

10 mars 2024



Complexe Sportif Intercommunal  
de Montfray  
Chemin des Granges  
01480 Fareins



OPEN  
RÉGIONAL  
PARKOUR

JAM-  
SPEEPRUN-  
BATTLES

Compétition organisée par :



[gym.trevoux@aliceadsl.fr](mailto:gym.trevoux@aliceadsl.fr)



# DOSSIER TECHNIQUE

OPEN régional de Parkour – JAM, SPEEDRUN et BATTLES

## GENERALITE

Cet événement se déroulera en alternance avec la compétition interdépartementale de GAC. Cette association de sports spectaculaires permet d'offrir une ambiance très énergique et festive !

- **La JAM** est un regroupement de traceurs dynamisé par le collectif et par les workshops (ateliers techniques) proposés par les intervenants. C'est un moment de partage de la culture parkour.
- **Le SPEEDRUN** est un parcours chronométré entre un point de départ et un point d'arrivée proposant divers obstacles à franchir de la manière la plus efficace pour être le plus rapide.
- **Les BATTLES** opposent deux participants sur un praticable (sans modules) et consistent à enchaîner différents éléments de techniques et acrobatiques de manière maîtrisée, fluide et avec style.

**Nous proposons un format ludique et convivial du parkour pour ouvrir les portes de l'activité à toutes et tous les pratiquants, du niveau débutant à confirmé, licencié(e)s et non-licencié(e)s, à partir de 10 ans (en 2024)**

Retrouvez toutes les informations sur le site de l'évènement :

<https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/Evenements/GAc-Competitions-Inter-dep-EST-Pk-Open-AURA>

## ENGAGEMENT

### **A réaliser sur le Google Forms avant le 5 mars 2024**

Les inscriptions ultérieures seront tolérées et prises en compte. Cependant, le respect du délai permet aux organisateurs d'optimiser la préparation de l'évènement.

Inscription sur places possibles.

Cet événement est ouvert aux licenciés/ées et non-licenciés/ées de la FFGym.

Lien pour accéder aux inscriptions : <https://forms.gle/2p4jw64TktDZH5r97>



## ACCREDITATIONS

Les demandes d'accréditations dirigeant et entraîneurs se font par mail (ne rien renseigner dans le formulaire d'inscription) à [j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr](mailto:j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr) en indiquant préalablement votre nom, prénom et club. A l'accueil des clubs, chaque responsable de club se verra remettre les accréditations suivantes :

- 1 accréditation dirigeant (s'il en a fait la demande par mail)
- 1 accréditation par traceurs engagés
- 1 accréditation par entraîneur (s'il en a fait la demande par mail)

## REGLEMENT DES ENGAGEMENTS

### Tarifs inscriptions :

- 5.00 € / traceur (à régler sur place le jour de l'événement)
- Par chèque de préférence / Facturation remise par mail après l'évènement

## FORFAITS

Le forfait est à déclarer par mail à [j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr](mailto:j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr) en précisant chaque fois le club et le nom du ou des gymnastes.

## PLANNING PREVISIONNEL

L'organisation de cette compétition proposera une alternance entre les différentes épreuves de GAC et de Parkour durant toute la journée.

### **Dimanche 10 mars 2024**

- ✓ 10h00-17h20 :
  - JAM sur le parkour parc
  - SPEEDRUN sur le parkour parc
  - BATTLE sur praticable

**Attention : ces horaires sont donnés à titre indicatif.  
Ils peuvent être modifiés en fonction du nombre de participants.**

## RECAPITULATIF DES FORMALITES A ACCOMPLIR

NOM DU DOCUMENT	SOURCE	ADRESSE DU DESTINATAIRE	DATE DE FORCLUSION
Engagements traceurs	<b>Google Forms</b>	<a href="https://forms.gle/2p4jw64TktdZH5r97">https://forms.gle/2p4jw64TktdZH5r97</a>	<b>De préférence avant le 05/03/2024</b>
Engagements gym/ dirigeants /entraîneurs	<b>MAIL</b>	<a href="mailto:j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr">j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr</a>	<b>08/03/2024</b>
Paiement des engagements	Sur place	Voir modalités ci-dessus	<b>10/03/2024</b>
Droit image (si refus)	<a href="#">Doc à renvoyer</a>	<a href="mailto:j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr">j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr</a>	<b>08/03/2024</b>