



Dimanche 15 décembre 2024

Compte Rendu Réunion technique

Tous les clubs du département de la Dordogne étaient représentés.

La réunion avait pour but de parler ensemble du nouveau programme de l'ACCESS GYM.

Suite à un constat fait en fin de saison dernière, un nouveau programme est proposé pour les gymnastes nés 2019 et avant.

ACCESS GENERAL

Pour les gyms nés en 2019 :

Programme ACCESS général niveau 1 et 2 mélangés : 8 exercices

- | | |
|----------|--------------|
| 1/ N1 E3 | 5/ N2 E2 BIS |
| 2/ N1 E4 | 6/ N2 E3 |
| 3/ N1 E6 | 7/ N2 E4 |
| 4/ N2 E1 | 8/ N2 E5 |

La rencontre se ferait lors du 2^{ème} ACCESS le dimanche 16 mars 2025 à Boulazac.

La validation n'a pas été évoquée pour ce niveau : on garde 13 points ou on demande un peu plus bas 12 points. On peut aussi en parler le jour de la rencontre.



Pour les gyms nés en 2018 :

Le premier niveau comprenant les exercices des niveaux 3 et 4 est appelé **PROGRAMME A :**

1/ N3 E1	5/ N4 E1
2/ N3 E2	6/ N3 E5
3/ N3 E3	7/ N4 E3
4/ N3 E6	8/ N4 E6A

Le deuxième niveau comprenant les exercices des niveaux 5 et 6 est appelé

PROGRAMME B :

1/ N5 E1	5/ N6 E2
2/ N6 E1A	6/ N5 E4
3/ N5 E2	7/ N6 E4
4/ N5 E5	8/ N5 E6



Pour les gyms nés en 2017 :

Le premier niveau comprenant les exercices des niveaux 7 et 8 est appelé **PROGRAMME C :**

- | | |
|----------|--------------------|
| 1/ N7 E1 | 5/ N8 E1A |
| 2/ N8 E6 | 6/ N8 E4 |
| 3/ N7 E2 | 7/ N8 E3A |
| 4/ N8 E1 | 8/ N8 E5 (ECARTEE) |

Le deuxième niveau comprenant les exercices des niveaux 9 et 10 est appelé

PROGRAMME D :

- | | |
|-----------|--------------------|
| 1/ N10 E1 | 5/ N9 E1B |
| 2/ N10 E6 | 6/ N9 E3 |
| 3/ N10 E2 | 7/ N10 E3 |
| 4/ N9 E4 | 8/ N9 E5B (SERREE) |

La validation de ces 4 niveaux est de 13 points sur 16 points maximum.



Le ½ point est noté sur les feuilles des enfants pour éviter le zéro au cas l'enfant ne ferait pas l'exercice demandé.

Pour une bonne organisation, il est demandé aux 4 clubs participants de prévoir 2 personnes pour juger les enfants et de préparer ces 2 personnes en leurs expliquant le programme et la notation. Une réunion se fera aussi le jour même des rencontres.

Rappel : 1^{ère} rencontre le dimanche 26 janvier 2025 à Sarlat

2^{ème} rencontre le dimanche 16 mars à Boulazac

Merci à ces 2 clubs de prévoir une personne (ou 2) en plus pour tenir les enfants lors de l'exercice 1 (N5 E1) du programme B.

Sur le programme C : **ATTENTION changement**

L'exercice n°3 (N7E2) se fait tout seul

Le Critère de Réussite ne change pas

Consigne : faire la roue avec un appui alternatif des mains

Matériel : une hauteur un peu dure de 10 cm maximum

Pour les gyms débutants nés en 2017, possibilité de commencer au niveau A ou B.



ACCES GAF/GAM

Sur les 3 niveaux, nous proposons de changer 2 des exercices pour le programme GAM : les arçons à la place de la poutre (si les clubs n'ont pas d'arçons à disposition, les garçons pourront réaliser l'exercice sur la poutre) et les anneaux à la place de la chorégraphie (des anneaux à accrocher à une barre seront amenés le jour de la rencontre).

Pour les gyms nés en 2016 : niveau blanc et jaune

Pour les gyms nés en 2015 : niveau jaune et orange

Pour les gyms nés en 2014 : niveau orange et orange 2 (fin des exercices du niveau et exercices de proximité)

Pour les gyms débutants (2015 et 2014) possibilité de commencer au niveau blanc si besoin

NIVEAU BLANC

- Exercices 1, 2, 6, 8/6 GAM, 11, 15, 16/10 GAM, 18

NIVEAU JAUNE

- Exercices 1, 3, 6, 8/6 GAM, 11, 15, 16/10 GAM, 18

NIVEAU ORANGE

- Exercices 1, 3, 5, 7/6 GAM, 11, 15, 17/10 GAM, 18

L'obtention du niveau : 13/16 points

Le ½ point est utilisé uniquement si l'enfant n'a pas réalisé l'exercice et doit avoir zéro.

Pour le 1^{er} exercice de chaque niveau, il a été décidé de mettre la table de saut avec devant le tremplin et le trampoline

Pour le 6^{ème} exercice, mettre le trampo tramp

