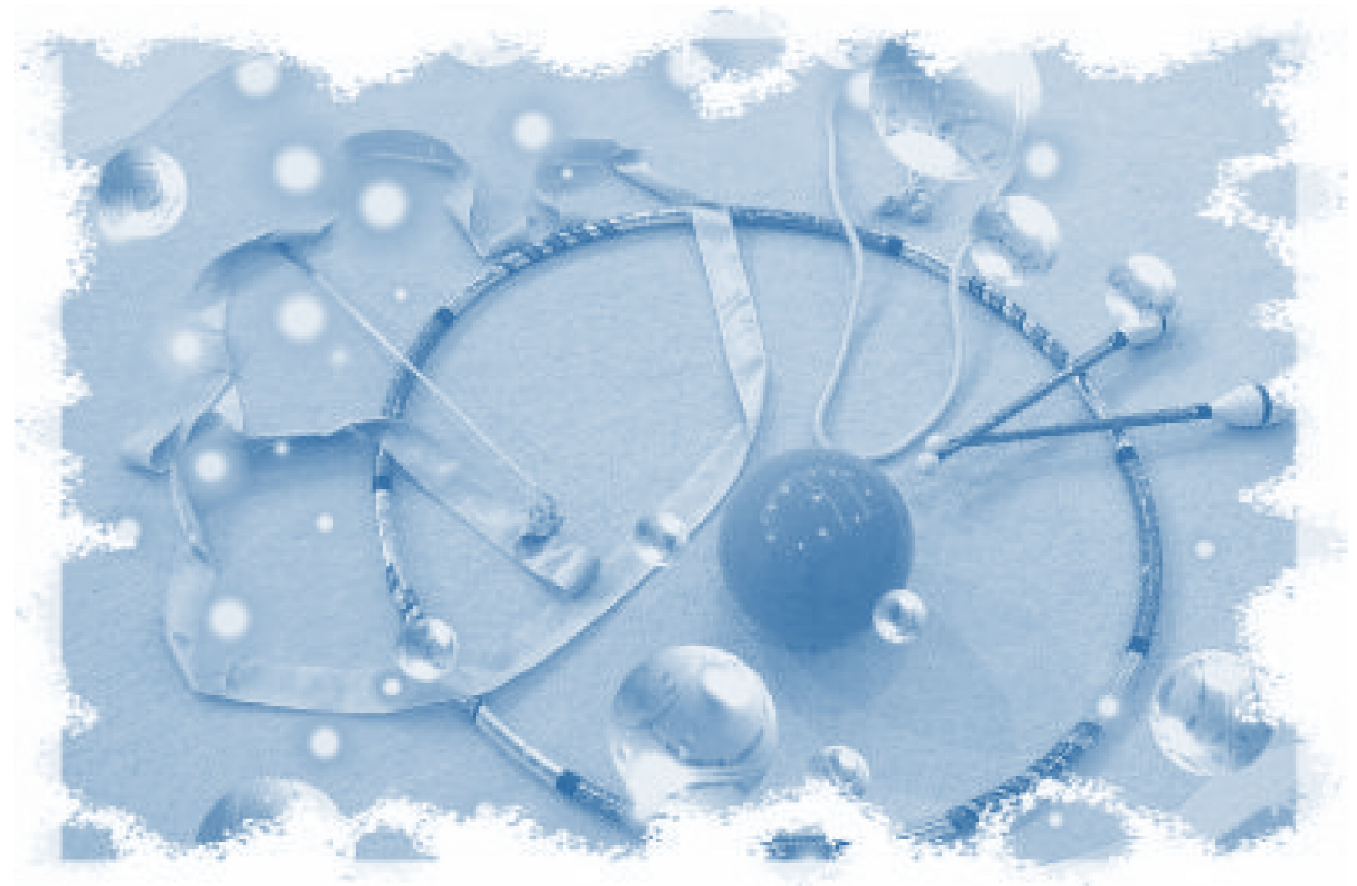


# *PLAN D'ACTION GYMNASTIQUE RYTHMIQUE VAL D'OISE 2024 - 2025*



# COMMISSION DEPARTEMENTALE GR

## Vice-Président chargé de la GR :

FRANCK CHAROY

☎ 06 20 48 04 07

ELODIE AVEL

✉ : [elodie.avel.gr@outlook.fr](mailto:elodie.avel.gr@outlook.fr)

## Responsable Jugement :

INGRID JACQUELET

☎ - 07 69 74 33 73 - ✉ : [jacquelet.i@hotmail.fr](mailto:jacquelet.i@hotmail.fr)

PASCALE ARNAUD

☎ - 06 81 64 81 04 - ✉ : [pascalearnaud@aol.com](mailto:pascalearnaud@aol.com)

## Responsable de la formation des Cadres :

CAROLE PISANI

☎ 01 34 27 19 08 - ✉ : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)

## Coupe Formation :

Carole BONNET

☎ 06 37 47 45 01 - ✉ : [krol0906@hotmail.com](mailto:krol0906@hotmail.com)

## Membre Administratif :

Sophie ARDIOT

Josiane ARNAUD

*Comité départemental de Gymnastique du Val d'Oise : Maison des Comités*  
106 rue des Bussys - 95600 EAUBONNE ☎ : 01 39 59 78 98- ✉ : [secretariatgym95@wanadoo.fr](mailto:secretariatgym95@wanadoo.fr)


# COMPETITIONS

Responsable administrative : JOSIANE ARNAUD

Responsable technique : ELODIE AVEL

Responsable Jugement : INGRID JACQUELET

Les engagements se font uniquement sur le site FFGYM dans l'espace extranet. Il est impossible d'engager des gymnastes dont la licence n'aura pas été validée soit au paiement de celle-ci

 **RESPECTER LES DATES LIMITEES** : Les engagements par internet ne pourront pas être effectués après la date limite de fermeture. Les engagements prévisionnels ne dispensent pas des engagements nominatifs

**IMPORTANT** : Pour les engagements des catégories performances, la date de délivrance du certificat médical doit avoir été renseignée au préalable lors de la demande de licence, faute de quoi l'engagement ne pourra se faire.

## Attention :

- En cas de modification de composition d'un ensemble, aller dans l'espace extranet Engagym, les changements ou forfaits seront automatiquement relayés aux responsables technique et informatique.
- Tout forfait doit être obligatoirement déclaré via l'extranet Fédéral, même le jour du championnat,
- **Le motif et demande de repêchage doivent être renseignés, faute de quoi le repêchage ne pourra pas être enregistré.**
  - Jusqu'à 10 jours avant la compétition : pas d'amende, les engagements seront déduits.
  - Passé ce délai :
    - Un forfait avec certificat médical : pas d'amende, les engagements seront dûs.
    - Un forfait sans certificat médical : une amende sera appliquée, les engagements seront dus.

**IMPORTANT** : *renseigner le motif du forfait, et cocher la case de demande de repêchage.*

- **Télécharger** les musiques dans le bon engin, minimum une semaine avant le championnat.  
Engin au choix ou Choix entre 2 engins → Engin libre  
Plusieurs engins → Engins mixtes
- **Engager les juges** sur l'Extranet fédéral uniquement, Engagym sera ouvert pour les juges dès la création des événements. Pour les compétitions départementales, il sera demandé 2 juges sur toute la durée de la compétition, même si le club n'a pas de gymnastes.
- **Nouveau** : Date de fermeture des engagements des juges → différentes de celles des gymnastes
- La licence avec photo sera contrôlée à chaque compétition

☞ **Le paiement des engagements des compétitions départementales se fera sur facture du CDVO par chèque à l'ordre de CDVO Gymnastique FFG ou virement.**

Références bancaires – IBAN FR76 1020 7001 5126 1901 8367 577

**Merci de bien indiquer le numéro de référence de la facture**

☞ **Le paiement des engagements des compétitions Inter départementales et régionales se fera suivant les indications du plan d'action CRIFGYM.**

**PRIX DES ENGAGEMENTS :**

- *Individuel : 11.00 €*      *Duo : 15,00€*      *Ensemble : 23.00 €*

<b>CATEGORIES</b>	<b>DATES</b>	<b>LIEUX</b>	<b>ENGAGEMENTS</b>
<u>Indiv Nat, Fed, Région A</u>			
<i>Département Interdépartementaux Région</i>	<i>13 octobre 2024 16 /17 et 23/24 novembre 2024 14/15 décembre 2024</i>	<i>Argenteuil</i>	<i>Nominatifs Début : 10/09/2023 Fin : 27/09//2023</i>
<u>Toutes catégories ens, duos, reg B indiv</u>			
<i>Département</i>	<i>8/9 février 2025 + dept 93 ?</i>	<i>Taverny à confirmer</i>	<i>Prévisionnels 01/10/2023</i>
<i>Inter départements</i>			<i>Fin Nominatifs : 16/12/2023</i>
<u>Fed B, Fed C,</u>	<i>8/9 mars 2025</i>		
<u>Nat, Fed A, Indiv Reg B</u>	<i>22 et 23 mars 2025</i>		
<i>Région</i>			
<u>Fed B, Fed C</u>	<i>5 et 6 avril 2025</i>		
<u>Nat</u>	<i>3 et 4 mai 2025</i>		
<u>Fed A, Reg ens</u>	<i>10 et 11 mai 2025</i>		
<b>CHPT FRANCE</b>			
<u>Indiv Fed et Nat A/B/C</u>	<i>24/25/26 janvier 2025</i>		
<u>Ens Fed B et C</u>	<i>17/18 mai 2025</i>		
<u>Equip, ens, duos Nat</u>	<i>24/25 mai 2025</i>		
<u>Ens, duos Fed A, Nat 10/11</u>	<i>14/15 juin 2024</i>		
<u>Challenge Départemental Individuels Ensembles et duos 1</u>	<i>8/9 février</i>		<i>Nominatifs : Début : 16/12/2024 Fin : 10/01/2025</i>
<u>CF2 (1ère étape) Proximité ??</u>	<i>15 mars 2025</i>		
<u>CF2 (2ème étape) / Challenge Dpt Individuels Ensembles et duos 2</u>	<i>7 juin 2025</i>		<i>Nominatifs : Début 10/04/2025 Fin : 10/05/2025</i>

## Compétition de proximité

Programme : voir brochure technique.

Organisation : une visio sera prévue afin d'en définir l'organisation avec les clubs intéressés.

## Challenge Départemental Val d'Oise

### Changement : ajout de catégories Individuels

Le challenge est ouvert à tous les gymnastes qui n'ont pas participé en compétition à finalité nationale

Ensembles / Duos

(Niveau en dessous des Régionales Ensembles et duos). Les engagements se feront sur des catégories « Trophée Départemental. »

### 2 Compétitions

- 8 février 2025 : lieu de la compétition départementale « Ensembles »
- 8 juin Challenge Départemental et étape 2 CF2 → **Taverny à confirmer**

→ PROGRAMME CONSULTABLE sur le site départemental

Il sera revu lors de notre rentrée de septembre.

Les gymnastes non qualifiées en région des catégories Régionale B pourront s'engager dans ce challenge (dans des catégories différentes que les « loisirs »).

📌 Les clubs désirant organiser une compétition départementale doivent déposer leur candidature via le site du comité départemental avant notre réunion de rentrée

📌 En championnat départemental, afin d'avoir un corps de juge le plus complet possible, nous accepterons plus de deux juges par club

# REGROUPEMENTS DES GYMNASTES

➡ **Stage « Prépa des individuels »** uniquement pour les gymnastes engagées en **compétitions individuelles Nationales, Fédérales** :

- **Dimanche 20 octobre 2024 de 9h30 à 17h30** → Argenteuil à confirmer  
Ou Franconville

Il serait nécessaire de faire un sondage auprès des gymnastes et des entraîneurs afin de connaître le nombre approximatif de personnes qui pourraient être présentes.

## ➡ **Regroupements Coupe Formation**

- **OBJECTIFS** : Regrouper les gymnastes et dynamiser le travail de la Coupe Formation, perfectionnement du travail corporel et technique à l'engin
- **PUBLIC CONCERNE** : Toutes les gymnastes Poussines et Benjamines engagées en CF2 et CF3

## **Cours de perfectionnement spécialisés**

- ❖ **Dimanche 10 novembre 2024** → Cergy à confirmer
- ❖ **Dimanche 19 janvier 2025** → Franconville

**Tarif** : 5.00€ par gymnaste par jour

**Inscription à faire sur site Engagym entre le 15 octobre et le 10 novembre pour le 1<sup>er</sup> CPS et le 5 janvier pour celui du 19 janvier pour le 2<sup>ème</sup> CPS**

**RESPONSABLE CPS**

Carole BONNET

☎ 06 37 47 45 01 - ✉ : [krol0906@hotmail.com](mailto:krol0906@hotmail.com)

Coupe Formation 4 ► Voir plan d'action régional

# COUPES FORMATION

## Coupe Formation 1

Organisation à la charge des clubs  
*Commander vos récompenses auprès de vos responsables régionales*

## Coupe Formation 2

Gestion à la charge des départements

✚ **Étape 1** : 15 mars 2025

✚ **Étape 2** : 07 juin 2025

- **ENGAGEMENTS :**

Les engagements se feront sur le site FFGYM dans l'espace extranet : merci de respecter ces dates.

**Attention** : Un seul évènement pour les CF2.

Le Programme technique CF2 sera envoyé au club et disponible sur le site du CRIFGYM rapidement

Tarif : 6.00€

DATES LIMITES ENGAGEMENTS		
1er novembre 2024		Ouverture des engagements
05 Janvier 2025		Clôture des engagements

## Coupe Formation 3

Organisation à la charge de la région

Programme technique Coupe Formation 3 : site FFGYM, Programme Coupes Formation

	DATES	CONTENUS	LIEU
Étape 1	16/03/2025	Tests Physiques + ML + cerceau	Région
Étape 2	08/06/2025	ML+ tests 4 engins / 6 éléments essentiels	Région

## Coupe Formation 4

Organisation à la charge de la Région

	DATES	CONTENUS	LIEU
Étape 1	16/03/2025	Tests physiques +ML +	Région
Étape 2	08/06/2024	Tests techniques corporels + tests 4 engins /6 éléments essentiels	Région

**Stages** : voir programme régional

**Descriptif** : Brochure technique GR

Lettre FFGYM GR

Site Extranet FFGYM



# FORMATION DES JUGES 1

## Formation :

### Dates - Horaires - Lieux :

Un minimum de 5 candidat(e)s est nécessaire pour maintenir la formation.

Dates	Horaires	Lieux
Dimanche 22 Septembre	9h30 / 16h30	Présentiel : Pantin
Dimanche 06 octobre	9h30 / 12h30	Distanciel
Dimanche 03 novembre	9h30 / 16h30	Présentiel : lieu à définir
Dimanche 1er décembre	10h / 16h	Présentiel : lieu à définir
Dimanche 05 janvier 2025	9h30 / 12h30	Présentiel : Examen Blanc lieu à définir
Samedi 18 Janvier 2025	20h30 / 22h	Distanciel

**EXAMEN : Dimanche 19 Janvier 2024**

\*\*\*\*\*

## **RESPONSABLE DE LA FORMATION**

- Ingrid JACQUELET
- Mélodie PRIGENT

**Les candidats peuvent être juge de lignes lors du championnat départemental des individuelles.**

**Prix de la formation : 50,00€**

**Date limite des inscriptions (sur le site du CDVO/lien vers CRIFGym) : 20 septembre via le site du comité départemental**

\*\*\*\*\*

Les juges en formation doivent être en possession des documents suivants :

1. Programme technique Coupe Formation
2. Brochure technique GR + Lettres
3. Plan d'action départemental
4. Plan d'action régional
5. Le code de Pointage (dernière édition)

Obligations d'inscription :

- avoir 15 ans en 2025
- Être licencié à la FFG pour la saison en cours.

# FORMATION DES CADRES

## AIDE - ANIMATEUR FEDERAL GR

Aider à l'encadrement d'une séance sous la responsabilité d'un animateur : 7h  
22 octobre 2024

## ANIMATEUR FEDERAL GR

La formation est modulaire. L'obtention du diplôme se fait par validation des différents modules concernés.

### **Module animer + Module Acces GR + Module GR**

- Niveau des gymnastes : loisir, gymnastes débutants.
- Niveau d'autonomie : animateur responsable d'un groupe en autonomie
- Durée du stage en club : encadrement d'un groupe pendant la saison en cours

### Dates :

- ✓ **Module animer → 19 et 20 octobre 2024**
- ✓ **Accès Gym général GR → 04 janvier 2025  
1<sup>er</sup> mars 2025**
- ✓ **Modules spécifiques GR → 02 mars 2025  
→ 25 au 27 avril 2025**
- ✓ **PSC1 (obligatoire) → le CDOS propose de nombreuses dates de formation**

*Les lieux et horaires sont déterminés par le Centre de Formation Ile de France (CIFI)*

**Inscription** : Par internet avant le 30 septembre 2024

[ww.crif-ffgym.com](http://ww.crif-ffgym.com) (rubrique SE FORMER)

**Le 1<sup>er</sup> module** : Validation du module → présence obligatoire lors des 14h de formation et grille renseignée par le tuteur pendant l'encadrement en club sur les compétences d'animation.

☞ Une tenue de sport est obligatoire ! La prise de notes est évidemment recommandée !

- **Domaines d'étude** : Module Animer, il permet de donner les compétences nécessaires à une animation de qualité telle que communiquer, organiser, motiver.  
Les frais pédagogiques sont payés à l'inscription au CRIF GYM.

**Module Access gym général GR** : Validation du module → présence obligatoire active lors des 14h de formation sur les compétences d'animation.

**Module Access GR** : Validation du module → présence obligatoire active lors des 21h de formation par l'encadrement du stage sur les compétences d'animation.

**Formation PSC1** : Cette formation peut-être passer par ses propres moyens dans un organisme habilité.

# DOCUMENTS NECESSAIRES POUR LA FORMATION DE CADRES

Les cadres en formation doivent être en possession des documents suivants :

1. Brochures Coupe Formation 1 2 3 et 4
2. Brochure Générale et brochure technique GR
3. Plan d'action départemental
4. Brochure Technique régionale

Obligations d'inscription :

- Être né en 2010 et avant (avoir 15 ans en 2025)
- Être licencié à la FFG pour la saison en cours.
- Intervenir auprès de gymnastes au sein d'un club
- Participer à l'organisation d'une compétition
- Participation à 1 CPS

**RESPONSABLE départementale de la formation :**

- **CAROLE PISANI :**

☎ 06 73 62 56 44 ✉ : [gym95.ffg@wanadoo.fr](mailto:gym95.ffg@wanadoo.fr)

## FORMATION CONTINUE DES ENTRAINEURS

Le Comité départemental organisera à la demande de la commission technique une journée de formation continue destinée aux entraîneurs du département.

*En attente de demande :*