

# PARKOUR

SPEED ET FREESTYLE

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**Gym**

COMITÉ  
RÉGIONAL  
ILE-DE-FRANCE

29-30  
Juin  
2024

CHAMPIONNAT  
DE  
FRANCE

ET TROPHÉE FÉDÉRAL

CREPS Ile-de-France  
Châtenay-Malabry (92290)



Plus d'informations : [contact@crif-ffgym.fr](mailto:contact@crif-ffgym.fr)

# PARKOUR



## MOT DE LA PRESIDENTE du COMITE REGIONAL ILE-DE-FRANCE

La Finale Nationale PARKOUR en Île-de-France les 29 et 30 juin 2024, à moins de 2 mois des Jeux Olympiques et Paralympiques, est une réelle opportunité pour promouvoir cette discipline auprès du monde sportif et du grand public.

Le Comité régional remercie la Fédération Française de Gymnastique pour la confiance accordée pour l'organisation de cet évènement.

Nous remercions également sincèrement le CREPS Ile-de-France de Chatenay-Malabry de nous recevoir dans cet environnement exceptionnel.

Fort de nos expériences de deux étapes Parkour organisées sur notre territoire, en 2022 et 2023, nous mobiliserons nos Clubs et volontaires pour accueillir, dans les meilleures conditions, ce dernier évènement National de la FFGym avant le lancement des JOP à Paris.

L'activité PARKOUR est un véritable show pour les spectateurs, l'animation est dynamique et attractive pour tous les jeunes et moins jeunes, connaisseurs ou non.

Afin de rendre cet évènement encore plus festif, en marge de la compétition, nous proposerons diverses animations gymniques libres d'accès, ouvertes à tous les publics.

Dans l'attente de vous accueillir au sein de ce magnifique CREPS d'Ile-de-France, je souhaite de beaux succès à tous les participants et beaucoup de plaisir au public.

Bon séjour à Paris !

Malika Mesrar

# PARKOUR

## CHAMPIONNAT DE FRANCE ET TROPHÉE FÉDÉRAL

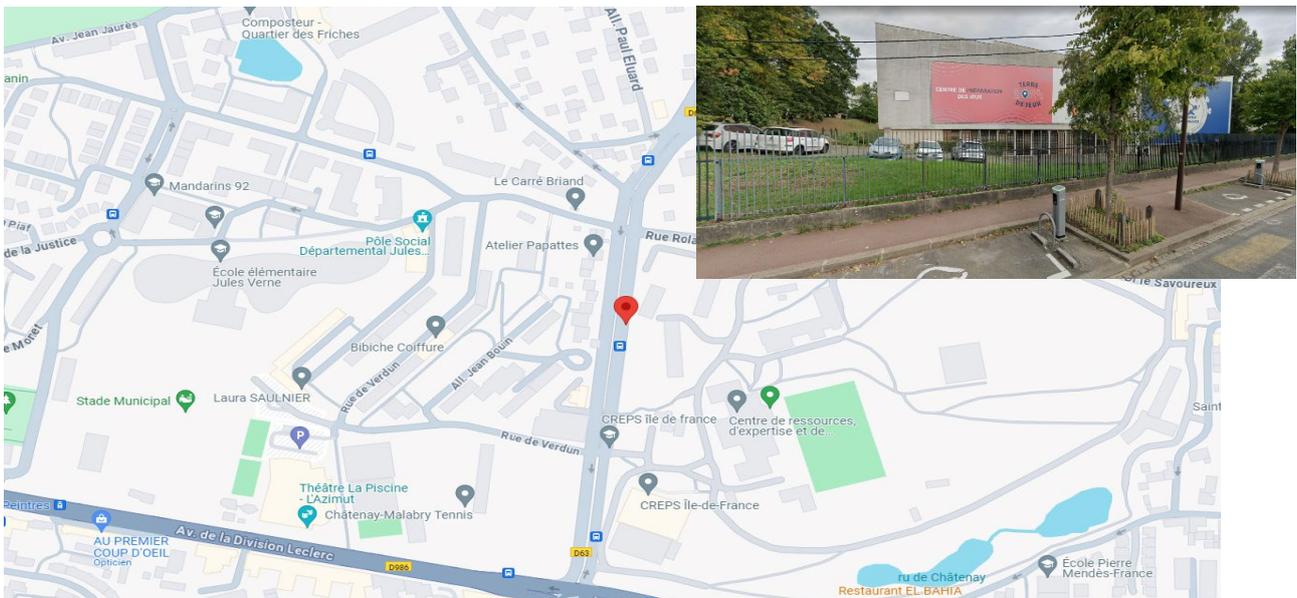


29 ET 30 JUIN 2024



**CREPS Ile-de-France**

139 avenue Roger Salengro  
92190 Châtenay-Malabry



# PARKOUR



## ACCES ET STATIONNEMENT



### Vous arrivez en voiture

**En venant de province :** A 86, direction Versailles, Antony, sortie Châtenay-Malabry.

**En venant de Paris :** RN 20 jusqu'au rond-point de la Croix-de-Berny, puis RN 186, sortie Châtenay-Malabry.

📍 Coordonnées GPS : 48.76667, 2.2788170



### en transport en commun

**Métro Ligne 13 :** direction Châtillon-Montrouge, puis Bus 294 arrêt "Docteur le Savoureux".

**RER ligne B :** direction Robinson, puis : Bus 195, arrêt "Mairie de Châtenay-Malabry" ou Bus 194 ou 294, arrêt "Docteur le Savoureux"

**BUS :** station La Croix-de-Berny puis : Bus 379 ou Bus Paladin 12 arrêt "Les Vallées" ou Bus Paladin 4 arrêt "Mairie de Châtenay-Malabry"



### en avion

**Depuis ORLY :** Orlyval jusqu'à Antony, puis Bus 395 terminus Robinson, puis Bus 195 ou 194 ou 294.

**Depuis ROISSY :** RER ligne B, terminus Robinson, puis Bus 195 ou 194 ou 294.

P

Stationnement possible dans la rue, des parkings sont disponibles aux alentours.



Pour les personnes en situation de Handicap, possibilité de stationner dans l'enceinte :



Pour toute demande particulière, contacter  
Céline ALLAIN : 06 07 09 01 41

# PARKOUR



## CONTACTS/RESPONSABLES



Directeur de compétition

Djamel LOUCIF - [djamel.loucif@ffgym.fr](mailto:djamel.loucif@ffgym.fr)



Responsable administratif

Céline ALLAIN – 06 07 09 01 41 – [celine-allain@crif-ffgym.fr](mailto:celine-allain@crif-ffgym.fr)



Coordonnateur régional

Thomas THIBEDORE - [thomasthibedore@gmail.com](mailto:thomasthibedore@gmail.com)



Responsable technique

Clément AGOGUE - [clement.agogue@gmail.com](mailto:clement.agogue@gmail.com)

# PARKOUR

## NOS PARTENAIRES PRIVÉS SUR L'ÉVÉNEMENT



[Gobelet personnalisé et réutilisable et Ecocup - Made In France - Le Gobelet Français \(legobeletfrancais.fr\)](http://legobeletfrancais.fr)



[Personnalisation d'objets et textiles BelleS'Créa \(@belles\\_crea \) • Photos et vidéos Instagram](https://www.instagram.com/belles_crea)

## DEVELOPPEMENT DURABLE



Le développement durable concerne chacun d'entre nous. En tant que licencié, c'est une responsabilité collective que nous devons porter au quotidien Soyons éco-Gym !



Possibilité de régler en espèces ou CB à la buvette, à la billetterie et chez nos partenaires.

# PARKOUR



## ENGAGEMENTS

Compétition ouverte aux licenciés FFGym. La licence avec la spécialité PK est obligatoire.

Pour ce faire, vérifiez bien sur votre fiche club dans FFGYMLICENCE, que la spécialité PARKOUR est bien ajoutée (voir exemple ci-dessous)

Informations générales	Dirigeants	Correspondance	Statuts	Club employeur	Responsables et Cadres	Sites d'entraînement	Contrôle d'honorabilité
Adresse2: <input type="text"/>							
Adresse3: <input type="text"/>				Ville: <input type="text"/>			
Code Postal: 92350							
Ville: LE PLESSIS ROBINSON							
<b>Spécialités</b>							
+ - Aucune sélection							
GYM ARTISTIQUE FEMININE							
GYM POUR TOUS							
<input checked="" type="checkbox"/> Baby Gym							
<input type="checkbox"/> Gym +							
<input checked="" type="checkbox"/> Autre							
PARKOUR							
Qualité <input type="text"/>							

Si ce n'est pas le cas, il faut cliquer sur le petit + et ajouter cette discipline puis revenir sur les licences en indiquant la discipline PK.

Pour toutes questions à ce sujet ou pour tous problèmes d'engagement, vous pouvez contacter M. Djamel LOUCIF : [djamel.loucif@ffgym.fr](mailto:djamel.loucif@ffgym.fr)

Les engagements nominatifs sont à réaliser sur Engagym. Chaque épreuve nécessite un engagement de manière dissociée : Parkour speed / Parkour freestyle

Vous pouvez d'ores-et-déjà y procéder en vous connectant via le lien suivant : [ENGAGYM](#)



La date de fin d'engagement est fixée au 10/06/2024

**Aucune inscription ne sera possible sur place.**

# PARKOUR



## TARIFS des ENGAGEMENTS

Tarif : Fédéral 22,00 € - Performance : 45,00 €

Il est conseillé de réaliser le paiement des engagements à partir de la date de forclusion, afin de limiter les ajustements en cas de forfait ou de repêchage réalisé avant cette date.

Le règlement peut s'opérer :

- Par e-paiement dans Engagym
- Par virement :

IBAN : FR76 1027 8060 7600 0204 7810 464

BIC : CMCIFR2A (à privilégier)

Banque 10278 GUICHET 06076 COMPTE N° : 00020478104 CLE : 64

Domiciliation : CCM PARIS MAGENTA GARE DE L'EST

53 BOULEVARD DE MAGENTA 75010 PARIS

En précisant dans le libellé du e-paiement ou du virement :

**La référence du bordereau de paiement + PARIS**



## BILLETTERIE

	Grand Public	Licencié FFGym	Enfant de – 10ans
Entrée 1 jour	10 €	8 €	Gratuit
Entrées 2 jours	15 €	10 €	Gratuit

Tarif Licencié et moins de 10 ans sur présentation d'un justificatif, attestation licence...

**Il est impératif que les clubs préviennent les parents/accompagnants  
que les entrées sont payantes.**

# PARKOUR



## ACCUEIL DES CLUBS

L'accueil des clubs aura lieu devant le gymnase du CREPS :

Vendredi 28 juin	Samedi 29 juin	Dimanche 30 juin
De 17h30 à 19h30	1 heure avant le début de la compétition	1 heure avant le début de la compétition

Les documents remis à l'accueil : accréditations, programme définitif de la compétition, informations diverses.



Pour toute demande particulière, contactez  
Céline ALLAIN : 06 07 09 01 41



## ACCREDITATIONS

Les accréditations sont à demander via Engagym.

Pour ce faire, engagez les cadres que vous souhaitez voir accrédités pour la compétition dans les catégories :

- « Accréditation Entraîneur »
- « Accréditation Dirigeants »

Les gymnastes bénéficieront également d'accréditations sur la base des engagements réalisés.

L'ensemble des accréditations vous sera remis le jour de votre arrivée, à l'accueil.

# PARKOUR

## RESTAURATION

Le service restauration du CREPS propose des repas cuisinés sur place, équilibrés et adaptés aux besoins des athlètes. Les plateaux sont composés d'une entrée avec des crudités, d'un plat principal avec féculents, légumes et le choix entre viande ou poisson, un laitage/fromage, puis d'un dessert composé de fruits ou des desserts maison.

Formule self : Entrée / Plat / Laitage / Dessert

Tarif mouvements sportifs et associatifs : 11,80 €

## BUVETTE

Stand sur place



## HEBERGEMENT

➤ [LIEN SUR LES HOTELS A PROXIMITE](#)

OU

➤ Le CREPS Île-de-France propose des chambres individuelles ou doubles, toutes dotées d'un espace de travail et d'un accès wifi.

<b>CHAMBRE STANDARD</b> - Chambre double Partage de sanitaires pour 2 chambres Kit de draps 29€ par personne petit déjeuner compris	<b>CHAMBRE PMR</b> - Chambre simple Sanitaires adaptés privés Kit de toilette, Télévision 45,50 € petit déjeuner compris
<b>CHAMBRE CONFORT</b> Chambre double Partage de sanitaires pour 2 chambres, Kit de serviettes, Lits faits à l'arrivée Télévision 39€ par personne petit déjeuner compris	<b>CHAMBRE CADRE</b> Chambre simple Sanitaires privés, Kit de toilette Télévision Tarif mouvement associatif et sportif : 45,50 € petit déjeuner compris

POUR TOUTES LES DEMANDES DE RESERVATION RESTAURATION ET HEBERGEMENT

Contactez directement le CREPS : [accueil@creps-idf.fr](mailto:accueil@creps-idf.fr) ou au 01 41 87 20 30

# PARKOUR

## INFORMATIONS TECHNIQUES

Se référer au [règlement technique Parkour 2023/2024](#)

## DÉROULEMENT TECHNIQUE

La compétition Parkour se déroule sur deux espaces intérieurs :

- Un espace pour l'échauffement corporel ;
- Un espace spécifique en intérieur pour la compétition avec un parcours proposant différents modules rigides.

## TEMPS D'ECHAUFFEMENT

30 minutes maximum d'échauffement en salle annexe.

## PROGRAMME PREVISIONNEL

Ce planning prévisionnel est susceptible d'être modifié en raison du nombre d'engagés définitifs à cette compétition.

SAMEDI 29 JUIN	DIMANCHE 30 JUIN
09h à 13h	8h à 12h :
PKF 15-17 ans - Fédéral	PKF 12-14 ans - Fédéral
PKS 12-14 ans - Fédéral	PKF 12-14 ans - Performance
PKS 12-14 ans - Performance	PKS 15-17 ans - Fédéral
14h à 17h	13h à 15h :
PKF 18 ans et plus - Performance	PKF 18 ans et plus - Fédéral
PKS 15-17 ans - Performance	PKS 18 ans et plus - Performance
PKS 18 ans et plus - Fédéral	15h à 16h
18h à 19h :	FINALE PKF 15-17 ans - Performance
FINALE PKF 18 ans et plus - Performance	FINALE PKS 18 ans et plus - Performance
FINALE PKS 15-17 ans - Performance	

# PARKOUR



## TENUE

La tenue de compétition doit être adaptée à la réalisation de mouvements et déplacements en toute sécurité quelle que soit l'épreuve.

La tenue de compétition ne peut présenter aucun texte, symbole et dessin présentant des thèmes de guerre, de violence, de religion, de politique, d'alcool, de sexe et de drogues ou de tout autre sujet offensant.

Les bijoux ou tout autre objet (montre, bague...) ne sont pas autorisés.

Les athlètes peuvent porter des T-shirts, des polos avec ou sans manches. Ils sont libres de porter des shorts, des pantalons courts, des survêtements ou des pantalons.

Les vêtements doivent être propres et exempts de trous.

Les athlètes doivent porter des chaussures de sport ou de course appropriées au choix. Il est recommandé d'avoir une paire de chaussures avec attache afin de bien maintenir le pied et la cheville afin de réduire tout risque de blessure.

### **Les baskets d'intérieur sont obligatoires.**

Tout entrave à ces règles pourra occasionner des pénalisations ou non autorisation à participer aux épreuves.

Ces règles sont également applicables à l'encadrement ou entraîneur des traceurs ou FreeRunneurs.

# PARKOUR

## DROIT A L'IMAGE

A RETOURNER AVANT LE 25/06 à [celine-allain@crif-ffgym.fr](mailto:celine-allain@crif-ffgym.fr)

Nom de l'association (en toutes lettres) : .....

Ville : .....

Chef de délégation : Nom : ..... Prénom : .....

Le responsable du club certifie que les responsables légaux (père, mère ou tuteur) des gymnastes participant à la compétition du circuit National Parkour, les 29 et 30 juin 2024 à Chatenay-Malabry acceptent que leurs enfants puissent être filmés ou photographiés dans le cadre de la compétition, dans le respect du principe du droit à l'image.

Sont informés qu'un photographe couvrira l'événement et qu'ils l'autorisent à prendre des photos de leurs enfants dans le cadre de la compétition, et dans le respect du principe du droit à l'image.

Nous vous demandons d'inscrire ci-dessous les références des gymnastes qui ne veulent pas être photographiés :

Nom Prénom	Catégorie

**ATTENTION : le non-retour de cette fiche implique l'acceptation du droit à l'image.**

Fait à ..... Le .....

Signature du Chef de délégation et cachet du club :

# PARKOUR

## PROGRAMME ANIMATIONS



### ANIMATION



**Samedi 29 juin - de 14h00 à 16h00**



Venez participer à un cours gym+ de 30 minutes dans  
**Emilie GHYS, coach et formatrice gym+ FFGym**

Plusieurs séances proposées :

14h00 à 14h30, 14h30 à 15h00, de 15h00 à 15h30 ou de 15h30 à 16h00

Séances ouvertes à tous, parents, supporters, bénévoles, traceurs, freestyleurs...

Inscriptions via le formulaire : <https://forms.gle/8PsiB8BPU18pSB749>



C'est 3 offres de pratique :

**FORM+** : booster sa forme

**ORDO+**: ALD rester en forme

**LOMBA+**: prendre soin de son dos

Ce programme, qui bénéficie de la caution d'instituts reconnus de recherche scientifique, l'Institut de Gasquet, et l'Institut de Biomécanique Georges Charpak, est composé de 3 offres de pratique adaptées à chaque pratiquant selon ses capacités physiques et ses besoins.

# PARKOUR

## HANDI PARKOUR

Dimanche 30 juin - 16h30 à 17h30.



Catégorie ouverte à toutes les personnes en situation de handicaps à partir de 12 ans, un parcours dédié sera proposé le dimanche 30 juin de 16 h 30 à 17h 30.

Sous forme de SpeedRun en duel par âge, il s'agira d'effectuer des déplacements, en s'appuyant sur des techniques de franchissements et d'acrobaties en sollicitant ses propres capacités.

Tarif engagement : 2 € par participant (règlement à réception de facture)

Plus d'informations : Céline ALLAIN - 06 07 09 01 41 ou [celine-allain@crif-ffgym.fr](mailto:celine-allain@crif-ffgym.fr)

Engagements via le formulaire : <https://forms.gle/AhjfYb6wiNQpCwS27>