

150 ans de la FFGym





LES ACTIONS DES 150 ANS DE LA FFGYM

- CONCOURS DE DESSIN
- CONCOURS DE PAS
- INFOGRAPHIES DES RÉGIONS
- VIDÉOS DES RÉGIONS
- EXPOSITIONS TEMPORAIRES
- PRODUCTIONS SPECTACULAIRES
- « DANSE AVEC LE PUBLIC »
- PROGRAMME « GÉNÉRATION GYM »
- NOUVEAUX INTERNATIONAUX DE FRANCE 2023

CONCOURS DE DESSIN

Thème : la gymnastique dans 150 ans

RÔLE DU CLUB

DU 02 JANVIER AU 09 FEVRIER 2023



L'ADHÉRENT DONNE
son dessin à son
club



LE CLUB COLLECTE
les dessins



LE CLUB CHOISIT
24 dessins :

12 réalisés par des moins de 12 ans
12 réalisés par des 12 ans et plus

Critères de sélection :

- Adéquation au thème
- Originalité
- Créativité
- Qualité artistique

DATE LIMITE
09 FEVRIER 2023



LE CLUB ENVOIE
les dessins au
comité régional
sur l'adresse de référence
communiqué par le
comité

Accompagné de :

- Nom du participant
- Prénom du participant
- Email
- Numéro de téléphone



CONCOURS DE DESSIN

Thème : la gymnastique dans 150 ans

RÔLE DU COMITÉ RÉGIONAL

DU 09 FEVRIER AU 02 MARS 2023



LE COMITÉ RÉGIONAL
SELECTIONNE
un ambassadeur 150 ans



L'AMBASSADEUR CHOISIT
4 dessins :
2 faits par des moins de 12 ans
2 faits par des 12 ans et plus



DATE LIMITE
02 MARS 2023



LE COMITÉ RÉGIONAL ENVOIE
les dessins au service
communication FFGYM
communication@ffgym.fr



Critères de sélection :

- Adéquation au thème
- Originalité
- Créativité
- Qualité artistique



CONCOURS DE DESSIN

Thème : la gymnastique dans 150 ans

RÔLE DE LA FFGYM

DU 10 AU 13 MARS 2023



LA FFGYM PUBLIE
les dessins sélectionnés par les
comités sur Instagram et Facebook



LA COMMUNAUTÉ DÉSIGNE
les gagnants grâce aux réactions



LA FFGYM ANNONCE
les gagnants à partir du 13 mars

DES CADEAUX POUR LES 3
GAGNANTS DE CHAQUE CATÉGORIE

+

DES CADEAUX POUR LES CLUBS DES
1ERS GAGNANTS

POUR ALLER AUX 150 ANS À BERCY



CONCOURS DE PAS



DU LUNDI 22 MAI AU
VENDREDI 23 JUIN 2023

LE PARTICIPANT S'INSCRIT

- Individuellement
- Licencié ou non
- se positionne dans un comité régional
- Intègre une équipe de 5 personnes issues du même comité



LES CLUBS ET COMITÉS
COMMUNIQUENT SUR LE CONCOURS
Grâce au kit communication proposée par la FFGym

DU LUNDI 05 JUIN AU
DIMANCHE 25 JUIN 2023

LE CHALLENGE SE DÉROULE
pendant 3 semaines. L'application
comptabilise les pas et génère un
classement

A PARTIR DU LUNDI 26 JUIN 2023

LA FFGYM RÉCOMPENSE

LES GAGNANTS :

- Les 3 meilleurs comités régionaux
- Les 3 meilleures équipes
- Les 3 meilleurs participants

Les cadeaux : des places pour les 150 ans à Bercy

LA FFGYM ENVOIE LE CLASSEMENT
des comités régionaux (individuels et
équipes)



A leur initiative les comités peuvent
récompenser leurs gagnants

INFOGRAPHIES DES RÉGIONS

Deux infographies : les chiffres clés et les faits marquants

RÔLES DU CR ET DE LA FFGYM

A partir de Février 2023



LA FFGYM DONNE
les infographies aux formats
numérique et physique aux
comités régionaux
dès février

LE COMITÉ RÉGIONAL AFFICHE
les infographies sur toutes les
compétitions et évènements locaux,
ainsi que sur son site internet
dès réception

LA FFGYM DIFFUSE
les infographies sur son site
internet dédié aux 150 ans
150ans.ffgym.fr

INFOGRAPHIES DES RÉGIONS

Deux infographies : les chiffres clés et les faits marquants

Exemples

A partir de Février 2023



VIDÉOS DES RÉGIONS

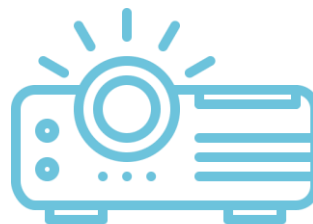
Deux infographies : les chiffres clés et les faits marquants

RÔLES DU CR ET DE LA FFGYM

A partir de Février 2023



LA FFGYM TRANSMET
la vidéo régionale au
comité concerné
dès février



LE COMITÉ RÉGIONAL DIFFUSE
sa vidéo sur toutes les compétitions
et évènements locaux
dès réception de la vidéo



LA FFGYM DIFFUSE
au fur et à mesure des mises en
avant des régions chaque vidéo
150ans.ffgym.fr



LE COMITÉ RÉGIONAL DIFFUSE
sa vidéo sur son site internet et ses
réseaux sociaux à partir du mois de
mise en avant de sa région

EXPOSITIONS TEMPORAIRES

Projets à l'initiative des clubs, des comités départementaux et régionaux

TOUT AU LONG DE L'ANNÉE



LA STRUCTURE PROPOSE
UN PROJET
d'exposition temporaire
physique ou digitale



LA STRUCTURE INFORME
LA FFGYM
du projet mis en place sur
communication@ffgym.fr



LA FFGYM COMMUNIQUE
autour de ce projet
Toute l'année

PRODUCTIONS SPECTACULAIRES

RÔLES DU COMITÉ RÉGIONAL

Jusqu'au 30 avril 2023



LE COMITÉ RÉGIONAL
PRODUIT ET FILME
un spectacle de 150
secondes mettant en
avant une ou plusieurs
disciplines FFGym



LE COMITÉ ENVOIE À
LA FFGYM
la vidéo du spectacle
150ans@ffgym.fr
avant le 30 avril



LA FFGYM DÉCERNERA
DES PRIX
aux meilleures
productions



4 PRIX

Nombre de participants x 1
Intergénérationnel x 1
Costume x 1
+ bonus : Coups de cœur



Cadeaux : places pour les
Nouveaux Internationaux de
France 2023

+ production à Bercy pour les
coups de cœur du jury

« DANSE AVEC LE PUBLIC »

Chorégraphie simple réalisable dans des tribunes
Vidéo complète et musique à disposition



PROGRAMME « GÉNÉRATION GYM »

Découverte des disciplines gymniques et partage sous forme de production spectaculaire

- Même musique que la danse du public ce qui permet lors d'événements de mettre en place un moment interactif
- Outils pour l'enseignement lors d'un cycle scolaire de 6 séances : fiches séances pour l'enseignant, fiches ateliers pour les élèves, musiques, vidéos
- Proposition de contenus pour la S.O.P. élaborés à partir de ce programme
- Programme pouvant être utilisé dans nos clubs lors de démonstrations



SÉANCE N° 3

1ère Partie - Bases rythmiques, repérage musical, révision du début de l'enchaînement

La séance d'une durée de 1 heure, se compose :

- D'une préparation: des bases rythmiques et l'apprentissage de parties communes (15 à 20 minutes).
- D'exercices d'apprentissage sous forme d'ateliers en sous groupes (20 à 25 minutes).
- D'une partie «enchaînement» des séquences apprises (20 à 25 minutes).

Objectif	Description	Matériel	Illustration(s)
Ecoute musicale et relation du tempo avec la marche.	Marche sur place en musique.	Musique séquence musicale n°1	
Associer l'écoute musicale avec les frappes de mains et la marche.	Marche sur place avec frappes des mains. Idem en se déplaçant dans tout l'espace.	Musique séquence musicale n°1	
Reproduire une séquence de frappes de mains et un son.	Frappes de mains sur les contre temps. - Frappes sur 1,2,3 et 4,5,6 et dire «la Gym» - Idem en se déplaçant - Se placer dans la formation en 2x8 temps.	Musique n°2	
Révision de l'échauffement et de sa mise en formation.	- Réaliser en comptant 2x la séquence cercles de bras, puis une fois à droite et une fois à gauche la séquence écarté, puis une fois accroupi appui facial, rouli déroté. - Réaliser en musique la séquence - Réaliser la mise en place en marchant avec les frappes de mains pour l'échauffement en comptant - Idem en musique.	Musique n°3	
Révision des positions gymnastiques et de la partie 1.	- Diviser le groupe en sous groupes identiques à ceux de la séance 1. - Réviser les positions gymnastiques choisies dans la séance 1. - Donner la mise en place des positions entre les sous groupes. - Réaliser la partie 1 avec les frappes de mains et dire «la gym».		
Révision des parties 1, 2 et 3.	- Réaliser les parties en comptant. - Réaliser en musique.	Musique montage Génération Gym	

SÉANCE N° 3

2ème Partie - L'apprentissage sous formes d'ateliers

Apprentissage de la gymnastique acrobatique

- Porter ou pyramide à trois au choix entre les 3 propositions
- Porter ou pyramide à trois en croix avant en position inclinée sur les 2 porteurs
- Porter ou pyramide à trois en croix

Après avoir réalisé les 3 ateliers, enchaîner dans l'ordre des séquences

Apprentissage du trampoline

- En synchronisation, réaliser une série de sauts verticaux ou autre forme
- Saut sur mini trampoline avec bras verticaux
- Saut de précision

Après avoir réalisé les 3 ateliers, enchaîner dans l'ordre des séquences

Programme complet pouvant être réalisé en 6 séances permettant la découverte de nos disciplines et la démonstration sous forme d'enchaînement en musique

FICHE ATELIERS

Partie 4

GYMNASTIQUE ACROBATIQUE PAR 3

- Porter ou pyramide à trois au choix entre les 3 propositions
- Porter ou pyramide à trois en croix avant en position inclinée sur les 2 porteurs
- Porter ou pyramide à trois en croix

Après avoir vu séparément les 3 exercices, les enchaîner puis les réaliser sur la partie musicale



NOUVEAUX INTERNATIONAUX DE FRANCE 2023

Du vendredi 15 au dimanche 17 septembre 2023

F I G W O R L D C U P C H A L L E N G E

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** Depuis 1873

150 ANS ÇA SE FÊTE !

LES NOUVEAUX INTERNATIONAUX DE FRANCE DE GYMNASTIQUE

ACCOR ARENA 16 ET 17 SEPTEMBRE 2023 • PARIS #GymnasticsParis

WWW.ACCORARENA.COM WWW.FFGYM.FR

VILLE DE PARIS Région Île de France AGENCE NATIONALE DU SPORT GYMNOVA F3 - Curves 3D GYM errea Crédit Mutuel MOREAU DNB GOMENOL-SPORT



NOUVEAUX INTERNATIONAUX DE FRANCE 2023

Du vendredi 15 au dimanche 17 septembre 2023

15/09

VENDREDI

Ouverture des entraînements officiels et proposition de séances découverte aux écoles

16/09

SAMEDI

Qualifications 09h30/13h00

Saut (H) / Arçons / Anneaux / Saut (F) / Barres asymétriques

Gala des 150 ans 14h00/15h15

6 tableaux sur l'histoire de la gymnastique

Qualifications 16h00/19h30

Sol (H) / Barres parallèles / Barre fixe / Poutre / Sol (F)

17/09

DIMANCHE

Finales 13h20/15h40

Sol (H) / Arçons / Anneaux / Saut / Barres asymétriques

Finales 16h10/18h30

Saut(H) / Barres parallèles / Barre fixe / Poutre / Sol (F)



NOUVEAUX INTERNATIONAUX DE FRANCE 2023

Du vendredi 15 au dimanche 17 septembre 2023

1H15 DE SPECTACLE LE SAMEDI

Les équipes de France de toutes les disciplines FFGym
racontent la gymnastique



NOUVEAUX INTERNATIONAUX DE FRANCE 2023

Du vendredi 15 au dimanche 17 septembre 2023



Pour cet évènement qui appartient à tous, la FFGym invite :

Les champions
interdépartementaux et
régionaux

Les représentants
des clubs
centenaires

Le comité directeur, les
présidents régionaux et
départementaux, les CTS et les
membres des commissions
fédérales

Les présidents
des clubs
FFGym

Les
membres
honoraires

Les
personnalités
gymniques



NOUVEAUX INTERNATIONAUX DE FRANCE 2023

Du vendredi 15 au dimanche 17 septembre 2023

Ouverture au Grand Public Lundi

Avant-première clubs et licenciés ce week-end

GALA ET QUALIFICATIONS

à partir de 28€ la place

SAMEDI	Public	Licencié FFGym	Club FFGym
Catégorie 1	74,00 €	58,00 €	55,00 €
Catégorie 2	60,00 €	47,00 €	45,00 €
Catégorie 3	37,00 €	29,00 €	28,00 €

FINALES

à partir de 32€ la place

DIMANCHE	Public	Licencié FFGym	Club FFGym
Catégorie 1	79,00 €	62,00 €	59,00 €
Catégorie 2	65,00 €	51,00 €	49,00 €
Catégorie 3	42,00 €	33,00 €	32,00 €

FORFAITS

à partir de 43€ la place

FORFAITS	Public	Licencié FFGym	Club FFGym
Catégorie 1		96,00 €	82,00 €
Catégorie 2		79,00 €	68,00 €
Catégorie 3		50,00 €	43,00 €

