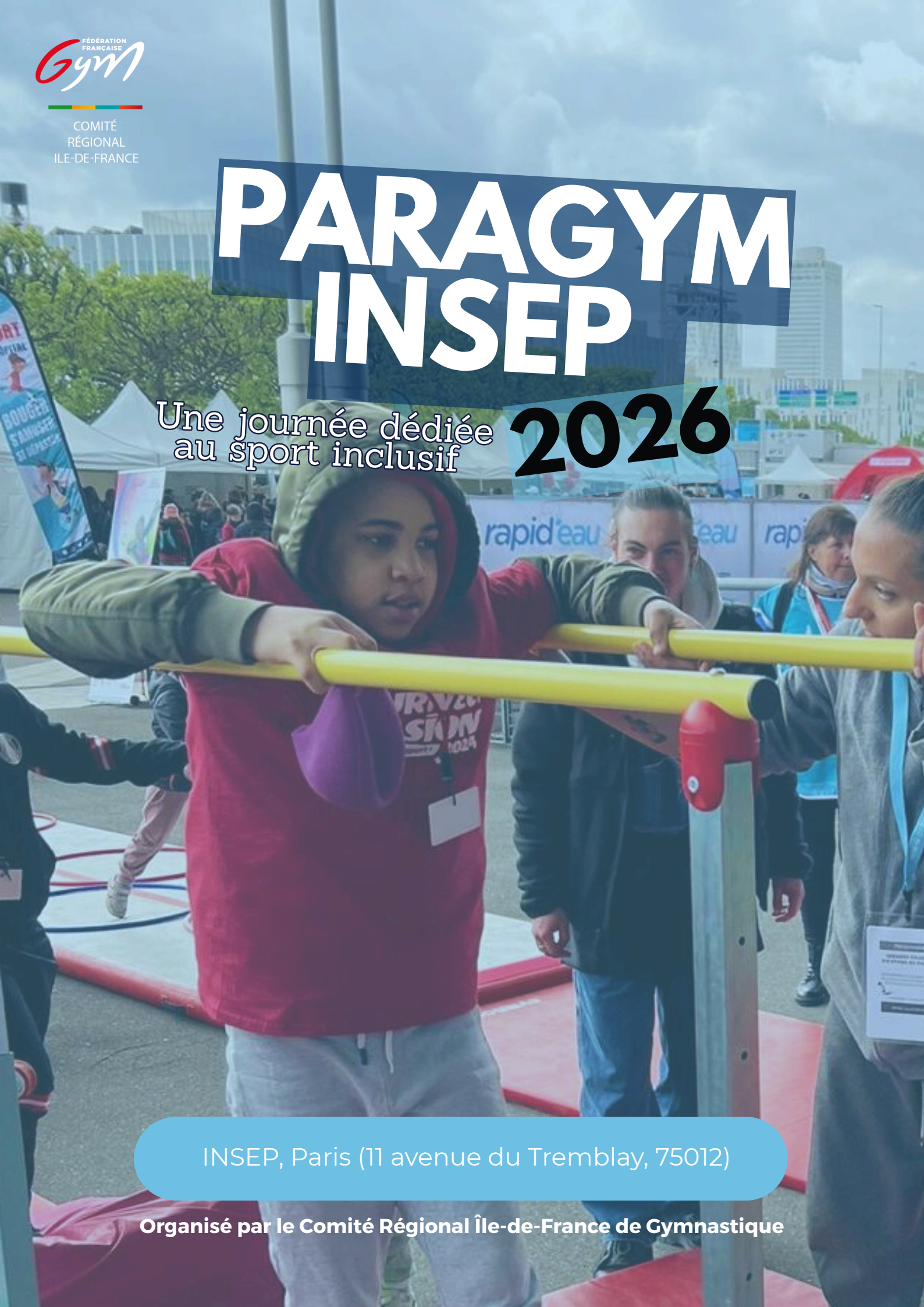
FÉDÉRATION FRANÇAISE GYM

COMITÉ RÉGIONAL ILE-DE-FRANCE

PARAGYM INSEP 2026

Une journée dédiée au sport inclusif



INSEP, Paris (11 avenue du Tremblay, 75012)

Organisé par le Comité Régional Île-de-France de Gymnastique

PRÉSENTATION DU PROJET

Dans le cadre de son engagement en faveur du développement d'un sport accessible à toutes et à tous, le Comité Régional Île-de-France de Gymnastique, à travers sa Commission Régionale Paragym, a le plaisir d'organiser une journée exceptionnelle intitulée **« Paragym INSEP »** le mercredi 22 avril 2026.

Ce projet novateur vise à accueillir, le temps d'un après-midi, des jeunes en situation de handicap au sein de l'INSEP, lieu emblématique du sport de très haut niveau en France. Accueillis dans les installations remarquables du gymnase Oriola, ces jeunes auront l'opportunité de découvrir différentes activités motrices et situations gymniques dans un environnement où s'entraînent habituellement les gymnastes de l'équipe de France et de nombreuses équipes nationales.

Cet événement se déroulera le **mercredi 22 avril à partir de 13h30** et s'inscrit pleinement dans les valeurs fondamentales du sport : le partage, l'inclusion, l'égalité des chances et le dépassement de soi.

LA GYMNASTIQUE EST SOUVENT DÉCRITE COMME LE « SOLFÈGE DE TOUS LES SPORTS ».

Par la richesse et la diversité des situations motrices qu'elle propose, elle constitue un formidable outil de développement pour tous les pratiquants. À travers les ateliers proposés lors de cette journée, les participants pourront expérimenter des activités favorisant le développement/recouvrement de nombreuses qualités physiques et motrices essentielles :

Force - Souplesse - Vitesse - Coordination - Equilibre - Adresse

Au-delà de la pratique sportive, cette journée portera également un message fort :

"Les personnes en situation de handicap sont elles aussi de véritables championnes et champions, dont l'engagement et la détermination méritent d'être reconnus, valorisés et pleinement intégrés dans notre société et dans nos pratiques sportives."

Le Comité Régional Île-de-France de Gymnastique invite l'ensemble des clubs, éducateurs, familles et structures susceptibles d'être intéressés à relayer largement cette initiative et à promouvoir cet événement sur leurs réseaux.

INSCRIPTION

Quatre créneaux de participation seront proposés au cours de l'après-midi :

13h30 – 14h15 / 14h30 – 15h15 / 15h30 – 16h15 / 16h30 – 17h15

Les participants pourront s'inscrire en ligne via le lien ci-dessous afin de choisir leur créneau de participation : **INSCRIPTION**

À travers cette initiative, le Comité Régional souhaite affirmer sa volonté de développer une gymnastique toujours plus ouverte, inclusive et accessible, et offrir à ces jeunes une expérience unique dans un lieu d'excellence du sport français.