



ASSOCIATION
GYMNIQUE
PLERINAISE

PROJET ASSOCIATIF & PEDAGOGIQUE

B A B Y – G Y M - Gym Découverte



Gymnastique Rythmique



Gymnastique Artistique Féminine

PRÉAMBULE

❖ QU'EST-CE QUE LE PROJET ASSOCIATIF ?

Le projet associatif est la carte d'identité d'une association. Il formalise qui elle est : ses activités, son organisation, ses valeurs et ses projets.

L'objectif du projet associatif est de fédérer tous les membres de l'association autour d'une dynamique commune ; il est le fil conducteur pour le développement et la mise en œuvre des projets.

❖ Pour qui ?

C'est un outil interne à destination des Adhérents et externe pour les collectivités territoriales ou tous partenaires potentiels reflétant son image. Il est également une ressource indispensable pour les demandes de subventions.

Le projet associatif est un outil de structuration important pour faire face à la concurrence, à l'évolution du secteur associatif sportif et aux enjeux de demain :

c'est un héritage aux équipes à venir.

Les Membres des différentes instances et les Entraîneurs/Educateurs Sportifs doivent avoir connaissance du projet éducatif avant leur entrée en fonction. Les familles en sont également informées.

OBJECTIF

Le projet associatif et le règlement intérieur de l'Association Gymnique Plérinaise sont mis à la disposition des familles sur le site : agplerin.fr, pour leur permettre de connaître le fonctionnement de l'Association et ainsi d'éviter tout malentendu ou problème dans l'intérêt de tous.

Le projet associatif est élaboré par le Conseil d'Administration et les Membres du Bureau. Il se décline en objectifs généraux qui eux-mêmes se divisent en objectifs opérationnels. L'ensemble des objectifs pédagogiques a été élaboré avec les Entraineurs/Educateurs Sportifs.

❖ Qu'est-ce qu'un objectif pédagogique ?

Un objectif pédagogique désigne ce que l'on cherche à atteindre. Un objectif se traduit par un but pour atteindre une finalité. Il décrit une performance, sous la forme d'un comportement observable et qui pourra par la suite être évalué afin de savoir si l'objectif a été atteint.

OBJECTIFS GENERAUX

FAVORISER LE VIVRE ENSEMBLE

- Vivre en groupe,
- Respecter et accepter les différences,
- Respecter le choix de chacun,
- Notion de partage, de respect, d'entraide,
- Respecter le rythme de chacun

ACQUERIR DE NOUVELLES COMPETENCES

- Ne pas se donner de limite
- Se donner les moyens d'aller vers de nouvelles découvertes
- Ne pas rester sur ces acquis ou échecs
- Manipuler, tester différentes activités sportives,
- Enrichir leur connaissance

L'ESTIME DE SOI

- Prendre confiance
- Prendre confiance en ces capacités
- Savoir se mettre en avant
- Dépasser ces limites.

SOMMAIRE

I. DESCRIPTIF

- 1) L'organisateur
- 2) La structure
- 3) Saison 2025/2026

II. LE FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION

- 1) Assemblée Générale Ordinaire
- 2) Le Conseil d'Administration
- 3) Le Bureau
- 4) Les ressources
- 5) Le règlement intérieur
- 6) L'affiliation
- 7) Mise à disposition

III. LES EQUIPES PEDAGOGIQUES

IV. LES ÉQUIPES BÉNÉVOLES

V. OBJECTIFS

↳ LES ACTIVITES

- 1) La Baby-Gym
- 2) La Gym Découverte
- 3) La Gymnastique Rythmique
- 4) La Gym+ (*ex gym séniors*)
- 5) La Gymnastique Artistique Féminine
- 6) La Gym Adulte
- 7) Gym'Arz Project

VI. COMMENT S'INSCRIRE ?

VII. LA COMMUNICATION

VIII. NOS PARTENARIATS

IX. LA CONCLUSION

X. LES PROJETS ANNÉE COURS

DESCRIPTIF

1) L'ORGANISATEUR

ASSOCIATION GYMNIQUE PLERINAISE

Salle de Gymnastique du Complexe Sportif Robert MOY

Rue des Tourterelles 22190 PLERIN

Email : agplerin22190@gmail.com

2) LA STRUCTURE

a. Nature de l'accueil :

Structure municipale fonctionnant à l'année du lundi au samedi, y compris pendant les vacances scolaires pour les cours de compétition.

En ce qui concerne la période scolaire:

La structure d'accueil de gymnastique Rythmique, Artistique Féminine est ouverte de 17h00 à 21h30 du lundi au samedi.

Les cours de Baby-Gym et de Gym-Découverte sont ouverts le mercredi matin et samedi matin de 10h00 à 12h30.

Pendant les cours de Baby-Gym (enfants non scolarisés ou toute petite section maternelle) la présence d'un parent est obligatoire.

L'ouverture et la fermeture se font avec une Entraineuse sportive et une Educatrice Sportive.
Un accueil échelonné de 10h00 à 21h30 est proposé aux parents.

En ce qui concerne la période des Vacances Scolaires :

La structure d'accueil de gymnastique Rythmique, et Artistique Féminine est ouverte suivant un planning proposé aux Adhérents 15 jours avant les vacances scolaires.

Pendant les vacances scolaires les cours de Baby-Gym, Gym-Découverte et Gym+ (*séniors*) ne sont pas dispensés, ce qui permet aux petits et aux seniors de se reposer.

b. Public accueil :

En majorité les enfants habitent la commune de Plérin, cependant certains enfants viennent des communes environnantes (26).

c. Les locaux :



Complexe Sportif Robert MOY



Salle de Baby-Gym



Salle de gymnastique

3) Saison 2025/2026

Nous avons un nombre d'Adhérents stable voire en constante augmentation dans toutes les activités et toutes les séances sont remplies au maximum (10 à 12 enfants) pour **maintenir un niveau de qualité et de sécurité.**

Activités	Tranche d'âge	Nombre		Cours/semaine
Baby-gym	2 à 3 ans	10	Loisir	1 cours/ semaine
Gym Découverte N1-N2-N3	3 à 6 ans	40	Loisir	1 cours/semaine
GR-coupe formation	7/8 ans	6	Loisir	2 cours/semaine
Gym rythmique	7 à 11 ans	*26	Loisir	1 à 2 cours/semaine
Gym rythmique	10 à 18ans et +	*35	Compétition	2 à 3 cours/semaine
Gym + (Séniors)	28 à 71 ans	*20	Loisir	1 à 2 cours/semaine
Gym artistique féminine	9 à 18 ans	29	Compétition	2 à 3 cours/semaine
Gym artistique féminine	7 à 18 ans	*75	Loisir	1 cours/semaine
TOTAL GÉNÉRAL DES PRATIQUANTS =>		241		
GAP GR / GAP ACRO	15 ans et +	*17	Loisir	1 à 2 cours/semaine

* ces adhérentes sont en GR ou GAF compétition également

Certains adhérents suivent 2 activités GR et GAF

Tous les cours participent au Gala de fin d'année

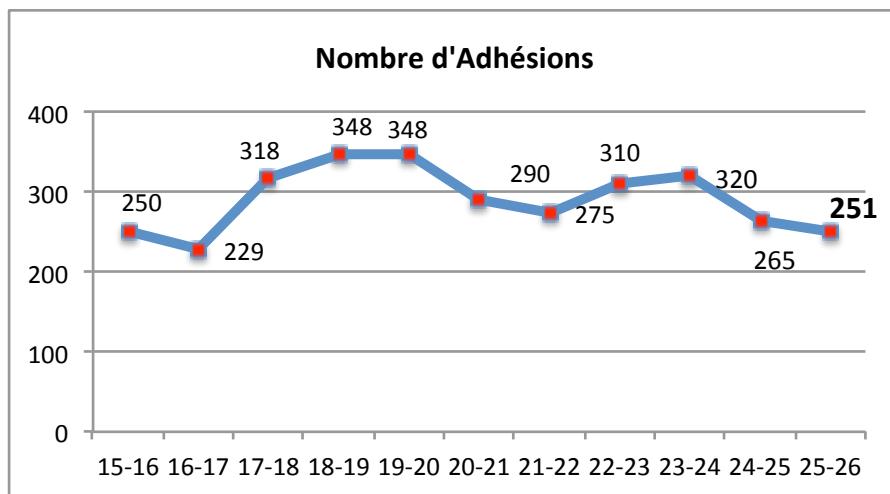
Les membres du CA, du bureau et juges sont licenciés

Salariées licenciées : 2

Membres du CA, du bureau licenciés : 18

(dont **NON pratiquants mais licenciés : 10**)

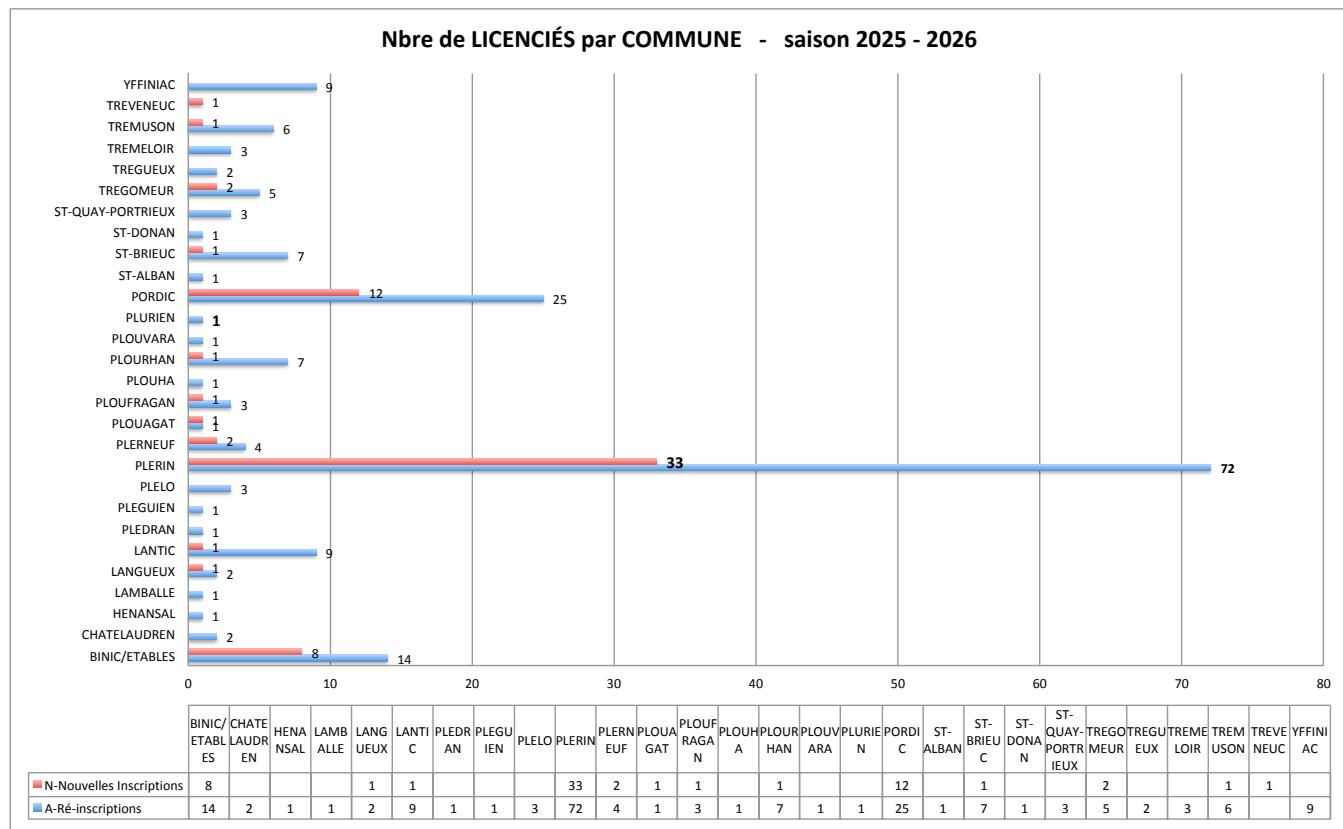
Juges : 6 (GR) - en formation : 2 (GAF)



La baisse du nombre de licenciés est due en 2020 suite à la COVID, et en 2024 au départ de l'éducateur sportif de l'activité « PARKOUR »

Pour cette saison, les **251 adhérents** se répartissent sur le territoire comme suit :

- Plérin = 105 adhérents (*98 adh féminins + 7 adh masculins*)
- 26 communes environnantes = 146 adhérents (*136 adh féminins + 10 adh masculins*)



MANIFESTATIONS :

Tous les ans l'AGP engagent ses bénévoles dans ses projets associatifs. Ils s'investissent dans différentes manifestations comme :

- ➡ Septembre : FORUM des associations
- ➡ Novembre : La vente des chocolats de Noël
- ➡ Décembre : le Téléthon
- ➡ Mars : « Crêpes Party » démonstrations payantes de certains groupes sous forme de petit spectacle avec distribution de crêpes et boissons gratuites ou « SPECTACLE » démonstrations payantes en lien avec un événement extérieur d'exposition de l'association SADAUNE comme Jules Verne en 2023 et merveilles médiévales pour cette saison 2025.
- ➡ Juin : « Gala de fin de saison » Tous les groupes y participent.

COMPETITIONS :

- En fonction d'un calendrier saisonnier ordonné par la FFGYM, nos gymnastes de la Gymnastique Rythmique et Gymnastique Artistique se présentent aux Compétitions départementales, régionales, et nationales.

PROJET :

- GOLDEN-AGE : Participation à des démonstrations dans les festivals européens organisés par la FFGYM tous les deux ans (*11 Gym séniors de + 50 ans pour la 1^{ère} fois en septembre 2024*). Le groupe nommé KALON BREIZH a été sélectionné pour représenter la France à la clôture de ce festival avec 9 autres pays européens.
- La prochaine manifestation du Golden-âge se déroulera aux Sables d'Olonne du 4 au 9 octobre 2026. Le groupe GYM+ participera à ce festival européen pour la 2^{ème} fois.

PARTENARIAT :

Lors des spectacles, un partenariat se crée avec d'autres associations suivant le thème choisi :

- ↳ Association du théâtre 'd'Ici et d'Ailleurs » depuis 2018,
- ↳ Association « Accordéons du Monde » pour 2024 sur le thème « DOUCE FRANCE »,
- ↳ L'écrivain Samuel SADAUNE : lors de son exposition sur « l'Odyssée Jules Verne les 16 et 17 avril 2022, il a sollicité l'AGP pour créer un spectacle sur ce thème.
En 2025, nouvelle exposition sur le Moyen-âge et l'AGP a réalisé un spectacle sur le même thème et intitulé « Merveilles Médiévales ou la quête d'Alana »

FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION

I. Assemblée Générale Ordinaire (AGO)

(extrait d'éléments issus de l'article 13 des statuts de l'AGP)

II. Le Conseil d'Administration (CA)

L'association est administrée par :

1. un Conseil d'Administration
 2. composé de 18 membres bénévoles
 3. élus pour 3 ans
 4. par les personnes présentes à l'Assemblée Générale Ordinaire.

- ☒ Le renouvellement des membres élus a lieu chaque année par tiers,
 - ☒ Les membres sortant sont rééligibles,

- ☒ Le CA dispose de tous les pouvoirs (*qui ne sont pas statutairement réservés à l'AGO*), pour gérer, diriger et administrer l'AGP en toutes circonstances,
- ☒ Les délibérations sont prises à la majorité des membres présents,
- ☒ Le Conseil d'Administration élit chaque année, au scrutin secret, les membres bénévoles du bureau composés :
 - d'un(e) **PRESIDENT(E)**,
 - d'un(e) **SECRETAIRE**,
 - d'un(e) **TRESORIER(ÈRE)**,
 - et si possible **d'Adjoints** à chacune de ces fonctions.

III. Le Bureau

Membres **élus chaque année** par le **Conseil d'Administration**, il est chargé de la mise en œuvre des décisions du CA et agit sur délégation de celui-ci.

Chaque membre doit être licencié et doit s'acquitter du montant de sa cotisation.

☒ ROLE des MEMBRES du BUREAU :

1. le-la **PRESIDENT(E)**

Il-elle est chargé(e) d'exécuter les décisions du bureau et d'assurer le bon fonctionnement de l'AGP,
 Il-elle peut transiger qu'avec l'autorisation du CA,
 Il-elle convoque les Assemblées Générales et le Conseil d'Administration,
 IL-elle peut déléguer à un autre membre certains pouvoirs, etc.....

2. le-la **SECRETAIRE**

Il-elle est chargé(e) de tout ce qui concerne la correspondance,
 Il-elle tient à jour le fichier des adhérents,
 Il-elle archive les documents importants,
 Il-elle envoie les convocations,
 Il-elle établit les procès verbaux ou comptes-rendus des diverses instances,
 Il-elle veille à centraliser et conserver les documents administratifs,
 Etc.....

3. le-la **TRESORIER(ÈRE)**

Il-elle a pour mission de gérer les finances et tenir la comptabilité de l'AGP,
 Il-elle tient les livres de comptabilité, encaisse les recettes, règle les dépenses, propose le budget, prépare le compte de résultat et le bilan de fin d'exercice,
 Il-elle doit rendre compte auprès de l'ensemble des adhérents lors de l'AGO et chaque fois que le CA en fait la demande,

4. Le-la **RESPONSABLES des RESSOURCES HUMAINES**

Il-elle tient le tableau du décompte des heures (présence, absences, congés, missions, etc...)
 Il-elle envoie les fiches navette vers le 20 de chaque mois au CDOS 22 pour les bulletins de salaire
 Il-elle informe le trésorier en cas de modification du montant des salaires à verser

(extrait d'éléments issus de l'article 12 des statuts de l'AGP)

IV. Les Ressources

Elles se composent :

Les RECETTES

- ➡ Des cotisations annuelles des Adhérents,
- ➡ De la vente de produits, (gâteaux, chocolats..)
- ➡ Diverses Recettes de billetteries lors des spectacles, du GALA de fin de saison,
- ➡ De **SUBVENTIONS et AIDES**,

Il faut que vous sachiez que

la CLE DE VOÛTE du fonctionnement **de l'AGP**

sont les **SUBVENTIONS et les AIDES.**

Qui participe à ce financement ?

- **CONSEIL GENERAL** pour 1/3 par an
- **MAIRIE de PLERIN** pour le 2ème tiers
- **COTISATIONS DES ADHERENTS** pour le 3ème tiers

Si nous n'avions pas ces SUBVENTIONS, il faudrait multiplié par 3 le montant des cotisations.
C'est à dire que les **cotisations annuelles deviendraient trimestrielles.**

Les DEPENSES

Nous avons **pour les DEPENSES** principales et incompressibles :

- Les REMUNÉRATIONS des Entraineurs et Educateurs sportifs diplômés,
- Les CHARGES SOCIALES,
- Les LICENCES des Adhérents payées à la FFGYM,
- Les CHARGES ADMINISTRATIVES,
- DROITS D'ENGAGEMENT à régler pour chaque compétitrice et compétiteur,
- FRAIS DE DEPLACEMENT suivant un tableau des barèmes votés et adoptés en CA.
- La SACEM/SPRE lors de la présentation des spectacles, gala de fin de saison.

SACEM : assure la collecte et la répartition des droits d'auteur pour la diffusion publique
SPRÉ : la rémunération équitable destinée aux artistes-interprètes et aux producteurs phonographiques auprès de ceux qui diffusent de la musique enregistrée

V. Le Règlement Intérieur

Il précise et complète les statuts. Son approbation relève du Conseil d'Administration et la ratification par l'Assemblée Générale Ordinaire.

Il est à la disposition des adhérents et chacun se doit de suivre et de respecter les dispositions de cet ouvrage.

(extrait d'éléments issus de l'article 15 des statuts de l'AGP)

VI. L'affiliation

L'affiliation n'est pas obligatoire. Dans le milieu sportif, elle le devient lorsqu'il s'agit d'organiser et de participer à des compétitions ou de solliciter un agrément.

L'AGP est affiliée à la FEDERATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE

Sous le n° 53022.037

Une convention est établie entre le Comité de Bretagne de Gymnastique et l'AGP
L'AGP s'engage à licencier à la FFGym la totalité de ses adhérents à chaque saison.

Le Comité de Bretagne de Gymnastique s'engage en retour d'accompagner l'AGP portant sur des services spécifiques propres à participer à son développement technique et administratif (accès privilégié à la formation, soutien à la mise en place de l'outil Access Gym, priorité à l'organisation des compétitions, aide au développement et à la communication, etc.....

VII. ,QUALICLUB

QualiClub est un dispositif de labellisation visant à développer et à valoriser l'appartenance des clubs à la Fédération Française de Gymnastique (FFGym).

Cette opération, mise en œuvre en application de l'article 43-C du Règlement Intérieur de la FFGym, permet aux clubs de mettre en avant leurs atouts, d'obtenir une reconnaissance de la Fédération et de progresser. L'opération favorise l'autonomie et la responsabilisation des clubs puisqu'elle repose sur la réalisation d'une autoévaluation basée sur quatre engagements :

- l'appartenance à la FFGym,
- la vitalité associative,
- l'accès aux pratiques gymniques,
- le rayonnement et accompagnement.

On entend par distinction aussi bien une reconnaissance (Club Affilié Bronze, Argent ou Or) qu'un label (gym+ et Baby Gym).

L'AGP a eu le label « Reconnaissance club affilié BRONZE » en 2022.

Ce label est valide jusqu"au 31/08/2026.

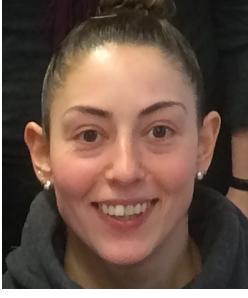
Une demande pour le label « Argent » devra être faite cette saison.

VIII. Mise à disposition

- La SALLE Mairie de PLERIN
- Le MATERIEL Mairie de PLERIN et l'AGP
- Des ANIMATRICES BENEVOLES GR (3)
- Des ANIMATRICES FÉDÉRALES GR BÉNÉVOLES DIPLÔMÉES (3)

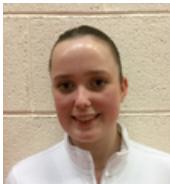
LES EQUIPES PEDAGOGIQUES

1- Présentation

	Noms – Prénoms - qualifications	Activités gymniques
	<p>Stéphanie GILLETTE</p> <p>Qualifications :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animatrice Fédérale Petite Enfance Date d'obtention : 01/01/2002 - BEES 1 Gymnastique rythmique Date d'obtention : 09/07/2004 - Juge GR Niveau 3 Date d'obtention : 05/11/2006 Recyclage : 21/09/2025 - DEJEPS Perfectionnement sportif – Disciplines gymniques d'expression Date d'obtention : 15/05/2012 - Coach Gym + date d'obtention : 28/02/2021 - Formateur coach GYM+ Date d'obtention : 26/10/2021 - Juge 3 : 05/11/2026 Recyclage : 21/09/2025 - Juge secouriste : 03/10/2025 	<ul style="list-style-type: none"> • Baby-Gym • Gym Découverte • Gymnastique Rythmique (<i>compétition et loisir</i>) • Gym+ (<i>ex gym séniors</i>) • Gym'Arz Project (GAP)
	<p>Céline LEVEQUE</p> <p>Qualification :</p> <ul style="list-style-type: none"> - BPJEPS spécialité Activités Gymniques, de la forme et de la force – mention Activités gymniques acrobatiques Date d'obtention : 29/07/2017 - Juge GAF Niveau 2 Date d'obtention : 08/12/2013 Recyclage : 31/12/2022 - Juge secouriste : 	<ul style="list-style-type: none"> • Gym Découverte • Gymnastique Artistique Féminine (<i>compétition et loisir</i>) • Gym'Arz Project (GAP)
	Parents ou Gymnastes Bénévoles	En renfort sur les différents groupes

LES EQUIPES BÉNÉVOLES

Animatrices GR

Animatrice Bénévole	Animatrice Fédérale diplômées en 2024	Monitrice Fédérale diplômée en 2025
 Anaïs LE ROSCOUËT	 Maëlys MABIL	 Justine FONTAINE Obtention le 18/04/2025
Animatrice Bénévole	Animatrice Fédérale diplômées en 2024	Animatrice Fédérale diplômées en 2025
 Elodie LE ROSCOUËT Obtention le 22/11/2015	 Iarina CMECIU	 Anouck GARRY Obtention le 30/06/2025

Juges GR

	Pascale CHAVEL Juge N4 Recyclage le 14/09/2025	 Elodie LE ROSCOUËT Juge N3 Recyclage le 21/09/2025	 Chloé BRUNET Juge N3 Recyclage le 25/09/2022
	Ely DESBOIS Juge N3 Recyclage le 21/09/2025		Justine FONTAINE Juge N2 Obtention le 21/09/2025

Juges secouristes

				
Chloé BRUNET PSC1 le 14/10/2025	Pascale CHAVEL Recyclage le 14/09/25	Ely DESBOIS PSC1 le 14/10/2025	Justine FONTAINE PSC1 le 03/10/2025	Elodie LE ROSCOUËT PSC1 le 4/10/2025

JEUNES ANIMATRICES GAF



Maëlyne et Lilwenn

JUGES GAF

Juge N°1 - En formation Novembre/Décembre 2025

PARENTS BÉNÉVOLES

MEMBRES ELUS du CONSEIL d'ADMINISTRATION

BARTEAU Stéphane	COLLIN Yveline	LE ROSCOUËT Elodie	RENE-GOD Cécile
BEDEL Gaël	GILLETTE Pierrette	LEVEQUE Marie-Christine	SEYNAEVE Sophie
BERNABÉ Cindy	HAMON Caroline	MINIER Sophie	URIAC Denis
CHAVEL Pascale	LELORNE Sébastien	POIRIER-DUCROCQ Isabelle	
CMECIU Liliana	LEMÉE Patrick	QUETTIER Marie-Angélique	



MEMBRES ELUS du BUREAU

PRÉSIDENCE	SECRÉTARIAT	TRÉSORERIE	RESSOURCES HUMAINES
Sébastien LELORNE	Sophie MINIER	Pierrette GILLETTE	Denis URIAC
Caroline HAMON	Marie-Angélique QUETTIER		

LES EQUIPES TECHNIQUES

COMMUNICATION	COUTURE	DÉCORS / TECHNIQUE	LOGISTIQUE BUVETTE
Stéphane BARTEAU	Marie-Christine LEVEQUE Jocelyne NARBONI	Denis URIAC Patrick LEMÉE	Yveline COLLIN Sébastien LELORNE

DÉLÉGATION PAR DISCIPLINE POUR LES COMPÉTITIONS

Fonction	GR	GAF
Cheffe de délégation	Caroline HAMON	Marie-Christine LEVEQUE
Suppléant	Liliana CMECIU	MINIER Sophie QUETTIER Marie-Christine

LES OBJECTIFS

L'AGP dynamise le développement du sport et de ses valeurs, à travers la pratique de la gymnastique féminine et masculine, en organisant l'**animation**, l'**enseignement**, les **loisirs**, les **compétitions** et les **spectacles**, dans le respect des statuts et des règlements sportifs et administratifs de la FFGYM, à laquelle l'association est affiliée et ses membres licenciés, ceci en cohérence avec les orientations de la politique publique.

Elle constitue un des leviers de l'**attractivité du territoire** en collaboration, sous convention tripartite, avec les collectivités locales en luttant contre la sédentarité et la préservation de la santé.

Son implication et l'animation dans le territoire permet l'**épanouissement des enfants, des jeunes, des adultes et des séniors** en pratiquant ou en s'engageant dans le fonctionnement de l'association.

Ses **interventions, internes et externes auprès des publics de toute génération**, contribuent à créer un **lien social** au travers du Téléthon, des animations plérinaises, des spectacles. Chaque année l'AGP propose un spectacle fin du 1^{er} trimestre et un gala de fin de saison.

Pour toutes ces manifestations internes et externes, nous disposons **d'Adhérents et de parents bénévoles** qui participent activement dans la création et l'élaboration du projet, l'organisation, la communication, la construction des décors, la régie, la vente des billets, l'aide au déroulement, la buvette.

La commune de Plérin fournit à l'association, sous forme de prêt à usage, des locaux dont elle est propriétaire, situés au complexe sportif Robert Moy rue des Tourterelles à Plérin et la salle de spectacle à l'Espace Roger Ollivier 13 rue du stade à Plérin.

L'AGP s'inscrit également dans :

1. **Le renforcement et l'augmentation du niveau de performances** en compétition pour les sections Gymnastique Artistique Féminine (GAF) et Gymnastique Rythmique (GR).
2. **La poursuite le plan d'investissements des compétences** des Entraîneures/Educatrices Sportives,
3. **La consolidation de ses fonds propres**, c'est un principe de sécurité pour l'association,
4. **La fidélisation** de ses adhérents, bénévoles, salariées, par des stages et formations continues,
5. **L'amélioration du fonctionnement structurel** comme la communication, nouveaux logiciels et applications,
6. **Le développement** de nouvelles activités, comme la gym+ pour les séniors,
7. **La progression** de la troupe SPECTACLE, liant la gymnastique et les arts (danse, musique, cirque...) et en se produisant plusieurs fois par an dans différentes salles,

Ceci dans le but de :

- *Faire connaître l'AGP sous de multiples formes de gymnastique,*
- *Toucher un public plus large,*
- *Augmenter le nombre de licenciés,*
- *Pérenniser l'association.*

8. **La participation** aux différentes actions des collectivités locales comme le Forum, le Téléthon, ...

9. L'investissement dans des **FESTIVALS** comme :

↳ le GOLDEN AGE (festival européen) pour les Séniors de la Gym+, en septembre 2024

9e édition réussie avec les huit groupes français en Bulgarie. Les gymnastes Seniors ont passé une semaine gymnique, touristique et conviviale.



Le prochain festival aura lieu du 4 au 9 octobre 2026 aux Sables d'Olonne en France.



LES ACTIVITES



BABY GYM

Pour jouer, grimper, rouler, s'amuser ...

Les bonnes raisons de faire de la Baby Gym

1. Un lieu réservé à la Baby Gym

Notre salle de Baby Gym est aménagée et devient un magnifique terrain de jeu sécurisé. Un lieu parfaitement adapté au développement psychomoteur de l'enfant. Parce que l'enfant a besoin de bouger, les activités de la Baby Gym ont été pensées en fonction de son comportement : marcher, sauter, rouler, se balancer, jouer, imiter, imaginer, explorer deviennent des projets auxquels notre club donne forme.

2. Un encadrement qualifié et certifié

Notre animatrice est titulaire du diplôme d'Animateur Baby Gym délivré par la FFGYM.

3. Une activité en famille

Tous les parents s'émerveillent des prouesses et des progrès de leurs enfants. Dans notre Club, affilié à la FFG, les parents, les grands parents ou les nounous sont accueillis à bras ouverts pour participer à la séance de Baby Gym : guider son enfant sur la poutre, donner la main à un autre sur un parcours, déplacer un tapis sur un autre atelier c'est le programme simple et convivial d'«Accompagnateur Baby Gym».

Gym Découverte

Cette activité s'adresse aux enfants de maternelle :

- GD1 petite section 3 à 4 ans
- GD2 moyenne section 4 à 5 ans
- GD3 grande section 5 à 6 ans

Ils ont accès à la salle de gymnastique sans leurs parents.

En GD3 l'activité est encadrée par les 3 Entraineur/Educateurs. La séance est divisée en 3 parties de 20mn avec chacun des Entraineur/Educateurs ce qui permet aux enfants de découvrir les diverses activités de l'AGP. Ils pourront s'orienter vers l'activité de leur choix pour l'année suivante.

Gymnastique Rythmique

Vous aimez évoluer en **musique,
transmettre un sentiment de **grâce**
et travailler votre **souplesse** ?**

Découvrez la **Gymnastique Rythmique**

La Gymnastique Rythmique, autrefois connue sous le nom de GRS et depuis 2000 GR, est une discipline complète alliant souplesse, grâce et adresse.

La GR se pratique en musique à l'aide d'engins : **le cerceau**, **les massues**, **le ballon**, **le ruban** et **la corde**. Cette dernière n'est plus utilisée à l'international depuis 2011 par les gymnastes individuelles. En effet, en compétition la GR peut se pratiquer soit en individuel, soit en ensemble de 5 gymnastes.

Le Cerceau

permet les manipulations les plus variées

Diamètre intérieur : de 80 à 90 cm

Poids minimum : 300g



Le Ruban

est l'engin le plus populaire

Composition : satin ou matière semblable

Longueur : 6m

Baguette : 50 à 60 cm



Le Ballon

exprime toute la personnalité de la gymnaste

Diamètre : 18 à 20 cm

Poids : 400g minimum

Les Massues

requièrent une bonne coordination des deux mains

Longueur : 40 à 50 cm

Poids : 150g minimum chacune



La Corde

exige une grande technique

Longueur : proportionnelle à

la taille de la gymnaste

Extrémité : aucune poignée,

simplement un ou deux noeuds

Cette discipline est animée par **STEPHANIE**



UNE NOUVELLE ACTIVITÉ AUX PROGRAMMES DE PRATIQUE ADAPTÉS

Vous souhaitez améliorer votre condition physique, adopter les bons gestes au quotidien, préparer un challenge sportif ?

L'Entraîneur sportif saura les exercices et l'intensité qui vous convient pour répondre à vos objectifs

Une pratique dynamique et positive, pensée pour tous

Acteurs du mouvement depuis 150 ans, la Fédération Française de Gymnastique a développé une pratique sportive qui permet à ses participants de se dépenser tout en améliorant leur santé et leur bien-être dans la durée.

Cette activité, c'est **gym+**, une discipline née de l'expertise des équipes techniques et du staff médical et élaborée en collaboration avec les meilleurs experts du mouvement humain, l'Institut de Gasquet et l'Institut de Biomécanique Georges Charpak.



Maitriser son corps, exploiter son plein potentiel, comprendre le geste juste pour une application quotidienne.



Une discipline qui concilie bien-être et dépense énergétique. Un impact attendu sur la santé physique et mentale du pratiquant.



Des exercices adaptés à ses envies, mais surtout ses besoins, pour une pratique responsable et durable.



Des activités prévues pour améliorer ou préserver la santé du pratiquant quels que soit ses objectifs sportifs et son niveau de condition physique.

Cette discipline est animée par STEPHANIE

Gymnastique Artistique Féminine

(communément appelée **GAF**) permet au gymnaste la pratiquant de développer **force, souplesse, grâce**, ainsi qu'une très bonne **coordination des mouvements**.

La GAF se pratique sur **4 agrès : le saut, les barres asymétriques, la poutre et le sol**.

La complémentarité de ces 4 agrès en fait une discipline très complète.

LE SAUT

Dynamisme et acrobatie

Longueur de la table de saut :

1,20 m

Largeur : 95 cm

Hauteur (point max.) : 1,25 m



LA POUTRE

Équilibre et élégance

Largeur : 10 cm

Longueur : 5 m

Hauteur du sol : 1,25 m

LES BARRES ASYMETRIQUES

Force et agilité

Hauteur barre supérieure : 2,50 m

Hauteur barre inférieure : 1,70 m

Distance entre les barres : jusqu'à 1,80 m

LE SOL

Acrobatie, élégance et dynamisme

Dimensions : 12 x 12 m

La Gymnastique Artistique Féminine est animée par Céline

Gymnastique Adulte

Aux Agrès ou Loisirs

Gym'Arz Project (GAP/GR & GAP/ACRO)

Gymnastes confirmés

Ce groupe sort des règles de la compétition et évolue sans contrainte. De ce fait les « gym'artistes » n'ont plus à se préoccuper du code de pointage car seule compte leur créativité.

C'est la rencontre entre la gymnastique artistique féminine-masculine et rythmique avec les arts du spectacle vivant (cirque, musicien, comédien, ...). Toutes les techniques d'acrobacies et de manipulations d'engins sont représentées ainsi que la danse dans toute sa diversité. C'est ce qui fait notre richesse et notre différence.

La réalisation du projet a commencé depuis la saison 2017-2018. La troupe se produit lors du Téléthon, à la demande d'autres associations sportives pendant l'entracte.

COMMENT S'INSCRIRE ?

L'Association Gymnique Plérinaire ouvre des permanences
à la salle de gym Robert MOY
rue des Tourterelles à PLERIN.

LES REINSCRIPTIONS :

- Les dossiers de réinscriptions sont sur le site agplerin.fr où toutes les modalités sont listées et expliquées :

- *La fiche de RÉ-INSCRIPTION*
- *Le questionnaire de santé*
- *Le certificat médical*
- *L'adhésion*
- *La licence*
- *L'assurance*
- *Le règlement et les facilités de paiement*

LE DÉPÔT DES DOSSIERS

- le calendrier des permanences est affiché à la salle de gym, mis sur notre site agplerin.fr et également diffusé par mail aux Adhérents (es) début juin.
- Pendant ces permanences chaque Adhérent(e) rencontre l'entraîneur sportif ou l'éducateur sportif pour le bilan de l'année et l'informe dans quel groupe l'adhérent(e) est prévu. Suivant un planning établi pour la nouvelle saison, les jours et heures des cours lui seront communiqués.



LES NOUVELLES INSCRIPTIONS

Au Forum des associations de PLERIN, les parents viennent se renseigner et s'inscrivent sur les listes d'attente pour une séance d'essai.

- Après cette séance, les parents doivent renseigner le dossier d'inscription qui se trouve sur le site agplerin.fr où toutes les modalités sont listées et expliquées :

- *La fiche d'INSCRIPTION*
- *Le questionnaire de santé*
- *Le certificat médical*
- *L'adhésion*
- *La licence*
- *L'assurance*
- *Le règlement et les facilités de paiement*

LE DÉPÔT DES DOSSIERS

- le calendrier des permanences est affiché à la salle de gym et mis sur notre site agplerin.fr en septembre.

LA COMMUNICATION

I Les relations avec les familles

Nos plannings d'activités sont affichés à la salle de gymnastique et mis sur le site agplerin.fr

Le moyen de communication privilégié par l'association est sur notre messagerie :

agplerin22190@gmail.com

II Les relations avec les différentes instances

Le Président de l'AGP ou un de ses représentants assiste sur invitation aux réunions de la Mairie, de l'O.M.S. (Office Municipal des Sports), aux assemblées générales et réunions du Comité Départemental des Côtes d'Armor, etc....

NOS PARTENAIRES



CONCLUSION

Ce projet de fonctionnement et d'animations sportives est, bien sûr, évolutif. Les parents peuvent l'enrichir ou y participer. L'équipe des Entraîneur/Educateurs Sportifs mettra tout en œuvre pour le réaliser en espérant contribuer le mieux possible à l'évolution de chaque enfant et à son épanouissement à travers des activités sportives.

**N'oublions pas que nous œuvrons
pour le bien-être de l'enfant
et que c'est notre priorité.**

PROJETS DE L'ANNÉE EN COURS 2025 - 2026

MANIFESTATIONS :

- **07 Septembre 2025** : FORUM des associations
- **Octobre/Novembre/Décembre 2025** : Distribution des catalogues des chocolats de Noël – Envoi des commandes au fournisseur – Livraison et répartition des commandes pour les Parents.
- **6 décembre 2025** : démonstration de chorégraphie gymnique au Téléthon
- **22 février 2026** : « Crêpes Party » démonstrations de certains groupes sous forme de petit spectacle avec distribution de crêpes et boissons gratuites
- **27 Juin 2026** : « Gala de fin de saison » intitulé « Comédies Musicales». Tous les groupes y participent.

PARTENARIAT :

COMPETITIONS :

- En fonction d'un calendrier saisonnier ordonné par la FFGYM, nos gymnastes de la Gymnastique Rythmique et Gymnastique Artistique se présentent aux Compétitions départementales, régionales, regroupement et nationales.

FESTIVAL EUROPÉEN EN FRANCE (Les Sables d'Olonne) :

- Du 4 au 9 octobre 2026 participation à des démonstrations au festival européen organisé par la FFGYM de 16 Gym+ (séniors de + 50 ans 13 femmes + 3 hommes) pour la 2^{eme} fois.



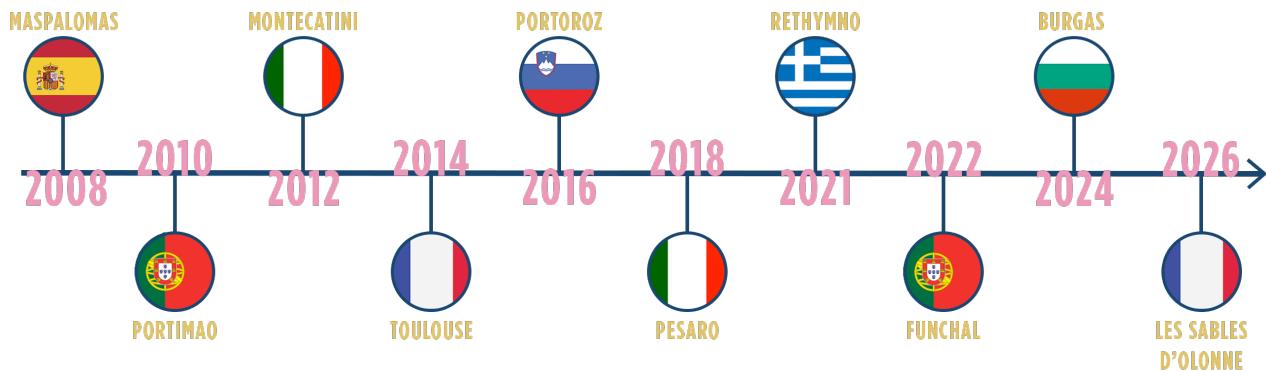
Le Golden Age est un **festival européen destiné aux seniors**, dès l'approche de la cinquantaine. Il permet aux pratiquants de réaliser des activités adaptées à leurs possibilités physiques et de se produire en spectacle sur scène pendant 10 minutes. Son but est de proposer une "**rencontre du mouvement et de la joie de vivre**". De nombreux ateliers sont ainsi organisés durant ce festival, pour leur faire vivre la passion de la Gymnastique à tous les âges.

Ouvert aux pratiquants à partir de 50 ans, l'événement rassemble **tous les 2 ans (années paires)** environ **2000 seniors originaires de toute l'Europe**. Il se compose :

- D'une **parade et la cérémonie d'ouverture**. Tous les participants défilent en tenue officielle pendant la parade et assistent au spectacle de la cérémonie d'ouverture.
- De **Workshops**: Les groupes participent à des ateliers découvertes qui leur permettent de pratiquer différentes activités chorégraphiques, acrobatiques ou de sports locaux adaptés aux seniors.
- De **présentations en public** : Chaque groupe présente un spectacle sur des scènes situées dans la ville hôte.

- **D'un GALA** : La fédération proposera une chorégraphie qui permettra à tous les groupes de participer.
- **D'une cérémonie de clôture**: Tous les gymnastes peuvent participer au spectacle construit à partir du contenu des ateliers.
- D'un programme de visites culturelles et touristiques, permettant de découvrir le pays ou la région organisateur.

Les précédentes éditions :



Golden Age Gym Festival 2026 - Les Sables d'Olonne, France

La **10e édition du Golden Age Gym Festival** aura lieu pour la deuxième fois en France ! Après Toulouse en 2014, c'est la ville des **Sables d'Olonne** qui accueillera, **du 4 au 9 octobre 2026**, les participants venus de l'Europe entière pour découvrir cette région maritime.

Placée sous le thème de l'océan, de l'écologie et de la gymnastique, cette édition offrira la possibilité aux participants de pratiquer des activités physiques adaptées, dans un **esprit de santé, de partage et de convivialité**, sur les côtes de l'Atlantique. Entre le lieu de vie unique des Atlantes, les excursions typiques de la région et les workshops proposés, les participants seront plongés au plein cœur de la région vendéenne.

Au programme :

- **Dimanche 4 octobre** : parade et cérémonie d'ouverture
- **Lundi 5 octobre** : course d'orientation en ville, excursions, **prestations des participants sur les scènes de la ville**, soirée dansante
- **Mardi 6 octobre** : éveil musculaire, workshops, excursions, **prestations des participants sur les scènes de la ville**, soirée dansante
- **Mercredi 7 octobre** : éveil musculaire, workshops, excursions, forum, **prestations des participants sur les scènes de la ville**
- **Jeudi 8 octobre** : éveil musculaire, workshops, excursions, **prestations des participants sur les scènes de la ville**, soirée dansante
- **Vendredi 9 octobre** : éveil musculaire, workshops, excursions, **gala de clôture**

