

Comité Régional Île-de-France de Gymnastique



Crédit photo : Marianne Piqueret

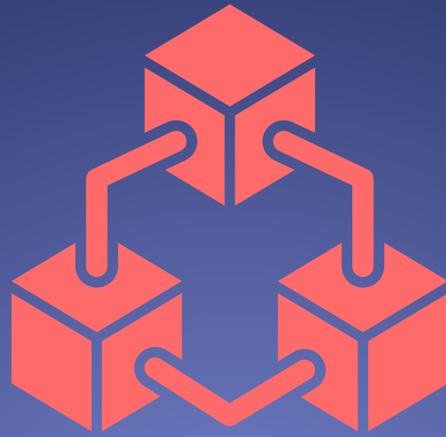
2022-2023
Gym' Rythmique
Brochure Technique Régionale



www.crif-ffgym.com

SOMMAIRE

1	2	3	4
Organisation Crifgym	Compétitions	Regroupements	Activités pôle Espoir
4 Les niveaux de pratique	8 Généralités	25 Filière fédérale	28 Projet Fédéral
6 L'organisation territoriale francilienne	9 Les possibilités d'engagements	26 Filière Performance	28 Gym Eval
	11 Tableau synoptique		29 Les Ruches
	12 Calendriers		30 Stage PAS
	13 Programmes		
5	6	7	8
Informations Cadres et Juges	Règlementation Générale	Contacts	Annexes
32 Brochure Régionale des Formations	34 Secteur Jugement	40 Comité Technique Régional	43 Liens utiles
	35 Engagements	41 Comités Techniques Départementaux	43 Où se procurer la documentation technique
	38 Informations générales		
	38 Bons de soutien		



1 ORGANISATION ■ CRIFGYM



LES NIVEAUX DE PRATIQUE

Une discipline, deux pratiques : individuel ou ensemble à tous les niveaux.

Ces tableaux sont édités à titre indicatif et n'imposent aucune obligation d'organisation aux clubs



Voir les plans d'action départementaux

INDIVIDUEL



Filière FEDERALE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes
7 à 9 ans	Débutant à Entraîné	ACCESSGYM GR	Éléments de base
	Entraîné	Régionale individuel (B)	Libre – diff. à 0,10
	Débutant à Entraîné	CF1 2 3	Éléments techniques simples
10 ans et +	Débutant	Régionale individuel (B)	Libre – diff. à 0,10
	Débutant à Initié	Régionale individuel (A)	Libre – diff. à 0,20 (0,30 pour 22 ans+)
	Initié à Entraîné	Fédérale Individuel	Libre – diff. à 0,20



Filière PERFORMANCE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes
7 à 9 ans	Entraîné à Expert	CF 4	Éléments techniques simples
7 à 9 ans	Entraîné à Expert	Nationale	Libre - liste diff. imposées
10 à 11 ans	Entraîné à Expert	Nationale (B et C)	Libre - liste diff. imposées
12 ans et +	Entraîné à Expert	Nationale (A, B et C)	Toutes diff. code FIG



Filière ELITE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes
10 ans et +	Super Expert	Avenir, Espoir, Junior, Sénior	CdP FIG (sauf Avenir)

ENSEMBLE OU ÉQUIPE



Filière FEDERALE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes
7 à 9 ans	Débutant à Initié	Fédérale Ensemble	Libre – diff. à 0,10
	Initié à Entraîné	Duo Fédéral A	Libre – diff. à 0,20
10 ans et +	Débutant à Initié	Régionale Ensemble	Libre – diff. à 0,10
	Débutant à Initié	Régionale B Duo/Trio	Libre – diff. à 0,10
	Initié à Entraîné	Fédérale B et C	Libre – diff. à 0,10
	Initié à Entraîné	Fédérale A	Libre – diff. à 0,20



Filière PERFORMANCE

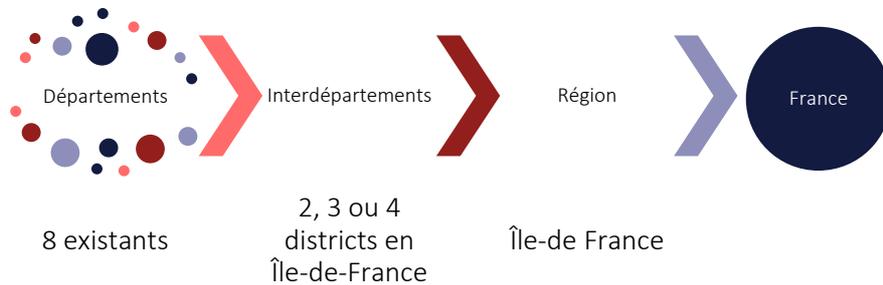
Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes
7 à 9 ans	Entraîné à Expert	Nationale Ensemble ou duo	Toutes diff. code FIG
10 ans et +	Entraîné à Expert	Nationale Équipe, Ensemble ou Duo	Toutes diff. code FIG



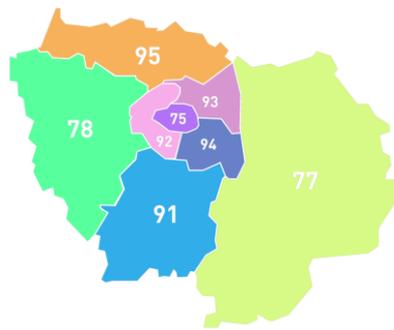
Filière ELITE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes
10 ans et +	Super Expert	Ensemble France	Code FIG

L'ORGANISATION TERRITORIALE RÉGIONALE FRANCILIENNE

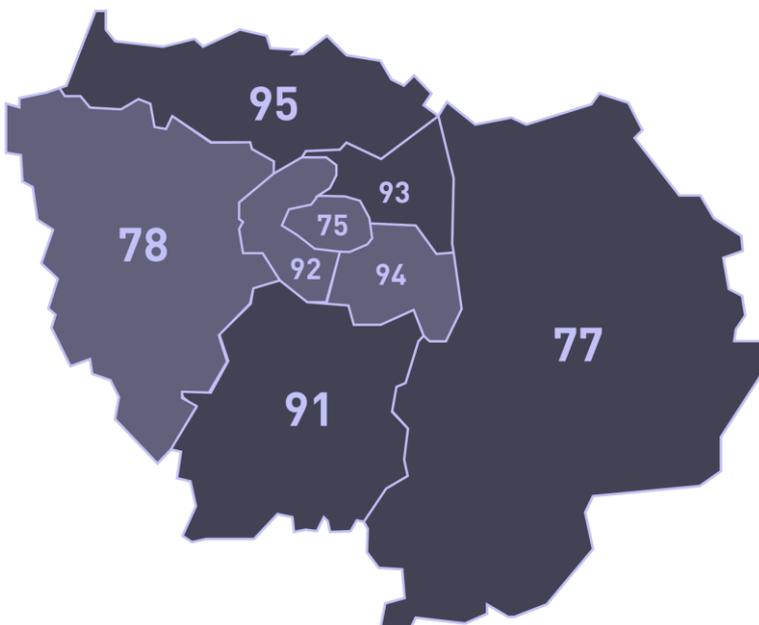


CARTOGRAPHIE DÉPARTEMENTALE



CARTOGRAPHIE INTERDÉPARTEMENTALE :

Variable selon les programmes

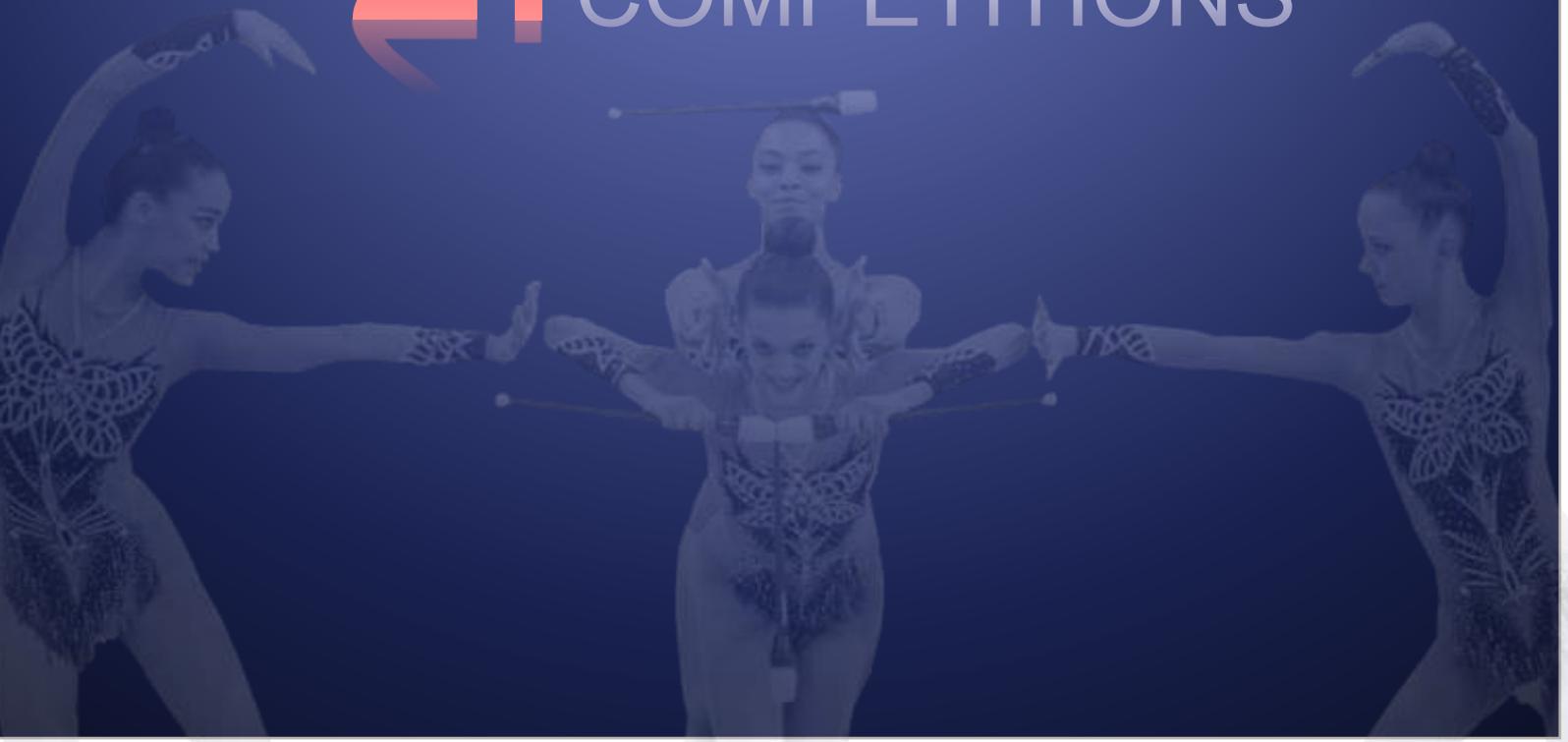


- Performance, Fédérale et Régionale 2 Individuels : 2 à 4 secteurs ; si les effectifs nécessitent plus de 2 secteurs, la répartition des clubs est établie en fonction en priorité du nombre d'engagés annuel afin de répartir équitablement les effectifs sur les 3 ou 4 secteurs, puis du mixage départemental et de la proximité.
- Performance Ensembles/Duos/Équipes, Régionale 2 Individuels : 2 districts
- Fédérale Ensembles, Régionale Ensembles/Duos : 2 (ou 3) secteurs ; la répartition suit les mêmes règles que celles précédemment citées ci-dessus pour les individuels
- Coupes Formations 3 : 2 secteurs ; la

répartition suit les mêmes règles que celles précédemment citées ci-dessus pour les individuels. La répartition peut être différente de celle des ensembles, fédérale et Régionale



2. COMPETITIONS



GÉNÉRALITÉS

LES CIRCUITS COMPÉTITIFS



Il est délivré un Titre

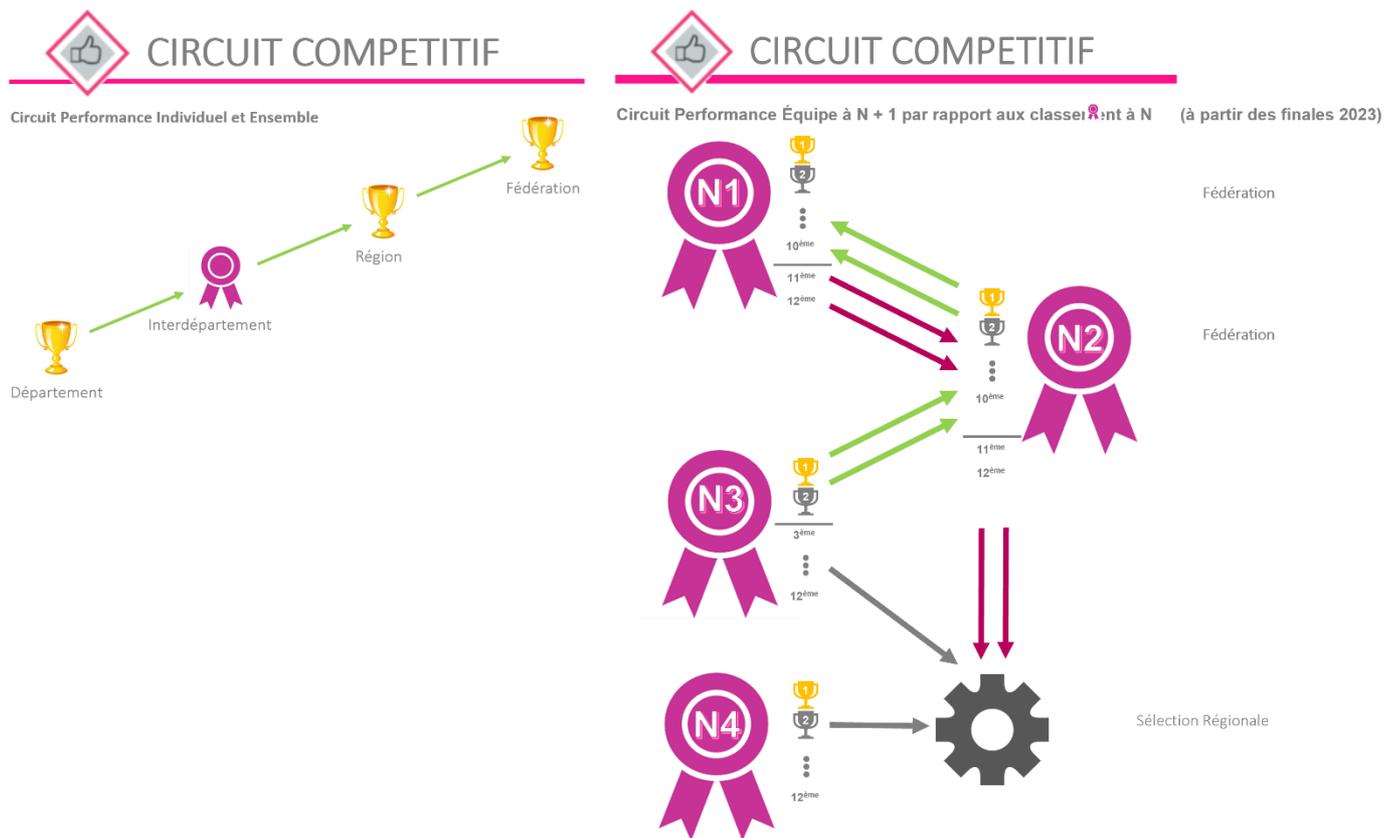


Pas de titre, seulement un palmarès

FILIÈRE FEDERALE INDIVIDUEL ET ENSEMBLES/DUOS

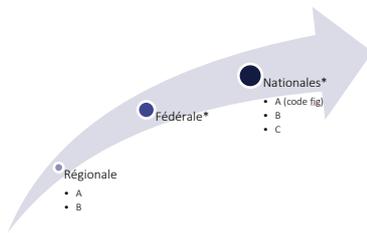


FILIÈRE PERFORMANCE INDIVIDUEL ET ENSEMBLES/DUOS/EQUIPES

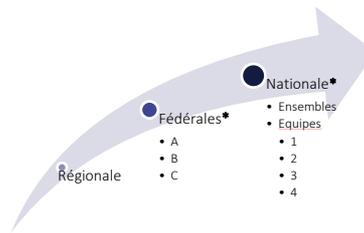


DÉCLINAISON DES DIFFÉRENTS NIVEAUX

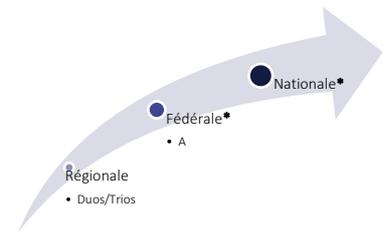
LES INDIVIDUELS



LES ENSEMBLES



DUOS



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

LES POSSIBILITÉS D'ENGAGEMENT

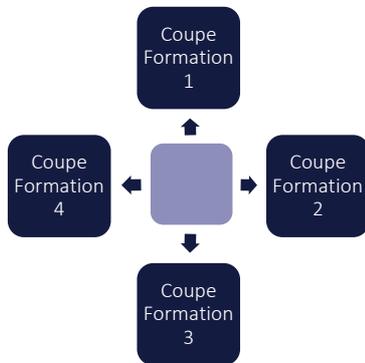
CONCORDANCE DES NIVEAUX DE PRATIQUE ENS/DUO/INDIV

Type	Filière	Catégorie	Possibilités (lire en vertical)					
Individuels	Elite	Elite						
	Performance	Nationale A						
		Nationale B						
		Nationale C						
	Fédérale	Fédérale						
		Régionale A						
		Régionale B						
Equipes/Ensembles	Elite	Villancher						
	Performance	Nationale équipe						
		Nationale Ensemble	1 seule ELITE					
		Nationale Duo	1 seule ELITE					
	Fédérale	Fédérale A						
		Fédérale B						
		Fédérale C						
		Fédérale A Duo						
		Régionale Ensemble						
		Régionale Duo/Trio					1 seule REG A	

COMPÉTITIONS PROPOSÉES AUX 7-8-9 ANS



Filière FEDERALE



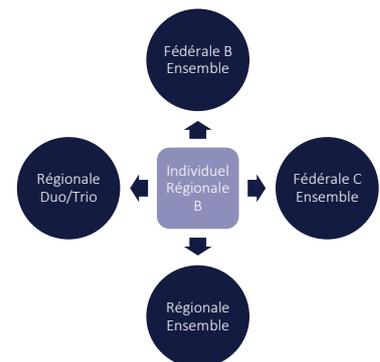
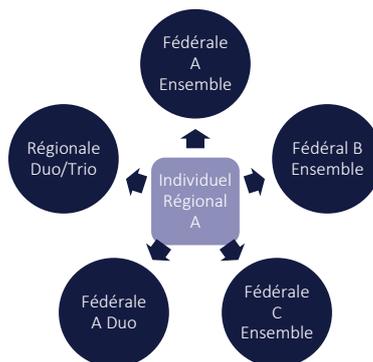
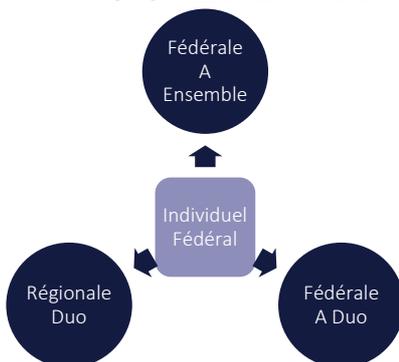
Filière PERFORMANCE INDIVIDUEL



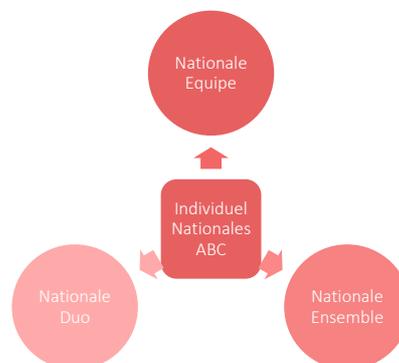
COMPÉTITIONS PROPOSÉES AUX 10 ANS ET +



Filière FEDERALE



Filière PERFORMANCE INDIVIDUEL



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 +
	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2005 et avant

Nationale Régionale A Régionale B*	ML - Ballon															
				Cerceau												
					Massues											
							Cor ou Rub									
									Libre							
											Libre					
																Libre
		Mains Libres														
					Ballon											
						Massues										
									Cerceau							
										Libre						
													Libre			
																Libre

* Finalité Interdépartementale

ENSEMBLES & DUOS ET DUOS/TRIOS

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 et+
	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005 et avant

Nationale Ensemble Nationale Duo Fédérale B Ensemble Régionale Ensemble Régionale B Duo/Trio *	Massues											
	Massues											
	Mains Libres											
	Ballon											
					Massues							
						Cerceaux						
							Ballons					
								Cerceaux - Ballons				
									Cordes - Ballons			
						Massues						
									Cerceaux			
												Ballons

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

CALENDRIERS 2022/2023

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS UNIQUEMENT

	INDIVIDUEL : NATIONALE FEDERALE REGIONALE A	EQUIPE- ENSEMBLE-DUO NATIONALE (hors 10/11 ans)	ENSEMBLE-DUO FEDERALE A NATIONALE (10/11 ans)	ENSEMBLE : FEDERALE B FEDERALE C	ENSEMBLE, DUO, DUO/TRIO: REGIONALE	INDIVIDUEL : REGIONALE B	INDIVIDUEL : ELITE	COUPES FORMATIONS ET AUTRES
Ouverture pré-engagements	Pas de pré-engagement	1/10/2022	1/10/2022					Pas de pré-engagement
Dates limites pré-engagements		15/11/2022	15/11/2022					
Ouverture engagements	1 / 09 / 2022	1/10/2022	1/10/2022					1/10/2022
Dates limites engagement	Selon départements	Selon départements	16/12/2022 (pour le nominatif équipe nationale : 1 ^{er} février 2023)					10/01/2023
Départements	Voir les brochures techniques départementales							CF 2 : Voir les brochures techniques départementales
Interdépartements	19 et 20 Nov 2022	11 et 12 Mars 2023	18 et 19 Mars 2023	11 et 12 Mars 2023	18 et 19 Mars 2023	11 et 12 Mars 2023	CF 3 et 4 : 26 Mars 2023 4 Juin 2023	
Région	10 et 11 Déc 2022	1 ^{er} et 2 Avril 2023	15 et 16 Avril 2023	1 ^{er} et 2 Avril 2023	15 et 16 Avril 2023			
France	Fed et Nat C 14 et 15 Jan 2023 Nat B e Nat A 28 et 29 Jan 2023	27, 28 et 29 Mai 2023	10 et 11 Juin 2023	13 et 14 Mai 2023			27, 28 et 29 Mai 2023	
International							Tournoi de Thiais 8 et 9 Avril 2023	

INDIVIDUELS NATIONALES 10 ET 11 ANS

TESTS PHYSIQUES OBLIGATOIRE

comptant pour les qualifications des Avenir lors de la sélection régionale

- Public : 10 et 11 ans NATIONALE qualifié(e)s au championnat régional individuels de décembre 2022
- Lieu : EVRY ou CREPS de CHATENAY-MALABRY
- Date : mercredi 30 novembre 2022
- Horaires : à définir – après-midi

PROGRAMMES

GÉNÉRALITÉS TECHNIQUES

MUSIQUES

Les musiques avec paroles sont autorisées pour toutes les catégories.

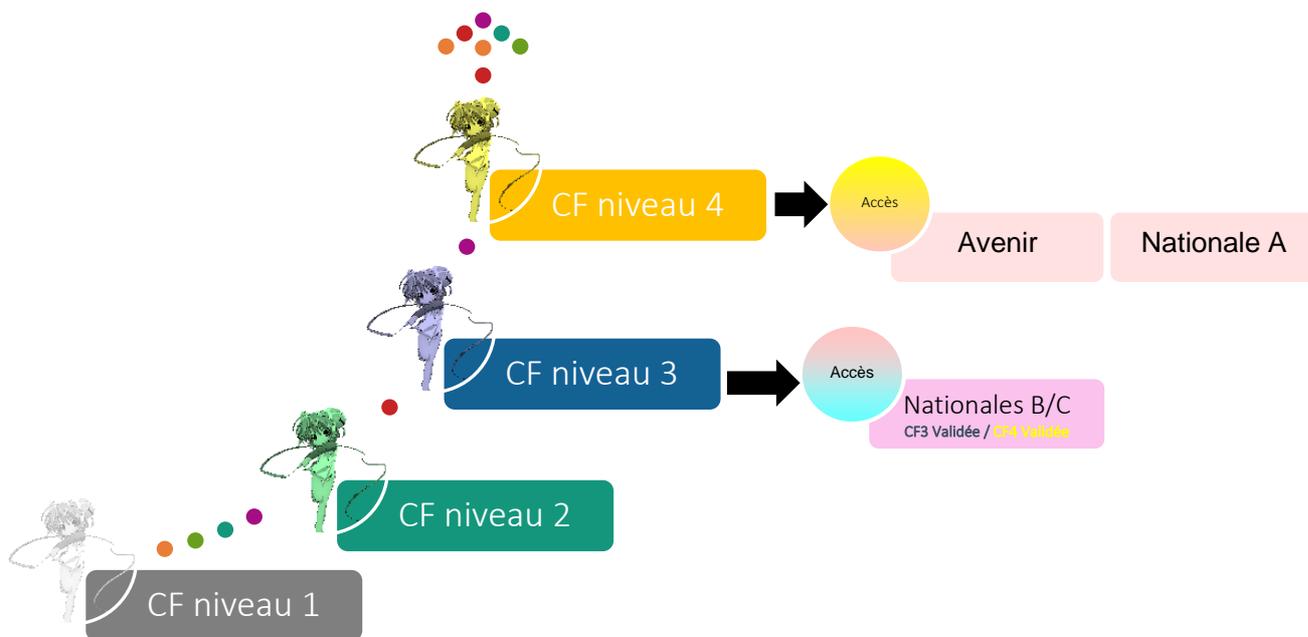
TEMPS DES ENCHAINEMENTS

	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	1'15" à 1'45"
		Duo Nationale	1'30" à 2'00"
		Duo Nationale 7-9 ans	1'15" à 1'30"
	 Fédérale	Fédérale A Ensemble	1'30" à 2'00"
		Fédérale B Ensemble (dont 7-9 ans)	1'15" à 1'45"
		Fédérale C Ensemble	1'45" à 2'00"
		Fédérale A Duo	1'15" à 1'45"
		Régionale Ensemble, Duo/Trio	1'15" à 1'45"
Individuels	 Elite	Elite	1'15" à 1'30"
	 Performance	Nationales A, B, C	1'00" à 1'30"
		Nationale 7-9 ans	45" à 1'00"
	 Fédérale	Fédérale, Régionales A et B	1'00" à 1'30"

COUPES FORMATIONS

Les étapes d'évaluation de la CF concernent uniquement les 7-11 ans.

Il faut se référer à la rubrique COUPE FORMATION dans la base documentaire GR « Compétition » sur le site FFGYM. Les engins et les adaptations annuelles seront données à chaque rentrée sportive.



ENGAGEMENTS :

Modalité : via l'extranet fédéral

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS CF3 et CF4 – (CF2 voir brochure départementale)		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des engagements (pas de pré-engagements)
Janv. 2022	10/01/2023	Clôture des engagements



Quelques recommandations :

- Vérifier les lignes des événements sur l'Extranet et sélectionner l'évènement correspondant :
 - Le même évènement pour la CF4 et la CF3
 - Une des deux catégories est mise par défaut. Il faut donc **vérifier et sélectionner le niveau voulu.**
- Procéder à la **vérification de vos engagements AVANT** la date de **clôture**

COUPE FORMATION NIVEAU 1

- ORGANISATION A LA CHARGE DES CLUBS

COUPE FORMATION NIVEAU 2

- ORGANISATION A LA CHARGE DES DEPARTEMENTS

COUPE FORMATION NIVEAU 3

- ORGANISATION A LA CHARGE DE LA REGION
 - Les lieux d'évaluation (étapes 1 et 2) seront définis après réception des engagements et seront en fonction de la proximité.
 - Descriptif technique du programme : Brochure FFG « programme Coupes Formations »

	DATE	CONTENU	LIEU
Étape 1	26/03/2023	Tests Physiques + ML + Ballon	Région
Étape 2	04/06/2023	ML + tests 4 engins / 6 éléments essentiels	Région

COUPE FORMATION NIVEAU 4

- ORGANISATION A LA CHARGE DE LA REGION
 - Les lieux d'évaluation (étapes 1 et 2) seront définis après réception des engagements et seront en fonction de la proximité. La CF4 est couplée à la CF 3, tests physiques compris.
 - Descriptif technique du programme : Brochure FFG « programme Coupes Formations »

	DATE	CONTENU	LIEU
ETAPE 1	26/03/2023	Tests Physiques + ML + Ballon	Région
ETAPE 2	04/06/2023	Tests techniques corporels + tests 4 engins / 6 éléments essentiels	Région



DÉFINITION DU RISQUE RÉGIONAL AMÉNAGÉ

- Toutes les rotations sont autorisées et évaluées
- Si une seule des deux rotations, exécutée complète sous le vol de l'engin ou au lancer : valeur de base 0,10, la deuxième ne rapporte aucun point mais est nécessaire pour valider le risque.
- 2 rotations minimum enchaînées validées suivant les critères d'exécution suivants :

	<p>OK</p> <p>Tous les critères comptés</p>
	<p>OK</p> <p>Critères au lancer validés</p>
	<p>OK</p> <p>Critères au lancer validés</p>
	<p>OK</p> <p>Critères au lancer validés</p>
	<p>NON</p>
	<p>NON</p>
	<p>NON</p>

RÉGIONALE A INDIVIDUEL

ENGAGEMENTS :

- Niveau légèrement inférieur à celui de la catégorie Fédérale Individuel
- Pour les 10/11 ans : pas de niveau CF exigé
- Programme interdit :
 - Aux gymnastes ayant été qualifié.e.s en Championnat de France FEDERAL individuel et niveau supérieur
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui de la catégorie Fédérale individuel (soumis aux conditions des mesures sanitaires)
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Septembre 2022	01/09/2022	Ouverture des engagements (pas de pré- engagements)
Octobre 2022	-- /10/2022	Fermeture des engagements selon département

PROGRAMMES ET NOTATIONS :

- Difficultés autorisées de valeur 0,20 et 0,30 pour la catégorie 22 ans et +
- 1 combinaison de diff autorisée
- Le nombre de difficultés corporelles indiqué est un nombre de difficultés maximum validées.
- Minimum :
 - Chaque groupe corporel représenté au moins 1 fois
 - 3 difficultés corporelles minimum
 - 2 ondes
 - 1 risque obligatoire
- Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée
- **Risque : Un seul « R régional aménagé » autorisé, max 3 risques en tout**

Temps : 1'00 à 1'30	Engin	Contrat D	DB Max	DA	A et E
10 – 11 ans	Cerceau	4 difficultés corporelles	4,00	10	Code FIG
12 – 13 ans	Massues	5 difficultés corporelles	4,50	10	
14 – 15 ans	Corde ou Ruban	5 difficultés corporelles	4,50	10	
16 – 17 ans	Libre	6 difficultés corporelles	5,00	10	
18 – 21 ans	Libre	6 difficultés corporelles	5,50	10	
22 ans et +	Libre	6 difficultés corporelles	6,00	10	

Nouveauté

RÉGIONALE B INDIVIDUEL

ENGAGEMENTS :

- Public : Gymnastes débutant en compétition individuel
- Niveau inférieur à celui du Régionale A individuel
- Pour les 7/9 ans et 10/11 ans : pas de niveau CF exigé
- Programme interdit :
 - Aux gymnastes ayant été qualifié(e)s en Championnat de France FEDERAL individuel et niveau supérieur
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui du niveau Nationale équipe/ensembles/duos
- Finalité Interdépartementale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des pré-engagements et des engagements
Nov. 2022	15/11/2022	Clôture des pré-engagements
Déc. 2022	16/12/2022	Clôture des engagements

PROGRAMMES ET NOTATIONS :

- Difficultés autorisées de valeur 0,10 et 0,20 pour la catégorie 22 ans et +
- Combinaison de diff interdite
- Le nombre de difficultés corporelles indiqué est un nombre de difficultés maximum validées.
- Minimum :
 - Chaque groupe corporel représenté au moins 1 fois
 - 3 difficultés corporelles minimum
 - 2 ondes
 - 1 risque obligatoire
 - 1 seul élément spécifique fondamental par groupe technique au choix pour les 10/11 ans et 12/13 ans.
 - 1 élément technique fondamental de chaque famille obligatoire
- Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée
- **Risque : 2 risques du type « R régional aménagé » maximum**

Temps : 1'00 à 1'30	Engin	Contrat D	D Max	DA	A et E
7 – 9 ans	Mains Libres	3 difficultés corporelles	3,00		Code FIG
10 – 11 ans	Ballon	3 difficultés corporelles	3,00	10	
12 – 13 ans	Massues	4 difficultés corporelles	4,00	10	
14 – 15 ans	Cerceau	4 difficultés corporelles	4,00	10	
16 – 17 ans	Libre	5 difficultés corporelles	4,50	10	
18 ans et +	Libre	5 difficultés corporelles	4,50	10	
22 ans et +	Libre	5 difficultés corporelles	4,50	10	

Nouveauté



INDIVIDUELS FILIÈRE PERFORMANCE

NATIONALE – 7 / 9 ANS INDIVIDUEL

ENGAGEMENTS :

- Public :
 - Gymnastes de 7 à 9 ans
 - Avoir validé ou présenter en parallèle la CF 3 ou CF 4
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Sept. 2022	03/09/2022	Ouverture des pré-engagements et engagements
Oct. 2022	-- /10/2022	Fermeture des engagements selon département

PROGRAMMES ET NOTATIONS :

- Voir lettre FFGYM 2022-2023



TROPHÉE FÉDÉRALE ENSEMBLE – 7 À 9 ANS

ENGAGEMENTS :

- Public :
 - Gymnastes de 7 à 9 ans
 - Pas de niveau CF exigé (aménagement IDF)
- Exercice en Ensemble de 4 à 7 gymnastes dont les remplaçantes
- **Deux programmes : avec ou sans Engin → deux catégories → deux classements différents**
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui de la Catégorie Fédérale B ensembles
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des pré-engagements et des engagements
Nov. 2022	15/11/2022	Clôture des pré-engagements
Déc. 2022	16/12/2022	Clôture des engagements

PROGRAMMES ET NOTATIONS

- Difficultés autorisées :
 - Difficultés corporelles uniquement à valeur de base 0,10 pt
 - Combinaison de difficultés corporelles interdite
 - Nombre de difficultés : 3 difficultés
 - 2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges ou 3 diff corpo pour le ML
- Critère échange large : accordé s'il y a la distance ou/et la hauteur exigées dans le CdP
- Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée (même par une gymnaste, en décor)
- Les difficultés corporelles doivent être d'un groupe corporel différent
- Composition code FIG, excepté
 - 7 Collaborations maximum
 - Pas de combinaison de collaboration
 - 1 seul élément spécifique fondamental par groupe technique au choix
- DC supplémentaires autorisées en revalorisation d'un ECH, différentes des DC isolées.
- Une collaboration de chaque type obligatoire du CdP exigée
- Risque interdit : -0,30 pt
- Revalorisation de 0,20 pt par gymnaste au-delà de 4 gymnastes.

Temps : 1'15 à 1'45	Engin	Contrat D	D Max	DA	A et E
7 – 9 ans	Mains libres	3 difficultés corporelles	2,50	6 max	Code FIG
7 – 9 ans	Ballons	2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges	3,00	8 max	

RÉGIONALE ENSEMBLE

ENGAGEMENTS :

- Public :
 - Gymnastes de 10 ans et +
 - Niveau Gymnaste Régionale B Individuel
 - Interdit aux gymnastes engagé(e)s dans d'autres niveaux que le Régionale B individuel
 - Pas de niveau CF exigé
- Exercice en Ensemble de 4 à 6 gymnastes dont les remplaçantes
- Modalité : via l'extranet fédéral
 - Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des pré-engagements et des engagements
Nov. 2022	15/11/2022	Clôture des pré-engagements
Déc. 2022	16/12/2022	Clôture des engagements

PROGRAMMES ET NOTATIONS :

- Difficultés autorisées :
 - Difficultés corporelles uniquement à valeur de base 0,10 pt
 - Combinaison de difficultés corporelles interdite
 - Nombre de difficultés : 3 difficultés → 2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges
- Critère échange large : accordé s'il y a la distance ou/et la hauteur exigées dans le CdP
- Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée (même par une gymnaste, en décor)
- Les difficultés corporelles doivent être d'un groupe corporel différent
- Composition code FIG, excepté
 - 7 Collaborations maximum
 - Pas de combinaison de collaboration
 - 1 seul élément spécifique fondamental par groupe technique au choix
- DC supplémentaires autorisées en revalorisation d'un ECH, différentes des DC isolées.
- Une collaboration de chaque type obligatoire du CdP exigée
- Risque interdit : -0,30 pt
- Revalorisation de 0,20 pt par gymnaste au-delà de 4 gymnastes.

Temps : 1'15 à 1'45	Engin	Contrat D	DB Max	DA	E
10 – 11 ans	Massues	2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges	4,00	8	Code FIG
13 ans et -	Cerceaux	2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges	4,50	8	
15 ans et -	Ballons	2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges	5,00	8	
17 ans et-	Cerceaux – Ballons	2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges	5,50	8	
Toutes Caté.	Cordes - Ballons	2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff corpo et 2 échanges	6,00	8	

RÉGIONALE B DUO /TRIO

ENGAGEMENTS :

- Public :
 - Gymnastes de 10 ans et +
 - Niveau des Gymnastes Régionale B individuel ou 1 gymnaste Régionale A Individuel autorisé.e. par duo/Trio.
 - Interdit aux gymnastes de la catégorie Fédérale Individuel et de la filière Performance individuel
 - Pas de niveau CF exigé
- Exercice en Duo ou Trio de 2 à 3 gymnastes (1 remplaçante autorisée en Duo, pas de remplaçante en Trio)
- Restriction : maximum deux Duos/Trios par catégorie, par club peuvent être engagés
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des pré-engagements et des engagements
Nov. 2022	15/11/2022	Clôture des pré-engagements
Déc. 2022	16/12/2022	Clôture des engagements

PROGRAMMES ET NOTATIONS :

- Difficultés autorisées :
 - Difficultés corporelles uniquement à valeur de base 0,10 pt
 - Combinaison de difficultés corporelles interdite
 - Nombre de difficultés : 3 difficultés
 - 2 diff corpo et 1 échange ou 1 diff copro et 2 échanges
- Critère échange large : accordé s'il y a la distance ou/et la hauteur exigées dans le CdP
- Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée (même par une gymnaste, en décor)
- Les difficultés corporelles doivent être d'un groupe corporel différent
- Composition code FIG, excepté
 - 7 Collaborations maximum
 - Pas de combinaison de collaboration
 - 1 seul élément spécifique fondamental par groupe technique au choix
 - DC supplémentaires autorisées en revalorisation d'un ECH, différentes des DC isolées.
 - Une collaboration de chaque type obligatoire du CdP exigée
 - Risque interdit : -0,30 pt
 - Revalorisation de 0,20 pt par gymnaste au-delà de 4 gymnastes.
- Critères pour la validation des **C**  ou **C**  : identiques à l'ancien code 2017 – valeur code 2022
- Revalorisation de 0,20 pt par gymnaste au-delà de 2 gymnastes.

Temps : 1'15 à 1'45	Engin	Contrat D	DB Max	DA	A et E
10 / 11 ans	Massues	1 ou 2 difficultés corporelles + 1 ou 2 échanges	4,00	8	Code FIG
13 ans et -	Cerceaux	1 ou 2 difficultés corporelles + 1 ou 2 échanges	5,00	8	
Toutes Catégories	Ballons	1 ou 2 difficultés corporelles + 1 ou 2 échanges	6,00	8	



ENSEMBLES FILIÈRE PERFORMANCE

NATIONALE ENSEMBLE ET DUO – 7/9 ANS

ENGAGEMENTS :

- Public :
 - Gymnastes de 7 à 9 ans
 - Gymnaste Nationale Individuel
 - Pas de niveau CF exigé
- Exercice ;
 - d'ensemble de 4 à 5 gymnastes (+ 1 remplaçante autorisée)
- en duo de 2 gymnastes (+ 1 remplaçante autorisée)
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui du niveau Nationale équipe/ensembles/duos
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des pré-engagements et des engagements
Nov. 2022	15/11/2022	Clôture des pré-engagements
Déc. 2022	16/12/2022	Clôture des engagements

PROGRAMMES ET NOTATIONS :

- Voir lettre FFGYM 2022-2023
- ENSEMBLE :

Temps : 1'15 à 1'45	Engin
7 – 9 ans	Massue

- DUO

Temps : 1'15 à 1'30	Engin
7 – 9 ans	Massues



EQUIPE REGIONALE REVUE D'EFFECTIF JEUNESSE

TEST DE SELECTION

- Public :
 - Gymnastes engagé.es dans la catégorie Individuel Nationale 10 ou 11 ans.
 - **Sur convocation uniquement**
- Lieu : EVRY, centre sportif Jean louis Moulin
- Date : samedi 22 octobre
- Horaires : à définir – matin

PROGRAMMES ET NOTATIONS :

- Voir brochure nationale



3. PERFECTIONNEMENT



 **FILIERE FÉDÉRALE**

**COUPES FORMATIONS 2 & 3 - REGROUPEMENTS
DÉPARTEMENTAUX**

- 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
QUALIFIÉS EN FINALE**

- Public : Gymnastes individuel(le)s qualifié(e)s à la finale de janvier 2023
- Lieu : à définir
- Date : 17/12/2022
- Horaires : 9h00 – 12h30 et 13h30 – 18h00



FILIÈRE PERFORMANCE

STAGES DE PERFECTIONNEMENT CF4

- Public : gymnastes engagées dans ce programme
- Lieu : CHATENAY-MALABRY, CREPS.
- Organisation : sans hébergement
- Coût : 2,00 € / heure d'entraînement

STAGE N° 1

- Date : 18 et 19 février 2023
- Horaires : 9h30 – 17h
- Date limite d'inscription : 27 janvier 2023

STAGE N° 2

- Date : 22 et 23 avril 2023
- Horaires : 9h30 – 17h
- Date limite d'inscription : 29 mars 2023

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

- Public : gymnastes de 10 et 11 ans des catégories NATIONALES A, B et C , qualifié(e)s à la finale de janvier 2023
- Lieu : EVRY au Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Dates : 17 et 18 décembre 2022
- Horaires : 9h30 – 17h
- Organisation : sans hébergement

STAGE DE PERFECTIONNEMENT : INDIVIDUELS QUALIFIÉS EN FINALE

- Public : Gymnastes individuel(le)s qualifié(e)s à la finale de janvier 2023
- Lieu : à confirmer
- Date : 17/12/2022
- Horaires : 9h00 – 12h00 et 14h00 – 18h00



4. ACTIVITES DU POLE ESPOIR





Le Pôle Espoir GR d'Évry se rattache dès la rentrée sportive prochaine au CREPS de Chatenay-Malabry (Centre de ressources et d'expertise pour la Performance Sportive).

Il s'intitulera désormais : **Le Pôle Espoir GR Île-de-France.**

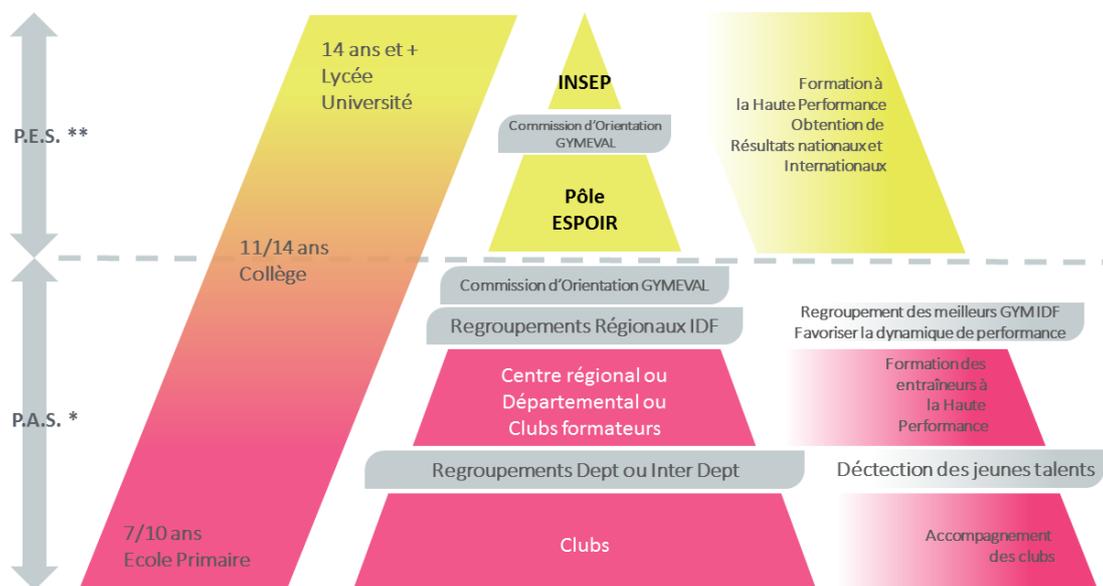
Nouveauté

Cette nouvelle organisation va permettre des suivis scolaires et médicaux optimisés et de qualité, de limiter et sécuriser 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 (Le lundi, mardi, jeudi et vendredi après-midi), au CREPS (le mercredi après-midi) et à Évry (le samedi matin)
- Transport des athlètes : Navettes (minibus avec chauffeur)
- Entraîneurs : Iryna Nekhoroshkova et Océane Charoy



PROJET DE PERFORMANCE FÉDÉRAL – P.P.F.



P.A.S. : Programme d'Accession Sportive - P.E.S. : Programme d'Excellence Sportive



GYM-EVAL

- Lieu : Evry, Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Date : mercredi 15 mars 2023
- Horaires : à définir – après-midi
- Inscriptions : coordonnées à venir
- Programme : renseignements et informations dans la brochure technique FFG GR 2022-2023.



LA RUCHE

Le Pôle Espoirs GR d'Evry organise le programme « Ruche ». Celui-ci est à destination des gymnastes motivées et désireuses de s'entraîner davantage,

La condition requise pour pouvoir participer au programme « Ruche », est d'être engagée en CF4 ou de l'avoir déjà validée. Si la gymnaste est engagée dans un programme individuel, celui-ci doit être de la filière Performance (Nationale).

Toute l'équipe du pôle propose aux gymnastes détectées d'intégrer soit le groupe de travail « Ruche », soit la liste d'attente du groupe de travail « Ruche » et organise des entraînements complémentaires des entraînements habituels du club d'appartenance lors des mercredis ou/et samedis et hors vacances scolaires.

TESTS DE RATTRAPAGE RECRUTEMENT : « RUCHE » SAISON 2022-2023

- Public : Gymnastes désirant intégrer le programme « Ruche » - nées en 2012-2013-2014
- Lieu : Pôle Espoir EVRY - Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Date : samedi 17 septembre 2022
- Horaires : à définir - matin

TESTS DE RECRUTEMENT : « RUCHE » SAISON 2023-2024

- Public : Gymnastes désirant intégrer le programme « Ruche » - nées en 2013-2014-2015
- Lieu : Pôle Espoir Île-de-France – CREPS Châtenay-Malabry
- Date : à définir
- Horaires : à définir

INSCRIPTIONS :

- Auprès du CRIFGYM sur convocation à l'issue de test

TARIFS PROGRAMME RUCHES

- 260 euros pour un regroupement par semaine (mercredi ou samedi)
- 380 euros pour 2 regroupements par semaine (mercredi et samedi)

STAGES P.A.S.

DATES

- Stage n°1 de l'Automne
 - Public : **sur convocation CRIFGYM**
 - Dates : lundi 24 octobre au mercredi 26 octobre 2022,
 - Lieu : au CREPS à Châtenay-Malabry
 - Modalité : avec hébergement

- Stage n°2 d'hiver
 - Public : **sur convocation CRIFGYM**
 - Dates : du lundi 20 au mercredi 22 février 2023,
 - Lieu : au centre Sportive Jean louis Moulin à EVRY
 - Modalité : avec hébergement

- Stage n°3 de printemps
 - Public : **sur convocation CRIFGYM**
 - Dates : du lundi 24 au mercredi 25 avril 2023
 - Lieu : au CREPS à Châtenay-Malabry
 - Modalité : avec hébergement

INSCRIPTIONS

- L'inscription s'effectue après convocation via le site du CRIFGYM. Le lien se trouvera dans la convocation.

TARIFS

- 45,00 € par journée de stage.



5

INFORMATIONS CADRES ET JUGES



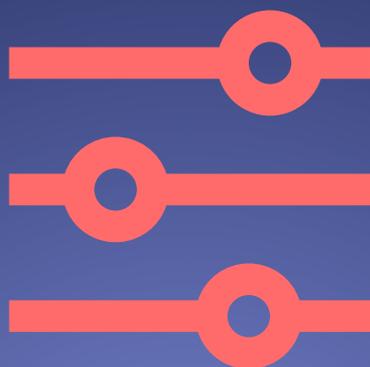
BROCHURE DES FORMATIONS

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, téléchargeable sur le site du CRIFGYM

Seront organisées entre autres cette saison :

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



6

REGLEMENTATION GENERALE CRIFGYM



SECTEUR JUGEMENT

OBLIGATIONS DU JUGE :

- Être en possession de la licence de la saison en cours
- Juger 3 fois dans l'année
- Être à jour des recyclages
- Être présent à la réunion de juge
- Tenir à jour son livret de juge
- 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'Île 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

OBLIGATIONS DU CLUB :

- Un juge par club est obligatoire. Un club peut présenter un juge différent à chaque rotation.
- En Interdépartemental et en région, les juges de niveaux 3 et 4 seront prioritaires.
- Présence en réunion de juge : Afin de faciliter l'organisation des clubs, certains jurys seront donnés à l'avance.
- 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'Île 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 : Une compétition se définit comme l'ensemble des catégories du jour de présence du club en compétition.
- 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

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).
- Pour les gymnastes de la filière « Performance », la date de délivrance du certificat médical doit être renseignée sur la licence.

QUAND S'ENGAGER

Attention : les pré-engagements ne dispensent pas des engagements nominatifs

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS CF3 et CF4 – (CF2 voir brochure départementale)		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des engagements (pas de pré-engagements)
Janv. 2023	10/01/2023	Clôture des engagements

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS INDIVIDUELS NAT, FED, et REG A		
Sept. 2022	03/09/2022	Ouverture des pré-engagements et engagements
Oct. 2022	--/10/2022	Clôture des engagements

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS ENSEMBLES et INDIV REG B		
Oct. 2022	01/10/2022	Ouverture des pré-engagements et des engagements
Nov. 2022	15/11/2022	Clôture des pré-engagements
Déc. 2022	16/12/2022	Clôture des engagements

COMMENT VÉRIFIER SES ENGAGEMENTS



- Sur EngaGym, cliquez sur la vignette « Paiement des engagements »
- Puis sur la loupe « consulter le détail de la facturation » de la ligne de l'évènement correspondant :

acquittée	Imprimer	Consulter le détail de la facturation
80.00		
00.00		Payer

- Puis cliquez sur « Voir le récapitulatif »

40.00	40.00
Total: 80,00 €	
VOIR LE REÇU	VOIR LE RÉCAPITULATIF
RETOUR	

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.

COMMENT DÉCLARER UN FORFAIT

- Tout forfait doit être déclaré via l'extranet Fédéral.
- 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 dus.
 - Un forfait sans certificat médical : une amende sera appliquée, les engagements seront dus.

IMPORTANT : Le motif est obligatoire.

Il n'y aura pas de repêchage si la case n'a pas été cochée.

Note aux responsables départementales : Pour un forfait non définitif, la note devra être mise à zéro lors de la compétition.

QUAND ET COMMENT RÉGLER SES ENGAGEMENTS

- Niveaux Interdépartemental et Régional (CRIFGYM)
 - a. Le paiement des engagements s'effectue avant la date de forclusion définie pour chaque compétition. Une facture sera envoyée à l'issue de chaque compétition. **Nous vous conseillons de payer à réception de facture.**
 - b. Paiement auprès du **CRIFGYM** :
 - 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 CRIFGYM : www.crif-ffgym.com
 - **ATTENTION** : le paiement par chèque n'est plus possible pour les engagements.

TARIFS DES ENGAGEMENTS

	COMPETITIONS INTERDEPARTEMENTAL ES	COMPETITIONS REGIONALES
Individuel	10 €	18 €
Duos/Trios	16 €	20 €
Ensembles FEDERALE	20 €	22 €
Ensembles PERFORMANCE	20 €	22 €
CF3 – CF4	5 €	5 €

ENGAGER DES JUGES

QUAND ENGAGER DES JUGES

- Pour les compétitions interdépartementales et régionales, il sera demandé à chaque club d'engager son juge au moins 10 jours avant la compétition concernée.

COMMENT ENGAGER DES JUGES

- Dans l'Extranet fédéral ou/et dans un tableau partagé. La ligne correspondante vous sera donnée dans le dossier de la compétition concernée.
- Bientôt un nouvel outil sera à votre disposition dans Engagym : JugeGym !

INFORMATIONS GÉNÉRALES

CONTRÔLE DES LICENCES

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

MUSIQUES

- Les musiques doivent être téléchargées via DJGYM, au plus tard 7 jours avant la compétition.
- Bien vérifier que l'engin est associé et qu'il soit le bon.
 - Pour des engins aux choix : choisir Engin libre
 - Pour des ensembles/duos/trios à plusieurs engins : choisir Engins mixtes.
 - Pour un individuel à l'engin libre : choisir Engin libre

BONS DE SOUTIEN POUR LES COMPÉTITIONS ORGANISÉES EN IDF

- Les bons de soutien servent avant tout à aider financièrement les clubs organisateurs afin d'alléger leurs contraintes logistiques et matérielles.

TARIFS :

- Compétitions Interdépartementales : 3€
- Compétitions Régionales : 5€
- Gratuit pour les licenciés et les moins de 12 ans



7. CONTACTS



COMITÉ TECHNIQUE RÉGIONAL

<i>Vice-Présidente</i>	Danièle AYEL	06 60 46 39 31 seaworld@wanadoo.fr
<i>Référente Technique Régionale GR</i>	Stéphanie ROBIN	06 63 63 41 52 stephanierobinregionidf@gmail.com
<i>Co responsable Secteur CF/PAS</i>	Anne-Sophie ANDRIESSE	06 82 10 74 59 anneso1971@gmail.com
<i>Responsable Coupes Formations et adjointe responsable des juges</i>	Pascale ARNAUD	06 81 64 81 04 pascalearnaud@aol.com
<i>Responsable Formation Cadres</i>	Sophie BATUT	06 19 05 03 70 sobatut@gmail.com
<i>Responsable des Juges</i>	Candice ORTHET	06 15 36 09 58 candice.orthet@laposte.net
<i>Co responsable Secteur Formation de Juge et cadre</i>	Virginie REBREYEND	06 19 76 74 45 virginiegrs@hotmail.com

<i>Invitée – Secteur CF/PAS</i>	Marie BONNOUVRIER	06 12 82 08 13 gr.marie.prof@gmail.com
<i>Invitée – Secteur Formation de juge</i>	Lucile BOURCE	06 79 38 77 00 lucile.bource@gmail.com
<i>Invitée – Secteur CF/PAS</i>	Marie DOMINGUES GONCALVES	06 67 87 38 19 mariemolinier@yahoo.fr
<i>Invitée – Secteur CF</i>	Aurore HADET	06 58 68 24 59 aurore.hadet@gmail.com
<i>Invitée – Secteur UNSS</i>	Chrystel LE BOULZEC	06 10 17 54 57 c.leboulzec@gmail.com

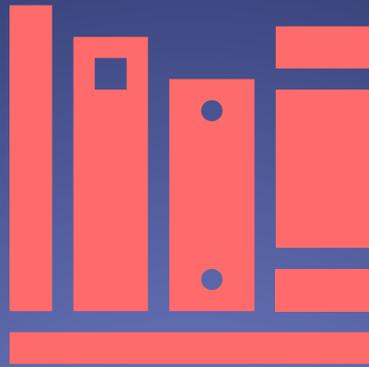
<i>Conseillère Technique Régionale</i>	Muriel BRUNO	01 72 67 40 04 - 06 30 32 91 06 muriel-bruno@crif-ffgym.fr
<i>Superviseuse DRA – Co coordonnatrice et entraîneur Pôle Espoir GR IDF</i>	Océane CHAROY	06 12 19 88 99 Oceane-charoy@crif-ffgym.fr
<i>Coordonnatrice Pôle Espoir et entraîneur GR IDF</i>	Iryna NEKHOROSKOVA	
<i>Coordonnatrice CF et nationale 10/11 ans</i>	Laetitia SAUZEDE	06 20 60 24 02 laetitiasauzede@gmail.com

CONTACTS RÉGIONAUX

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

COMITES TECHNIQUES DÉPARTEMENTAUX

Paris - 75		
Responsable Technique	Coralie BATTE	06 22 81 65 04 - coralie.batte@gmail.com
Responsable Jeunesse et CF	Anne-Sophie ANDRIESSE	06 82 10 74 59 - anneso1971@gmail.com
Responsable Cadres	Jessica SMATI	06 58 73 91 71 - jessicagymparis15@gmail.com
Responsable Juges	Stéphanie GRIFFE	06 76 06 91 32 - stefgriffe@hotmail.fr
Seine et Marne - 77		
Responsable Technique	Ludivine BAUDOUIN	06 87 42 71 43 - baudouin.ludivine@yahoo.com
Responsable Juges	Noélie WENGLER	06 37 85 11 65 - noelie.wengler@outlook.com
Responsable Cadres		
Responsables Jeunesse et CF	Marie BONNOUVRIER Julie ANAÏS	06 12 82 08 13 - gr.marie.prof@gmail.com 06 47 82 08 99 - julie.anais2016@gmail.com
Yvelines - 78		
Responsable Technique et Cadres	Delphine BOURGEOIS	06 72 71 01 81 - delys@hotmail.fr
Responsables Jeunesse et CF	Manon LEBEHÉREC	06 72 29 71 53 - manon.lebeherec@gmail.com
Responsable Juges et Formation de juges	Gaëlle HENRY	06 66 71 93 79 - gaelle@famillehenry.com
Membres	Karine CHAURIS, Eugénie RAPHAEL, Adissa TRAORE	
Essonne - 91		
Responsable Technique	Stéphanie LAGUET	06 71 11 49 96 - covgr.laguet@gmail.com
Responsable Juges		
Responsable Formation des juges	Marjorie GOLLION	06 58 01 91 42 - gollion.marjorie@gmail.com
Responsable Cadres, Jeunesse et CF	Delphine DIGNEMENT	06 83 21 71 21 - dignement@yahoo.fr
Membre	Chloé AUFFRET	
Hauts de Seine - 92		
Responsable Technique	Ambre DUMM	06 50 81 68 57 - tech-gr@ffgym-cd92.fr
Responsable Juges	Anne GUILLARD	06 26 25 21 09 - annecoachgr@gmail.com
Responsable PAS	Manon RUFFIER	06 21 80 22 45 - manon.ruffier@gmail.com
Responsable Cadres	Arnaud DE VAUBOREL	06 63 07 86 01 - president@ffgym-cd92.fr
Seine Saint Denis - 93		
Responsable Technique et Juges	Mélodie PRIGENT	06 31 95 21 12 - meloprig@msn.com
Responsable Cadres Jeunesse, CF Co-responsable Technique	Mélanie TENART	07 62 54 67 88 - melanie.tenart@gmail.com
Val de Marne - 94		
Responsable Technique	Chrystel LE BOULZEC	06 10 17 54 57 - c.leboulzec@gmail.com
Responsable Cadres		
Responsable Jeunesse, CF et Juges	Aurore HADET	06 58 68 24 59 - aurore.hadet@gmail.com
Val d'Oise - 95		
Responsable Technique	Elodie AYEL	06 61 56 19 88 - elodie.ayel.gr@outlook.fr
Responsable Cadres	Carole PISANI	06 73 62 56 44 - gym95.ffg@wanadoo.fr
Responsables Jeunesse et CF	Carole PARKOUDA	06 37 47 45 01 - krol0906@hotmail.com
Responsable Juges	Pascale ARNAUD Ingrid JACQUELET JACQUOT	06 81 64 81 04 - pascalearnaud@aol.com 07 69 74 33 73 - jacquelet.i@hotmail.com



8. ANNEXES



LIENS UTILES

Site du CRIFGYM :	www.crif-ffgym.com
Site de la FFGym :	www.ffgym.com
Facebook CRIFGYM :	www.facebook.com/CRIFGym
Facebook JUGES CRIFGYM :	cliquez ici
Site de la FIG :	https://www.gymnastics.sport/site/

OÙ 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 :
Lettres de la FIG	Vérifier régulièrement la parution	https://www.gymnastics.sport/site/rules/#5
Coupes Formations 1, 2, 3, et 4	Coupes Formations	Télécharger sur le site de la FFG :
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 : https://moncompte.ffgym.fr/Evolugym/Educ/Access_Gym/GR_general

GLOSSAIRE

CF :	Coupe Formation
CIFF :	Centre Ile de France de Formation
CRIFGYM :	Comité Régional d'Île-de-France
CTR :	Conseillère Technique Régionale
DRA :	Dispositif Régional d'Accession au Haut Niveau
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