



LA SENTINELLE
Gymnase Robert Sallaz
Rue Albert Curioz
74100 Annemasse
e-mail : lasentinelle74@orange.fr

Fédération française de gymnastique
Agrément Jeunesse et Sport n°9605
Siret 38306147000027
APE 9312Z
Site : www.gym-annemasse.com

PROTOCOLE / section compétition saison 2024-2025

NIVEAU FEDERAL A

Septembre	<p>Evaluation globale effectuée par l'entraîneur du club (et l'entraîneur bénévole) :</p> <p>>> évaluation technique</p> <p>>> évaluation de la motivation, assiduité, comportement</p>	<p><u>3 cours/semaine >> présence OBLIGATOIRE</u> lundi – mercredi – vendredi</p> <p><u>4^{ème} cours/semaine : samedi >> présence OBLIGATOIRE au moins 1 samedi/mois</u></p>
Octobre		
Novembre		
Décembre		

Novembre-décembre : constitution des équipes en fonction de l'évaluation, orientation des gymnastes
 >> les décisions seront prises uniquement par les membres de la commission technique

Janvier	<p style="text-align: center;"><u>3 cours/semaine >> présence OBLIGATOIRE</u> lundi – mercredi – vendredi</p> <p style="text-align: center;"><u>4^{ème} cours/semaine : samedi >> présence OBLIGATOIRE au moins 1 samedi/mois</u></p> <p style="text-align: center;">Le 4^{ème} cours/semaine est vivement conseillé pour toutes les gymnastes très motivées à progresser.</p>	
Février		
Mars		
Avril		
Mai		
Juin		

Les compétitions en équipe sont OBLIGATOIRES (3 compétitions fédérales/an), sauf cas de force majeure type blessure, maladie, etc, empêchant la pratique du sport.

Les compétitions en individuel sont FACULTATIVES (décision de l'entraîneur, au cas par cas, en accord avec les gymnastes), **mais elles sont cependant fortement conseillées en vue d'acquérir l'expérience des compétitions !!**

NIVEAU FEDERAL A1 BENJAMINES

NIVEAU FEDERAL A1 GRANDES

Septembre	<p>Evaluation globale effectuée par l'entraîneur du club (et l'entraîneur bénévole) :</p> <p>>> évaluation technique</p> <p>>> évaluation de la motivation, assiduité, comportement</p>	<p><u>3 cours/semaine >> présence OBLIGATOIRE</u></p> <p><u>BENJAMINES : lundi – vendredi – samedi</u></p> <p><u>GRANDES : mardi – jeudi – samedi</u></p>
Octobre		
Novembre		
Décembre		

Novembre-décembre : constitution des équipes en fonction de l'évaluation, orientation des gymnastes
 >> les décisions seront prises uniquement par les membres de la commission technique

Janvier	<p style="text-align: center;"><u>3 cours/semaine >> présence OBLIGATOIRE</u></p> <p style="text-align: center;"><u>BENJAMINES : lundi – vendredi – samedi</u></p> <p style="text-align: center;"><u>GRANDES : mardi – jeudi – samedi</u></p>	
Février		
Mars		
Avril		
Mai		
Juin		

Les compétitions en équipe sont OBLIGATOIRES (3 compétitions fédérales/an), sauf cas de force majeure type blessure, maladie, etc, empêchant la pratique du sport.

Les compétitions en individuel sont FACULTATIVES (décision de l'entraîneur, au cas par cas, en accord avec les gymnastes)

NIVEAU PERFORMANCE POUSSINES

Septembre	Evaluation globale effectuée par l'entraîneur du club (et l'entraîneur bénévole) : >> évaluation technique >> évaluation de la motivation, assiduité, comportement	<u>3 cours/semaine >></u> <u>présence OBLIGATOIRE</u> <u>mardi – jeudi – samedi</u>
Octobre		
Novembre		
Décembre		

Novembre-décembre : constitution des équipes en fonction de l'évaluation, orientation des gymnastes
 >> les décisions seront prises uniquement par les membres de la commission technique

Janvier	<u>3 cours/semaine >> présence OBLIGATOIRE</u> <u>mardi – jeudi – samedi</u>
Février	
Mars	
Avril	
Mai	
Juin	

Les compétitions en équipe sont OBLIGATOIRES (3 compétitions/an), sauf cas de force majeure types blessure, maladie, etc, empêchant la pratique du sport.
Les compétitions en individuel sont FACULTATIVES (sur décision de l'entraîneur, au cas par cas, en accord avec les gymnastes), **mais elles sont cependant fortement conseillées en vue d'acquérir l'expérience des compétitions !!**

NIVEAU FEDERAL B POUSSINES

NIVEAU FEDERAL B BENJAMINES

NIVEAU FEDERAL B GRANDES

Septembre	<u>2 cours proposés/semaine >> présence OBLIGATOIRE</u> <u>POUSSINES</u> : mardi – jeudi <u>BENJAMINES</u> : lundi – mercredi <u>GRANDES</u> : mardi – jeudi
Octobre	
Novembre	
Décembre	

Novembre-décembre : constitution des équipes en fonction de l'évaluation, orientation des gymnastes
 >> les décisions seront prises uniquement par les membres de la commission technique

Janvier	<u>2 cours/semaine >> présence OBLIGATOIRE</u> <u>POUSSINES</u> : mardi – jeudi <u>BENJAMINES</u> : lundi – mercredi <u>GRANDES</u> : mardi – jeudi
Février	
Mars	
Avril	
Mai	
Juin	

Les compétitions en équipe sont OBLIGATOIRES (1 à 2 compétitions fédérales / an), sauf cas de force majeure types blessure, maladie, etc, empêchant la pratique du sport.
Les compétitions en individuel sont FACULTATIVES (sur décision de l'entraîneur, au cas par cas, en accord avec les gymnastes)

STAGES VACANCES

Vacances de la Toussaint	A chaque vacances (SAUF vacances de Noël), un stage de plusieurs jours par semaine sera proposé (4 jours/semaine ; journée partielle ou complète ; les dates et horaires seront remis en temps voulu). En tout, 3 stages seront proposés par année.
Vacances d'Hiver	<u>niveaux Fed. A – Fed. A1 – PERFORMANCE :</u> <u>la présence des gymnastes est OBLIGATOIRE à 1 stage (semaine complète) par an au minimum.</u>
Vacances de Printemps	La présence aux stages est vivement conseillée car ils permettent de progresser davantage et offrent aux gymnastes la possibilité d'apprendre de nouveaux mouvements, plus complexes, au moyen d'ateliers ludiques.

NB :

Les absences doivent être justifiées par message ou appel à l'entraîneur avant le cours. Au bout de 3 absences injustifiées, les gymnastes perdront leur place dans l'équipe.

En accord avec le règlement intérieur du gymnase, les parents des gymnastes ne sont pas autorisés à accéder à la salle durant les entraînements.

Nous attendons de la part de chacune des gymnastes comme de leurs proches un comportement irréprochable et respectueux envers les autres gymnastes ainsi qu'envers l'entraîneur et les bénévoles.

Date :

Signature (précédée de la mention « lu et approuvé ») :

Attention ! Toute personne refusant de signer verra sa demande d'inscription rejetée.