

Le 4 mai 2026,

Deux temps de réunion sur deux championnats régionaux différents pour toucher un grand nombre d'entraîneurs :

- Samedi 11 avril à HIRSON (02)
- Dimanche 19 avril à ARQUES (62)

Clubs représentés par les entraîneurs :

LOMME / TOURCOING / RONCQ / ARQUES / HIRSON / CREIL / CAUDRY / FRESNOY-LE-GRAND / AMBLAINVILLE / MARCQ-EN-BAROEUL / ESCLAM / AVION / HENIN-BEAUMONT / BOULOGNE-SUR-MER.

## Préambule

L'objectif des deux temps de réunion était de **présenter les nouveautés** prévues par la Fédération Française de Gymnastique aux entraîneurs des clubs des Hauts-de-France pour la nouvelle saison avant la sortie officielle des brochures et de **discuter pour élaborer des programmes régionaux**.

Nous commençons d'abord par quatre remarques en préambule concernant des nouveautés pour la saison prochaine avant de parcourir les nouvelles brochures. Puis nous partagerons ensuite le fruit de la discussion sur l'élaboration de programmes régionaux.

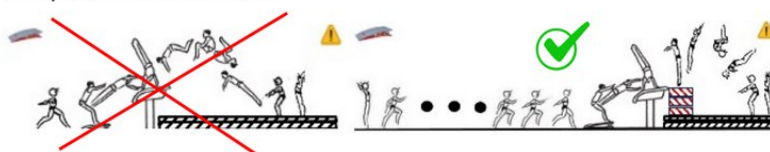
- 1) **Rénovation du système compétitif** pour la saison 2026/207 avec trois brochures distinctes à paraître :
  - Fédérale A
  - Performance
  - Elite

2) Une priorité est donnée sur **la sécurité des gymnastes** avec des nouveautés sur le matériel en compétition. Il sera par exemple autorisé de mettre des tapis supplémentaires aux anneaux et à la fixe pour les plus jeunes. Au saut, le tsukahara est dans cette logique interdit pour les gymnastes de 10 et 11 ans. Il sera possible en atelier pédagogique avec un module derrière le saut de cheval.

## Sécurisation de la pratique

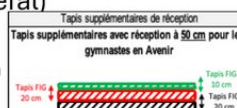
Sécuriser

- Autorisation de l'entraîneur aux agrès de suspension
- Nouvelle règle de saut (Performance et Fédéral): interdiction des Tsukahara pour les 10 à 11 ans et adaptation matérielle :



- Tapis supplémentaires aux Anneaux et à la Barre Fixe pour les 10 à 13 ans (Elite, Performance et Fédéral)

Ajout d'un tapis de 20 cm






3) **Uniformisation des catégories des équipes** et **des formats** (5/4/3) entre les programmes Performance Nationale (mouvements imposés) et Fédérale A :

- 10-12 ans
- 10-14 ans
- 10 ans et +

La division nationale (DN) reste en 12 ans et + avec le format 7/4/3.

4) Des **tableaux synoptiques nationaux remodelés** :

INDIVIDUEL	EQUIPES
<b>Fédéral A</b> 	
✓ <b>10-11 ans / 12-13 ans / 14-15 ans / 16 ans et +</b> Grilles des éléments FFG	✓ <b>10-12 ans / 10-14 ans / 10 ans et +</b> Grilles des éléments FFG
<b>Performance régionale</b> 	
/	✓ <b>7-9 ans / 10-12 ans</b> → Mouvements imposés (Formation 1/2/3)
<b>Performance nationale</b> 	
✓ <b>10 / 11 / 12 / 13 / 14 ans</b> → Mouvements imposés (Perf 1 et Perf 2) ✓ <b>15 / 16 / 17 / 18 / 21 ans et - / 22 ans et + /</b> <b>Optionnel 15 ans et +</b> → Code FIG	✓ <b>10-12 ans / 10-14 ans / 10 ans et +</b> → Mouvements imposés (Perf et Elite)  ✓ <b>DN 12 ans et +</b> → Code FIG

Constat des nouveaux tableaux synoptiques :

- Disparition de la catégorie Nationale B 15 ans.
- Passage des optionnels à partir de 15 ans (avant c'était 16 ans).
- **Suppression des catégories de la division Fédérale B.**
- Disparition des catégories Poussins en Individuel en Performance Régionale.
- Changement des années d'âge pour les équipes.
- **Limitation des mouvements en Individuel** pour les catégories Performance Nationale (uniquement les mouvements Perf 1 et 2 )

## I. Petit tour d'horizon des différentes brochures

### 1. La brochure Fédérale A

- ✓ **De nouvelles grilles d'éléments** avec une répartition des éléments dans les nouveaux groupes du code de pointage 2025-2028. Tous les éléments auront de **la valeur** : 0.10 - 0.30 - 0.40 (il n'y a plus d'éléments sans valeur). Les éléments possibles sont rendus plus abordables pour pratiquer le Fédéral A plus facilement et les difficultés sont valorisées.
- ✓ Calcul de la note D : Valeur des 8 meilleurs éléments du mouvement (**minimum 6 et maximum 8**)
- ✓ Une pénalité de **1 point pour élément manquant**.
- ✓ **Le bonus pour la sortie pile chute** est maintenu à 0.10.

### 2. La brochure Performance

- ✓ Les mouvements imposés ont été repensés avec trois mouvements pour les poussins (Formation 1, Formation 2 et Formation 3) et deux mouvements pour les gymnastes à partir de 10 ans (Perf 1 et 2).

- ✓ **Des mouvements de référence** comme avant avec des bonus de 5 ordres : remplacement, évolutif, technique, pile chute et virtuosité.
- ✓ Une **valeur technique progressive** allant de 0 à 12 points en fonction des niveaux. (sauf aux arçons et au saut)
- ✓ **Nouveauté pour le cheval d'arçons** :
  - **le panachage est possible** entre le mouvement sur le cheval et celui sur le champignon.
  - **Le calcul de la note finale** : Note D et Note E sur le cheval + Note D et Note E sur le champignon qui seront divisées par deux. **C'est la moyenne des deux parties qui donne le résultat final à l'agrès.**
- ✓ Au saut, pour les trois premiers mouvements, le panachage est possible également et c'est la moyenne des deux sauts qui donne la note finale.
- ✓ Il existe toujours **le même système de pénalités pour les éléments non présentés** : - 0.50 (jusqu'à deux éléments) et -1.50 à partir de trois éléments.

### 3. La brochure Elite

- ✓ Deux mouvements proposés aux gymnastes : Elite 1 et Elite 2. Ce sont des mouvements de base qui conduisent vers le Haut Niveau. Ils sont réservés aux gymnastes Avenir et Espoir.
- ✓ Pour garder du lien et de la cohérence dans la formation du gymnaste entre les imposés Performance et les imposés Elite, **le mouvement Performance 2 et le mouvement Elite 1 sont identiques.**
- ✓ Pour la catégorie des 10 ans, les gymnastes qui accèdent à la catégorie Avenir ont dans l'obligation de se tourner vers les programmes Elite 1 et 2. Toutefois, pour la sécurité des gymnastes les mouvements Performance 1 sont autorisés.
- ✓ En équipe, étant donné qu'il y a des gymnastes à la fois sur les programmes Performance et Elite, **les mouvements Elite 2 seront autorisés** (anciennement M6)

### IV. Propositions régionales

Après discussion et échange avec les entraîneurs présents, nous sommes arrivés à plusieurs propositions **pour étoffer les propositions compétitives initiées par la Fédération Française de Gymnastique** et répondre aux besoins des clubs. L'idée est de proposer des programmes compétitifs plus larges pour toucher plus de gymnastes et de clubs et que chacun y trouve son compte tout en gardant la cohérence des programmes fédéraux.

Ces propositions seront soumises au bureau directeur du comité des Hauts-de-France pour validation.

1° **Mise en place d'un programme Fédéral A aménagé pour les 7-9 ans en équipes** pour compléter l'offre de pratique compétitive. (anciennement Fédéral B)

On utilisera les nouvelles grilles d'éléments mais **en se limitant aux éléments à 0.10 de valeur** et on ajoutera des petits éléments sans valeur de l'ancienne grille pour éventuellement compléter. **La compétition se fera sur 6 agrès.** (on inclut donc les arçons et les anneaux qui étaient absents auparavant dans la filière Fédérale B)

2° **Mise en place d'un programme Fédéral A aménagé en équipes (10-12 ans / 10-14 ans / et 10 ans et plus).** On abandonne les 16 meilleures notes de l'ancien programme Fédéral B. On utilisera les grilles d'éléments mais en se limitant cette fois-ci aux éléments entre 0.10 et 0.30 de valeur. Il sera possible de présenter des éléments sans valeur de l'ancienne grille pour éventuellement compléter un mouvement.

= Ces catégories régionales auront **un classement individuel à l'étape régionale**. Le format sera de **5/5/3** pour permettre à tous les gymnastes de l'équipe de passer à tous les agrès.

3° Concernant le programme Performance régional, **nous proposons de maintenir les catégories en Individuel sur deux étapes compétitives** (département et région) en élargissant les années d'âge pour rester en cohérence avec les catégories des équipes Performance régionale :

7 ans / 8 ans / 9 ans / 10 ans / 11 ans / 12 ans.

Récapitulatif des programmes régionaux à proposer :

• **EQUIPES**

Fédérale A aménagé	10 ans et +							5 / 5 / 3	Grilles FFGYM des éléments de 0.10 à 0.30 (8 éléments max 5 éléments minimum)  + les éléments régionaux sans valeur ajoutés à la grille nationale.
	10 - 14 ans								
	10 - 12 ans								
	7-9 ans								
	Grilles FFGYM des éléments max 0.10 (5 éléments)  + les éléments régionaux sans valeur ajoutés à la grille nationale.								

• **INDIVIDUEL**

Performance Régionale						12 ans			Mouvements imposés Formation 1/2/3
						11 ans			
					10 ans				
				9 ans					
			8 ans						
		7 ans							

**Questions diverses :**

- ✓ Certains entraîneurs regrettent de ne pas avoir les informations techniques en temps et en heure (calendrier, lettres techniques...). Le constat est que les informations ne descendent pas toujours rapidement au sein des clubs entre les présidents et les entraîneurs.

= Pour rappel, les informations techniques se trouvent sur **le site du comité régional** (organigrammes, programmes et informations diverses). Ce n'est pas encore un réflexe pour tout le monde mais il suffit d'aller chercher l'information.

= En complément et pour répondre à cette requête, il est proposé de créer **un groupe WhatsApp** avec l'ensemble des entraîneurs des Hauts-de-France. Chacun pourra échanger plus facilement et trouver des réponses à des interrogations légitimes au cours de la saison.

- ✓ *Une demande sur les nouveaux programmes : Le comité régional va-t-il mettre en place des temps d'informations avant le début de la nouvelle saison ?*

= Il est prévu deux temps d'informations au lancement de la nouvelle saison pour présenter les nouvelles brochures plus en détails. Les juges et les entraîneurs seront conviés pour participer à ces temps de présentation. Il y aura un temps en Picardie et un temps dans le Nord-Pas-De-Calais sous la responsabilité du responsable des juges (GELLE François) et du référent technique (FORGET Ludovic). Les dates seront diffusées dans la brochure technique régionale avec l'ensemble des informations pour préparer la saison au mieux.

- ✓ *Pourquoi les compétitions interdépartementales regroupent les 5 départements ?*

= Cela fait maintenant deux saisons que nous avons fait le choix de se regrouper sur les compétitions interdépartementales. C'est tout d'abord une question pratique pour l'organisation notamment en ce qui concerne les juges. Nous sommes toujours pauvres en juges (et même si cela va mieux, il faut rester vigilant sur la formation et continuer à envoyer des candidats en formation). Ensuite, il est parfois difficile d'avoir des clubs organisateurs pour les compétitions. En regroupant les cinq départements, il est plus facile d'avoir un lieu pour la compétition interdépartementale. Dans la mesure du possible, nous essayons de tourner au mieux sur le territoire.

---

Merci à tous les acteurs présents et à ceux qui ont envoyé des messages pour exprimer leur point de vue. Cela montre qu'il y a une envie de travailler ensemble pour la gymnastique régionale. Nous avons conscience que des changements dans les programmes ne sont jamais évidents pour les juges et les entraîneurs mais **nous ferons le maximum pour vous accompagner et relayer les informations**. L'idée est vraiment de proposer des pratiques compétitives pour tous et que chaque gymnaste s'y retrouve en fonction de son niveau de pratique.

**Les calendriers des compétitions** vont bientôt être envoyés dans les clubs. Je vous invite à encourager vos clubs à postuler si vous pensez répondre au cahier des charges. La candidature d'un club passe aussi par la volonté des entraîneurs d'organiser des compétitions.

FORGET Ludovic

Référent Technique Régional

