

BROCHURE TECHNIQUE

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

**COMITÉ RÉGIONAL
ÎLE-DE-FRANCE**

SAISON | **26
27**

WWW.CRIF-FFGYM.COM



TABLE DES MATIERES

TABLE DES MATIERES	2
MODIFICATIONS – RENTREE 2026	3
ORGANISATION DU COMITE REGIONAL IDF	5
COMPETITIONS	7
REGLEMENTATION GENERALE	29
PERFECTIONNEMENT	37
ACTIVITES DU POLE ESPOIR	42
FORMATIONS	44
CONTACTS	46
ANNEXES	49

MODIFICATIONS – RENTREE 2026

CF : modifications des modalités de passages des Mains-libres et des engins

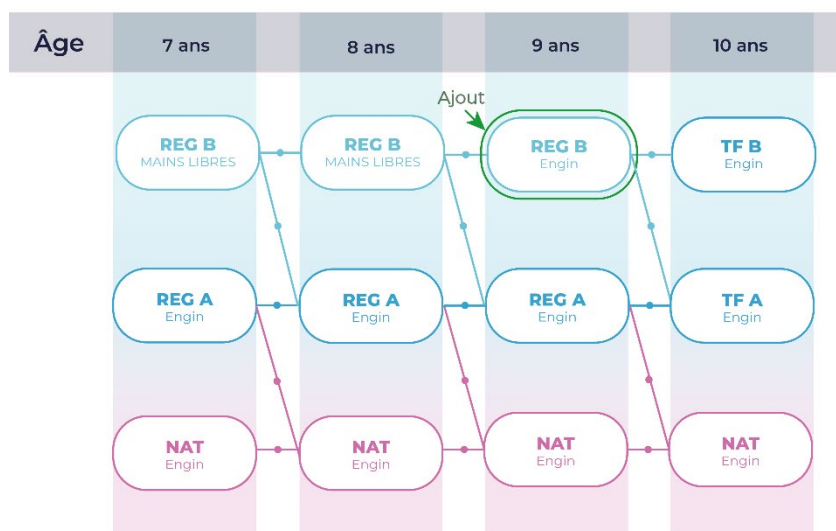
- Musiques imposées pour le ML et l'engin
- Passages sur un ½ praticable pour le ML et l'engin

Nouvelle catégorie :

Ajout de la catégorie REGIONALE B Ensemble 7-9 ans / Engin

Afin de répondre à une demande formulée par les clubs lors du congrès technique du 4 octobre 2026, il a été ajouté une catégorie ensemble REG B à l'engin pour les 7-9 ans, d'un contenu inférieur à celui des REG A. En effet cela permet de combler un petit manque dans cette filière.

Les détails techniques sont à retrouver page 24



Rappel : DATE LIMITE ENGAGEMENTS- 2ème partie de saison

- Prévisionnel obligatoire ➡ **15 octobre**
- Nominatif ➡ **le 30 octobre**

Attention cette date butoir est valable pour les engagements RUCHE 8-9 ans (Compétition régionale)

Sélection RERJ

La date butoir pour les engagements pour la sélection RERJ : 13 octobre 2026

Stage de perfectionnement Performance 7-9 ans

Ajouts des dates limites et des premières modalités d'inscription.

Brochures nationales en cours de validité

- GR - Règlement technique 2026-2027 – **05/10/2026**
- GR - Brochure des programmes FFGym 2026-2027 – **18/09/2026**
- GR - Brochure PAS 2026 (juin 26) V2 – **10/09/2026**
- GR_Code_FIG_amenage_2025-2028_aout2026_V2 – **10/09/2026**
- GR - Lettre FFGym 2026-2027 – **21/09/2026**

Tableau des engins

Il se trouve dans le règlement technique fédéral à la page 50

LES NORMES DES ENGINS

- » Normes FIG pour toutes les gymnastes Élite Junior et Senior.
- » Les Espoir suivent les normes FIG Junior.
- » Les Avenir suivent les normes des 10-11 ans niveau Performance.
- » Les détails sont sur le site de la FIG.

	CERCEAU	BALLON	MASSUES	RUBAN
NORMES FIG	80 à 90 cm (intérieur) poids 300 gr minimum	18 à 20 cm poids 400 gr minimum	40 à 50 cm 150 gr minimum	Longueur : 6 m minimum 35g minimum (5 m autorisés pour les juniors)

POUR LES NIVEAUX DE PRATIQUE FÉDÉRAL ET PERFORMANCE

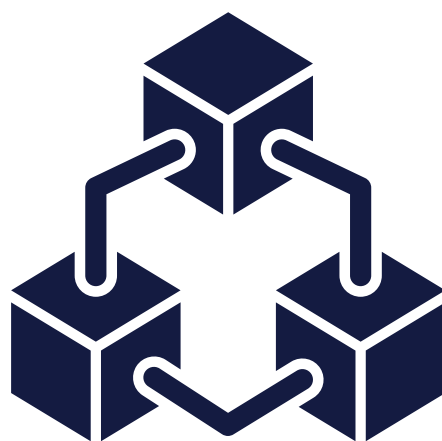
CATÉGORIES	CERCEAU	BALLON	MASSUES	RUBAN
7-9 ans	60 à 90 cm (intérieur) poids libre	14 à 20 cm poids libre	longueur libre poids libre	longueur 4 m mini poids libre
10-11 ans	65 à 90 cm (intérieur) poids libre	16 à 20 cm poids libre		
12-13 ans	70 à 90 cm (intérieur) poids libre	16 à 20 cm poids libre	longueur 35 cm mini poids libre	4 à 6 cm de large 5 m autorisé pour toutes les individuelles et équipes en Performance 4 m autorisé pour toutes les équipes FA/FB/FC
14-15 ans	70 à 90 cm (intérieur) poids libre	Normes FIG 16 à 20 cm poids libre en FB et FC	Normes FIG	5 m autorisé pour toutes les individuelles et les équipes en Fédéral et en Performance 4m en FB et FC
16 ans et +	Normes FIG	Normes FIG	Normes FIG	5 m autorisé pour toutes les individuelles et les équipes en Fédéral et en Performance Sauf en Nat A 18 et + et équipe Nationale : 6 m

- » Dans l'intérêt des gymnastes, il est conseillé d'utiliser les engins aux normes FIG le plus tôt possible.

Temps des enchainements

Bien vérifier vos musiques, certains temps ont été modifiés par la CNS en août.

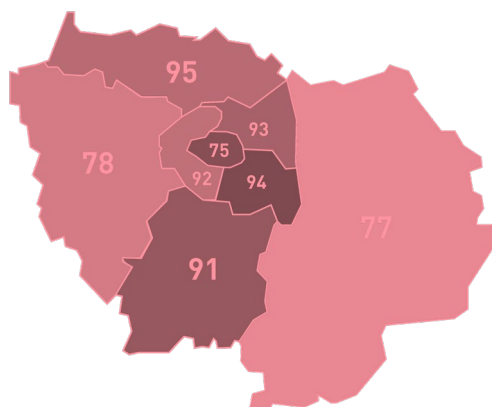
ORGANISATION DU COMITE REGIONAL IDF



L'ORGANISATION TERRITORIALE REGIONALE FRANCILIENNE



CARTOGRAPHIE DEPARTEMENTALE



CARTOGRAPHIE INTERDEPARTEMENTALE

Variable selon les engagements

COMPETITIONS



NOUVEAUTES

- Engagements : pré-engagements obligatoires au 30 septembre pour **tous les niveaux de la saison**.
- Modification du règlement concernant les forfaits.
- **Handi GR : programme en cours d'élaboration.**

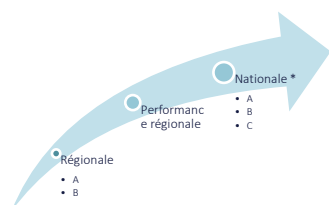
MODIFICATIONS DES PROPOSITIONS DE PROGRAMMES REGIONAUX

Il n'y aura pas de catégories individuels 7-9 ans de proposées autres que les programmes PAS (ex coupes formations) et le challenge RUCHE. Les catégories ensembles 7-9 ans sont maintenues.

GENERALITES

DÉCLINAISON DES DIFFÉRENTS NIVEAUX

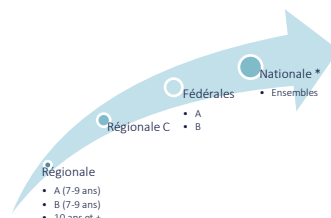
Les Individuels



Les équipes



Les Ensembles



Les Duos



***Finalité Nationale pour toutes les tranches d'âges hors 7-8-9 ans**

LES POSSIBILITES D'ENGAGEMENT

CONCORDANCE DES NIVEAUX DE PRATIQUE ENS/DUO/INDIV

Type	Filière	Catégorie	Possibilités (Lire en vertical)					
Individuels	Elite	Elite						
	Performance	Nationale A						
		Nationale B						
		Performance Régionale						
		Niveau 1 (Équipe)						
	Fédérale	Niveau 2 (Équipe)						
		Régionale A						
		Régionale B						
		Para GR						
Ensembles	Performance	Nationale équipe						
		Nationale Ensemble	1 seule ELITE					
		Nationale Duo	1 seule ELITE					
	Fédérale	Fédérale A						
		Fédérale B						
		Fédérale A Duo						
		Régionale Ensemble				1 seule REG A	1 seule REG A	
		Régionale Duo/Trio				1 seule REG A	1 seule REG A	
		Para GR			Voir réglementation			

TABLEAUX SYNOPTIQUES

INDIVIDUELS

Titre de la Compétition Catégories		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans	21 ans	22 ans et +	
		2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005 et avant	
	Challenge ruches		ML – Cer – Mas															
	Performance Régionale				Bal													
							Mas											
									Cer									
											Cer							
												Libre						
	Régionale A				Cer													
							Cer											
									Mas									
											Libre							
													Libre					
																	Libre	
	Régionale B				Bal													
							Cer											
									Cer									
											Libre							
													Libre					
	Para GR				En cours d'élaboration													

ENSEMBLES & DUOS ET DUOS/TRIOS

Catégories Titre de la Compétition		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et+
		2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009 et avant
	Régionale A ensemble	Bal											
	Régionale A duo	Bal											
	Régionale B Ensemble	Mains Libres											
		Mains Libres											
					Cer								
					Mas								
					Mas								
					Cer								
					Bal								
	Régionale B Duo/Trio *				Mas								
					Cer								
					Bal								
					Cer/Bal								
	Régionale C Ensemble				Bal/Mas								
					Bal/Rub								
					En cours d'élaboration								
	Para GR				En cours d'élaboration								

* deux duos ou deux duos/trios par club par catégorie

CALENDRIERS 2026/2027

CALENDRIER DES COMPETITIONS

INDIVIDUELS

	ELITE	NATIONAL A	COUPE NATIONALE A NATIONAL B	PERFORMANCE REGIONALE	REGIONAL A	REGIONAL B & PARA GR*	CHALLENGE RUCHE	COUPE NIVEAU 3 PROGRAM. PAS
Départements		Voir brochure départementale						
Interdépartements		6 et 7 Mars 2027	14 et 15 Novembre 2026	14 et 15 Novembre 2026	14 et 15 Novembre 2026	13 et 14 Mars 2027		28 Fév 27-étap 1 23 Mai 27-étap 2
Régionaux		3 et 4 Avril 2027	12 et 13 Décembre 2026	12 et 13 Décembre 2026	12 et 13 Décembre 2026		3 et 4 Avril 2027	
France	Du 6 au 9 Mai 2027		Du 29 au 31 Janvier 2027					
REJ	5 et 6 Décembre 2026							
Internationaux	Tournoi de Thiais 27 et 28 Mars 2027							

* en attente de validation fédérale

EQUIPES

	NATIONALES 1, 2, 3, 4, Junior	NIVEAUX 1 et 2
Départements	Voir brochure départementale	
Interdépartements	6 et 7 Mars 2027	21 et 22 Novembre 2026
Régionaux	3 et 4 Avril 2027	12 et 13 décembre 2026
France	Du 6 au 9 Mai 2027	Du 5 au 7 Février 2027

ENSEMBLES/DUOS/TRIOS

	ELITE	COUPE NATIONALE	NATIONAL (hors duos)	NATIONAL duos	TROPHEE Fédéral B	TROPHEE Fédéral A	REGIONAUX & PARA* GR
Départements		Voir brochure départementale					
Interdépartements		14 et 15 Novembre 2026	6 et 7 Mars 2027	6 et 7 Mars 2027	20 et 21 Mars 2027		13 et 14 Mars 2027
Régionaux		12 et 13 décembre 2026	3 et 4 Avril 2027	3 et 4 Avril 2027	24 et 25 avril 2027		15 et 16 Mai 2027
France		Du 29 au 31 Janvier 2027	Du 6 au 9 Mai 2027	29 et 30 Mai 2027		5 et 6 Juin 2027	
Internationaux	Tournoi de Thiais 27 et 28 Mars 2027						

* en attente de validation fédérale

CALENDRIER DES ENGAGEMENTS & TELECHARGEMENTS



LES ENGAGEMENTS PREVISIONNELS SONT OBLIGATOIRES



Lors des engagements nominatifs, seul un très faible ajustement des effectifs prévisionnels sera toléré (1 à 2 ajustements par catégorie).

Évènement	Public concerné	prévisionnel	nominatif
Individuels - COUPE NAT A, NAT B, PERF REG, REG A Équipes - Indiv N1 & N2 Ensembles - COUPES NAT N1 & N2		30 sept. 2026 Obligatoires	4 Oct. 2026
Individuels - NAT A, REG B, COUPES N2, N3 et N4 & PROGRAMMES PAS, CHALLENGE RUCHE, PARA GR Équipes - NAT 1, 2, 3 et 4, JUNIOR Ensembles/Trios/Duos - NAT, TFA et TFB, REG A et REG B, PARA GR		15 Oct. 2026 Obligatoires	30 Oct 2026
Chpt Interdépartemental Indiv NAT, Ens Cp NAT, REG A		Dès l'ouverture de l'évènement	30 oct. 2026
		Dès le département	8 nov. 2026
Chpt Interdépartemental Indiv équipes N1 et N2		Dès l'ouverture de l'évènement	6 nov. 2026
		Dès le département	15 nov. 2026
Chpt Régional Indiv NAT, Ens Cp NAT, REG A, équipes N1 et N2		Dès l'ouverture de l'évènement	27 nov. 2026
		Dès le département	6 déc. 2026
Coupes et Parcours PAS – étape 1		Dès l'ouverture de l'évènement	12 fév. 2027
		Dès l'ouverture des engagements	21 fév. 2027
Chpt Interdépartemental Indiv NAT A, Ens & équip NAT		Dès l'ouverture de l'évènement	19 fév. 2027
		Dès le département	28 fév. 2027
Chpt Interdépartemental Ens REG, PARA GR et Indiv REG B, PARA GR*		Dès l'ouverture de l'évènement	28 fév. 2027
		Dès le département	7 mars 2027
Chpt Interdépartemental TFA et TFB		Dès l'ouverture de l'évènement	5 mars 2027
		Dès le département	14 mars 2027
Chpt régional Indiv NAT A, Ens & équip NAT		Dès l'ouverture de l'évènement	19 mars 2027
		Dès le département	28 mars 2027
Chpt Régional Ens TFA et TFB		Dès l'ouverture de l'évènement	9 avril 2027
		Dès le département	18 avril 2027
Chpt Régional Ens REG et PARA* GR		Dès l'ouverture de l'évènement	30 avril 2027
		Dès le département	9 mai 2027
Coupes et Parcours PAS – étape 2		Dès l'ouverture de l'évènement	7 mai 2027
		Dès l'ouverture des engagements	16 mai 2027

* en attente de validation fédérale

PROGRAMMES

GENERALITES TECHNIQUES

MUSIQUES

Musiques : voir code de pointage en vigueur

TEMPS DES ENCHAINEMENTS

	Filière	Dénomination	Tps
Ensembles/Duos	 Performance	Équipe Nationale	2'15" à 2'30"
		Ensemble Nationale	2'00" à 2'30"
		Ensemble Nationale 7-9 ans	1'45" à 2'00"
		Duo Nationale (dont 7-9 ans)	1'45" à 2'00"
	 Fédérale	Fédérale A Ensemble	1'45" à 2'00"
		Fédérale B Ensemble	1'45" à 2'00"
		Fédérale A Duo	1'45" à 2'00"
		Régionale A Ensemble 7-9 ans	1'30" à 1'45"
		Régionale B Ensemble, Duo/Trio, Régionale B 7-9 ans Ensemble	1'30" à 1'45"
		Régionale C Ensemble	2'00 à 2'15"
	 Para GR	Para GR*	1'15" à 1'45"
Individuels	 Elite	Elite	1'15 à 1'30
	 Performance	Nationales A, B Performance régionale	1'00" à 1'30"
		Nationale 8-9 ans	
	 Fédérale	Niveau 1, niveau2, Régionales A et B	1'00" à 1'30"
		Coupes Niv 3 Programmes PAS niv 3	ML 1'00 à 1'15" Eng 45" à 1'00"

* en attente de validation fédérale

GUIDE POUR PARAMETRER LES MUSIQUES DANS DJGYM

Ecran DJGYM :

DÉTAIL D'UNE MUSIQUE

Dernière modification22/04/2024 16:24

DisciplineGR

AppareilCerceau

Type d'engagement*

Fichier*

☐ Individuel

☐ Equipe

☐ Ensemble

Aucune musique.

Cerceau

Massues

Corde

Ruban

Ballon

Mains Libres

Engin Libre

Multi engins

Compétition proximité

Titre du morceau*

Auteurs / Interprètes*

Maison d'édition*

Attention, si la catégorie du licencié ou de l'ensemble est « Engin Libre », veuillez à bien choisir cet engin à l'association de la musique

Paramétrages DJGYM		
Programmes	Appareil	Type d'engagement
Indiv avec « choix entre 2 engins »	Engin Libre	Indiv
Indiv avec « engin libre »	Engin Libre	Indiv
Indiv par équipe	Informations en septembre mais certainement engin du/de la gymnaste et équipe	
Ensemble avec 2 ou 3 types d'engin	Multi Engin	Ensemble
Ensemble Reg B 7-9 ans	Mains Libres	Ensemble
Indiv équipe Nationale	Engin Libre	Individuel
Ensemble équipe Nationale	Engin correspondant à la brochure	Ensemble

NE JAMAIS UTILISER « EQUIPE » EN TYPE D'ENGAGEMENT POUR LES EQUIPES NATIONALES OU LES ENSEMBLES/TRIOS/DUOS

Les noms des fichiers ne doivent pas comporter d'accents, d'espaces, ni de caractères spéciaux et ne pas être trop longs.

Insérer toujours un blanc de 1 à 2 secondes avant le début de l'enregistrement (signal sonore ou musique)

PROGRAMMES PAS, COUPES NIVEAUX 1, 2 ET 3

			
PUBLIC	NIVEAU	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Gymnastes né.e.s de 2020 à 2018	- CP1 : Clubs - CP2 : Départements - CP3 : Région - Prog PAS 1, 2, 3 et 4	Niveaux 2 & 3 : 2 étapes Niveau 4 : Indiv NAT dept/interdept/région 2 étapes	Engagement : 2 et 3 30 Oct 2026 PROG PAS N4 4 Oct. 2026 Compétitions : Niv 1 à 3 - Février à Mai. Niv 4 – Octobre à Mai

PROGRAMMES et NOTATIONS :

Contenu détaillé des niveaux 2, 3 et 4 à retrouver dans la brochure régionale coupe formation.

Niveaux	Engin	Module compétitif	Modules complémentaires
Niveau 1 (CF1)		Organisation à l'initiative des clubs	
Niveau 2 (CF2)		Voir brochure départementale	
Niveau 3 (CF3)	Massues	<u>Etape 1 :</u> • enchaînement M.L libre sur 1/2 praticable - musique imposée <u>Etape 2 :</u> • enchaînement M.L libre sur 1/2 praticable – musique imposée • Un enchaînement aux massues libre sur 1/2 praticable – musique imposée	<u>Etape 1 :</u> • 10 tests physiques • Tests techniques (ruban /cerceau) <u>Etape 2 :</u> Tests techniques (corde/ ballon)
Niveau 4 (CF4)		<u>Module compétitif (National 8-9 ans) :</u> départ – interdep – région • Un enchaînement M.L libre sur 1 praticable entier • Un enchaînement aux massues sur 1 praticable entier	<u>Etape 1 :</u> • 10 tests physiques • Tests techniques (ruban /cerceau) <u>Etape 2 :</u> • Tests techniques (corde/ ballon) • Tests difficultés corporelles

CHALLENGE RUCHE INDIVIDUEL

			
PUBLIC	NIVEAU	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Gymnastes né.e.s de 2019 à 2018	- Prog PAS 4 - AVENIR	Régional	Engagement : PROG PAS N4 30 Oct. 2026 Compétitions : Avril 2027

Catégorie	Engin	DB	DA	R	 1mn à 1mn30
7 – 9 ans	ML	8 DC			 Diff Corpo : Voir programme AVENIR
	MASSUES	5 DC	12 DA dont 1 grand Lancé ou rattrapé	1 à 3	 Diff Engin : Code FIG
	CER	5 DC	12 DA dont 1 grand Lancé ou rattrapé	1 à 3	 Artistique : Code FIG  Exécution : Code FFGym

PERFORMANCE REGIONALE INDIVIDUEL

			
PUBLIC	NIVEAU	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Tout public hors NA et NB finalistes en 2025-2026	Inférieur au Nationale B	Interdépartementale	Engagement : 4 Oct. 2026 Compétitions : Oct. à Déc.

PROGRAMMES et NOTATIONS :

Catégorie	Engin	DB	DA	R	 1mn à 1mn30  Diff Corpo : Code FIG  Diff Engin : Code FIG  Artistique : Code FIG ☆☆☆ Exécution : Code FIG
10/11 ans	Ballon	6 max Comptabilisées	10 max Ordre chronologique	2 max	
12/13 ans	Massues	6 max Comptabilisées	10 max Ordre chronologique	2 max	
14/15 ans	Cerceau	6 max Comptabilisées	10 max Ordre chronologique	2 max	
16/17 ans	Cerceau	7 max Comptabilisées	12 max Ordre chronologique	3 max	
18 ans et +	Libre	7 max Comptabilisées	12 max Ordre chronologique	3 max	

N1 ET N2 : FINALES INDIVIDUELS PAR ENGIN

PUBLIC	NIVEAU	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Gymnastes issu.es d'une équipe N1 et N2 non qualifié.e.s en chpt régional	Equipes N1 et N2	Régionale	Engagement : 4 Oct. 2026 Compétition : 12 et 13 Décembre 2026

PROGRAMMES et NOTATIONS :

Catégorie	Engin	DB	DA	R
N1 13 ans et -	4 finales Cer / Bal Mas/Rub	Voir brochure nationale		 1mn à 1mn30
N1 14 / 17 ans	4 finales Cer / Bal Mas/Rub			 Diff Corpo : Code FFGym
N1 18 ans et +	4 finales Cer / Bal Mas/Rub			 Diff Engin : Code FFGym tableaux N1 & N2
N2 13 ans et -	4 finales Cer / Bal Mas/Rub			 Artistique : Code FFGym
N2 14 / 17 ans	4 finales Cer / Bal Mas/Rub			★★★
N2 18 ans et +	4 finales Cer / Bal Mas/Rub			Exécution : Code FFGym

⚠ Les gymnastes concourent dans les finales des catégories pour lesquelles elles se sont qualifié.e.s (exemple : un.e gymnaste de 14 ans engagé.e dans une équipe 18 ans et +, sera qualifié.e en finale 18 ans et +).

REGIONALE A INDIVIDUEL

			
PUBLIC	NIVEAU	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Hors NAT A, NAT B et finalistes France NAT C 25/26	Inférieur au fédéral individuel	Interdépartementale Ou Régionale suivant les engagements	Engagement : 4 Oct. 2026 Compétitions : Oct. à Nov. ou Déc

PROGRAMMES et NOTATIONS :

Catégorie	Engin	DB	DA	R	 1mn à 1mn30  Diff Corpo : Code aménagé FFGym  Diff Engin : Code aménagé FFGym  Artistique : Code aménagé FFGym Tableaux N1 & N2  Exécution : Code aménagé FFGym
10/11 ans	Cerceau	5 max Comptabilisées	7 max Ordre chronologique	2 max Groupes 1 à 5	
12/13 ans	Cerceau	5 max Comptabilisées	7 max Ordre chronologique	2 max Groupes 1 à 5	
14/15 ans	Massues	5 max Comptabilisées	7 max Ordre chronologique	2 max Groupes 1 à 5	
16/17 ans	Libre	5 max Comptabilisées	7 max Ordre chronologique	2 max Groupes 1 à 5	
18/21 ans	Libre	5 max Comptabilisées	7 max Ordre chronologique	2 max Groupes 1 à 5	
22 ans et +	Libre	5 max Comptabilisées	7 max Ordre chronologique	2 max Groupes 1 à 5	

La notation et les pénalités éventuelles en DB et DA sont celles du Code FFGYM Aménagé.

REGIONALE B INDIVIDUEL

PUBLIC	NIVEAU	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Hors NAT A, NAT B, NAT C et finalistes France FEDERAL 25/26	Inférieur au régionale A individuel	Interdépartementale	Engagement : 30 oct. 2026 Compétitions : Fév. à Mars

PROGRAMMES et NOTATIONS :

Catégorie	Engin	DB	DA	R	 1mn à 1mn30
10/11 ans	Ballon	4 max Comptabilisées	6 max Ordre chronologique	1 max (Pas de minimum) Groupes 1 à 5	 Diff Corpo : 0,10 pour 10/17 ans 0,20 pour 18 ans et + Diff Engin : Code aménagé FFGym Artistique : Code aménagé FFGym Tableau régional Exécution : Code aménagé FFGym
12/13 ans	Cerceau	4 max Comptabilisées	6 max Ordre chronologique	1 max (Pas de minimum) Groupes 1 à 5	
14/15 ans	Cerceau	4 max Comptabilisées	6 max Ordre chronologique	1 max (Pas de minimum) Groupes 1 à 5	
16/17 ans	Libre	4 max Comptabilisées	6 max Ordre chronologique	1 max (Pas de minimum) Groupes 1 à 5	
18 ans et +	Libre	4 max Comptabilisées	6 max Ordre chronologique	1 max (Pas de minimum) Groupes 1 à 5	

La notation et les pénalités éventuelles en DB et DA sont celles du Code FFGYM Aménagé.

REGIONALE A ENSEMBLE

			
PUBLIC	EFFECTIF	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Gymnastes à partir de 7 ans Pas de niveau CF exigé	Exercice en Ensemble de 4 à 6 gymnastes dont les remplaçant.e.s	Régionale	Engagement : 30 oct. 2026 Compétitions : Fév. à Mai

Catégorie	Engin	DB	DA	 1mn30 à 1mn45
REG A 7/9 ans	Ballon	3DB + 2DE	4 min à 7 max 2 CR autorisées	 Diff Corpo : Code aménagé FFGym 1 Risque max  Diff Engin : Code aménagé FFGym  Artistique : Code aménagé FFGym Niveau TFA 2 chgts dynamiques  Exécution : Code aménagé FFGym

La notation et les pénalités éventuelles en DB et DA sont celles du Code FFGYM Aménagé.

REGIONALE A DUO/TRIO

			
PUBLIC	EFFECTIF	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Gymnastes à partir de 7 ans Pas de niveau CF exigé	Exercice en Ensemble de 2 à 3 gymnastes dont les remplaçant.e.s	Régionale	Engagement : 30 oct. 2026 Compétitions : Fév. à Mai

Catégorie	Engin	DB	DA	1mn30 à 1mn45
REG A 7/9 ans	Ballon	3DB + 2DE	4 min à 8 max 2 CR autorisées  Seulement 2 actions requises pour les CC <u>en duo*</u>	  Diff Corpo : Code aménagé FFGym 1 Risque max  Diff Engin : Code aménagé FFGym  Artistique : Code aménagé FFGym Niveau TFA 2 chgts dynamiques  Exécution : Code aménagé FFGym

La notation et les pénalités éventuelles en DB et DA sont celles du Code FFGYM Aménagé.

**que pour les programmes Île-de-France*

REGIONALE B ENSEMBLE

			
PUBLIC	EFFECTIF	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Gymnastes à partir de 7 ans Pas de niveau CF exigé	Exercice en Ensemble de 4 à 6 gymnastes dont les remplaçant.e.s	Régionale	Engagement : 30 oct. 2026 Compétitions : Fév. à Mai

Catégorie	Engin	DB	DA	
REG B 7/8 ans	Mains Libres	3 max	4 min à 7 max CC corps/corps 2 CR max autorisées 2 Risques obligatoires	 1mn30 à 1mn45  Diff Corpo : Valeur 0,10 Risque interdit pour les catég. 10 ans et +  Diff Engin : Code aménagé FFGym Niveau TFB  Artistique : Code aménagé FFGym TFB  Exécution : Code aménagé FFGym
REG B ML 7/9 ans	Mains Libres	3 max	4 min à 7 max CC corps/corps 2 CR max autorisées 2 Risques obligatoires	
REG B Engin 7/9 ans	Ballons	3DB + 1DE	3 min à 6 max Min 1CC et 1 C double flèche* – CR autorisé mais non valorisée	
REG 10/11 ans	Cerceaux	3DB + 1DE	4 min à 7 max Min 1CC et 1 C double flèche – CR autorisé mais non valorisée	
REG 13 ans et -	Massues	3DB + 1DE	4 min à 7 max Min 1CC et 1 C double flèche – CR autorisé mais non valorisée	
REG 15 ans et -	Massues	3DB + 2DE	4 min à 7 max Min 1CC et 1 C double flèche – CR autorisé mais non valorisée	
REG TC*	Cerceaux	3DB + 2DE	4 min à 7 max Min 1CC et 1 C double flèche – CR autorisé mais non valorisée	

* manque de hauteur toléré pour les ensembles 7-9 ans

La notation et les pénalités éventuelles en DB et DA sont celles du Code FFGYM Aménagé.

REGIONALE B DUO /TRIO

			
PUBLIC	EFFECTIF	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
Gymnastes de 10 ans et + Non engagé.e.s en 25/26 en Fédéral et +	Exercice en Ensemble de 2 à 3 gymnastes dont les remplaçant.e.s	Régionale	Engagement : 30 Oct. 2026 Compétitions : Fév. à Mai



Restriction : maximum deux Duos/Trios par catégorie, par club peuvent être engagés

Min 1CC et 1 C double flèche				
Catégorie	Engin	DB	DA	 1mn30 à 1mn45
REG 10/11 ans	Ballon	3DB + 1DE	4 min à 7 max 1 CR autorisée max mais non valorisée  Seulement 2 actions requises pour les CC <u>en duo</u>	 Diff Corpo : Valeur 0,10 Risque interdit  Diff Engin : Code aménagé FFGym  Artistique : Code aménagé FFGym Niveau TFB  Exécution : Code aménagé FFGym
REG 13 ans et -	Massues	3DB + 1DE		
REG 15 ans et -	Cerceaux	3DB + 2DE		
REG TC	Ballon	3DB + 2DE		

La notation et les pénalités éventuelles en DB et DA sont celles du Code FFGYM Aménagé.

****que pour les programmes Île-de-France***

REGIONALE C ENSEMBLE

			
PUBLIC	EFFECTIF	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
	Exercice en Ensemble de 6 à 10 gymnastes dont les remplaçant.e.s	Régionale	Engagement : 30 Oct. 2026 Compétitions : Fév. à Mai

Catégorie	Engin	DB	DA	 2mn00 à 2mn15
10/12 ans	Cerceau/Ballon	1 DB par partie 1 DE par partie	2 à 3 collaborations différentes par partie 1 type de chaque collaboration minimum dans l'enchaînement CR autorisées	 Diff Corpo : Valeur 0,10 pt à 0,20 pt
15 ans et -	Ballon/Massues			 Diff Engin : Code aménagé FFGym
REG TC*	Ballon/Ruban			 Artistique : Code aménagé FFGym Niveau TFA  Exécution : Code aménagé FFGym

La notation et les pénalités éventuelles en DB et DA sont celles du Code FFGYM Aménagé.

PARA GR ENSEMBLE

				
PUBLIC	EFFECTIF	NIVEAU	FINALITÉ	ÉCHÉANCES
		Adaptable	Interdépartementale	Engagement : Compétitions :

PROGRAMMES et NOTATIONS :

Code aménagé Handi en cours d'élaboration – programme en attente de validation fédérale



EQUIPE REGIONALE REVUE D'EFFECTIF JEUNESSE

TESTS DE SELECTION

- **Public** : Gymnastes engagées dans la catégorie Individuel « Nationale » 10 ou 11 ans.
- **Organisation** : En 3 étapes : 1 test + 1 stage d'une journée + 1 test

PROTOCOLE REGIONAL de CONSTITUTION de L'EQUIPE ILE-DE-FRANCE :

Il est à présent à l'initiative de chaque club de proposer et d'engager ses gymnastes 10 et 11 ans pour ces tests.

Première étape de la sélection :

- **Type** : test noté en conditions de compétition (2 enchaînements notés par un jury complet)
- **Inscription** : chaque club peut inscrire ses gymnastes sur Engagym pour participer à ce test
- **Objectif** : sélectionner 6 gymnastes
- **Modalité** : Cet évènement est un test, pas une compétition. Il n'y aura pas de sélection sèche. Les notes obtenues lors des passages ainsi que le potentiel et la qualité du contenu technique de la/le gymnaste seront pris en compte. Sélection annoncée après réunion de concertation des juges et des membres de la commission PAS
- **Obligation** : Le club s'engage à fournir un juge de niveau 3 minimum

Deuxième étape de la sélection :

- **Type** : stage d'observation
- **Objectif** : évaluer les 6 gymnastes qui constitueront l'équipe

Troisième et dernière étape de la sélection :

- **Type** : test noté en condition de compétition (2 enchaînements)
- **Objectif** : définir les 4 gymnastes titulaires et les 2 gymnastes remplaçant.e.s
Modalités : tout comme le test précédent, les notes obtenues lors des passages ainsi que le potentiel et la qualité du contenu technique de la gymnaste seront pris en compte
- **Jury** : juges convoqué.es pris.es en charge par le **Comité régional IDF**.

1^{er} Test

- **Lieu** : Gymnase Michel Ricard, 15 rue Henri Sainte-Claire Deville, 92500 Rueil-Malmaison
- **Date** : dimanche 18 octobre 2026
- **Horaires** : 9h00 à 12h00
- **Date limite d'inscription** : **13 octobre 2026**

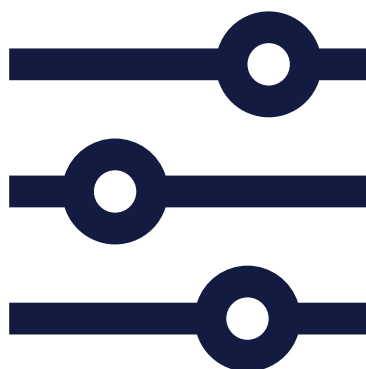
Journée de stage

- **Lieu** : Gymnase Michel Ricard, 15 rue Henri Sainte-Claire Deville, 92500 Rueil-Malmaison
- **Date** : dimanche 18 octobre 2026
- **Horaires** : 13h30 – 17h30

2^{ème} Test

- **Lieu** : à définir
- **Date** : Weekend des interdep indiv, 21 ou 22 Novembre 2025

REGLEMENTATION GENERALE



ENGAGEMENTS

ENGAGER DES GYMNASTES

COMMENT S'ENGAGER

Les engagements s'effectuent uniquement sur le site de la FFGym dans l'espace club.

- Pour les pré-engagements : Le club doit être affilié
- Pour les engagements nominatifs : Les gymnastes doivent être licenciés (licence demandée et validée).

COMMENT VERIFIER SES ENGAGEMENTS

- Sur EngaGym, cliquez sur la vignette « Paiement des engagements »



Somme acquitée	Imprimer	Consulter le détail de la facturation
80.00		
00.00		Payer

- Puis sur la loupe « consulter le détail de la facturation » de la ligne de l'évènement correspondant :

Ensembles / groupes	Équipes d'ensembles	Tarif	Somme due
1		40.00	40,00
1		40.00	40,00

Total: 80,00 €

[VOIR LE REÇU](#) [VOIR LE RÉCAPITULATIF](#) [RETOUR](#)

- Puis cliquez sur « Voir le récapitulatif »

COMMENT MODIFIER SES ENGAGEMENTS

Toute modification de composition d'un ensemble doit être faite via l'extranet Fédéral jusqu'à 10 jours avant la compétition.

DECLARER UN FORFAIT

Tout forfait doit être déclaré dans l'application ENGAGYM

IMPORTANT : Le motif est obligatoire

REGLEMENTATION CONCERNANT LES FORFAITS

Les gymnastes et/ou équipes, qualifié.e.s pour une compétition Interdépartementale et/ou Régionale, sont considéré.e.s comme engagé.e.s. Il appartient à chaque club de déclarer forfait au **Comité régional IDF** en cas de non-participation en passant par le logiciel ENGAGYM :

FORFAIT	DROITS D'ENGAGEMENTS	AMENDE	PRÉSENCE DU JUGE
Déclaré au moins 1 mois avant la compétition	NON	NON	NON
Déclaré au moins 1 mois avant la compétition avec demande de repêchage	OUI	NON	NON
Déclaré moins de 1 mois et plus de 10 jours avant la compétition	OUI	NON	OUI*
Déclaré dans les 10 jours, justifié par un certificat médical	OUI	NON	OUI*
Non déclaré ou déclaré dans les 10 jours et non-justifié	OUI	OUI	OUI*
Dans le cas d'un certificat remis dans les 5 jours après la compétition, l'amende ne sera pas encaissée.		Tarif : Équipe : 80 € Indiv : 20 € Duo : 25 € Trio : 30 €	<i>*sauf accord préalable avec le responsable des juges de la compétition</i>

CERTIFICAT MEDICAL

- À fournir en pièce jointe lors de la déclaration sur l'Extranet ou
- À envoyer **UNIQUEMENT** par mail à Mme Danièle AYEL : daniele-ayel@crif-ffgym.fr, au plus tard le mardi suivant la compétition. Indiquer le club, la catégorie et le niveau de la gymnaste concernée.

DEMANDES DE REPECHAGES

- Les demandes de repêchage fondées sur des motifs non valables ou non justifiés ne seront pas acceptées.
- Il n'y aura pas de repêchage si la case n'a pas été cochée.

QUAND ET COMMENT REGLER SES ENGAGEMENTS

- Niveaux Interdépartemental et Régional (**Comité régional IDF**)
 - a. Le paiement des engagements s'effectue à **réception de facture**.
 - b. Paiement auprès du **Comité régional IDF**:
 - Virement (IBAN : FR76 1027 8062 1400 0201 1450 175 - BIC : CMCIFR2A)
 - **E-paiement** : directement via EngaGym (Cf. Guide des clubs)
 - Carte Bleue : sur le site du **Comité régional IDF** : www.crif-ffgym.com

TARIFS DES ENGAGEMENTS

Type	Interdépartements	Régions
Ensemble	22 €	24 €
Duo/Trio	17 €	21 €
Equipe 2 gym.	24 €	
Equipe 3 à 4 gym.	34 €	
Individuel	11 €	19 €
CF3-CF4	6 €	

QUEL DOCUMENT DEMANDER À VOS ADHÉRENTS

QUESTIONNAIRE
DE SANTE



CERTIFICAT
MEDICAL

Licenciés mineurs

nouvelle licence ou renouvellement
loisirs ou en compétition filière fédérale

NON à toutes
les questions

OUI à une
des questions

ATTESTATION
de réponse au questionnaire
à fournir chaque année

CERTIFICAT MEDICAL
de - 6 mois

Licenciés majeurs

nouvelle licence ou renouvellement
licence loisirs ou en compétition filière
fédérale ou encadrant/dirigeant/juge

CERTIFICAT MEDICAL

mention «en compétition» si concerné
de - 1 an

⚠ à renouveler tous les 3 ans

Licenciés Performance/Elite

⚠ bloquant sur ENGAGym si certificat
médical manquant ou non valide ⚠

CERTIFICAT MEDICAL
chaque année



Télécharger le questionnaire médical
et l'attestation de réponse



SECTEUR JUGEMENT

OBLIGATIONS DU JUGE :

- Être en possession de la licence de la saison en cours
- Juger 1 fois dans l'année
- Être à jour des recyclages
- Être présent à la réunion de juge (visio ou présentiel)
- Vérifier auprès des responsables de son club ou du club pour lequel il va officier, que son engagement a bien été réalisé dans Engagym pour la mise à jour de son e-carnet
- Être en tenue officielle
- Réviser les catégories concernées
- Un bon juge et un bon entraîneur doivent posséder : (pour se les procurer voir annexes)
 - La brochure technique FFG GR de l'olympiade en cours
 - La lettre FFGYM GR de la saison en cours
 - La brochure technique G.R. de l'Ile de France de la saison en cours
 - Le code de pointage G.R. – édition en vigueur – et les lettres de la FIG
 - La brochure des Coupes Formations de la saison en cours

OBLIGATIONS DU CLUB :

- Un à 2 juges par club sont obligatoires selon la configuration de la compétition. Un club peut présenter un juge différent à chaque rotation.
- En Interdépartemental et en région, les juges de niveaux 3 et 4 seront prioritaires.
- Note : Les jurys peuvent être modifiés après parution. Consulter régulièrement les sites pour d'éventuelles modifications.
- Absence de Juge : Amende (250 € aux niveaux Interdépartemental et régional d'Ile de France), sinon l'équipe ou l'ensemble ou le duo/trio ou l'individuel ne concourt pas et des sanctions sont possibles pour la saison suivante (référence au cahier des charges des compétitions Régionales téléchargeable sur le site de la Région IDF).
- Présence dans les jurys : obligation de présenter un juge durant toute la durée de la demi-journée de présence de gymnastes.
- L'organisation de la compétition peut amener un juge à noter une catégorie dans laquelle il n'y a aucune gymnaste de son club. Les juges peuvent être inclus dans les jurys le même jour de présence que les gymnastes de son club. Toutefois, cela peut être à des heures différentes.
- Constitution des jurys en finale nationale : Voir Brochure Technique Nationale

ENGAGER DES JUGES

QUAND ENGAGER DES JUGES

- Pour les compétitions interdépartementales et régionales, il sera demandé à chaque club d'engager son juge avant la date de forclusion de la compétition concernée.
- *Conseil : engagez vos juges le plus tôt possible. Engagym sera ouvert pour les juges dès la création des évènements.*

COMMENT ENGAGER DES JUGES

- **Engagement en compétition : Impérativement s'engager via Engagym.**
- La ligne est la même que celle de la compétition concernée

Ne pas attendre que le dossier de la compétition soit diffusé, vous pourrez **engager vos juges dès que la compétition apparait dans Engagym. Les dates butoirs sont celles indiquées en début de brochure.** Des courriels vous annonçant l'ouverture et la fermeture des engagements des juges vous seront envoyés.

C'est le responsable qui élabore les jurys. Les juges n'ont pas le choix de lieux, de catégories, ni d'affectation dans les différentes rubriques de jugement (DB, DA, ART, EXE). Ils sont positionnés en fonction de leur niveau.

Si un club est présent dans une seule catégorie d'une demi-journée, il devra néanmoins fournir un juge durant toute la durée de cette demi-journée. Et cela même si l'inscription du juge n'a été faite que sur cette catégorie.

Exemple :

Un club a engagé 3 gymnastes FED indiv 10/11 ans et 1 gymnaste FED indiv 14/15 ans

Les horaires de la compétition seraient :

- 9h30 – 10h30 FED 12/13 ans
- 11h10 – 12h00 FED 10/11 ans
- 12h40 – 13h15 FED 14/15 ans

Le club a engagé un juge de 11h10 à 12h00 et de 12h40 à 13h15.

Le responsable des juges pourra demander au club de fournir un juge de 9h30 à 10h30. Il ne sera pas possible de dire : « vous avez commis une erreur, je n'ai pas engagé de juge sur la première rotation ».

Par suite des abus de certains clubs par rapport aux juges non fournis cette année, le comité technique appliquera les amendes systématiquement en cas d'absence de juge non justifiée par un document (convocation, certificat médical).

Les justificatifs d'absence devront être **envoyés à la responsable** des juges de la compétition **et** à **Danièle AYL** (danièle-ayel@crif-ffgym.fr), au plus tard le mardi suivant la compétition

ABSENCE DE JUGES

Un retard à la réunion de juges est considéré comme une absence. En cas de forfait de gymnaste ou d'équipe, le club doit fournir le juge demandé, sauf accord préalable avec le responsable des juges.

Dans le cas contraire, il sera demandé le paiement d'une amende de 250 €

INFORMATIONS GENERALES

CONTROLE DES LICENCES

- La licence avec photo sera contrôlée lors de toutes les compétitions (papier ou e-licence).

Pour faire suite à la réglementation fédérale, les contrôles des licences sont obligatoires avant le début des compétitions. Cependant si le/la gymnaste n'apparaît pas dans la base informatique (demande tardive effectuée par le club, par exemple) :

- Déclaration sur l'honneur
- Paiement d'une amende de 10,00€
- Disqualification et amende de 160€ en cas de fausse déclaration

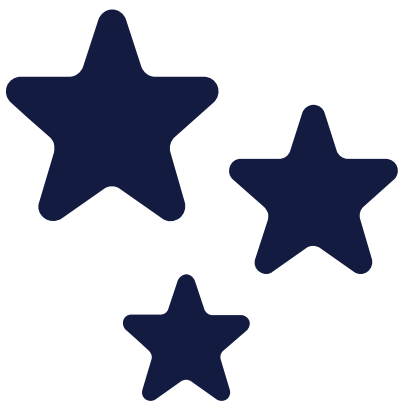
- Autres cas

Se reporter à la brochure générale des Règlements Techniques FFG en cours.

TARIFS D'ENTREE EN COMPETITION :

- Compétitions Interdépartementales : 5 €
- Compétitions Régionales : 5 €
- Gratuit pour les licenciés et les moins de 10 ans

PERFECTIONNEMENT



DISPOSITIF DRAE

Dispositif Régional Accession Excellence

Le dispositif des RUCHES accompagne les gymnastes prometteur.se.s dans cadre d'entraînement renforcé, en complément de leur club. Il est structuré en trois niveaux

1	2	3
NIVEAU 1	NIVEAU 2	NIVEAU 3
25 gymnastes (2 lieux)	8 gymnastes	6 gymnastes
2h30 de cours + 1h00 de danse	5h00 de cours + 2h30 de danse	11h00 de cours + 2h30 de danse
450€	850€	2800€



SÉLECTION

Les critères d'entrée dans les Ruches sont établis par la référente PAS GR, en lien avec les entraîneurs du pôle Espoirs, les résultats observés lors des tests et stages DRA. Le test d'intégration des Ruches a lieu courant avril / mai

Responsable du DRAE en Île-de-France : Laetitia Sauzède – 06 20 60 24 02 – laetisauzede@gmail.com

Intervenantes : Julie Duboc, Chloé Dlgard, Coralie Alvarez, Lolita Kudriavtseva, Tatiana Seliverstova, Iryna Nekhoroshkova, Laetitia Sauzède.

INSCRIPTION RUCHE 2026-2027

TESTS DE RECRUTEMENT : « RUCHE » SAISON 2027-2028

- Public : Gymnastes désirant intégrer le programme « Ruche » - né.e.s en 2017-2018-2019
- Lieu : à définir
- Date : samedi 25 avril 2027
- Horaires : 9h à 12h30

INSCRIPTIONS :

- Auprès du **Comité régional IDF** sur convocation à l'issue de test

STAGES P.A.S.

DATES

STAGE N°1 D'AUTOMNE

- **Public** : sur convocation Comité régional IDF
- **Dates** : du 26 octobre au 30 octobre 2026
- **Lieu** : Porto
- **Modalité** : avec hébergement

STAGE N°2 D'HIVER

- **Public** : sur convocation Comité régional IDF
- **Dates** : du 8 février au 10 février 2027
- **Lieu** : Centre Sportif Jean-Louis MOULIN, rue Montespan, 91000 EVRY-COURCOURONNE
- **Horaires** : de 9h00 à 17h30
- **Modalité** : avec hébergement

STAGE N°3 DE PRINTEMPS

- **Public** : sur convocation Comité régional IDF
- **Dates** : du 5 avril au 7 avril 2027
- **Lieu** : Centre Sportif Jean-Louis MOULIN, rue Montespan, 91000 EVRY-COURCOURONNE
- **Horaires** : de 9h00 à 17h30
- **Modalité** : avec hébergement

INSCRIPTIONS

- L'inscription s'effectue après convocation via le site du **Comité régional IDF**. Le lien sera inséré dans la convocation.



FILIERE PERFORMANCE

STAGE DE PERFECTIONNEMENT PERFORMANCE 7-9 ANS

- **Public** : gymnastes engagé.e.s dans le programme PAS niveau 3 ou 4 ou dans le programme 7-9 ans « nationale » individuels
- **Organisation** : sans hébergement
- **Inscription** : via Engagym
- **Tarif** : à venir

STAGE N° 1

- **Date** : 6 et 7 février 2027
- **Horaires** : 9h30 – 17h30
- **Lieu** : à définir
- **Date limite d'inscription** : **22 janvier 2027**
 - **Nom de l'évènement dans Engagym** : STAGE 1 - PERFECTIONNEMENT PERFORMANCE 7-9 ANS
 - **Catégorie à choisir** : CHALLENGE RUCHE 7/9 ans

STAGE N° 2

- **Date** : 17 et 18 avril 2027
- **Horaires** : 9h30 – 17h30
- **Lieu** : à définir
- **Date limite d'inscription** : **19 mars 2027**
 - **Nom de l'évènement dans Engagym** : STAGE 2 - PERFECTIONNEMENT PERFORMANCE 7-9 ANS
 - **Catégorie à choisir** : CHALLENGE RUCHE 7/9 ans

STAGE DE PERFECTIONNEMENT : INDIVIDUELS 10 ET 11 ANS NATIONALE A ET B FINALISTES

- **Public** : gymnastes de 10 et 11 ans des catégories « NATIONALES A et B », qualifié.e.s à la finale de janvier 2027
- **Organisation** : sans hébergement
- **Lieu** : à définir
- **Dates** : 19 et 20 décembre 2026
- **Horaires** : 9h30 – 17h30

STAGE DE PERFECTIONNEMENT : INDIVIDUELS QUALIFIE.E.S EN FINALE

- **Organisation** : sans hébergement
- **Lieu** : à définir
- **Dates** : 19 décembre 2026
- **Horaires** : 9h30 – 17h30



- Chaque département est tenu d'organiser des regroupements en adéquation avec la Coupe Formation. Se reporter au plan d'action départemental.

STAGE DE PERFECTIONNEMENT : INDIVIDUELS QUALIFIEES EN FINALE

- Organisation : sans hébergement
- Lieu : à définir
- Dates : 19 décembre 2026
- Horaires : 9h30 – 17h30

ACTIVITES DU POLE ESPOIR





Le Pôle Espoir GR d'Île-de-France est situé au CREPS Île-de-France de Chatenay-Malabry (Centre de ressources et d'expertise pour la Performance Sportive).

Cette organisation permet des suivis scolaires et médicaux optimisés et de qualité, à limité et sécurisé les temps de trajets.

- La scolarité : Établissements scolaires et universitaires à proximité du CREPS.
- Le suivi médical : Au sein du CREPS dans un Centre de Santé.
- Hébergement et restauration : Internat et cantine au sein du CREPS.
- Entraînements : À Thiais, au CREPS et à Évry
- Transport des athlètes : Navettes (minibus avec chauffeur)
- Entraîneurs : Iryna Nekhoroshkova et Océane Charoy

FORMATIONS



CADRES ET JUGES

BROCHURE DES FORMATIONS

RECOMMANDATIONS

Toutes les informations sur les formations de juges et de cadres se trouvent dans la brochure des formations de la Région Île-de-France : [Site du Comité régional IDF](#)

Seront organisées entre autres cette saison :

- Les formations de juges **niveau 1, niveau 2 et niveau 3**
- Les formations d'aide-animateurs
- Les formations d'animateurs
- La formation professionnelle
- Les formations continues

CONTACTS



COMITE TECHNIQUE REGIONAL

<i>Vice-Présidente</i>	Danièle AYEL	06 60 46 39 31 daniele-ayel@crif-ffgym.fr
<i>Référente Technique Régionale GR</i>	Pascale ARNAUD	CRIFGYMGR@crif-ffgym.fr
<i>Responsable Secteur CF/PAS</i>	Laetitia SAUZEDE	06 20 60 24 02 laetitiasauzede@gmail.com
<i>Responsable Formation Cadres</i>	Manon LE BEHEREC	06 72 29 71 53 manon.lebeherec@gmail.com
<i>Responsable des Juges</i>	Candice ORTHET	06 15 36 09 58 candice.orthet@laposte.net
<i>Secteur Formation Cadres</i>	Sophie BATUT	06 19 05 03 70 sobatut@gmail.com
<i>Secteur CF/PAS</i>	Marie DOMINGUES GONCALVES	06 67 87 38 19 mariemolinier@yahoo.fr
<i>Secteur CF</i>	Aurore HADET	06 58 68 24 59 aurore.hadet@gmail.com

<i>Conseillère Technique Régionale</i>	Muriel BRUNO	01 72 67 40 04 - 06 30 32 91 06 muriel-bruno@crif-ffgym.fr
<i>Responsable secteur Handi au CTR GR IDF</i>	Chrystel LEBoulZEC	06 10 17 54 57 gr.cd94.ffgym@gmail.com
<i>Superviseuse DRA Entraîneur Pôle Espoir GR IDF</i>	Océane CHAROY	06 12 19 88 99 Oceane-charoy@crif-ffgym.fr
<i>Entraîneur Pôle Espoir GR IDF</i>	Iryna NEKHOROSHKOVA	vitiranik@mail.ru
<i>Assistante Administrative PAS</i>	Lucie MENNESSON	06 79 34 27 21 lucie-mennesson@crif-ffgym.fr

CONTACTS REGIONAUX

<i>Délégué Technique Régional</i>	Jean-Yves CALLON	06 59 88 00 60 jycallon@sfr.fr
<i>Directeur Technique Régional</i>	Thomas THIBEDORE	06 50 33 46 63 thomas.thibedore@ffgym.fr

COMITES TECHNIQUES DEPARTEMENTAUX

Paris – 75		
Responsable Technique, Jeunesse et CF	Anne-Sophie ANDRIESSE	06 82 10 74 59 - anneso1971@gmail.com
Responsable Juges	Stéphanie GRIFFE	06 76 06 91 32 - stefgriffe@hotmail.fr
Seine et Marne - 77		
Responsable Technique	Marie YOUYOUTTE	06 29 30 53 29 - marie.afg77@gmail.com
Responsable Juges	Noélie WENGLER	06 37 85 11 65 - noelie.wengler@outlook.com
Responsables Jeunesse et CF	Madeline JAUVAT	06 62 58 80 34 - madeline.agcgr@gmail.com
Yvelines - 78		
Responsable Technique, Jeunesse et CF	Manon LEBEHREC	06 72 29 71 53 - manon.lebeherec@gmail.com
Responsable Juges et Formation de juges	Sophie DAVID	06 15.87.69.16 - juge.gr78@gmail.com
Responsable Cadres	Delphine BOURGEOIS	06 72 71 01 81 - delys@hotmail.fr
Essonne - 91		
Responsable Technique et Juges	Stéphanie LAGUET	06 71 11 49 96 - stephanie.laguet.gr@gmail.com
Responsable Juges, Jeunesse et CF	Marjorie GOLLION	06 58 01 91 42 - cdgym91.marjoriegollion@gmail.com
Responsable Cadres GR, Jeunesse et CF	Stella IAFRATE	06 11 69 26 21 - stella.iafrate972@gmail.com
Responsable Cadres GR	Delphine DIGNEMENT	06 83 21 71 21 - dignement@yahoo.fr
Hauts de Seine - 92		
Responsable Technique et Juges	Aurélié BARON	tech-gr@ffgym-cd92.fr
Responsable Jeunesse et CF	Camille ROBIN	06 42 74 43 21 - camille.mrobin@gmail.com
Seine Saint Denis - 93		
Responsable Technique et Juges	Mélodie PRIGENT	06 31 95 21 12 - meloprig@msn.com
Responsable CF et Cadres	Mélanie TENART	07 62 54 67 88 – melanie.tenart@gmail.com
Val de Marne – 94 (en attente de réorganisation officielle)		
Agent de Développement et Référent GR	Chrystel LE BOULZEC	06 10 17 54 57 - gr.cd94.ffgym@gmail.com
Responsable Technique et juges	Aurore HADET	06 58 68 24 59 - aurore.hadet@gmail.com
Responsable Cadres	Manon HUBERT	06 79 52 07 72 - manonhubert93@gmail.com
Responsable Jeunesse et CF	Octanse VEBER	0626253648 - octanseveber@gmail.com
Val d'Oise - 95		
Responsable Technique, Jeunesse et CF	Pascale ARNAUD	06 81 64 81 04 - pascalearnaud@aol.com
Responsable CF	Carole BONNET	06 37 47 45 01 - krol0906@hotmail.com
Responsables Juges	Johanna DA SILVA MENDES	06 47 96 59 57 - mendes.johanna24@gmail.com

ANNEXES



LIENS UTILES

Site du Comité régional :	www.crif-ffgym.com
Site de la FFGym :	www.ffgym.com
Facebook Comité régional :	www.facebook.com/CRIFGym
Site de la FIG :	https://www.gymnastics.sport/site/

OU SE PROCURER LA DOCUMENTATION TECHNIQUE ?

Code de pointage FIG	(Code FIG) Document de la FIG répertoriant et classant par valeur l'ensemble des éléments techniques corporels et engins de la gymnastique rythmique.	Télécharger sur le site de la FIG : https://www.gymnastics.sport/site/rules/#5
Lettres de la FIG	Vérifier régulièrement la parution	
Coupes Formations 1, 2, 3, et 4	Coupes Formations	Site de la FFG - moncompte Brochure régionale CF sur le site Comité régional (à partir de septembre 2026)
Brochures techniques	Documents édités par la FFG décrivant l'ensemble des programmes et des règlements de la FFG	https://moncompte.ffgym.fr/Competition/Base_documentaire_competition/GR
Access Gym GR Général	Malette téléchargeable gratuitement	Télécharger sur le site de la FFG

GLOSSAIRE

CF :	Coupe Formation
CIFF :	Centre Ile de France de Formation
CTR :	Conseillère Technique Régionale
DRAE :	Dispositif Régional d'Accès à l'Excellence
PAS :	Parcours d'Accession Sportif au Haut Niveau
FFG :	Fédération Française de Gymnastique
FIG :	Fédération Internationale de Gymnastique
POP :	Préparation Olympique Permanente
UEG :	Union Européenne de Gymnastique
PES :	Programme Excellence Sportive