**RENCONTRE DE PROXIMITE ACCESS GYM GAF**

**SAMEDI 16 MAI 2020 – SAINT JEAN D’ILLAC**

Complexe Pierre Favre : 2160 Avenue du Las, 33127 Saint-Jean-d'Illac

* Tarif d’engagement pour 1 gymnaste (fixé par la FFG) : 1,50€
* Date Limite d’Inscription : Jeudi 16 Avril 2020
* Les récompenses sont prises en charge par le comité.

Pour un meilleur déroulement le jour de la rencontre Access Gym, Nous tournerons sur :

* 11 Ateliers pour le niveau Blanc GAF
  + 1 = Saut
  + 2/4/5/6 = Barres
  + 8/9/10 = Poutre
  + 12/14/18 = Sol
* 11 Ateliers pour le niveau Jaune GAF
  + 2/3/4/6 = Barres
  + 7/8/9 Poutre
  + 11/12/13/14 Sol
* 11 Ateliers pour le niveau Orange GAF
  + 1 = Saut
  + 2/3/4/6 = Barres
  + 7/8/9 Poutre
  + 11/15/18 Sol

**Les ateliers suivants devront être faits et validés en club.**

**💣Il faudra rentrer les résultats sur le net et venir le jour de l’évaluation avec les notes des ateliers fait en club sur la fiche de notes.**

**Blanc GAF**

N° : 3 = Changement de prises Barre sup

N° : 7 = Maintien sur ½ pointes poutre à 1m

N° : 11 = Roue pied pieds départ sur tremplin

N° : 13 = Rebonds sur trampoline

N° : 15 = Roulade avant élevée en contre haut

N° : 16 = Maintien sur pointes au sol

N° : 17 = Saut droit

**Jaune GAF**

N° : 1 = Au saut, saut de lapin + ATR tombé dos

N° : 5 = Traverser la barre en appui actif

N° : 10 = Course sortie saut droit en bout de petite poutre

N° : 15 = ¾ salto avant groupé arrivée dos en contre haut au mini trampoline

N° : 16 = Maintien au retiré

N° : 17 = Pointé battement …

N° : 18 = ATR contre tapis, descente en pont

**Orange GAF**

N° : 5 = aux barres ½ tour en passant par l’appui cavalier

N° : 10 = ATR dos en bout de poutre

N° : 12 = Flip ventre au mini trampoline

N° : 13 = Chandelle renversée au trampoline avec départ de l’ATR sur caisses

N° : 14 = pilou pilou

N° : 16 = Prépa pivot

N° : 17 = Cabriole

**Procédure pour valider les ateliers access**

* Allez sur le site de la FFG
* Vous connecter en tant que club
* Allez dans l’onglet Evolugym
* Cliquez sur Access Gym
* Cliquez sur le bouton « Accédez à l’application »
* Entrez le nom de la gymnaste concernée …
* DEROULEMENT DE LA JOURNEE :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 13h30 – 14h30 | Blanc |  |  |
| 14h30 – 16h  16h – 17h30 | Jaune  Jaune |  |  |
| 17h30 – 18h30 | Orange |  |  |

* Attention, ce planning pourra être modifié selon le nombre d’inscrits par couleur.

**ORGANISATION**

Evaluateurs : Par ½ Journée

* Responsable de l’évènement : Jessica
* Accueil : Saint Jean d’Illac
* Responsable Echauffement : Marçou (ASCPA)
* Responsable calculs des notes : Juste sur fiche voir animatrice
* Chaque entraîneur récupèrera ses fiches et les rentrera sur internet
* Responsable Etirement : SAM
* Responsable Matériel et circuit : Jessica et les autres entraîneurs
* Responsable Goûter : Saint Jean d’Illac
* Comme convenu, Martine fera passer des pochettes de goûter. Saint Jean d’Illac s’occupera des achats avec facture au comité.
* Responsable protocole et remise de récompenses : Saint Jean d’Illac
* Le comité fournira les bracelets et diplômes. Il faudra juste prévoir quelqu’un sur l’accueil pour vérifier l’orthographe des noms et prénoms et remplir les diplômes.

**\* Les animateurs présents sur cette action, seront soit évaluateurs, soit sur le calcul des notes, soit sur l’organisation 1 (goûter, récompenses …)**