



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL

3 OCTOBRE 2021

PLEINIÈRE

Access *Gym*
La gym comme j'aime

Colloque technique régional – 3 octobre 2021 (visioconférence)

ACCESS GYM: rappels

- ▶ Les programmes Access Gym sont non compétitifs, simples, motivants et faciles à mettre en place pour capter de nouveaux publics et les fidéliser
- ▶ Ces programmes d'**animation** se veulent attractifs avec une approche pédagogique dynamique et progressive et une formalisation des progrès par paliers successifs
- ▶ Ce sont des **programmes « clé en main »** prêt à l'emploi avec des solutions adaptées et adaptables (général, général GR, spécifiques GAM- GAF- GR- Trampo- GAc- Aérobic)
- ▶ Il vise à aider les animateurs/entraîneurs dans la conception de leurs séances, en leur proposant des outils adaptés : fiches techniques, photos, vidéos, musiques et des idées d'ateliers développant leur imagination et leur capacité de création.

Colloque technique régional – 3 octobre 2021 (visioconférence)

ACCESS GYM: différentes modalités

Au quotidien, pendant
l'entraînement.

Sur des cours spécifiques

Dans des événements internes
aux clubs : passages de niveau

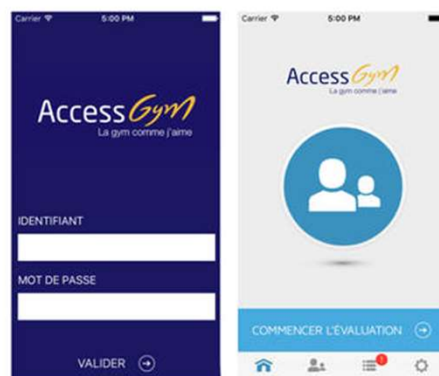
Dans des Rencontres de
proximité

Dans un événement
départemental : rencontre
Access pluri-disciplinaires

ACCESS GYM: en numérique ou papier

L'APPLICATION ACCESS GYM

L'APPLICATION MOBILE



Cette application vous permet d'enregistrer la progression de vos gymnastes dans le programme Evolugym. Elle est disponible pour Smartphone et tablette Android et Apple. Téléchargez-la dès à présent !

L'APPLICATION WEB



Cette application vous permet de saisir et d'enregistrer la validation des différents niveaux Access Gym de vos licenciés.

 **GOOGLE PLAY**

 **ITUNES**

ACCÉDER À L'APPLICATION

102882434_14697...jpg ^

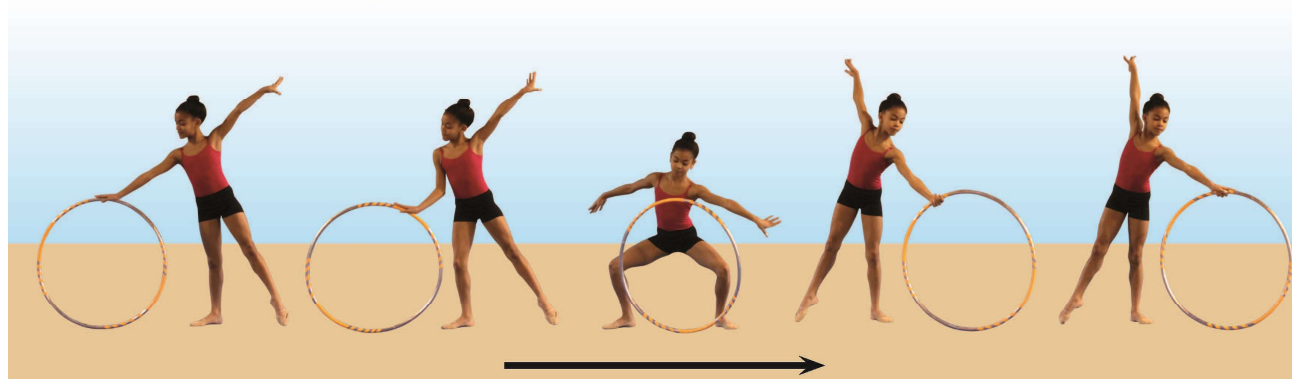
ACCESS GYM: en numérique ou papier

Access **Gym**
La gym comme l' aime



Cerceau - Les roulés

GR
Général Niv. 1



Description

Cerceau posé au sol. Dégager la jambe sur le côté (sur 1-2). Effectuer un transfert du poids du corps en entraînant le cerceau en roulement au sol devant soi (sur 3-4) pour le rattraper de l'autre main. Fermer en 1^{ère} (sur 5-6). Ramener le cerceau devant (sur 7-8).

Consigne

Enclencher le roulement par une poussée de la paume de main en gardant le cerceau droit.

Critère de réussite

Le cerceau roule en gardant le contact avec le sol dans le plan frontal.

Bonus

Respect du rythme.



ACCESS GYM: pour se former

- ▶ **Au niveau départemental, avec une demi-journée de formation gratuite menée par le CR (rappel: une mallette Access Général offerte à chaque club participant).**
- ▶ **Dans chaque club le souhaitant, avec les mêmes modalités**
- ▶ **N'hésitez pas à en faire la demande auprès de l'agent de développement**

Gym+: répondre aux enjeux de santé



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

✓ Le Sport est aujourd'hui au cœur d'un enjeu de société majeur : la santé publique.

✓ 76% des Français, qui souffrent des effets de la sédentarité, expriment le besoin d'une activité physique régulière et plébiscitent la Gymnastique pour leur apporter santé, bien-être et plaisir.

✓ La FFGym assume ses responsabilités et lance un nouveau programme :

gym+



LA PRATIQUE SPORTIVE AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Gym+: de quoi s'agit-il ?

✓ Un programme dédié aux adultes (25 ans et +), qui souhaitent :

- se maintenir en forme,
- retrouver une bonne condition physique,
- prévenir ou guérir des maux de dos (80% des Français souffrent de lombalgie au moins une fois dans leur vie).

Bien-Être, forme physique, lien social... sans oublier la notion de plaisir

Gym+: 3 programmes...

Form+

Vous souhaitez améliorer votre condition physique, adopter les bons gestes au quotidien, préparer un challenge sportif ?

Le Coach saura trouver les exercices et l'intensité qui vous convient pour répondre à vos objectifs.

Lomba+

Un accueil et une pratique spécifiquement adaptés à la lombalgie

Vous avez une fragilité ou des problèmes de dos ?

Pas d'inquiétudes, ce programme de gym+ a été pensé spécifiquement avec les plus grands experts dans ce domaine pour accompagner ceux sujets à la lombalgie.

Ordo+

Un accueil adapté aux spécificités ALD

Votre médecin vous a prescrit une pratique sportive ? Vous avez une ordonnance le mentionnant ?

Rencontrez nos coaches gym+, formés pour pouvoir accueillir toutes les formes de pathologies reconnues ALD

...conçus sur les mêmes bases

Un large répertoire de compétences :

Alignement

Equilibre

Souplesse

Force

Coordination

Maîtrise de l'espace

Une adaptation aux différents lieux de pratique

Indoor (clubs, gymnases, salles de gym et polyvalentes)

Et outdoor (parcs, espaces urbains...).

3 approches pédagogiques en fonction des aptitudes et attentes des pratiquants

Cours traditionnels
Circuit-training
Parcours

Gym+ en Pays de la Loire

- 7 coachs déjà formés
- 1 chef de projet et 4 formatrices en cours de formation
- Une formation conjointe Bretagne/Pays de la Loire pour la saison 2021-2022 (3 futurs coachs inscrits)
- Une journée d'initiation menée par un expert de l'Institut De Gasquet prévue en 2022



Centre de formation des cadres 2021 / 2022

**Comité Régional de gymnastique
Des Pays de la Loire**

Colloque technique régional – 3 octobre 2021 (visioconférence)



CENTRE DE FORMATION DES CADRES



Objectifs

Développer les compétences de l'encadrement,
bénévole ou professionnel et des dirigeants

Répondre aux besoins des clubs

Conseiller sur les plans de formation des
cadres

Réglementation concernant les professionnels



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

Seuls les titulaires d'un diplôme ou d'une certification professionnelle *inscrit au RNCP peuvent prétendre exercer contre rémunération.*

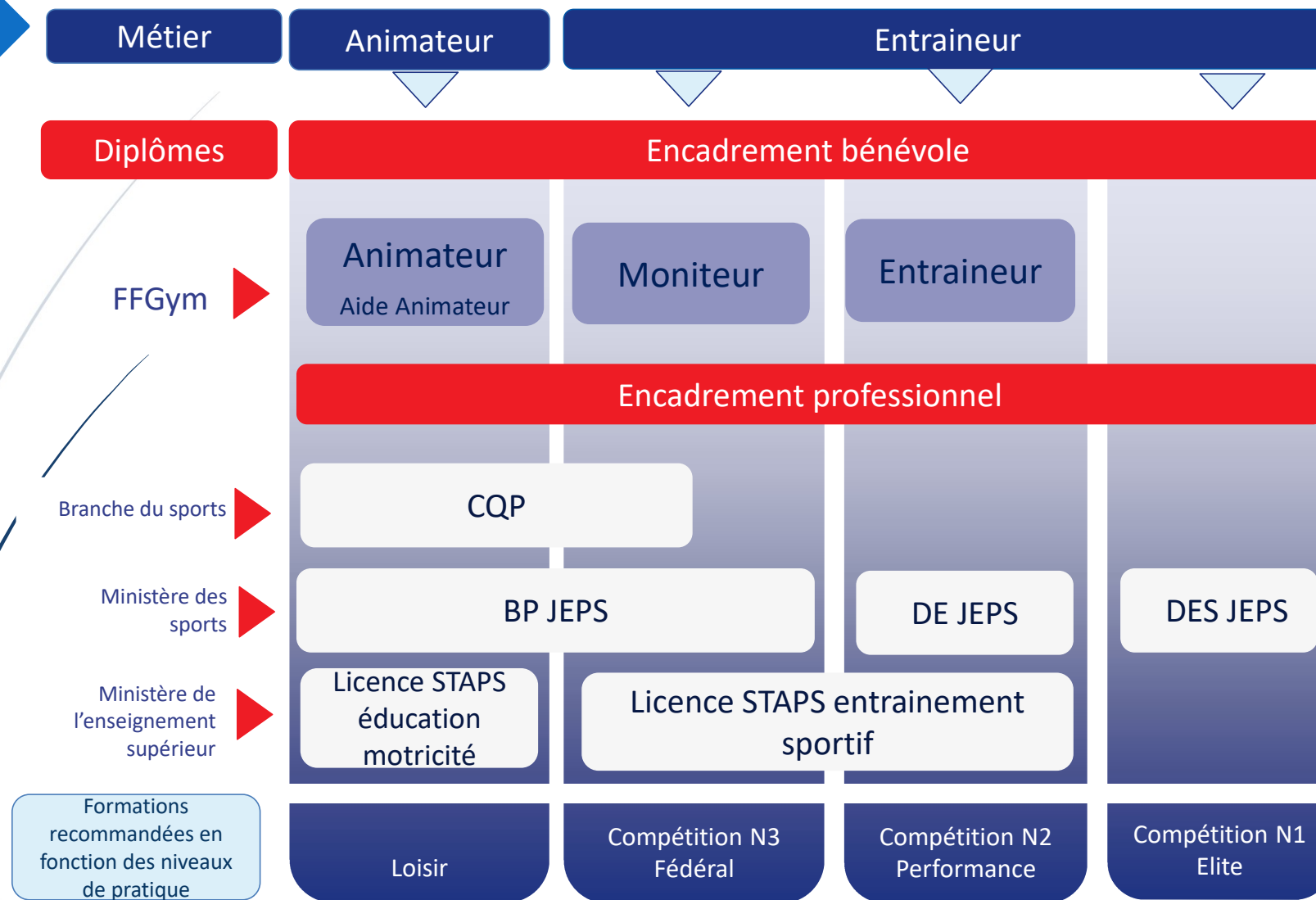
Obligation de déclaration (*carte professionnelle*)

L'éducateur sportif doit renouveler sa carte professionnelle tous les 5 ans

Déclaration et renouvellement sur le site : <https://eaps.sports.gouv.fr/>

Colloque technique régional – 3 octobre 2021 (visioconférence)

Les filières de formation fédérale et professionnelle



FORMATION FEDERALE 2021 - 2022

FORMATION ANIMATEUR AGA (GAM/GAF)

Module 1 **le 6 et 7 novembre** à Sablé sur Sarthe

Module 2 dans les départements

Module 3 **du 12 au 14 février** à La Roche sur Yon

Colloque technique régional – 3 octobre 2021 (visioconférence)

FORMATION FEDERALE 2021 - 2022

FORMATION ANIMATEUR BABY GYM

Module 1 le 20 et 21 novembre aux Ponts de Cé

Module 2 le 8 et 9 janvier aux Ponts de Cé

Module 3 le 19 mars aux Ponts de Cé

RECYCLAGE ANIMATEUR BABY GYM

Module 3 le 11 et 12 décembre aux Ponts de Cé

Colloque technique régional – 3 octobre 2021 (visioconférence)

FORMATION FEDERALE 2021 - 2022

FORMATION MONITEUR

- Module 1** du 2 au 5 novembre Rennes
- Module 2** du 7 au 11 janvier La Roche sur Yon
- Module 3** du 7 au 11 juillet Mortagne sur Sèvre

Colloque technique régional – 3 octobre 2021 (visioconférence)

PARKOUR



COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

La Discipline Parkour

➤ Définition

- le Parkour peut se résumer à l'art de se rendre d'un point à un autre en respectant un principe clé : l'efficacité et la fluidité. Il se pratique en "indoor" (intérieur, en salle) et en "outdoor" (extérieur).

➤ Catégories Compétitives

- **SPEED** : Dans l'épreuve de "Vitesse", les athlètes doivent surmonter les obstacles le plus rapidement possible pour atteindre la ligne d'arrivée le plus rapidement possible.
- **FREESTYLE** : Dans l'épreuve de Freestyle, les athlètes utilisent les obstacles pour montrer leur style et leur créativité pendant que leur performance technique est jugée.

➤ Parkour Loisir

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

PARKOUR = "Freestyle" Saut de Cheval



COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

LES ENJEUX

Augmentation du nombre de licenciés

- Le nombre de pratiquant de Parkour est en **augmentation constante**.
- Le **potentiel de recrutement** est important particulièrement chez le public adolescent et jeunes adultes.

Image et communication

- Le Parkour connaît un véritable plébiscite des **médias**.
- L'intégration du Parkour est une opportunité de proposer une **image** novatrice et moderne.

Enjeux Sportifs



- **Un potentiel de résultats et de médailles** notamment en épreuve Freestyle.

Enjeux institutionnels

- **La délégation de Parkour** a été octroyée par le ministère des sports.
- Le renouvellement de la délégation doit répondre aux **exigences attendues** du ministère et de l'ANS notamment sur des propositions de structuration des différents secteurs compétitifs, haut niveau, formation et développement.

Enjeux financiers €

- L'activité de Parkour génère de nombreux **partenaires** pour la fabrication matériel et pour des espaces dédiés (Parkour Park).
- L'attractivité du Parkour auprès **des marques** et secteur marchand pourra susciter des partenariats de sponsoring.

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

INTÉRÊTS POUR LES CLUBS

- ▶ Conserver / fidéliser des adhérents / Attirer un nouveau public
- ▶ Augmenter le nombre d'adhérents / de licences / de budget
- ▶ Attirer et former des bénévoles / éducateurs sportifs

PUBLICS

- ▶ **Accessibilité**
 - ▶ 12 ans
 - ▶ Mixte
- ▶ **3 types de publics**
 - ▶ Gymnastes
 - ▶ Débutants non initiés aux activités acrobatiques
 - ▶ Débutants ou non initiés aux activités acrobatiques

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

Point de situation :

PROMOUVOIR/PERFORMER/COMMUNIQUER :

- Academy FIG Mai 2022 en France (Évry/Courcouronnes).
- En prévision d'un Événement national compétitif en juin 2023 sur les 150 Ans de la FFG

ÉLABORER/STRUCTURER/PROMOUVOIR :

Organisation des expérimentations : FFG/CR PACA – CR Normandie – CR IDF en INDOOR.

- Possibilité aux autres régions de participer aux 3 expérimentations 2021
- Gratuité de l'engagement pour tous les participants.

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

• Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

Point de situation du Projet et les décisions prises en Bureau Août 2021:

COMMUNIQUER/PROMOUVOIR :

Un plan de communication est en cours d'élaboration (outils à construire vidéo – Pictogramme Parkour...) en direction des :

- Clubs
- La Communauté Parkour
- Des collectivités dans le cadre d'espace dédié

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

• Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

Point de situation :

Structurer/Élaborer :

- **Élaboration des contenus de l'activité Parkour en loisir en cours dans le cadre des expérimentations.**
- **Définition et proposition en cours d'une gamme de matériel répondant aux attentes des clubs pour les :**
 - **Activité INDOOR pour l'activité Parkour de Loisir : adapter, compléter et enrichir l'existant**
 - **Activité INDOOR pour les épreuves compétitives Speed et le Freestyle**
 - **Activité OUTDOOR**

• Présentation des orientations fédérales Parkour (Freestyle Gym)



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

Formation Pays de la Loire

- **Formation Express Parkour : Samedi 6 Novembre à Ponts de Cé : 10h – 15H**
 - **Animateur et Éducateur sportif en charge d'une section Parkour cette saison**
- **Formation Animateur Fédéral Parkour : date à définir**
 - **Animateur souhaitant développer une section Parkour la saison prochaine**
- **Formation d'initiation Parkour**
 - **Dirigeant, bénévole, animateur, éducateur souhaitant s'informer et s'essayer au Parkour**

TEAMGYM



Comité Régional
Pays-de-la-Loire



Colloque technique régional – 4 octobre 2020 (visioconférence)

Calendrier TEAMGYM

DATES	ECHELON	LIEU
19/20 Mars 2022	Régional	A déterminer
30 avril / 1 ^{er} mai 2022	Regroupement	A déterminer
4 / 5 / 6 juin 2022	France	Ponts de Cé

FORMATION DES JUGES TEAMGYM



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

Attention pour 2021-2022, les recyclages des juges seront obligatoires pour tous les niveaux.

	DATE	LIEU
FORMATION INITIALE	23/24 Octobre 2021	Joué-les-Tours
RECYCLAGE	23/24 Octobre 2021	Visioconférence (présentiel possible pour ceux qui le souhaitent à Joué-les-Tours)
EXAMEN (Obligatoire y compris pour recyclage)	7 novembre	Tours

INSCRIPTION : IMPERATIVEMENT avant le 9 octobre 2021

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

STAGES ET FORMATION DES CADRES TEAMGYM

- Former les cadres aux spécificités de la discipline
- Aider les juges à s'entraîner et compléter leur formation
- Préparer les gymnastes aux échéances compétitives

	DATE	LIEU
Stage 1 création mouvements	31 Octobre 2021	A déterminer
Stage 2 préparation Regroupement/Festigym	16 Avril 2022	A déterminer
Formation de cadres Partie théorique + pratique création de mouvements	31 Octobre 2021	Identique Stage 1

COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

GYMNASTIQUE ACROBATIQUE



Comité Régional
Pays-de-la-Loire



Colloque technique régional – 4 octobre 2020 (visioconférence)

Aérobic



Colloque technique régional – 4 octobre 2020 (visioconférence)

Gymnastique Aérobie 2020 / 2021



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

- **Recyclages des juges en visio, sur la base du volontariat, organisé par le regroupement**
- **Participation des clubs de La Cambronnaise et de l'Association Gymnique de la Montagne au challenge lancé par la CNS Aérobie (apprentissage d'une chorégraphie à filmer dans un lieu insolite). Les 2 clubs s'étant associés pour représenter la Région, ils ont « remportés » le challenge et ont été diffusés sur le site de la fédération.**

Gymnastique Aérobie 2021 / 2022



Comité Régional
Pays-de-la-Loire

- **Recyclage des juges obligatoire (en région pour les N1, N2 et N3)**
- **Formation N1 uniquement en 2022 (en région)**
- **De nombreux changements pour le niveau fédéral (voir la brochures et la lettre) :**
 - ajout de catégories
 - disparition de la notre artistique
 - changement de la grille de composition
- **Modification de la grille de difficultés pour le niveau national B**

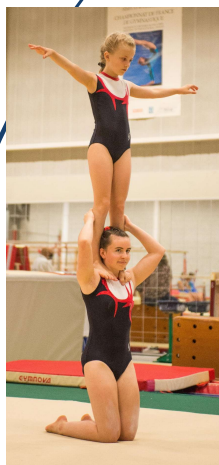
GAC



COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Bilan saison 2020-2021

- Une bonne entente entre les 4 clubs ligériens pour la GAC, des conditions diverses d'entraînement (visio, en extérieur...)
- Finale régionale avec 3 clubs le 20 juin à Nantes
- La chance d'avoir accueilli le Championnat de France GAC sur la Région (Ponts-de-Cé) et avec Public



COLLOQUE TECHNIQUE REGIONAL – 3 OCTOBRE 2021

Formations des Juges GAC

- Formation Niveau 1 et 2 : organisée en région Bretagne et Pays de la Loire

Lieu sera déterminé en fonction des inscriptions

Dimanche 16 janvier

Dimanche 23 janvier

Week-end du 29-30 janvier

- Recyclage Juge Niveau 1 et 2

Dimanche 29 janvier matin (en même temps que la fin de formation juge N1 et N2)

- Pas de Formation Niveau 3 et 4 cette année

- Recyclage Juge Niveau 3 et 4

Week-end du 8-9 janvier à Paris

Compétitions GAC

► Niveau fédéral

Finale Régionale : **dimanche 20 mars**

Finale Regroupement : **dimanche 3 avril ?? (à confirmer par le regroupement)**

Trophée fédéral : **13 au 15 mai à Belfort**

FestiGac : **4 au 6 juin aux Ponts-de-Cé**

► Niveau Performance et Elite

Sélective inter-régionale Nord : **26 et 27 mars (Hauts de France)**

Sélective inter-régionale Sud Ouest : **9 et 10 avril (Nouvelle Aquitaine) / 1^{er} week-end de vacances**

Sélective inter-régionale Ouest : **23 et 24 avril (Normandie) / 3^e week-end de vacances**

Championnat de France par équipe : **21 et 22 mai**

Championnat de France Gac : **11 et 12 juin**

Changements GAC saison 2021-2022

- **Changement Règlement Technique**

Modification des catégories d'âge : **Fed A 7-14ans / Fed B 7-13 ans**

Nouvelles grilles : **encore plus de continuité entre le niveau fédéral et le niveau performance**

Suppression du quatuor pour les catégories peu représentées : **NB 8-15 ans / Fed A 7-14 ans et Fed B TC**

- **Les clubs ligériens**

2 départs d'entraîneur (USLM et Rezé) : difficulté de recrutement pour la spécialité GAC

Une section GAC reprise par un parent (USLM) : pérennité de la section ?

Un club qui rejoint le niveau performance (La Nantaise)

Organisation d'un stage régional avec un entraîneur national (à l'étude)

- Règlements techniques et lettres FFGYM disponibles sur le site FFG

<https://www.ffgym.fr/>