

DRA GAF

DISPOSITIF RÉGIONAL D'ACCESSION

2026 - 2027



GYMNASTIQUE
ARTISTIQUE
FEMININE



SYNTHÈSE

PROJET DE DÉTECTION GAF ÎLE-DE-FRANCE 2026/2027

Le projet de détection GAF du Comité Régional Île-de-France vise à accompagner les jeunes gymnastes à potentiel au travers d'actions d'identification, de regroupement et de formation, afin de consolider la filière francilienne d'accès au haut niveau.

Plusieurs problématiques ont été identifiées :

- un nombre important d'actions de détection mais pas assez de temps d'entraînement,
- des modalités de sélection peu lisibles,
- un manque de mobilisation clubs et départements,
- un manque d'entraîneurs diplômés et de formations continues.

Ces constats ont conduit à réfléchir à une organisation plus claire et plus progressive du parcours des gymnastes.

L'organisation du système de détection s'appuie sur **trois collectifs** structurés autour de tests physiques et techniques :

- **Collectif élite** : Les gymnastes sélectionnées sont les potentiels Haut Niveau de la Région
- **Collectif détection** : Positionné comme l'antichambre du collectif DRA Élite, il rassemble les gymnastes identifiées pour leurs qualités et leur marge de progression
- **Collectif jeunesse** : le bassin de recrutement, dont l'objectif est de détecter à partir de la 2ème année poussines

Selon les résultats obtenus lors du test physique et technique, les gymnastes intègrent les différents collectifs régionaux.

OBJECTIFS

- ✓ Rendre plus attractives les actions régionales pour collaborer avec un maximum de clubs
- ✓ Améliorer le niveau de performance des gymnastes Franciliennes
- ✓ Atteindre et pérenniser le niveau des gymnastes en ÉLITE (avenir et espoir)
- ✓ Ambition : top 3 à la Revue d'effectif régional des Jeunes
- ✓ Rendre accessible le système de détection et accompagner l'ensemble des clubs
- ✓ Orienter les gymnastes dans des collectifs cohérents
- ✓ Organiser le système autour des gymnastes performantes

LE PROJET

UN SYSTÈME CLAIR BASÉ SUR 3 COLLECTIFS



COLLECTIF ÉLITE

20 gymnastes
(2015/2016/2017/2018)



COLLECTIF DÉTECTION

25 gymnastes
(2016/2017/2018)



COLLECTIF JEUNESSE

25 gymnastes
(2019)



LE COLLECTIF ÉLITE

Ce collectif vise à identifier, accompagner et préparer les gymnastes à potentiel pour une intégration progressive dans les structures de performance et les clubs formateurs contribuant à la filière Élite.

Les gymnastes intégrant ce collectif ont validé les tests physiques et techniques lors de la phase de sélection. Les profils les plus prometteurs sont ensuite orientés vers le collectif Élite.

Ces gymnastes bénéficient de stages et de regroupements régionaux encadrés par des intervenants spécialisés (chorégraphie, acrobatie, préparation physique, etc.). Ces actions visent à enrichir leur bagage technique et à les préparer aux exigences du haut niveau.

Parallèlement, les entraîneurs bénéficient d'un accompagnement en formation continue lors de ces temps de regroupement, grâce à l'expertise apportée par les intervenants extérieurs.

✓ **Les 20 gymnastes sélectionnées dans ce collectif, sont les potentiels HN de la Région du CM1 à la 6ème (CE2 d'exception et 6ème qui ont validé la REN espoirs en oct 2026).**

✓ **Au programme :**
-3 stages de 2 à 3 jours avec des formations continues
-1 regroupement
-4 actions de formation continue à destination des entraîneurs



LE COLLECTIF DÉTECTION

Le collectif Détection est un collectif de suivi. Il rassemble les gymnastes identifiées pour leurs qualités physiques, techniques et leur marge de progression. L'objectif est de préparer leur future intégration au collectif Élite.

Les gymnastes intégrant ce collectif sont issues du collectif Jeunesse, ou identifiées par les cadres techniques pour leurs qualités physiques, techniques et leur potentiel de progression. Après validation des tests physiques et techniques lors de la phase de sélection, les 25 profils les plus prometteurs intègrent le collectif.

Ces gymnastes accèdent à des stages et des regroupements régionaux encadrés par des intervenants spécialisés. Ces actions visent à développer leurs qualités techniques et artistiques tout en les préparant progressivement aux exigences du collectif Élite.

Parallèlement, les entraîneurs bénéficient d'un accompagnement en formation continue lors de ces temps de regroupement, grâce à l'expertise apportée par les intervenants extérieurs.

- ✓ **Dans ce collectif de 25 gymnastes, les tranches d'âges s'étalent entre les CE2 et les CM1 (CM2 par exception).**
- ✓ **Au programme : 2 stages de 2 jours, 1 regroupement et des actions de formation continue à destination des entraîneurs**



© Mary- lou.L

LE COLLECTIF JEUNESSE

Destiné aux gymnastes de 2ème année poussine également porte d'entrée dans le DRA GAF, ce collectif vise à détecter les profils à fort potentiel et à leur offrir un accompagnement adapté pour préparer leur entrée dans les collectifs Détection et Élite.

Les gymnastes intégrant ce collectif ont satisfait aux exigences des tests physiques et techniques lors de la phase de sélection. Les 25 gymnastes ayant obtenu les meilleurs résultats et présentant le plus fort potentiel sont retenues pour intégrer le collectif Jeunesse.

Destiné aux gymnastes franciliennes de CE1 (nées en 2019), ce collectif d'accession participe à 3 regroupements régionaux visant à développer leurs qualités physiques, techniques et motrices. L'un de ces regroupements intègre également un temps dédié à la formation continue des entraîneurs.

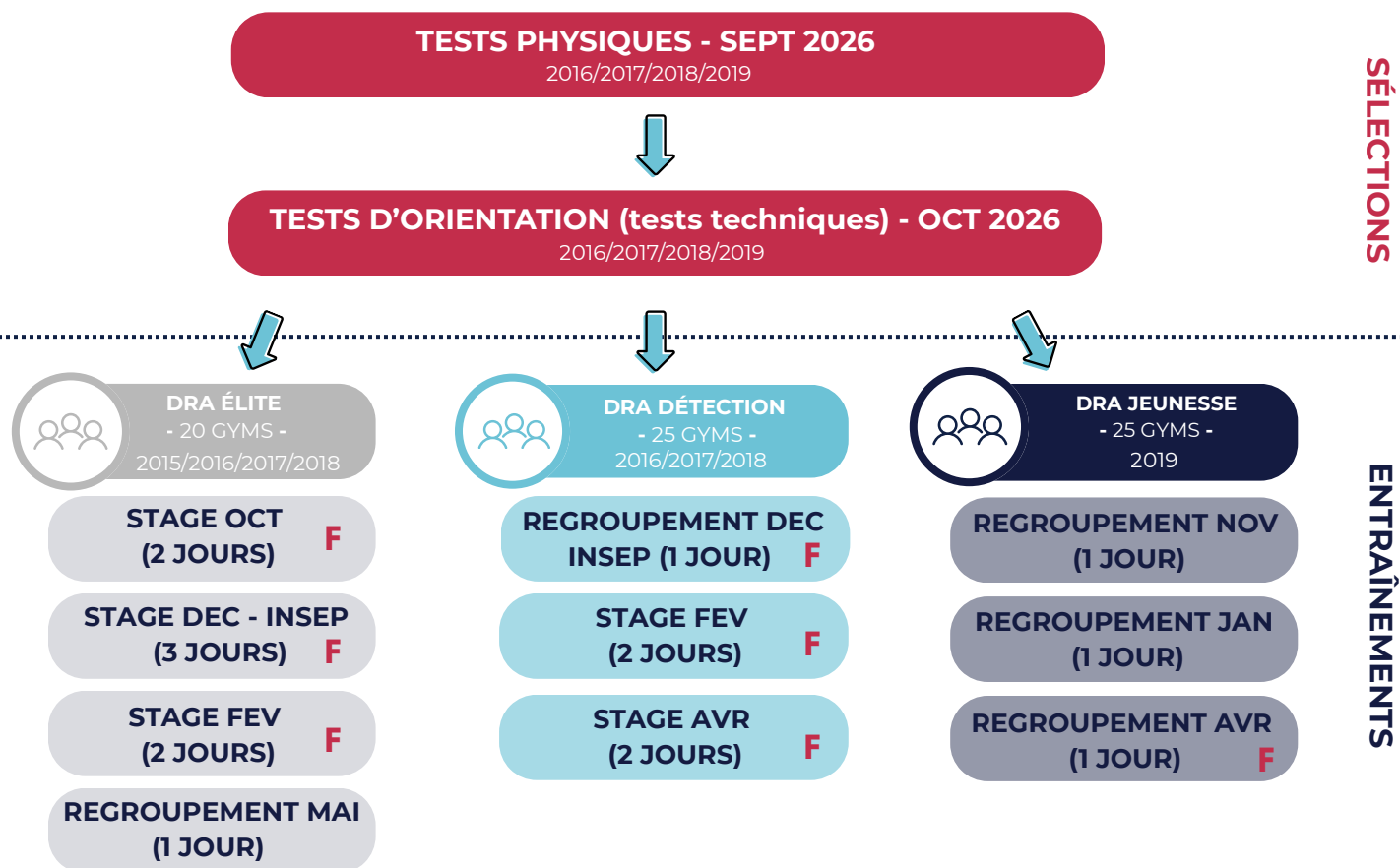
✓ **Dans ce collectif d'accession de 25 gymnastes, la tranche d'âge concerne les franciliennes de CE1 (nées en 2019).**

✓ **Au programme :**

-3 regroupements

-Une action de formation continue à destination des entraîneurs

LE PROCESSUS D'ACCESSION



F (Journées de formations continues, voir tableau page 9)

SÉLECTION ET ORIENTATION DES GYMNASTES

La participation aux 2 tests de sélection est **obligatoire** pour pouvoir intégrer un collectif.

À l'issue de ces tests, les gymnastes seront orientées vers l'un des trois collectifs en fonction de leurs résultats, de leur niveau, de leur profil et de leur âge.

Les gymnastes qui ne rempliront pas les critères requis pour intégrer un collectif ne seront pas retenues pour la saison en cours. Elles auront la possibilité de se présenter à nouveau lors des sélections de la saison suivante.

Dans certains cas particuliers, une étude individuelle pourra être réalisée. La décision finale relèvera alors du référent PAS régional.

CALENDRIER

SAISON 2026/2027

**COLLECTIF ÉLITE**

20 SEPTEMBRE
Test physique
Lieu : Puteaux ?

11 OCTOBRE
Test technique
Lieu : ?

19/20 OCTOBRE
Stage
Lieu : ?

21 AU 23 DÉCEMBRE
Stage INSEP
Lieu : ?

8/9 FÉVRIER
Stage
Lieu : ?

6 MAI
Regroupement
Lieu : ?

**COLLECTIF DÉTECTION**

20 SEPTEMBRE
Test physique
Lieu : Puteaux ?

11 OCTOBRE
Test technique
Lieu : ?

21 OU 23 DÉCEMBRE
Regroupement
Lieu : INSEP

8/9 FÉVRIER
Stage
Lieu : ?

5/6 AVRIL
Stage
Lieu : ?

**COLLECTIF JEUNESSE**

20 SEPTEMBRE
Test physique
Lieu : Puteaux ?

11 OCTOBRE
Test technique
Lieu : ?

8 NOVEMBRE
Regroupement
Lieu : ?

10 JANVIER
Regroupement
Lieu : ?

6 AVRIL
Regroupement
Lieu : ?

CALENDRIER NATIONAL

CAMP D'HIVER
Du 13 au 15 février 27

CAMP GYM EVAL
Du 9 au 12 avril 27

CAMP D'ÉTÉ
30 juin au 03 juillet 27

*** Sur sélection régionale : 2016,2017 & 2018 (avec 1 an d'avance)**



Les dates peuvent être susceptibles d'évoluer.
Les informations seront communiquées en amont de chaque événement.

FORMATIONS CONTINUES

PROGRESSER, PARTAGER ET PERFORMER



19/20
OCT 2026



PRÉPARATION PHYSIQUE



BARRES

Tours proches



INTERVENANTS
(à confirmer)



21 AU 23
DEC 2026



POUTRE

Préparation gymnique...



BARRES

Grands tours &
tours proches



SAUT

Approche au saut



INTERVENANTS
(Alisée Dal Santo)



INTERVENANTS
(à confirmer)



INTERVENANTS
(à définir)



8/9
FEV 2027



ACROBATIES AU SOL



INTERVENANTS
(à confirmer)



5/6
AVRIL 2027



PLANIFICATION



INTERVENANTS
(à confirmer)

**La présence des intervenants est prévue sous réserve de leur disponibilité.*



PROGRAMME RERJ

REVUE D' EFFECTIF RÉGIONAL DES JEUNES

La RERJ GAF (Revue d'Effectif Régionale des Jeunes) est une compétition organisée autour d'un programme spécifique visant à détecter, évaluer et accompagner les jeunes gymnastes à potentiel. Chaque région y engage une équipe de cinq gymnastes, composée d'une poussine de 9 ans (dernière année) et de benjamines âgées de 10 à 11 ans. Les régions peuvent également présenter quelques gymnastes en individuel.

En amont de la compétition, les participantes réalisent une série de tests physiques destinés à mesurer leurs qualités athlétiques. Lors de la compétition, un classement des équipes régionales est établi, ainsi qu'un classement individuel pour l'ensemble des gymnastes engagées. Pour les benjamines de 10 et 11 ans, ce classement constitue un enjeu majeur puisqu'il peut permettre une qualification au Championnat de France Élite.

Au-delà des résultats sportifs, la RERJ représente une étape importante dans le parcours de formation des jeunes gymnastes et contribue à leur préparation vers le haut niveau.

L'équipe sera établie à l'issue d'une sélective qui aura lieu le ?

CALENDRIER RERJ

SÉLECTION ÉQUIPE RÉGIONALE IDF

DATE	Mercredi 11 novembre 2026 ?
LIEU	à définir
HORAIRES	9h00 à 13h00
DATE BUTOIR ENGAGEMENTS (sur Engagym)	17 octobre 2026
PROGRAMME	REN et RERJ – Avenir
PUBLIC	Gymnastes nées en 2016, 2017 et 2018
FORMAT	5/5/4

REVUE D'EFFECTIF



4/5

décembre 2026

LIEU ?

Le classement de l'équipe s'effectue sur l'addition des quatre meilleures notes à chaque agrès mais avec obligatoirement une note de 2018 et une note de 2017 dans le total point.

Pas de classement si une équipe régionale n'a pas ces deux années d'âge représentées à chaque agrès.

NOUVEAU : GROUPE AVENIR

PÔLE ESPOIR GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE – IDF

Le Pôle Espoir Île-de-France accompagne les gymnastes vers le haut niveau et les prépare aux principales échéances nationales, notamment les Championnats de France Élite, ainsi qu'à une future intégration en Équipe de France Espoir et Junior.

Dans cette démarche, le Pôle Espoir s'inscrit dans une collaboration étroite avec les clubs formateurs et leurs entraîneurs, afin de construire un parcours cohérent et adapté au développement de chaque gymnaste.

NOUVEAU : Groupe avenir

Dans le cadre du Dispositif Régional d'Accession (DRA), un groupe avenir est mis en place au sein du pôle afin d'accompagner les jeunes gymnastes à fort potentiel et de les préparer progressivement aux exigences de la filière haut niveau.



OBJECTIFS

- ✓ Préparer progressivement les jeunes gymnastes aux exigences du haut niveau
- ✓ Développer les qualités techniques, physiques et motrices indispensables à une future intégration au Pôle Espoir
- ✓ Permettre aux gymnastes de découvrir progressivement l'environnement de la structure
- ✓ Construire un véritable travail de collaboration entre le Pôle Espoir, les clubs et les entraîneurs, dans l'intérêt du parcours de la gymnaste.

NOUVEAU : GROUPE AVENIR

PÔLE ESPOIR GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE – IDF



POUR QUI ?

Gymnastes nées en 2016 et 2017.
Possibilité d'intégrer des gymnastes
nées en 2018 présentant un
potentiel exceptionnel. Groupe
limité à 6 à 8 gymnastes afin de
garantir un accompagnement
individualisé.



QUAND ?

Chaque mercredi matin,
de 9h30 à 12h30,
au Pôle Espoir IDF - Meaux
(calendrier transmis)



COMMENT INTÉGRER LE GROUPE ?

L'intégration s'effectuera à partir des tests physiques régionaux et de l'analyse du potentiel de la gymnaste. Les résultats sportifs, les qualités physiques, la motivation et la capacité à s'inscrire dans un projet de performance seront également pris en compte.

Vous souhaitez en savoir plus ?

Les clubs, entraîneurs, parents et gymnastes intéressés peuvent dès à présent prendre contact afin d'échanger sur le fonctionnement du groupe, les modalités d'intégration ou le projet sportif.

Contact

Coralie Clarenn : Responsable du Pôle
Espoir GAF IDF
coralie_clarenn@hotmail.com



CONTACTS

Pour toute information complémentaire ou question, n'hésitez pas à nous solliciter.



CORALIE CLARENN

ENTRAÎNEURE PÔLE ESPOIR
IDF & RÉFÉRENTE PAS
RÉGIONAL GAF

✉ coralie_clarenn@hotmail.com

☎ 06 26 14 38 57



THOMAS THIBEDORE

DIRECTEUR TECHNIQUE
RÉGIONAL & RESPONSABLE
PAS RÉGIONAL

✉ thomas.thibedore@ffgym.fr

☎ 06 50 33 46 63



VALENTIN FURET

COORDONNATEUR
TECHNIQUE SECTEUR
PAS GAF IDF

✉ valentin-furet@crif-ffgym.fr

☎ 06 26 31 28 82



CÉLINE BODIN

COORDONNATRICE
ADMINISTRATIVE ET
COMMUNICATION

✉ celine-bodin@crif-ffgym.fr

☎ 06 82 48 65 99

COMITÉ RÉGIONAL ÎLE-DE-FRANCE

contact@crif-ffgym.fr

www.crif-ffgym.com