

# Bilan et plan d'actions

DISCIPLINE : GAM **GAF** GR TEAMGYM TRAMPO AERO GAC

## Compétitions et manifestations départementales :

### Bilan 2021/2022 :

*Voir Bilan Générale des compétitions*

**Equipes : 181**

**Equipe Fédérale A : 93**

**Equipe Fédérale B : 53**

**Equipe perf : 35**

**Individuel : 175**

**Féd A : 85**

**Perf : 23**

**Rég : 67**

**Résultats : Voir vidéo**

### Plan d'action 2022/2023 :



| CALENDRIER COMPETITION DEPARTEMENTALES –<br>Saison 2022 - 2023                |                             |
|---|-----------------------------|
| GAF - GAM - Teamgym   | DEPARTEMENT                 |
| Equipe Fédéral A et Fédéral A Régional GAF                                    | <u>14 - 15 Janvier 2023</u> |
| Individuel Performance et Fédéral A GAM - GAF                                 | <u>21 - 22 Janvier 2023</u> |
| Teamgym + ID Trampoline   | <u>28 - 29 Janvier 2023</u> |
| Equipe Performance et Performance Régional GAM<br>- GAF + Fédérale A et B GAM | <u>4 - 5 Février 2023</u>   |
| Equipe Fédéral B GAF  | <u>25 - 26 Février 2023</u> |
| Finale Départementale GAF   | <u>24 - 25 Juin 2023</u>    |

## **+ PROJETS ACCESS ET COMPETITIONS DE PROXIMITE**

### **Stages départementaux :**

#### **Bilan 2021/2022 :**

#### **CPD 1**

le samedi 9 Octobre 2021 à Mérignac.

**Merci au club du SAM pour l'accueil dans leur nouvelle salle.**

Armelle Nicot (Agent de développement) a pris en charge l'organisation de ce stage aidé par Laury Kinast (libourne), Valentine Nicot (Le Haillan) et Manon Michel (La teste).

Ces 3 personnes se sont proposées pour faire parties de l'équipe qui gèrera les CPD GAF sur la Gironde.

Les clubs ont pu inscrire des gymnastes nées en 2012, 2013 et 2014 avec un bon potentiel et pré destinées à la gym de performance.

Après 2 ans sans stage et avec des conditions d'entraînement très compliquées, nous avons pu noter un niveau inférieur aux années précédentes mais les 30 gymnastes présentes ont fait preuve de volonté, de motivation et de sérieux.

Il y avait 8 clubs représentés ( Libourne, Mérignac, Villenave d'ornon, Ambarès, Le Haillan, La Teste, Sauveterre et Andernos)

10 entraîneurs étaient présents

Organisation du regroupement :

- 15' Accueil
- 30' Echauffement
- 45' Tests Physiques
- 45' grand circuit (Poutre et Sol)
- 45' créneau de 15' sur trampoline, Saut et Barres
- 15' Etirement

**Merci à Valentine et Laury pour la gestion des ateliers Poutre et Sol**

**Merci à Oleg, Jenny et Manon pour le trampoline, Saut et Barres**

A l'issu de ce stage, nous avons décidé de revoir sur le 2<sup>ème</sup> stage CPD du samedi 23 Octobre 2021, l'ensemble des gymnastes nées en 2013 et 2014.

## **CPD 2**

le samedi 23 Octobre 2021 à Bruges.

**Merci au club de Bruges pour avoir accueilli ces jeunes gymnastes girondines.**

27 gymnastes nées en 2013 et 2014 étaient présentes sur ce stage. 9 clubs représentés (Libourne, Villenave d'ornon, Ambarès, Le Haillan, La Teste, Sauveterre, Langon ASCPA et Bruges) et 12 entraîneurs

Organisation du regroupement :

- 15' Accueil
- 30' Echauffement
- 45' Tests Physiques
- 3X30' aux agrès (Barres, Poutre et Sol)
- 15' Etirement

**Merci à Valentine et Laury pour la gestion des ateliers Poutre et Sol**

**Merci à Florianne pour son échauffement et à Marine pour son programme aux barres**

A l'issu de ce stage, nous avons identifié des gymnastes pour les proposer à l'étape suivante, le stage CPID qui aura lieu le 12 Décembre 2021.

Liste des gymnastes sélectionnées

- CRUZ PEREZ Jissélia 2013 JCLT
- DUCOS Alana 2013 JCLT
- DOUBLET Anna 2014 Libourne
- LUCAT Lucile 2013 JCLT
- RODRIGUES Constance 2014 Libourne
- JVANIA Megui 2014 SAM
  
- MALLET Léna 2013 ASGV (Réserve)
- HERNANDEZ Noélia 2014 ASGV (Réserve)
- FOURCADE Naëlle 2013 ASGV (Réserve)
- POUBEAUX Judith 2013 ASCPA (Réserve)

## **CPD 3**

Samedi 20 Novembre 2021 au Haillan

14h - 17h

18 gymnastes nées en 2013 et 2014 étaient présentes sur ce stage. 8 clubs représentés (Libourne, Villenave d'ornon, Ambarès, Le Haillan, La Teste, Sauveterre, Langon et ASCPA) et 9 entraîneurs

Organisation du regroupement :

- 15' Accueil
- 20' Echauffement + 20' Base sol
- 3X35' aux agrès (Saut, Barres, Tramp)
- 15' Etirement

**Merci à Valentine et Laury pour la gestion des ateliers Barres et Saut  
Merci à Marine pour son échauffement, Aude pour les étirements et à Raphaël pour la prise en charge de la séance au grand trampoline.**

Ce 3<sup>ème</sup> stage n'était pas une sélection mais avait pour objectif :

- Créer une dynamique départementale
- Travail avec l'ensemble des gymnastes de ce secteur et leur entraîneur pour augmenter le niveau des poussines sur la gironde

Confirmation de la liste des gymnastes sélectionnées

- CRUZ PEREZ Jissélia 2013 JCLT
- DUCOS Alana 2013 JCLT
- DOUBLET Anna 2014 Libourne
- LUCAT Lucile 2013 JCLT
- RODRIGUES Constance 2014 Libourne
- JVANIA Megui 2014 SAM
  
- MALLET Léna 2013 ASGV (Réserve)
- HERNANDEZ Noélia 2014 ASGV (Réserve)

### **Plan d'action 2022/2023 :**

Cette saison, le Dispositif Régional d'Accession GAF, a décidé de supprimer les CPD et CPID. Un nouveau fonctionnement sera proposé par la région.

La commission GAF du comité de Gironde de Gymnastique a décidé de proposer 2 stages départementaux GAF dans ce début de saison.

## Un nouveau format pour de nouveaux objectifs !

| Jours                        | Horaires                      | Tranche d'âges               | Niveau   | Lieu à Confirmer |
|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|--|------------------|
| Dimanche 13<br>Novembre 2022 | (Accueil 9h45)<br>10h - 12h30 | 2015 - 2014 -<br>2013 - 2012 | Poussines<br>Performance<br>Benjamines<br>Fédérale A et<br>Performance | Libourne         |
| Dimanche 11<br>Décembre 2022 | 14h - 16h30                   |                              |  | Lieu à Définir   |

Publics concernés : Gymnastes nées en 2015 - 2014 - 2013 - 2012  
Poussines engagées dans la filière Performance  
Benjamine avec un niveau Fédérale A+ ou engagées en Performance

Equipe Départementale : Armelle Nicot, Laury Kinast et Valentine Nicot

### Objectifs :

- Créer une dynamique départementale
- Créer une cohésion de groupe : Travail avec l'ensemble des gymnastes et leur entraîneur

Prévoir : un pique pour les entraîneurs et leurs gymnastes, une bouteille d'eau et le matériel personnel d'entraînement.

Nombre de Gymnastes max par clubs : 6 (Création d'une liste d'attente pour intégrer les stages en fonction du nombre des gymnastes)

### Date limite d'inscription

1<sup>er</sup> stage : Lundi 31 Octobre 2022

2<sup>ème</sup> stage : Lundi 28 Octobre 2022

### Objectifs de travail sur ces journées

- Dimanche 13 Novembre 2022
  - Saut : La lune,  $\frac{3}{4}$  avant tendu et salto avant tendu
  - Barres : Balancés, grand tour et sortie
  - Poutre : Élément en avant et saut gymnique
- Dimanche 11 Décembre 2022

- Sol : routine accro + rondade flip salto
- Barres : Bascule ATR + tour proche
- Poutre : Accro arrière + série accro

## Formation des juges :

### Bilan 2021/2022 :

---

---

---

---

---

### Plan d'action 2022/2023 :

Responsable de la formation : Alice Labarthe

Intervenants : Alice Labarthe, Céline Franc et Stéphanie Haurie

#### Organisation :

- **Préformation** :  $\frac{1}{2}$  journée le **Samedi 8 Octobre 2022** pour les parents qui ne connaissent pas les éléments.
  - Salle de Gymnastique de Bruges - Salle Jacques Majau, Avenue de Verdun 33520 Bruges - de 13h30 - 16h30
- **Formation 1** : le **Dimanche 9 Octobre 2022** en présentiel  
→ Calcul de la note de départ aux 4 agrès et début du jugement en barres, poutre et sol
  - Foyer serge Dufrêche - Complexe Sportif Lachaze - 8 Av. de Grandjean, 33440 Ambarès-et-Lagrave
- **Formation 2** : le **Dimanche 16 Octobre 2022** en présentiel
  - Salle du forum - 118 Av. Pasteur, 33185 Le Haillan→ Jugement aux 4 agrès
- **Formation 3** : le **Dimanche 23 Octobre 2022** en présentiel
  - Salle 3-4 à la maison des associations : 153 rue David Johnston 33000 Bordeaux→ Matin examen blanc / Après-midi : entraînement jugement

Horaires : 9h30 - 12h30 / 13h30 - 16h30

- Examen : le 20 Novembre 2022 (géré par la région)

🔴\* **Penser à inscrire les stagiaires à la formation via le Comité de Gironde et à l'examen via la Nouvelle Aquitaine**

Coût de la formation : 40 Euros

- Les stagiaires nés en 2009 et - peuvent suivre la formation, valider l'examen et juger en compétition.
  - 🔴\* Attention les 2009 ne pourront juger que si elles ont 14 ans !

🔴\* Matériel à avoir, les stagiaires doivent arriver avec les affaires suivantes :

- brochure fédéral A et B à jour de septembre 2022
- feuilles de brouillon en quantité suffisante
- stylos / stabilos pour le jugement.
- Clef USB

La licence n'est pas nécessaire lors des formations, uniquement pour l'examen. Si vous avez déjà un livret de juge, vous pouvez l'amener, nous le mettrons à jour.

Info complémentaire concernant les absences

Le stagiaire doit faire minimum 15h de formation pour pouvoir se présenter à l'examen. En cas d'absence à l'une des journées de formation, des vidéos seront envoyées et devront être jugées (retour par mail). Sans retour de mail, vous ne serez pas autorisé à vous présenter à l'examen.

En cas d'absence à deux journées de formation, vous ne serez pas autorisé à vous présenter à l'examen.