

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

|                         |  | <b>Noter sur la fiche</b>            |
|-------------------------|--|--------------------------------------|
| 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)