

# COUPE FORMATION 2

*Etape 2*

*Samedi*

**7**  
*juin*



*Gymnase  
Colette Besson  
26 Rue du  
Plessis Briard  
Évry-Courcouronnes*

photo et graphisme Creapik



## Informations & recommandations

---

- **Jurys**

Responsable des juges : Marjorie GOLLION (cdgym91.marjoriegollion@gmail.com)

Les clubs sont tenus de fournir minimum un juge pour toute la durée de la rencontre.

Les clubs qui le souhaitent peuvent présenter un deuxième juge. Tous les juges doivent être licenciés et assister, à la réunion des juges : pas de retard ! Elles (ils) doivent porter une tenue appropriée. Les juges doivent connaître les éléments du mains-libre et les éléments engins du niveau 2 de la Coupe Formation. En cas de problème, n'hésitez pas à contacter Marjorie GOLLION.

Jury ML		
	Praticable A	Praticable B
Difficulté	RIS ORANGIS	BRIIS SOUS FORGES
	LA FERTE ALAIS	WISSOUS
Exécution	BRIIS SOUS FORGES	LA FERTE ALAIS
	WISSOUS	SAINT GERMAIN LES ARPAJONS

JURY ENGINES			
Praticable A1 - BALLON	Praticable A2 - RUBAN	Praticable B1 - MASSUES	Praticable B2 - CORDE
SAINT GERMAIN LES ARPAJONS	LA FERTE ALAIS	LA FERTE ALAIS	RIS ORANGIS
BRIIS SOUS FORGES	WISSOUS	WISSOUS	BRIIS SOUS FORGES

- **Accès aux vestiaires et aux salles**

L'accès est strictement réservé aux gymnastes et aux entraîneurs en tenue de sport, dans le respect des horaires indiqués (minutage). Par mesure d'hygiène, chaque gymnaste devra se munir de claquettes ou autres sandales pour circuler entre les salles.

- **Licences et engagements**

Les licences sont à présenter au poste de contrôle avec la photo sur support papier, tablette ou smartphone. Les droits d'engagement sont à régler directement au CDGE sur facture.

**Attention à les télécharger avant la compétition, la réception réseau à l'intérieur du gymnase n'est pas toujours disponible.**

Les forfaits sont à signaler au plus tôt par le logiciel fédéral ou auprès de Marjorie Gollion.

- **Feuilles d'atelier**

**Les feuilles du ML et des tests engins sont à remettre complétées, dès l'arrivée, à la responsable où lors de la réunion de juge.**

- **Echauffements**

Suivre les indications données sur place.

- **Stand**

Le club du SCA 2000 EVRY proposera une buvette.

- **Stationnement**

Un parking est à disposition sur place.

SAMEDI 7 JUIN 2025  
ETAPE 2 DE LA COUPE FORMATION 2

13h45 Réunion de juges

<p><b>Groupe 1 (WISSOUS/ RIS ORANGIS)</b> de 13h50 à 14h20      Echauffement de 14h20 à 14h30      Essai sur le praticable de 14h30 à 14h45      Mains libres de 14h45 à 15h15      Tests Engins 15h15 – 15h25 démonstration</p>	<p><b>Groupe 2 (BRIIS SOUS FORGES/ SAINT GERMAIN LES ARPAJONS)</b> de 15h00 à 15h30      Echauffement de 15h30 à 15h40      Essai sur le praticable de 15h40 à 15h55      Mains libres de 15h55 à 16h25      Tests Engins 16h25 – 16h35 démonstration</p>
<p><b>Groupe 3 (LA FERTE MAISSE)</b> de 16h20 à 16h40      Echauffement De 16h40 à 16h50      Essai sur le praticable de 16h50 à 17h05      Mains libres de 17h05 à 17h35      Tests Engins 17h35 – 17h45 Démonstration</p>	

GROUPE 1 de 14h30 à 14h45

MAINS LIBRE				
Praticable A			Praticable B	
Ville	Nom	Prénom	Nom	Prénom
WISSOUS	FOULON	Emma	HABET	Melissa
WISSOUS	SMAL	Lola, zoé	TRAN	Neyla
RIS ORANGIS	AHMED	Sara-Lina	DOIA	Stéfanía
RIS ORANGIS	DOUCOURA	Janna	FOURNIAL KOHLER	Loann
RIS ORANGIS	KHALDI	Chaïma	YAMINE	Bayane
RIS ORANGIS	TEIXEIRA RODRIGUES	Ana Francisca	THIERO	Maïssa

GROUPE 1 de 14h45 à 15h15

TESTS ENGINES		
	Praticable A1 ballon - Praticable A2 Ruban	Praticable B1 Massues - Praticable B2 Corde
Horaire	Clubs	Clubs
15h45-16h	WISSOUS (4)	RIS ORANGIS (8)
16h-16h15	RIS ORANGIS (8)	WISSOUS (4)

15h15 – Démonstration Ballainvilliers (2)

15h25 - Défilé

GROUPE 2 de 15h40 à 15h55

MAINS LIBRE				
Praticable A			Praticable B	
Ville	Nom	Prénom	Nom	Prénom
BRIIS SOUS FORGES	AZAMBOURG	Apolline	DA COSTA	Valentina
BRIIS SOUS FORGES	KULINSKA	Kelly	MAILLAUT	Nina
BRIIS SOUS FORGES	MALET	Morgane	MOTY	Jade
BRIIS SOUS FORGES	POUESSEL-CHABALIER	Adèle	ROMAN THUREL	Mila
BRIIS SOUS FORGES/ST GERMAIN LES ARPAJONS	SIMON	Zoé	DWOJAK	Eva
ST GERMAIN LES ARPAJONS	AZEVEDO	Léna	DUENAS	Charlotte

GROUPE 2 de 15h55 à 16h25

TESTS ENGINES		
	Praticable A1 ballon - Praticable A2 Ruban	Praticable B1 Massues - Praticable B2 Corde
Horaire	Clubs	Clubs
16h45-17h00	BRIIS SOUS FORGES (7)	SAINT GERMAIN LES ARPAJONS (3)
17h00-17h15	SAINT GERMAIN LES ARPAJONS (3)	BRIIS SOUS FORGES (7)

**16h25 – Démonstration St Germain les Arpajons (1) – Paray Vieille Poste (1) – Briis Sous Forges (1)****16h35 - Défilé****GROUPE 3 de 16h50 à 17h05****MAINS LIBRE**

Ville	Praticable A		Praticable B	
	Nom	Prénom	Nom	Prénom
LA FERTE ALAIS	ANGUELOV	Mila	BAUSSERON	Andréa
LA FERTE ALAIS	BISSON	Manon	FERREIRA	Kataleya
LA FERTE ALAIS	SORBA	Livia	GANDOSSO	Léana
LA FERTE ALAIS	GONCALVES	Emma	GONCALVES	Maëlyne
LA FERTE ALAIS	GULLINO	Carmen	LAURENT	Maelys
LA FERTE ALAIS	LE BOTTE	Mailou	MALEVILLE	Meili

**GROUPE 3 de 17h05 à 17h35****TESTS ENGINES**

Horaire	Praticable A1 ballon - Praticable A2 Ruban	Praticable B1 Massues - Praticable B2 Corde
	Clubs	Clubs
17h45-18h00	LA FERTE ALAIS (6)	LA FERTE ALAIS (6)
18h00-18h15	LA FERTE ALAIS (6)	LA FERTE ALAIS (6)

**17h35 – Démonstration La Ferté Alais (2) – Evry (1)****17h45 - Défilé**

# MéMO ENTRAÎNEUR

## CF2 – ETAPE 2

7 JUIN 2025 à Evry

### PROCEDURE POUR BIEN REMPLIR LES FICHES :

Remplir en priorité les fiches par ordinateur. Si cela n'est pas possible, les remplir manuscritement de façon lisible.

ATTENTION : Les fiches D-EXE ML (X2) : ce qui fait **4 fiches / gyms** à déposer découpé au début de la réunion de juge.

Prévoir également les fiches des tests physiques pour les rattrapages que vous garderez avec vous, et que vous donnerez à la responsable des juges à l'issue des tests.

### **FICHE DIFFICULTE - EXECUTION ML :**

1/ Noter le nom, le prénom, et le club du/de la gymnaste.

2/ Le surligner en BLEU

3/ Entourer Prat A ou Prat B en fonction du praticable sur lequel passe le/la gymnaste

4/ Remplir les cases du tableau DIFFICULTE avec les 4 Difficultés Corporelles imposés au niveau national et les 5 éléments imposés au niveau régional du ML, dans l'ordre de l'enchaînement.

Pour rappel, les 4 Difficultés Corporelles et les 5 éléments régionaux du ML sont les suivants :

		Noter sur la fiche
Difficultés Corporelles	Equilibre en retiré en ouverture, sur pied plat : départ en 1 <sup>ère</sup> , ½ plié, retiré en ouverture, fermeture en 5 <sup>ème</sup> sur ½ pointe	Equilibre en retiré en ouverture,
	Equilibre arabesque petite amplitude : minimum 45°, sur pied plat,. Départ 3 <sup>ème</sup> , dégagé devant, piqué arabesque, fermeture en 5 <sup>ème</sup> sur ½ pointe	Equilibre arabesque petite amplitude
	Pivot retiré en dedans 1 tour : à partir d'une fente en 4 <sup>ème</sup>	Pivot retiré en dedans 1 tour
	Saut de biche : pas chassé, un pas, appel d'un pied saut de biche, fermeture en 5 <sup>ème</sup> sur ½ pointe	Saut de biche

Eléments Régionaux	Déboulé	Déboulé
	Roulade avant	Roulade avant
	Onde totale du corps (en avant puis en arrière)	Onde totale du corps
	Pas de patinette	Pas de patinette
	Petite enjambée tendue	Petite enjambée tendue

5/ Ecrire en gras les **4 Difficultés Corporelles** , ou les surligner si écrit à la main.

6/ Recommencer les étapes 1 à 4 pour chaque gymnaste du club

7/ **ATTENTION !!! 2 feuilles = 1 gym ; imprimer donc cette feuille en 2 exemplaires pour chaque gymnaste du club. Entourer JURY 1 pour le 1<sup>er</sup> exemplaire, et JURY 2 pour le 2<sup>nd</sup>.**

8/ Trier par praticable, par ordre de passage. Et faire 2 tas (jury 1 et jury 2)

### FICHES D'ATELIER ENGIN

1/ Noter le nom, le prénom, et le club du/de la gymnaste sur la fiche

2/ Les entraîneurs déposeront les fiches d'ateliers engins aux juges à chaque début de rotation

3/ ATTENTION : ne pas découper la fiche et laisser les tableaux sur la même feuille

4/ Pensez à reprendre les fiches pour les donner aux juges de l'engin suivant.

Merci de veillez à ce que vos gymnastes connaissent les éléments dans l'ordre de la fiche afin de ne pas perdre de temps.

### **LES FICHES ML SONT A DEPOSER AU DEBUT DE LA REUNION DE JUGE à 14h15**

Pour toutes questions ou informations supplémentaires, n'hésitez pas à contacter Marjorie GOLLION à [cdgym91.marjoriegollion@gmail.com](mailto:cdgym91.marjoriegollion@gmail.com)