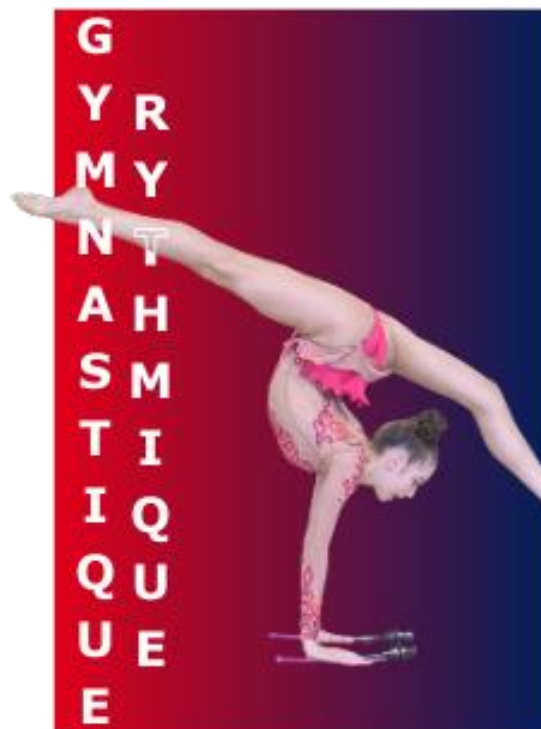




GYMNASTIQUE RYTHMIQUE BROCHURE TECHNIQUE 2024 - 2025



Comité Régional Auvergne-Rhône-Alpes de Gymnastique

Siège social : 10, avenue Viviani 69200 VENISSIEUX

Accueil & Adresse postale : Maison Régionale des Sports – 68, avenue Tony Garnier 69007 LYON
04 78 00 88 85 | contact@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr | auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr

COMMISSION TECHNIQUE

Nom & Prénom	Responsabilité	Tél	Mail
PONTONNIER Cathy	Responsable Technique Formation des juges	06 18 90 70 05	cathypontonnier@gmail.com
BRET Isabelle	Formation des cadres	07 81 12 52 00.	bretisabelle@gmail.com
NOSSEREAU Chloé	Formation des gyms	06 15 48 15 96	cnossereau@hotmail.fr
MANUSE Pamela	Responsable des Juges	06 16 48 76 50	pamela.manuse@sfr.fr
CHARLAT Justine	Responsable Coupe Formation Référente PAS	06 10 53 63 43	justine.charlat@gmail.com

PERSONNES RESSOURCES

Nom & Prénom	Responsabilité	Tél	Mail
GENIN Barbara	Référent GR comité directeur CAURAG	06 27 23 38 10	geninbarbara@gmail.com

REFERENTES DEPARTEMENTALES

Département	Nom	Prénom	Tél	Mail
Ain	ARNAUD	Alison		alison2808@hotmail.fr
Allier	PONTONNIER	Cathy	06 18 90 70 05	cathypontonnier@gmail.com
Ardèche/Drôme	VILLARD	Aline		alinevillard@hotmail.fr
Isère	MICHEL	Annie		annie.michel2@orange.fr
Loire				
Haute-Loire	BONY	Jennifer	06 64 96 58 45	catseyes_gr42@hotmail.com
Puy de Dôme	CARSAC	Blandine	06 95 63 99 11	blandine.carsac@free.fr
Rhône	DECOURT	Séverine	06 20 37 43 96	as.decourt@wanadoo.fr
Savoie				
Haute-Savoie	BARBIER	Julie	06 29 84 38 27	eejh74@gmail.com

INFORMATIONS GENERALES

Cette brochure technique régionale est à compléter par les informations fédérales :

- Concernant les informations nationales, elles se trouvent sur le site national <https://www.ffgym.fr/> : (Connexion => mon compte => compétition => base documentaire GR)
- la brochure nationale GR
- les lettres FFGym GR, qui apportent des mises à jour sur l'organisation compétitive
- la brochure des programmes GR, dans laquelle sont indiqués tous les contenus des différents programmes ainsi que les modalités de jugement.

La **Réglementation Générale 2024-2025 – Compétitions AURA**, reprend toutes les infos générales d'accès aux compétitions : procédures/paiement/dates butoirs : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/Compétition>

La diffusion des informations concernant les compétitions régionales se font sur le site régional AURA via : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/Evenements>

POUR TOUTES LES COMPETITIONS DUOS ET ENSEMBLES :

- **PAS DE 2EME PASSAGES POSSIBLE POUR LES DUOS**

- **UN 2EME PASSAGE POSSIBLE UNIQUEMENT POUR LES ENSEMBLES AVEC UNE REMPLAÇANTE ENGAGEE.**



CALENDRIER 2024/2025

COMPÉTITIONS	DEPARTEMENT	INTER-DÉPART	RÉGION
INDIVIDUELS	19/20 oct 2024 DATE LIMITE	16/17 nov. 2024 <i>Est - Bellegarde / Valserine</i> +TESTS NB 10/11	7/8déc. 2024 Finalité régionale Trévoux
		16/17 nov. 2024 <i>Ouest - Riom</i> +TESTS NB 10/11	14/15 déc. 2024 Finalité nationale Fontaine
DUO/ENSEMBLES Et EQUIPES NAT	22/23 fév 2025 DATE LIMITE	22/23 mars 2025 <i>Est - Chambéry</i>	12/13 avril 2025 TF B et C Duo et Ens. NAT Equipe NAT OPENS INDIV+DUO+ENS Montluçon
		22/23 mars 2025 <i>Ouest - Ecully</i>	10/11 mai 2025 TR TF A 7-9 ans NAT 10-11 ans NAT Ambérieu
COUPE FORMATION 3 et 4			12/13 avril 2025 1ere étape Montluçon
			10/11 mai 2025 2ème étape Ambérieu
OPEN REGIONAL INDIV/DUO/ENSEMBLE			12/13 avril 2025 Montluçon
COUPE AURA			7/8 déc. 2024 Equipe INDIV Trévoux

COMPETITIONS

LISTES DES GYMNASTES QUI DOIVENT CHANGER DE NIVEAU

- Les gymnastes des catégories régionales Individuelle nommé dans la liste si dessus, devront matcher en Fédéral individuelle lors de la saison **2024-2025**.

TR 2023/2024 => TF 2024/2025		
CAT.	NOM	CLUB
2014	Marina TOTAL	MONTCHAT
	Jessie LUGISSE	MONTCHAT
	Eve BICHAT LEMAITRE	B en BRESSE
	Lisa DI PAOLA	RILLIEUX
	Hanna CHEBBI	VALENCE
	Adèle BERNEZET	AMBERIEU
2013	Margaux LAUTEL	MIONS
	Sasha MOREAU	B en BRESSE
	Léna IBRA	AMBERIEU
	Nina SAINT ANDRE	MIONS
	Clara GUILLAUMONT	ST MARCEL
	Reneicha ANOESA	MONTLUCON
2012	Zoé ANGER	MONTCHAT
	Luna BILLARD	CHAMBERY
	Béatrice OMEDEI	MIONS
	Romane GUENOT	ROMAGNAT
	Niehel DHIFFALAH	MIONS
	Louise BLANCHAIS	MIONS
2011	Liana QUINON	MIONS
	Cheyenne SAUZE	MIONS
	Aurore RICHERT	CALADOISE GR
	Victoire DESRAYAUD	CALADOISE GR
	Titia FONTANELLA	ROMAGNAT
	Lucile KEROUANI	MIONS
2010	Melina LAMICI	MIONS
	Ysée STEIN	MONTCHAT
	Clarisse ASTIER	B en BRESSE
	Lucie DANDRE	RIOM
	Lea BLANCHE	TAIN
	Léandra GOMEZ DOUCE	ST MARCEL
2009	Célia WAWRZYNIAK	MIONS
	Margot NOIRET	LYON GR
	Capucine CHANEL	B en BRESSE
2008	Diane BEAUPERE	ROMAGNAT
	Abigail PAILLASSON	SAINT FONTS
	Lisy LECLUSE	MONTLUCON
	Mathilda FERRI	CALADOISE GR
	Pénélope BOISSY	CALADOISE GR
	Shana DIAS	SAINT FONTS
2007	Inès ES-SADRATI	B en BRESSE
	Lola KIPPER	CROLLES
	Camilla ES-SADRATI	B en BRESSE
	Iris DAVIER	MONTANAY

2006 ET AVANT	Coralie KING	ROMAGNAT
	Solene BURDEAU	SAINT FONTS
	Lucie DURSKI BERTRAND	LYON GR
	Marie MOMET	MIONS
	Garance BONTEMS BAYARD	ST EGREVE
	Océane VERNET	MONTLUCON

TF 2023/2024 => NAT 2024/2025		
CAT.	NOM	CLUB
2014/2013	Noémie DIJOUX	LYON GR
2012/2011	Laurine GIREL	CHAMBERY
	Polina MARAMZIN	LYON GR
2010/2009	Lina ROLLET	SAINT FONTS
2008/2007	Margot LEMOINE	CHAMBERY

NC 2023/2024 => NB 2024/2025		
CAT.	NOM	CLUB
2014/2013	Jude GOVOU	LYON GR
	Charlotte PEGUET	CHAMBERY
	Aliçia ADAMENKO	LYON GR
	Meliha HEMMET	FONTAINE
	Lucille THOMAS	BOURGOIN JALLIEU
	Alice ERBS	BOURGOIN JALLIEU
2012/2011	Roxanne BRASSAC	ANNECY
	Eva JEANDEAUX	MONTLUCON
	Naela MUJEZINOVIC	SAINT FONTS
	Gréta ARAGUAS	AMBERIEU
	Cherine EL MAHRAD	SAINT FONTS
2010/2009	Elise LABBE	MONTLUCON
	Lisa SCARINGELLA	GRENOBLE
	Eden MANTE	BOURG EN BRESSE
	Juliette JACQUELIN	AMBERIEU
2008/2007	Juliette BURGUIERE	LYON GR
	Elise GIRARD	CHAMBERY
	Isaure BERTHOLET	SAINT FONTS
	Clémentine VALENTIN	MONTCHAT
	Lola GERMAIN	BELLEGARDE
	Noemie LECONTE	GRENOBLE
2006 ET AVANT	Oriane SCHEURER	LYON GR
	Manon BEUQUE	VENISSIEUX
	Clémence CHAVRIER	ECULLY
	Lise AVIT	AMBERIEU
	Anais CHEVALIER	LYON GR

COUPE FORMATION

- Les niveaux 2 se présentent en 2 étapes et seront gérés par les Départements :

- 1^{ère} Etape **DATE LIMITE** : 22/23 mars 2025
- 2^{ème} Etape **DATE LIMITE** : 17/18 mai 2025

Transmission des résultats à la responsable régionale PAS avant le 25 mai 2025.

- Les niveaux 3-4 se présentent en 2 étapes.
- Il est possible d'accéder directement au niveau 3 ou 4.
- Même si une gymnaste peut être engagée directement dans le niveau 3 ou 4, il est indispensable qu'elle ait acquis les éléments techniques des niveaux inférieurs.
- La validation du niveau 3 ou 4 est indispensable pour participer à la catégorie compétitive individuelle Nationale B 10-11 ans.
- Le niveau 4 correspond aux prérequis des catégories Avenir (filiale Elite) et Nationale A, 12-13 ans (filiale Performance).

NIVEAU	ETAPE 1	ETAPE 2
COUPE FORMATION 3	9 Tests Physiques Le ML Enchaînement imposé au niveau national. Enchaînement LIBRE Cerceau Avec 6 éléments "ESSENTIELS" CF3 45 sec à 1 min	Le ML Enchaînement imposé au niveau national. Tests Technique engin Avec 6 éléments "ESSENTIELS" CF3 sur Corde, Ballon, Massues, Ruban
COUPE FORMATION 4	10 Tests Physiques Le ML LIBRE (Idem programme NAT 7-9) Enchaînement LIBRE Cerceau (Idem programme NAT 7-9) Tests Techniques Corporels	Tests Techniques Corporels Tests Technique engin Avec 6 éléments "ESSENTIELS" CF4 sur Corde, Ballon, Massues, Ruban



POUR TOUTES LES ENSEMBLES ET DUOS PAS DE DEUXIEME PASSAGE POSSIBLE LORS DE LA COMPETITION REGIONALE.

Pour la saison 2024/2025, pour **LES GYMNASTES 7/9** il faut suivre en parallèle le programme CF3 ou CF4 pour participer aux compétitions mises en place. **Pour 10/11 ANS**, il faut avoir obtenu la CF3 ou la CF4 pour participer aux compétitions Nationales 10/11 ans en individuel.

National 7/9 ANS Individuel

Cette catégorie sera une déclinaison du programme individuel Nat B 10-11 ans et les règles seront identiques.

Les gymnastes peuvent participer aux départements individuels en octobre, à l'inter-département individuel en novembre, à la région à finalité régionale en décembre

Ce programme donnera l'équivalence pour l'enchaînement ML et l'enchaînement engin pour les gymnastes présentant la CF4.

Individuel NATIONAL 7/9			
Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'15 à 1'30			
Catégorie d'âge	Programme	Note D	Note E CODE FIG
*7/9 ans	M.L./Cerceau	ML = 6 DC comptabilisées dont 2 combinaisons possibles (non obligatoires) Massues = 4 DC comptabilisées dont 1 combinaison possible (non obligatoire)	Note A CODE FIG

*Deux Palmarès (2018/2017 et 2016)

Pour les gymnastes de cette catégorie (qui le souhaitent) il y aura deux compétitions supplémentaires à partir de Février 2025 :

- Sur l'inter département ensemble (Est ou Ouest selon le club de la gymnaste)
- Sur la région ensemble du 10 et 11 Mai

Le programme sera le même qu'en début de saison (ML/Cerceau) **+ un enchaînement Massues**
Quelques précisions seront apportées sur le contenu en vue de travailler sur le code 2025-2029

Les individuels Nationales 7/9 ans peuvent s'engager seulement en Duo ou Ensemble Nationale.

Ouverts aux gymnastes :

- individuel Nationale 7/9 ans
- ou préparant la CF 3 ou 4 en parallèle

Les gymnastes peuvent participer aux départements Ensemble en février, à l'Inter-département Ensemble en Mars, à la Région en Mai.

DUO ou ENSEMBLE NATIONALE 7/9 ANS			
Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'45 à 2'00			
Duo : 2 gymnastes qui passent sur le praticable 3 engagements max			
Ensembles : 4 à 5 gymnastes +0,20 pt pour la 5ème gymnaste qui passe sur le praticable 6 engagements max			
Catégorie d'âge	Programme	Note D	Note E et A
7/9 ans	BALLON	<p>Code FIG Ouvert aménagé</p> <p>Valeur des Difficultés non limitée</p> <p>Contrat obligatoire : 3 difficultés corporelles (1 de chaque GC), 2 échanges, + 1DB ou DE au choix Max 1 R</p> <p>2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée</p> <p>Min 1 de chaque type de Collabo</p> <p>Max 15 collabo</p>	CODE FIG

Autorisé pour tous les gymnastes des ensembles Fédéraux B et C ou Régionaux.

Ce programme est interdit :

- aux gymnastes des ensembles Fédérale A,
- aux gymnastes classés dans les 5 premières places en individuel National 9 ans sur la saison 2022-2023.

Les gymnastes peuvent participer aux départements individuels en octobre, à l'Inter-département Individuels en novembre, à la Région à finalité régionale en décembre.

REGIONALE INDIVIDUEL			
Musique avec paroles autorisées - Temps : 1' 00 à 1'30 (dès le mois d'octobre)			
Catégorie d'âge	Programme	Note D CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés limitée, 0,10 Min 3 Diff dont 1 de chaque GC, 2 ondes Combinaison interdite 2R MAX autorisées seulement avec les rotations verticales Un seul « R aménagé » autorisé, C'est-à-dire avec 2 rotations enchainées dont une sous l'envol de l'engin (valeur 0.10) dans ce cas, le changement d'axe ou de niveau et les autres critères additionnels ne comptent pas. 1 Fonda de chaque Exigé Code FIG DE : 10 MAX	Note A et E
10 ans	CER	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 3.50 points	CODE FIG
11 ans	CER	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 3.50 points	CODE FIG
12 ans	MAS	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 3.50 points	CODE FIG
13 ans	MAS	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 3.50 points	CODE FIG
14 ans	BAL	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 4.00 points	CODE FIG
15 ans	BAL	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 4.00 points	CODE FIG
16 ans	RUB	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 4.50 points	CODE FIG
17 ans	RUB	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 4.50 points	CODE FIG
18-24 ans	BAL	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 4.50 points	CODE FIG
25 ans et +	Libre	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, MAX D = 4.50 points	CODE FIG

Autorisé pour tous les gymnastes individuels Régionale.

Ce programme est interdit aux gymnastes :

- aux catégories individuelles Nationales /Fédérales et OPEN AURA.

Les gymnastes peuvent participer aux départements en février, à l'Inter-département en mars, à la Région en Mai.

- **Duo : MAX 2 par CLUB et pas de 2ème passage possible**

REGIONALE DUO Autorisé aux gymnastes des programmes REGIONALE INDIVIDUEL Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'30 à 1'45			
Catégorie d'âge	Programme	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des difficultés limitée, 0,10 1 onde Combinaison et R Interdite Min 1 de chaque type de Collabo / Max 9 Collabo Interdit aux combinaisons de Collabo Fonda Code FIG Exigé Le critère de distance est valable dès 6 mètres (0.20)	Note A et E
7-9 ans	MAS	Code FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE / MAX D= 3.00 points	CODE FIG
13 ans et -	COR	Code FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE / MAX D= 4.00 points	CODE FIG
Toutes Catégories	BAL	Code FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE / MAX D=5.00 points	CODE FIG
25 ans et +	LIBRE	Code FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE / MAX D=5.00 points	CODE FIG

- **Ensemble :**

Ensemble de 4 à 6 gymnastes (+0.20 par gymnaste supplémentaire au-dessus de 4 gymnastes) :

RÉGIONALE ENSEMBLE Autorisé aux gymnastes des programmes RÉGIONALE INDIVIDUEL Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'30 à 1'45			
Catégorie d'âge	Programme	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des difficultés limitée, 0,10 1 onde Combinaison et R Interdite Min 1 de chaque type de Collabo / Max 10 Collabo Interdit aux combinaisons de Collabo Fonda Code FIG Exigé Le critère de distance est valable dès 6 mètres (0.20)	Note E
7-9 ans	MAS	Code FIG aménagé / 3 difficultés corporelles 2 échanges, OBLIGATOIRE MAX D= 3.00	CODE FIG
10-11 ans	CER	Code FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE MAX D= 3.00	CODE FIG
13 ans et -	COR	CODE FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges / OBLIGATOIRE MAX D = 3.50	CODE FIG
15 ans et -	MAS	CODE FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE MAX D =4.00	CODE FIG
Toutes Catégories	CER	CODE FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE MAX D =4.50	CODE FIG
25 ans et +	Libre	Code FIG aménagé / 3 difficultés corporelles, 2 échanges, OBLIGATOIRE / MAX D=5.00 points	CODE FIG

Possibilité d'utiliser ce programme pour des Open Départementaux.

Autorisé pour tous les gymnastes des ensembles et duo OPEN AURA.

Ce programme est interdit aux gymnastes :

- **ayant validé la CF 3 ou 4 dans la saison 2023/2024**
- **aux gymnastes préparant la CF3 ou CF4 sur la saison 2024/2025**
- **des ensembles fédérale et régionale,**
- **des duos fédérale et régionale,**

Les gymnastes peuvent participer aux Opens Individuels des départements, à la région Open Individuels.

OPEN RÉGIONAL INDIVIDUEL			
Musique avec paroles autorisées - Temps : 0'45 à 1'00			
Catégorie d'âge	Programme	Note D Contenu DB : 3 Diff à 0.10 1 de chaque groupe corporel Une onde 2 pas de danse (0,5 par pas de danse valable) 1R max avec 1 rotation verticale seulement sous le vol de l'engin (0.10) Contenu DA : 1 fonda de chaque présenté DA : 5 MAX	Note E Pas de note en A
7-9 ans	ML	CODE FIG aménagé 3 difficultés, MAX D = 2.00 pts 2 R max avec 2 rotations max (acro et/ou verticales)	CODE FIG
10-11 ans	LIBRE	CODE FIG aménagé 3 difficultés, MAX D = 3.00 pts	CODE FIG
13 ans et -	LIBRE	CODE FIG aménagé 3 difficultés, MAX D = 3.00 pts	CODE FIG
15 ans et -	LIBRE	CODE FIG aménagé 3 difficultés, MAX D = 3.00 pts	CODE FIG
16 ans et +	LIBRE	CODE FIG aménagé 3 difficultés, MAX D = 3.00 pts	CODE FIG

Possibilité d'utiliser ce programme pour des Open Départementaux.

Autorisé pour tous les gymnastes individuels OPEN AURA.

Ce programme est interdit aux gymnastes :

- Engagés en individuel Régionale, Fédérale ou Nationale.

Les gymnastes peuvent participer aux Open Ensemble départementaux et à la région Open Ensemble.

• **Duo :**

OPEN DUO Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'00 à 1'30			
Catégorie d'âge	Programme	Note D/CODE FIG aménagé 3 Diff à 0.10 1 de chaque groupe corporel 1 onde 2 pas de danse minimum (0,5 par pas de danse valable) Combinaison et R Interdite Min 1 de chaque type de Collabo / Max 6 Collabo Interdit aux combinaisons de Collabo 1 fonda de chaque groupe exigé	Note E Pas de note en A
13 ans et -	LIBRE	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 1 échange OBLIGATOIRE MAX D = 3.00	CODE FIG
14 ans et +	LIBRE	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 2 échanges OBLIGATOIRE MAX D = 3.50	CODE FIG

• **Ensemble :**

Ensemble de 3 à 6 gymnastes (+0.20 par gymnaste supplémentaire au-dessus de 3 gymnastes)

OPEN RÉGIONAL ENSEMBLE Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'00 à 1'30			
Catégorie d'âge	Programme	Note D/CODE FIG aménagé 3 Diff 1 de chaque groupe corporel 1 onde 2 pas de danse minimum (0,5 par pas de danse valable) Combinaison et R Interdite Min 1 de chaque type de Collabo / Max 6 Collabo Interdit aux combinaisons de Collabo 1 fonda de chaque groupe exigé	Note E Pas de note en A
13 ans et -	LIBRE	Code FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 1 échange OBLIGATOIRE MAX D= 3,00	CODE FIG
14 ans et +	LIBRE	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 2 échanges OBLIGATOIRE MAX D = 3.50	CODE FIG

• **COMPETITION en INDIVIDUELLES :**

- **REGION FINALITE REGIONALE INDIV (en Décembre)**

Equipe composée de 4 gymnastes

3 catégories possibles :

- **- 13 ans (4 gymnastes de - 13ans)**
- 4 Individuels (évaluation code FIG 2022-2024) de -13 ans
Pas d'exigences de niveaux pour la composition des équipes.
- **+ 13 ans (4 gymnastes de + 13ans)**
- 4 Individuels (évaluation code FIG 2022-2024) de +13 ans (possible de remplacer une +13 ans par une -13ans)
Pas d'exigences de niveaux pour la composition des équipes.
- **Mixte (2 gymnastes de -13ans et 2 gymnastes de +13ans)**
- 4 Individuels (évaluation code FIG 2022-2024) dont, 2 gymnastes -13 ans et 2 gymnastes +13 ans (possible de remplacer une +13 ans par une -13ans)
Pas d'exigences de niveaux pour la composition des équipes.

ATTENTION Une même gymnaste peut être engagée dans une équipe de chaque catégorie, mais obligatoirement de catégories différentes (ex : équipe -13 et équipe mixte pour une gymnaste de -13 ans)
Maximum 2 gymnastes identiques dans deux équipes différentes.

Le classement est établi à la suite de l'addition des 3 meilleures notes de l'équipe.

Plusieurs équipes par club sont autorisées.

FORMATIONS DES GYMNASTES

Toutes les mises à jour et les fiches d'actions seront via :

<https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/FORMATION/Formations-des-Gymnastes/GR>

CPR GYMNASTES

- 18-19-20 octobre 2024 à ? : Perfectionnement des enchaînements individuels (5 gymnastes/club + 1 entraîneur obligatoire) – 50 gymnastes maximum

CPR JEUNESSE

Regroupements :

- 14 sept 2024 à **Gannat** de 9h30 à 16h00 : **NAT 7/11 ans**
- 9 mars 2025 à **Saint Fons** de 9h30 à 16h : **CF 3 et CF 4**

La présence d'un entraîneur par club est **OBLIGATOIRE** pour chaque regroupement.

DRA

Date début	Date fin	Niveau	Action	Années d'âge
D 1 sept		R	Sélection DRA : Début à 10h et fin à 13h	2014-2015
L 21 Oct	M 22 Oct	R	Stage DRA : Début à 9h30 le lundi et fin à 16h30 le mardi	2014-2015
D 24 Nov		R	Sélection régionale RERJ	2014-2015
S 30 Nov	D 1^{er} Déc	N	Revue d'Effectif Régionale Jeunes	2014-2015
S 4 Janv		R	Stage DRA	2014-2015
L 24 Fév		R	Sélection DRA : Début 10h et fin à 13h	2016-2017-2018
L 3 Mars		R	Stage DRA : Début 9h30 et fin à 16h30	2016-2017-2018
M 22 Avril	M 23 Avril	R	Stage DRA : Début mardi à 9h30 et fin mercredi à 16h30	2016-2017-2018
S 21 Juin		R	Bilan de la saison en cours et sélection DRA saison 2025-2026 : Début 10h et fin à 13h	2015-2016



FORMATIONS JUGES ET CADRES

Intera GYM Formation a pour vocation de former des personnes, bénévoles ou salariées, dans le domaine des activités gymniques. Divers domaines d'expertise sont répertoriés :

- Formation animateur fédéral
- Formation moniteur fédéral
- Formation des juges
- Formation continue juges/cadres
- Formation du certificat de qualification professionnelle
- Formation coach gym santé
- Formation express des dirigeants

Toutes les informations (dates, tarifs, contenus...) et inscriptions sont réunies sur le site <http://interagym-formation.com/>

Contact :

- Emilie DAVID – Coordonnatrice Formations – 07 71 89 66 76 - e.david@interagym-formation.com

