Domicile	Extérieur	Domicile	Extérieur
1 ^{ère}	08/11/2025	BRUMATH	MÉRIGNAC	BEAUCAIRE-TARASCON	COLOMIERS	HEININ BEAUMONT	LYON	SAINT-ÉTIENNE	COMBS LA VILLE
2 ^{ème}	06/12/2025	MÉRIGNAC	MEAUX	COLOMIERS	SAINT LO	LYON	HAGUENAU	COMBS LA VILLE	AVOINE
3 ^{ème}	13/12/2025	MEAUX	BRUMATH	SAINT LO	BEAUCAIRE-TARASCON	HAGUENAU	HENIN BEAUMONT	AVOINE	SAINT-ÉTIENNE

Calendrier GAM		Poule 1		Poule 2		Poule 3		Poule 4	
Journée	Date	Domicile	Extérieur	Domicile	Extérieur	Domicile	Extérieur	Domicile	Extérieur
1 ^{ère}	31/01/2026	SOTTEVILLE	MONACO	FRANCONVILLE	ELBEUF	NOISY LE GRAND	OULLINS	BOURGES	KINGERSHEIM
2 ^{ème}	14/02/2026	MONACO	VALLAURIS GOLFÉ-JUAN	ELBEUF	LA MADELEINE	OULLINS	ANTIBES	KINGERSHEIM	ORLÉANS
3 ^{ème}	28/02/2026	VALLAURIS GOLFÉ-JUAN	SOTTEVILLE	LA MADELEINE	FRANCONVILLE	ANTIBES	NOISY LE GRAND	ORLÉANS	BOURGES

SEMINAIRE TECHNIQUE RÉGIONAL



Le samedi 20 septembre, les comités techniques régionaux étaient réunis en séminaire à Villeneuve-d'Ascq (59) pour préparer au mieux la nouvelle saison.

RÉUNION TECHNIQUE DE RENTRÉE ET ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU COMITE RÉGIONAL

Le dimanche 21 septembre, s'est déroulé la réunion technique de rentrée en matinée, et l'Assemblée Générale du comité régional des Hauts-de-France dans l'après-midi. Au total, plus d'une centaine de personnes étaient présentes.

Lors de l'assemblée générale, plusieurs personnes ont reçu une médaille fédérale et plusieurs gymnastes ont reçu un trophée pour leur titre de champions de France 2025.



IRFA

GR - RECYCLAGE DES JUGES NIVEAUX 1, 2 ET 3

Samedi 27 et dimanche 28 septembre, s'est déroulé le recyclage des juges GR des niveaux 1, 2 et 3.

77 juges étaient réunis à Amiens.

Merci aux formateurs pour leurs investissements.



GAM - FORMATION DES JUGES NIVEAUX 1 ET 2



Samedi 27 et dimanche 28 septembre, s'est déroulée la formation des juges GAM des niveaux 1 et 2.

11 candidats étaient présents à Cysoing.

Merci au formateur François GELLE.

STAGE ET REGROUPEMENT

TRAMPOLINE/TUMBLING : STAGE COMMUN

Le samedi 27 et dimanche 28 septembre 2025, s'est déroulé un stage commun Trampoline et Tumbling à Arques.

Au total, 31 gymnastes y participaient : 16 trampolinistes et 15 tumbleurs.

Le stage était consacré au travail de la hauteur acrobatie commune aux 2 disciplines et au travail de la technique pure tumbling et au travail des tempos et des courbettes.



Celui-ci était encadré par un intervenant extérieur : Gaël MANRY, Professeur de sport et Cadre Technique National Tumbling ainsi que 2 cadres ETR : Jérémy PIECHOWIAK et Nicolas DUBOIS accompagnés par les cadres des différents clubs.

Merci au club d'accueil : AMGA

GAF - REGROUPEMENT DRA INTERDÉPARTEMENTAL 02/60/80



Le samedi 27 septembre, s'est déroulé un regroupement interdépartemental 02/60/80 GAF dans le cadre de la mise en œuvre du Parcours d'Accession Sportive (PAS) géré par la FFGym et, décliné sur le territoire avec le Dispositif Régional d'Accession (DRA). Les gymnastes concernées sont nées entre 2018 et 2015 engagées sur le programme performance.

47 gymnastes étaient réunies. Merci aux entraîneurs de clubs, aux référents et Céline RIVETTI, responsable technique GAF

Merci à Soissons pour son accueil.

INFORMATIONS RÉGIONALES

AGENDA



ÉVÉNEMENTIEL

18/10/2025 : 2ème édition du Gala des Hauts-de-France => *Tourcoing (59)*

FORMATIONS

4 et 5/10/2025 : GAF => Formation juge niveaux 2 et 3 => *Wattignies (59)*

4 et 5/10/2025 : GAc => Formation juge niveaux 1 et 2 => *Cysoing (59)*

4 et 5/10/2025 : GAM => Formation des juges niveaux 1 et 2 => *Fresnoy-le-Grand (02)*

11 et 12/10/2025 : TeamGym => Formation juge niveaux 1 et 2 => *Maison des Sports (59)*

11 et 12/10/2025 : GAM => Formation des juges niveaux 1 et 2 => *Cysoing (59) OU Fresnoy-le-Grand (02)*

11 et 12/10/2025 : GAc => Formation juge niveaux 1 et 2 => *Maison des Sports (59)*

19/10/2025 : GAF => Formation juge niveau 2 => *Creil (60)*

19/10/2025 : TeamGym => Recyclage juge niveau 3 => *Cysoing (59)*

25 et 26/10/2025 : GAM => Formation juge niveau 3 => *Cysoing (59)*

25 et 26/10/2025 : AERO => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Calais (62)*

25 et 26/10/2025 : Baby Gym => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Calais (62)*

25 et 26/10/2025 : GR => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Calais (62)*

30 et 31/10/2025 : AERO => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Amiens (80)*

30 et 31/10/2025 : GAF => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Amiens (80)*

30 et 31/10/2025 : GAM => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Amiens (80)*

30 et 31/10/2025 : TRAMPO => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Amiens (80)*

30 et 31/10/2025 : TeamGym => Module 1 : Formation animateur fédéral => *Amiens (80)*

31/10/2025 : GAF => Formation juge niveau 3 => *En visioconférence*

REGROUPEMENTS ET STAGES

4 et 5/10/2025 : GAM => Mini stage DRA et elite => *La Madeleine (59)*

5/10/2025 : GAM => Regroupement régional performance => *La Madeleine (59)*

5/10/2025 : GAF => DRA - regroupement départemental 59/62 => *Hénin-Beaumont (62)*

22/10/2025 : GAF => Régroupement régional (niveau performance gymnastes de 2015 à 2013 (hors DRA) => *Lieu à confirmer*

24 au 26/10/2025 : GAF => Stage régional => *lieu à confirmer*

25 et 26 octobre : GAM => Stage régional DRA et élite => *La Madeleine (59)*

26 octobre : GAM => Regroupement régional fédérale A => *lieu à confirmer*

29/10/2025 : GAF => Regroupement régional (sur convocation gymnastes de 2017 et 2018 => *lieu à confirmer*

30/10/2025 : AERO => Regroupement régional nationale A et B et fédérale A => *Arques (62)*

2^e ÉDITION GALA HAUTS-DE-FRANCE 2025

Comme vous le savez, la 2^e édition du gala des Hauts-de-France aura lieu le **samedi 18 octobre 2025 à 18h à Tourcoing**.

La billetterie est désormais ouverte, vous pouvez désormais réserver votre billet sur Hello Asso en cliquant sur "Billetterie" ou en scannant le QR CODE.

[Billetterie](#)



INFORMATIONS FÉDÉRALES

BROCHURES DES PROGRAMMES ET LETTRES FFGYM

Retrouvez sur notre site internet, les nouveaux documents suivants :

- ◆ Brochures des programmes GAF + Lettre FFGym 2025/2026 ► [Cliquez ICI](#)
- ◆ Brochures des programmes GAM ► [Cliquez ICI](#)
- ◆ Brochures des programmes GAc + Lettre FFGym 2025/2026 ► [Cliquez ICI](#)
- ◆ Lettre FFGym 2025/2026 AEROBIC ► [Cliquez ICI](#)
- ◆ Lettre FFGym 2025/2026 TR - TU ► [Cliquez ICI](#)



AUTRES INFORMATIONS

MASTERCLASS

Créer les conditions de la performance avec deux invités d'exception :

- Fabrice Pellerin, entraîneur olympique de natation
- Guy Ontanon, entraîneur olympique d'athlétisme et de para-athlétisme

Au programme, des échanges riches autour de la performance, avec des thématiques clés :

- Fixation d'objectifs : qu'est-ce qui fait la différence entre ceux qui franchissent le cap et les autres ?
- Créer les conditions de réussite : ne pas boudier les succès faciles et apprendre à s'y appuyer.
- Rôle de l'entraîneur : anticiper, éveiller un sentiment de singularité et de confiance, préparer à affronter toutes les situations.
- Les piliers de la performance.
- Du management individuel vers la performance collective.

Le 11 décembre 2025
Au CREPS de Wattignies



Contact Newsletter et Communication : Aurélie SINOQUET

aurelie.sinoquet@ffgym-hdf.fr



Délégation régionale académique
à la jeunesse, à l'engagement et aux sports



Comité Régional des Hauts-de-France
125 route de Gruson - 59830 CYSOING

Tél : 03.20.56.28.39 (siège) / 03.22.40.61.83 (antenne)

<https://hauts-de-france.ffgym.fr/>

<https://www.facebook.com/hautsdefrancelgymnastique/>

https://www.instagram.com/ffgym_hauts_de_france/

https://x.com/cr_gym_hdf