



# PLAN D'ACTION DEPARTEMENTAL

## 2009-2010

### G.A.M

#### VERSION 2 (22/10/09)

- Commission technique départementale GAM.....	p 02
- Calendrier de la formation des juges niveau 1 .....	p 04
- Documents nécessaires et coût de la formation des juges niv. 1 .....	p 04
- Fiche d'inscription, juges niveau 1 .....	p 05
- Calendrier Cours de Perfectionnement Spécialisés (C.P.S.) .....	p 08
- Fiche d'inscription .....	p 09
- Calendrier des CPE.) .....	p 10
- Fiche d'inscription .....	p 11
- Formation des cadres GAM.....	p 12
- Calendrier des cours de la formation des cadres niveau 1.....	p 13
- Documents nécessaires à la formation.....	p 14
- Fiche d'inscription, cadres niveau 1 GAM.....	p 15
- Fiche de candidature individuelle, cadres niveau 1 .....	p 16
- Challenge Ile de France .....	p 17
- les parcours .....	p 19
- Feuilles d'inscription aux compétitions.....	p 21
- Dates des manifestations .....	p 23
- Rappels importants .....	p 24

# COMMISSION TECHNIQUE DEPARTEMENTALE GAM

Président administratif : PANEL Alain ☎ 06.64.46.25.24 Email : [axpunto@wanadoo.fr](mailto:axpunto@wanadoo.fr)  
Président technique : FAISY Guillaume ☎ 06.87.08.10.22 Email : [gfaisy@hotmail.com](mailto:gfaisy@hotmail.com)  
Trésorier : LANDAIS Alain ☎ 06.30.07.81.82 Email : [landaisalain@wanadoo.fr](mailto:landaisalain@wanadoo.fr)  
Secrétaire et responsable informatique : FORTIER Luc ☎ (06) 20 87 44 36 Email : [lucfortier@aol.com](mailto:lucfortier@aol.com)

## **JUGEMENT**

Responsable des juges : CHABANNEL Sylvestre ☎ 06.20.52.63.32 Email : [sylvestre@club-internet.fr](mailto:sylvestre@club-internet.fr)

## **COURS de PERFECTIONNEMENT SPECIALISES (CPS)**

Responsable technique : FAISY Guillaume ☎ 06.87.08.10.22 Email : [gfaisy@hotmail.com](mailto:gfaisy@hotmail.com)

## **COMPETITIONS**

Responsable administratif : GRAUX Richard ☎ 06.16.45.94.27 Email : [richard.graux@sfr.fr](mailto:richard.graux@sfr.fr)

Responsable technique : FAISY Guillaume ☎ 06.87.08.10.22 Email : [gfaisy@hotmail.com](mailto:gfaisy@hotmail.com)

## **FORMATION DE CADRES**

Responsables techniques : PISANI GOLDSCHMID Carole ☎ 06.73.62.56.44 Email : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)

DUCHON Olivier ☎ 06.83.47.42.35 Email: [olivier.duchon@wanadoo.fr](mailto:olivier.duchon@wanadoo.fr)

## **PARCOURS**

*Responsable administratif* : GRAUX Richard ☎ 06.16.45.94.27 Email : [richard.graux@sfr.fr](mailto:richard.graux@sfr.fr)

*Responsable technique* : PISANI GOLDSCHMID Carole ☎ 06.82.91.83.89 Email : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)

## **FORMATION PERMANENTE DES ENTRAINEURS**

*Responsable technique* : PISANI GOLDSCHMID Carole ☎ 06.73.62.56.44 Email : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)

## **MEMBRES DU COMITE TECHNIQUE GAM**

LAPEYRE Morgan Email : [morganlap@hotmail.fr](mailto:morganlap@hotmail.fr)



# LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE

Une discipline pour tous les niveaux de pratique,

Seul, ou à plusieurs...

AGE	Niveau de pratique	Programme	Caractéristiques	Déroulement	Période
7 à 9 ans POUSSINS	<b>Débutant</b> , une séance par semaine	<b>Parcours régionaux 1, 2 et 3</b>	Parcours gymniques de 15 ateliers. Critères d'évaluation technique simples. Evolution du Parcours 1 au Parcours 3	individuel, ou en groupe	P1 : Mars P2 : Avril P3 : mai
	<b>Débutant à initié</b> une à deux séances par semaine	<b>Circuits éducatifs Poussins</b>	Imposés niveau 1 et 2 Sol, saut, barres //, fixe.	individuel ou par équipes de 4 à 6 gymnastes	Février Mars Juin
10 à 11 ans BENJAMINS	<b>Débutant</b> , une séance par semaine	<b>ENERGYM Découverte</b>	Mouvements imposés FFG A et B Sol, saut, barres //, fixe	individuel	23/24 janv
10 à 13 ans BENJ / MIN	<b>Débutant à initié</b> , une à deux séances par semaine	<b>ENERGYM Critérium</b>	Mouvements imposés FFG A, B et C. Six agrès.	individuel ou en groupe	12/13 mars
14 ans et plus CAD/JUN/SE N	<b>Débutant à initié</b> , une à deux séances par semaine	<b>ENERGYM Libre</b>	Programme libre avec grilles d'éléments simples. 6 agrès		12/13 juin
7 à 9 ans POUSSINS	<b>Initié</b> , deux à trois séances par semaine	<b>Coupe Formation</b>	Programme de formation pour l'accessibilité à la filière « Haut Niveau ». Grilles d'éléments (4 niveaux, selon année d'âge)	individuel	29 mai
10 ans et plus TOUTES CATEGORIES	<b>Initié</b> , deux séances par semaine	<b>DIVISION INTER REGIONALE (DIR)</b>	Imposés FFG A à C. 6 agrès	Equipes de 3 à 5 gymnastes	Février à juin Voir le calendrier des compétitions 2010
10 à 15 ans BENJ/MIN/C AD	<b>Entraîné</b> , deux à quatre séances par semaine	<b>DIVISION CRITERIUM</b>	Imposés FFG A à G. 6 agrès	Individuel ou équipes de 3 à 5 gymnastes	
14 ans et plus CADETS JUNIORS SENIORS	<b>Initié à Entraîné</b> , deux à trois séances par semaine	<b>Libre Ile-de France</b>	Programme libre, 8 éléments code FIG et grille FFG. 6 agrès	Individuel ou équipes de 3 à 5 gyms	
	<b>Entraîné à Expert</b> , trois entraînements ou plus par semaine	<b>Challenge Ile de France</b>	Programme code FIG	Individuel ou équipes de 4 à 6 gyms	
	<b>Expert</b> , quatre entraînements ou plus par semaine	<b>DIVISION NATIONALE NATIONAL B</b>			

## Pour se procurer les différents programmes et règlements :

PROGRAMME	DOCUMENT	FOURNISSEUR
Parcours 1/2/3 Imposés poussins 1 et 2 Programme Libre IDF Programme ENERGYM	brochure IDF GAM	A télécharger sur <a href="http://www.crifo-ffgym.com">www.crifo-ffgym.com</a>
Imposés FFG, coupe Formation	Programme national – Imposés GAM	A acheter sur <a href="http://www.francepromogym.com">www.francepromogym.com</a>
Brochure technique générale FFG Brochure technique GAM	Documentation technique FFG	
Code FIG 2009	site FIG (, rubrique « Règles »)	A télécharger sur <a href="http://www.fig-gymnastics.com">www.fig-gymnastics.com</a>

Saison 2009-2010

## JUGES 1 GAM

### CALENDRIER DE LA FORMATION

Responsable des juges : **CHABANNEL Sylvestre** ☎ 06.20.52.63.32  
Email : [sylvestre@club-internet.fr](mailto:sylvestre@club-internet.fr)

Il est ouvert à toutes personnes nés en 1995 et avant

Ce diplôme est obligatoire pour les candidats en formation cadre 2<sup>ème</sup> année.

Ce diplôme permet de juger toutes les compétitions sur les programmes imposés en département, région et zone

#### **CONTENU DE LA FORMATION :**

- Imposés A, B, C, D, E
- mouvement poussins

Deux jugements en compétitions seront obligatoires dans la saison.

**Date limite d'inscription avant le 30 septembre 2009**

#### **COURS DE FORMATION JUGE :**

<b>DATES</b>	<b>HORAIRE</b>	<b>LIEU</b>
Samedi 17 octobre 2009	14h30 à 17h30	Maison des comités Eaubonne
samedi 07 novembre 2009	14h30 à 17h30	Maison des comités Eaubonne
Samedi 14 novembre 2009	14h30 à 17h30	Maison des comités Eaubonne
Samedi 05 décembre 2009	14h30 à 17h30	A définir
Samedi 09 janvier 2010	14h30 à 17h30	Maison des comités Eaubonne

**ATTENTION ! LA FORMATION EST OBLIGATOIRE POUR PASSER L'EXAMEN**

#### **Journée facultative de révision :**

- o Dimanche **10 janvier 2010**, de 13h30 à 16h30
- o CREPS de **Chatenay Malabry (92)** (à confirmer)

#### **EXAMEN :**

- o Dimanche **17 janvier 2010**, de 13h30 à 16h30
- o CREPS de **Chatenay Malabry (92)** (à confirmer)

*Ⓞ Les candidats devront se présenter avec la licence encours de validité pour la saison*

Saison 2009-2010

**DOCUMENTS NECESSAIRES**

**JUGES 1 GAM**

**IMPERATIVEMENT :**

Pour la 1<sup>ère</sup> séance, le candidat doit avoir :

- 1) AVOIR A SA DISPONIBILITE
  - LA BROCHURE TECHNIQUE 2009-2010
  - LES GENERALITES DU CODE FIG
  - IMPOSES 2009-2012
  
- 2) LA PHOTOCOPIE DE SA LICENCE 2009-2010
  
- 3) COUT DE LA FORMATION : **50 €**

Le candidat doit se présenter avec sa fiche de candidature et le chèque si ces documents n'ont pas été envoyés au CDVO avant le 1<sup>er</sup> cours.

**Ne seront présentés à l'examen final que les candidats présents à tous les cours.**

**Les candidatures ainsi que les règlements sont à envoyer exclusivement au C.D.V.O\_- FFG, 106 rue des bussys – 95600 Eaubonne avant le 30 septembre 2009.**

Saison 2009-2010  
**FICHE D'INSCRIPTION**  
**JUGES 1 GAM**

**CLUB :** .....

**RESPONSABLE DES JUGES :** ..... **TEL :**  
 .....

NOM	Prénom	N°licence	Cours	TOTAL
			50 €	
<b>JOINDRE FEUILLES INDIVIDUELLES D'INSCRIPTION</b>			<b>TOTAL</b>	

***Fiches et règlement à retourner au CDVO FFG - Maison des Comités - 106 rue des Bussys - 95600 EAUBONNE, avant le 30 septembre 2009 impérativement.***

Fiche de candidature \_\_\_\_\_

**EXAMEN DE JUGE GAM**

**SESSION ANNEE 2009/ 2010**

**NIVEAU : 1 2 3 4**

Entourez le niveau concerné

CANDIDAT

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Date et lieu de naissance : \_\_\_\_\_

Nationalité : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_

N° LICENCE

Club : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_ Région : \_\_\_\_\_ Zone : \_\_\_\_\_

N° REGION	N° DEPARTEMENT	N° CLUB	N° ENREGISTREMENT

Qualification précédente niveau \_\_\_\_\_ Session \_\_\_\_\_

SIGNATURE  
DU CANDIDAT

SIGNATURE DU PRESIDENT  
ET CACHET DU CLUB

Saison 2009-2010

## COURS de PERFECTIONNEMENT SPECIALISES GAM

Responsable technique : *FAISY Guillaume* ☎ 06.87.08.10.22

Email : [gfaisy@hotmail.com](mailto:gfaisy@hotmail.com)

- Ouvert aux gyms nés de 2002 à 2000 :

**- Conditions de participation :**

- Gymnastes sélectionnés dans leur club respectif pour leurs aptitudes physiques et mentales
- Etre présent à tous les regroupements
- Présence fortement conseillée d'un entraîneur du club

**- Objectifs**

- Faire progresser les gymnastes grâce à l'apport de chacun des entraîneurs
- Améliorer la cohésion départementale des gymnastes et des entraîneurs
- Détecter la future élite départementale
- Préparer les gymnastes aux compétitions interdépartementales

Pour les poussins et benjamins 1<sup>ère</sup> année → La Coupe formation

- Les objectifs techniques se porteront sur les grilles d'éléments FFG et les éléments des imposés Critérium

<i>DATES</i>	<i>LIEU</i>	<i>HORAIRES</i>
Dimanche 11 octobre	ST PRIX	13h30 - 15h45
Mardi 11 novembre	DEUIL LA BARRE	10h00 – 12h30:
Dimanche 13 décembre	ERMONT	13h30 - 15h45
<i>COUT</i>		11€ PAR GYM

### COUPE FORMATION

- La sélection des gymnastes pour la coupe formation se fait par la commission technique départementale. Les gymnastes devront être présents aux CPS
- Les clubs ayant au moins un gymnaste sélectionné dans l'équipe départementale devront proposer un juge (niveau 1 au moins) pouvant juger à la coupe Formation. Le responsable départemental des juges désignera ceux qui iront juger à cette compétition parmi les juges proposés par les Clubs.
- La Coupe formation devrait avoir lieu le Samedi 29 Mai 2010 (lieu à déterminer)
- Un entraînement supplémentaire aura lieu les gymnastes sélectionnés pour la Coupe formation le 13 mai 2010 de 10h à 12h30 à (à définir)

Saison 2009-2010  
**FICHE D'INSCRIPTION**  
**COURS de PERFECTIONNEMENT**  
**SPECIALISES GAM**

**Club :** .....

NOM	Prénom	Age	N°licence	Montant
				<b>11€</b>
			<i>COUT</i>	11€ PAR GYM

***Fiche et règlement à retourner au CDVO FFG - Maison des Comités - 106 rue des Bussys - 95600 EAUBONNE, avant le 5 octobre 2009 impérativement.***

Saison 2009-2010

## CENTRE D'ENTRAINEMENT PERMANENT GAM

Responsable technique : *FAISY Guillaume* ☎ 06.87.08.10.22

Email : [gfaisy@hotmail.com](mailto:gfaisy@hotmail.com)

- Ouvert aux gyms nés de 1999 à 1994 :

- **Conditions de participation :**

- Sélection sur fiche de candidature pour les benjamins 2<sup>ème</sup> année, minimes, cadets et juniors
- Gymnastes détectés pour leurs aptitudes physiques et mentales
- Etre présent à tous les regroupements
- Présence fortement conseillée d'un entraîneur du club

- **Objectifs**

- Faire progresser les gymnastes grâce à l'apport de chacun des entraîneurs
- Améliorer la cohésion départementale des gymnastes et des entraîneurs
- Faire progresser la future élite départementale
- Préparer les gymnastes aux compétitions interdépartementales  
→ Le Challenge Ile de France

<i>DATES</i>	<i>LIEU</i>	<i>HORAIRES</i>
Dimanche 11 octobre	ST PRIX	16h00 - 18h30
Mardi 11 novembre	DEUIL LA BARRE	14h00 – 17h00
Dimanche 13 décembre	ERMONT	16h00 - 18h30
<i>COUT</i>		2€ PAR GYM

Saison 2009-2010  
**FICHE D'INSCRIPTION**  
**CENTRE D'ENTRAINEMENT**  
**PERMANENT GAM**

**Club :** .....

NOM	Prénom	Age	N°licence	Montant
				<b>2€</b>
			<i><b>TOTAL</b></i>	<b>€</b>

***Fiche et règlement à retourner au CDVO FFG - Maison des Comités - 106 rue des Bussys - 95600 EAUBONNE, avant le 5 octobre 2009 impérativement.***

Saison 2009-2010

## FORMATION DES CADRES GAM

Responsables techniques : Carole PISANI ☎ 06.73.62.56.44 /01.34.27.19.08 [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)  
Olivier DUCHON ☎ 06.83.47.42.35 Email: [olivier.duchon@wanadoo.fr](mailto:olivier.duchon@wanadoo.fr)

### **OBJECTIFS :**

- Préparer des jeunes à l'encadrement de gyms débutants
- Aider les clubs à former leurs futurs cadres

### **FORMATION 1ERE ANNÉE INITIATEUR RÉGIONAL**

- Elle se déroule essentiellement au CDFAS, dans la salle de gym : **la tenue d'entraînement est obligatoire !** La prise de notes est évidemment recommandée !
- Domaines d'étude : les parcours, l'échauffement, le déroulement d'une séance, les bases techniques en gymnastique, le trampoline, la préparation physique générale, la souplesse, les bases de la biomécanique, les bases administratives
- Participation obligatoire à l'organisation d'une compétition départementale.
- Participation obligatoire à l'organisation ou au management des parcours 2 ou 3
- Participation à au moins 2 CPS durant la saison

**La formation ne pourra être réellement efficace et positive qu'à la condition que le jeune cadre soit pris en charge, au sein du club, par un tuteur.**

### **🌸 COUT DE LA FORMATION :**

Participation au cours :	100€
Fiches didactiques de l'entraîneur :	28 €
Frais d'hébergement du stage du 2 au 4 novembre :	80 €
<b>FRAIS TOTAL DE LA FORMATION DE CADRES :</b>	<b>208 €</b>

### **🌸 REUNIONS DES TUTEURS :**

**Le 04 novembre 2009 de 17h à 18h : Réunion de bilan du stage et suivi de la formation.**

Saison 2009-2010

**FORMATION DES CADRES 1  
GAM  
CALENDRIER des COURS**

<b>DATES</b>	<b>COURS</b> (sous réserve de modifications)	<b>HORAIRES</b>	<b>LIEU</b>
D 11 octobre	CPS	13h30-18h30	<b>ST PRIX</b>
L 2 novembre	Stage Formation de cadres	9h30 - 22h00	<b>CDFAS</b>
M 3 novembre	Stage Formation de cadres	9h00 - 22h00	<b>CDFAS</b>
M 4 novembre	Stage Formation de cadres	9h00 – 17h00	<b>CDFAS</b>
M 4 novembre	Réunion tuteur	17h-18h	<b>CDFAS</b>
M 11 novembre	CPS	10h00 – 17h00	<b>DEUIL</b>
D 13 décembre	Formation de cadres Ⓢ(prévoir repas froid)	13h30 - 18h00	<b>SAINT PRIX</b>
D 13 Décembre	CPS	13h30 – 18h30	<b>ERMONT</b>
D 24 janvier	Formation de cadres Ⓢ(prévoir repas froid)	13h30 - 18h00	<b>HERBLAY</b>

En  
piste !



# INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES POUR LA FORMATION DE CADRE 1<sup>ère</sup> ANNEE



## *DOCUMENTS NECESSAIRES PENDANT LES COURS*

1. BROCHURES DES IMPOSES
2. REGLEMENTS TECHNIQUES (BROCHURE GENERALE ET GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GAM/GAF)
3. CLASSEUR DE COURS (FICHES, COURS, DOCUMENTS)

## **OBLIGATIONS**

- ✓ Avoir 15 ans dans la saison sportive de formation
- ✓ Etre licencié(e) à la FFG pour la saison 2009-2010

## POUR VALIDER SA 1<sup>ère</sup> ANNEE

1. Etre présent(e) à tous les cours
2. Obtenir une moyenne générale de 10/20 sur les différentes évaluations
3. Participer à l'organisation d'une compétition départementale
4. Remplir son livret de formation
5. Remplir les grilles d'observation de séances (1 par trimestre)
6. Participations obligatoires à l'organisation ou au management des parcours 2 ou 3
7. Faire remplir la feuille d'appréciation du tuteur

Renvoyer le livret de formation complet au CDVO avant le 25 mai 2010 avec une enveloppe timbrée (au poids du livret) à votre adresse

Saison 2009-2010  
**FICHE D'INSCRIPTION  
 FORMATION CADRE 1<sup>ère</sup> ANNEE GAM**

**CLUB :** .....  
**TUTEUR :** ..... **TEL :** .....

NOM	Prénom	N°licence	formation	fiches didactiques (facultatives)	stage de Toussaint (frais hébergement)	TOTAL
			100€	28	80 €	
<b>JOINDRE FICHE DE CANDIDATURE INDIVIDUELLE</b>					<b>total</b>	
<b>*le prix de la formation comprend les frais pédagogiques.</b>						

*Cette année le 1er cours de formation de cadres étant le 1er jour du stage avec hébergement, il nous faut impérativement les inscriptions avec le règlement avant le 10 octobre 2009 afin de confirmer la réservation au CDFAS.*

**Fiches et règlement à retourner au CDVO FFG - Maison des Comités - 106 rue des Bussys - 95600 EAUBONNE, avant le 10 octobre 2009 impérativement.**

COMITE DEPARTEMENTAL DU VAL D'OISE  
DE GYMNASTIQUE SPORTIVE

SAISON 2009 / 2010

**FORMATION DES CADRES  
FICHE DE CANDIDATURE**

**INITIATEUR FEDERAL 1<sup>ère</sup> ANNEE**

GAF  GAM  GR   
TRA  TUM  ACR

NOM : ..... Prénom: .....  
Date de Naissance : ..... Lieu de Naissance : .....  
Adresse : .....  
Code postal : ..... Ville : .....  
Téléphone : ..... E-mail : .....

NUMERO DE LICENCE											
N° Région			N° Département			N° Club			N° Registre		

Club : .....  
Département : .....  
Région : .....

JUGE NIVEAU ... CAT ... OUI NON  
Si OUI date d'obtention : .....

IMPORTANT : Obligation d'être licencié à la FFG  
Avoir 15 ans dans l'année de l'examen (être nés avant le 31/08/1995)

Signature du candidat :

Cachet du club :

**Votre candidature est à envoyer au CDVO FFG – Maison des comités – 106, rue des Bussys – 95600 EAUBONNE, avant le 10 Octobre 2009 impérativement.**

## Challenge Inter Départemental Ile de France.

### Du nouveau !

Cette compétition mise en place la saison dernière est reconduite cette année.

Elle se déroule sur le même schéma que les Inter Comités, mais avec une équipe départementale.

Ce challenge concernera cette saison la GAM, la GAF, Trampoline et GR.

- **Engagements**

Les départements engagent une équipe dans une ou plusieurs disciplines.

Tenue des équipes : afin de ne pas donner trop de contrainte aux comités départementaux, la tenue des gymnastes n'est pas obligatoirement identique au sein de l'équipe.

- **Organisation**

Le Challenge inter-départemental se déroulera le 5 ou 6 décembre 2009

↳ Lieu à préciser.

- **Composition des équipes**

- Chaque équipe devra être composée de gymnastes issus de son département
- Elle devra avoir des gymnastes issus de deux clubs différents au minimum
- Chaque équipe devra avoir un groupe Elite et un Groupe Jeunesse
- Groupe Elite : Cadets / Juniors / Seniors.
- Groupe Jeunesse : Benjamins / Minimes.
- Format d'équipe : Elite : 6/3/2, Jeunesse : 6/3/2 (GAF GAM). TR à préciser

- **Programme**

GAM : Jeunesse : imposés A à G (A à F au saut) Elite : Code FIG

LE REGLEMENT DETAILLE EST MIS EN LIGNE SUR LES SITES DU CRIFO DU CRIFMA ET DE LA ZONE IDF.

Le Val d'Oise organisera sa sélection pour le Challenge Inter Départemental le **21 novembre 2009 à Franconville de 15h30 à 18h30**

La date limite d'engagement est fixée au 10 novembre 2009

Un juge par club engagé.

Pour les gymnastes sélectionnés, un entraînement commun GAM GAF de préparation au Challenge Interdépartemental aura lieu **le 28 novembre à Saint Prix de 15h30 à 18h30**

## Challenge Inter Départemental Ile de France.

<b>Fiche à envoyer :</b>	<b>Au CDVO</b>
<b>Date limite :</b>	10 novembre 2009

Code Informatique		
N° Comité	N° Département	N° Association

<b>2</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>5</b>			
----------	----------	----------	----------	----------	--	--	--

**Club :**

Nom : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_

**Correspondant :**

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code et Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

Mail : \_\_\_\_\_

**Gymnastes :**

NOM	Prénom	Année de Naiss.	N° de Licence (15 derniers chiffres)	Niveau gymnique 08/09	Taille Short Et Léotard	Taille Tee-shirt

Signature et cachet du Président du club

Saison 2009-2010

## COMMISSION PARCOURS GAM

Responsable Administratif : Richard GRAUX ☎ 06.16.45.94.27 Email : [richard.graux@sfr.fr](mailto:richard.graux@sfr.fr)  
Responsable technique : Carole PISANI ☎ : 06.73.62.56.44 Email : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)

### FICHE D'ENGAGEMENT ET PROGRAMME :

Site internet du CRIFO : <http://www.crifo-ffgym.com/>

Rubrique ; Téléchargement / Parcours régionaux GAM GAF 2008

### CATEGORIES D'AGE :

**POUSSINS : 03- 02-01**

**BENJAMINS : 00- 99 (seulement parcours 1 et 2)**

### LICENCES : FFG toutes disciplines

#### Parcours 1

- Organisé dans les clubs, par le responsable technique
- Les résultats sont à inscrire sur les feuilles récapitulatives (une par sexe) et ne devront comporter que les noms des gymnastes admis (supérieur ou égal à 22,5 pts).

Les résultats et les engagements pour le parcours 2 sont à expédier au **CDVO – 106 rue des Bussys – 95600 Eaubonne** ou par Email : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)

*Date limite d'inscription fixée par le département : AVANT LE 28 MARS 2010*

#### Parcours 2

- Organisé par le département

**Il se déroulera le 10 AVRIL 2010 A GOUSSAINVILLE**

*Date limite d'inscription fixée: AVANT LE 28 MARS 2010*

#### Parcours 3

- Organisé par la région

Le parcours 3 est passé dans le CRIFO, **le 6 Juin 2010 à Andresy.**

L'inscription au parcours 3 se fait automatiquement pour les titulaires du parcours 2, les forfaits sont à signaler au CRIFO avant le **28 mai 2010**

19

Saison 2009-2010

## PARCOURS GAM

C'est une compétition individuelle mixte ouverte aux poussins et aux benjamins (seulement sur les parcours 1 et 2) débutants ou loisirs, qui se déroule en 3 étapes :

- 1<sup>ère</sup> étape : parcours 1,
- 2<sup>ème</sup> étape : parcours 2,
- 3<sup>ème</sup> étape : parcours 3.

### • Parcours 1

Le parcours 1 est passé dans le club.

Les résultats sont à inscrire sur les feuilles récapitulatives (une par sexe) et ne devront comporter que les noms des gymnastes admis (supérieur ou égal à 22,5 pts).

***Les enfants qui ont eu la note de 22.5 pts au parcours 1 peuvent être engagés au parcours 2.***

Les résultats du parcours 1 et les engagements pour le parcours 2 sont à expédier au Comité Départemental du Val d'Oise avant 1<sup>er</sup> avril 2009.

**La date limite d'organisation de cette compétition est le 28 MARS 2010**

### • Parcours 2

**La date limite d'inscription de cette compétition est le 28 MARS 2010**

Les résultats du parcours 1 (filles et garçons séparés) sont envoyés avec l'engagement au parcours 2 au CDVO.

**Engagement** : 3€ par gymnaste

**Il se déroulera le 10 AVRIL 2010 A GOUSSAINVILLE**

***Les enfants qui ont eu la note de 27 pts au parcours 2 seront admis au parcours 3.***

L'inscription au parcours 3 se fait automatiquement pour les titulaires du parcours 2, les forfaits sont à signaler au CRIFO avant le **28 mai 2010**

### • Parcours 3

Le parcours 3 est une compétition régionale.

Diplôme d'Or :	de 40 à 45 pts,
Diplôme d'Argent :	de 32 à 39.5 pts,
Diplôme de Bronze :	de 27 à 32 pts.

Nous vous rappelons que les gymnastes qui ont obtenu le Parcours 2 Départemental sont automatiquement inscrits pour le Parcours 3 Régional, et que tout forfait doit être signalé au CRIFO.

**Trophée Club** au Parcours 3 : un palmarès club est établi à partir de la moyenne des points obtenus au Parcours 3 sur le nombre des gymnastes engagés, de façon à valoriser à la fois la performance et la participation. Tous les clubs participants seront récompensés.

# FICHE D'ENGAGEMENT EQUIPE GAM 2009/2010

Code informatique

2	3	0					
---	---	---	--	--	--	--	--

Titre de l'association : .....

Ville : .....

Correspondant – Nom : .....

Tél : ..... E mail : .....

Division Nationale	DIR Libre	Division Critérium			DIR Imposés			Poussins
		Benj	BM	MC	Benj	BM	TC	
Code FIG	8 éléments FIG et FFG	Imposés A à F			Imposés A à C			Imposés P1 et P2
6/5/4	5/5/3	5/4/3	5/4/3	5/4/3	5/5/3	5/5/3	5/5/3	6/6/4
Engagements avant le <b>14 décembre 2009</b>								Engagements avant le <b>08/02</b>

Cocher la case concernée

Composition de l'équipe n° : **(1 feuille par équipe)**

N°	Nom	Prénom	Année	N° Licence
1				
2				
3				
4				
5				
6				

**Fiche à utiliser pour l'engagement au Département**

**Signature et Cachet du Club**



Saison 2009-2010

## RAPPEL GAM

### DATES DES MANIFESTATIONS DATES LIMITES D'INSCRIPTION

MANIFESTATIONS	DATES MANIFESTATIONS	DATES LIMITES D'INSCRIPTION	ENVOYER A	LIEUX
Formation de cadre niveau 1	<i>1<sup>er</sup> cours le 2 novembre 2009</i>	<i>le 10 octobre 2009</i>	CDVO GYM	CDFAS
Cours de perfectionnement spécialisé (CPS)	<i>1<sup>er</sup> cours le 11 octobre 2009</i>	<i>le 5 octobre 2009</i>	CDVO GYM	ST PRIX
juge niveau 1	<i>1<sup>er</sup> cours le 18 octobre 2008</i>	<i>Le 30 septembre 2009</i>	CDVO GYM	CDFAS
Challenge Inter Départemental	<i>Le 5 décembre 2009</i>	<i>Le 10 novembre 2009</i>	CDVO GYM	NANTERRE
Championnat. Départemental. individuel (Critérium- Nat B- LIBRES IDF)	<i>Les 30 et 31 janvier 2010</i>	<i>14 décembre 2009</i>	CDVO FFG	FRANCONVILLE
Championnat Départemental Equipes (Division critérium)	<i>Les 6 février et 7 février 2010</i>	<i>14 décembre 2009</i>	CDVO FFG	FRANCONVILLE ?
Championnat départemental équipes FILIERE INTERREGIONALE (DIR)	<i>Les 6 février et 7 février 2010</i>	<i>14 décembre 2009</i>	CDVO FFG	FRANCONVILLE ?
Championnat départemental poussins	<i>Le 15 mars 2010</i>	<i>8 février 2010</i>	CDVO FFG	GOUSSAINVILLE ?
Parcours 2	<i>Le 10 avril 2010</i>	<i>28 mars 2010</i>	CDVO FFG	GOUSSAINVILLE
Trophée des clubs	<i>Les 08 et 09 mai 2010</i>	<i>10 avril 2010</i>	CDVO FFG	A DEFINIR

**ATTENTION ! AU DELA DE CES DATES LIMITES AUCUNE INSCRIPTION NE SERA PRISE EN COMPTE.**

Saison 2009-2010  
**RAPPELS  
IMPORTANTES**

**ATTENTION ! NE PAS OUBLIER :**

↪ **LES FEUILLES D'ENGAGEMENT VIERGES (INDIVIDUELLES et EQUIPES) SONT DISPONIBLES DANS LE PLAN D'ACTION DEPARTEMENTAL SUR LE SITE DU CDVO GYM**

↪ **LE REGLEMENT DES ENGAGEMENTS POUR CHAQUE COMPETITION LORS DE L'INSCRIPTION.**

**COÛTS DES INSCRIPTIONS POUR LES COMPETITIONS DEPARTEMENTALES :**

- **INDIVIDUELLES : 9.50 €**
- **EQUIPES : 22.00 €**
- **PARCOURS : 3.00 €**

↪ **D'ENVOYER VOS COMPOSITIONS D'EQUIPES DETAILLEES AVEC :**

**NOM - PRENOM - ANNEE DE NAISSANCE - N° DE LICENCE OBLIGATOIRE**

↪ **DE COMMUNIQUER LES FORFAITS AU MOINS 10 JOURS AVANT LA DATE DE LA COMPETITION DEPARTEMENTALE**

**AMENDE : 76 € POUR LES EQUIPES ET 15 € POUR LES INDIVIDUELLES + PRESENCE OBLIGATOIRE D'UN JUGE DE CLUB RETENU PAR LE RESPONSABLE POUR LA COMPETITION DEPARTEMENTALE.**

↪ **DE COMMUNIQUER LES NOMS DES JUGES LORS DES INSCRIPTIONS AUX COMPETITIONS.**

**EN CAS D'ABSENCE DE JUGE, L'AMENDE SERA DE 76 €**

**TOUS CES RENSEIGNEMENTS SONT A ENVOYER IMPERATIVEMENT AVANT LES DATES LIMITEES AU :**

**CDVO FFG  
106, RUE DES BUSSYS  
95600 EAUBONNE  
MAIL : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)**