

**COMMISSION FEDERALE D'ACTIVITES GYMNIQUES**  
**CHAMPIONNAT FEDERAL INDIVIDUEL**

**PARC DES SPORTS**



**2 Chaussée de Ritterhude**



**VAL DE REUIL - 27100**

**Samedi 16 Mai 2015**

**CO-ORGANISATION DES ZONES**

**PARIS/EST et PARIS/OUEST**

G  
Y  
M  
N  
A  
S  
T  
I  
Q  
U  
E  
  
A  
R  
T  
I  
S  
T  
I  
Q  
U  
E

M  
A  
S  
C  
U  
L  
I  
N  
E  
  
E  
T  
  
F  
E  
M  
I  
N  
I  
N  
E

# SOMMAIRE

## INFORMATIONS GENERALES :

- Bienvenue
  - \* Coordonnateur CFA
- Organisation
- Lieu de compétition
  - \* Accès par la route
  - \* Accès transport en commun
  - \* Accès Aéroport
- Plan d'accès
- Hébergement - Renseignements concernant les hôtels
- Situation des hôtels
- Restauration
- Permanence et accueil

## FICHES A RETOURNER :

- Fiche récapitulative
- Fiche de restauration
- Fiche compte buvette



Fédération Sportive et  
Gymnique du Travail

**MOT COORDONNATEUR**  
**DE LA**  
**CFA GYMNASTIQUE**

Mesdames, Messieurs, Présidents de clubs

Mesdames, Messieurs, les Responsables techniques,

Mesdemoiselles, Messieurs les gymnastes.

La CFA Gymnastique avec l'aide des Zones Paris/Est et Paris/ouest organisent en commun le championnat de France FSGT individuel GAF/GAM à Val de Reuil, commune située dans l'Eure.

Une innovation, car pour la première fois, aucun club support ne s'est proposé pour accueillir cette épreuve fédérale qui est sélective pour les compétitions internationales.

Les différentes structures auront à cœur de mettre tout en œuvre pour que ce championnat se déroule dans les meilleures conditions sur ce site avec des installations dignes de certains complexes sportifs mis à disposition par les municipalités abritant des clubs FSGT.

Je remercie tous les bénévoles pour leur investissement tout au long de ce week-end ainsi que nos partenaires institutionnels, la ville de Val de Reuil, le Comité local.

Nous vous souhaitons un agréable séjour et espérons que vous garderez de très bons souvenirs à l'issue de cette compétition.

Dans l'attente de vous voir ou revoir très bientôt, le Comité d'organisation se joint à Moi pour vous présenter ses salutations sportives.

## RESPONSABLE COMPETITION

COMMISSIONS	NOMS	TELEPHONE
Responsable trésorier fédéral	Michel LEGENDRE	06 08 84 48 42 - <a href="mailto:michel.legendre@wanadoo.fr">michel.legendre@wanadoo.fr</a>
Responsable trésorier local	Claude BUREAU	06.83.88.64.21 - <a href="mailto:claud.bureau45@orange.fr">claud.bureau45@orange.fr</a>
Responsable compétition Membre coordination CFA	Michel BOYER	06 08 63 58 43 - <a href="mailto:michel.boyergym@numericable.com">michel.boyergym@numericable.com</a>
Responsable plateau	Alain DHALLUIN	06 33 79 01 77 - <a href="mailto:nanou60@wanadoo.fr">nanou60@wanadoo.fr</a>
Responsable technique GAM	Nicolas BUREAU	06 22 80 10 05 - <a href="mailto:buoskovic@gmail.com">buoskovic@gmail.com</a>
Responsable technique GAF	Sandra COLONNA	06 17 99 47 91 - <a href="mailto:sandragym13@yahoo.fr">sandragym13@yahoo.fr</a>
Responsable juges GAM	Robin LEGENDRE	06 25 46 73 83 - <a href="mailto:legendre.robin@yahoo.fr">legendre.robin@yahoo.fr</a>
Responsable juges GAF	Christine BOMBEAU	06 76 29 06 18 - <a href="mailto:christinebombeau@sfr.fr">christinebombeau@sfr.fr</a>
Responsable local		
Responsable salle		

## PERMANENCE ET ACCUEIL

Une permanence sera assurée au Parc des Sports, 2 Chaussée de Ritterhude à Val de Reuil :

- Vendredi 15 Mai 2015 de 17h00 à 21h00
- Samedi 16 Mai 2015 à partir de 07h00

Une permanence téléphonique sera mise en place au :

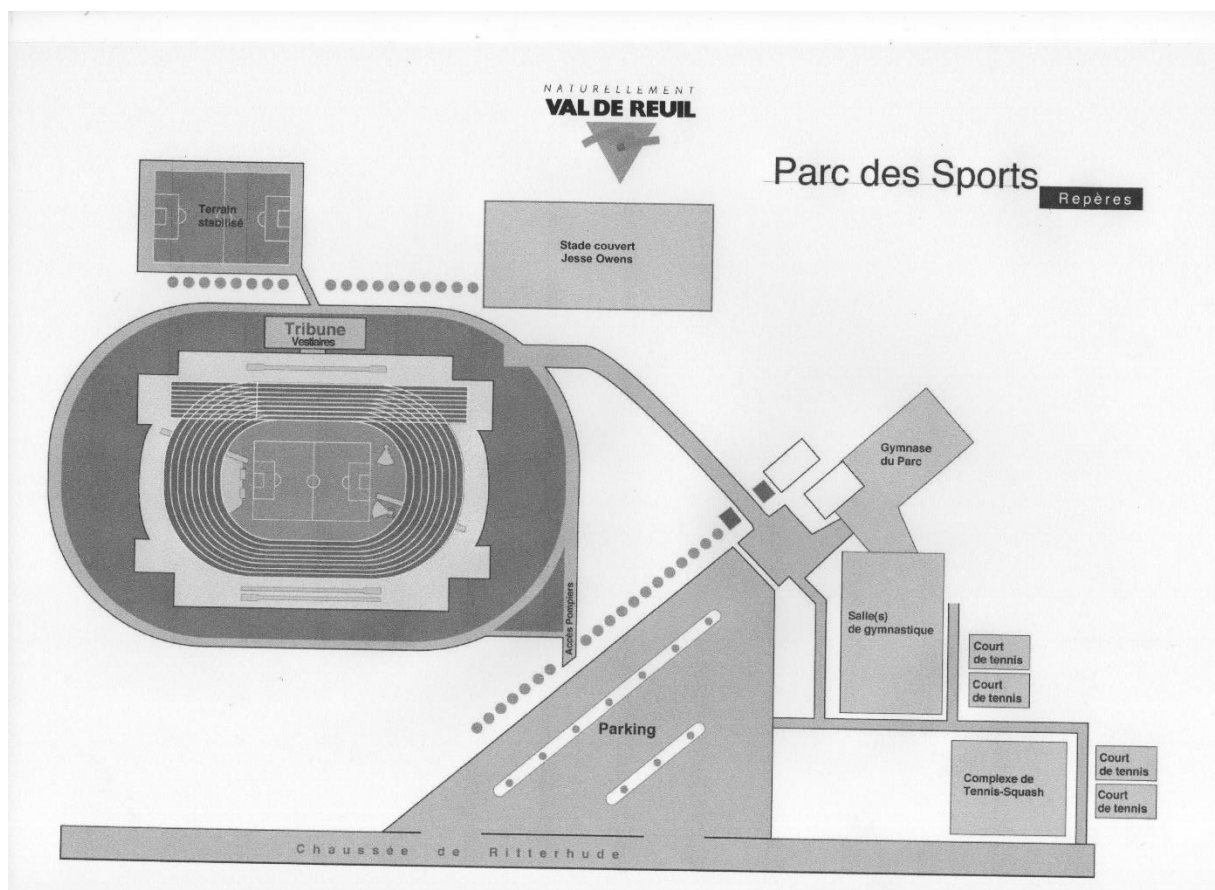
**02.32.09.42.12 (téléphone du gymnase) au jour et heure notifié ci-dessus**

- **Michel BOYER, 06.08.63.58.43**
- **Claude BUREAU, 06.83.88.64.21**
- **Michel LEGENDRE, 06.08.84.48.42**
- **Alain D'HALLUIN, 06.33.79.01.77**

Un dossier vous sera remis, il comportera toutes les informations nécessaires pour

le bon déroulement de votre séjour et du championnat

**LIEU DE COMPETITION**



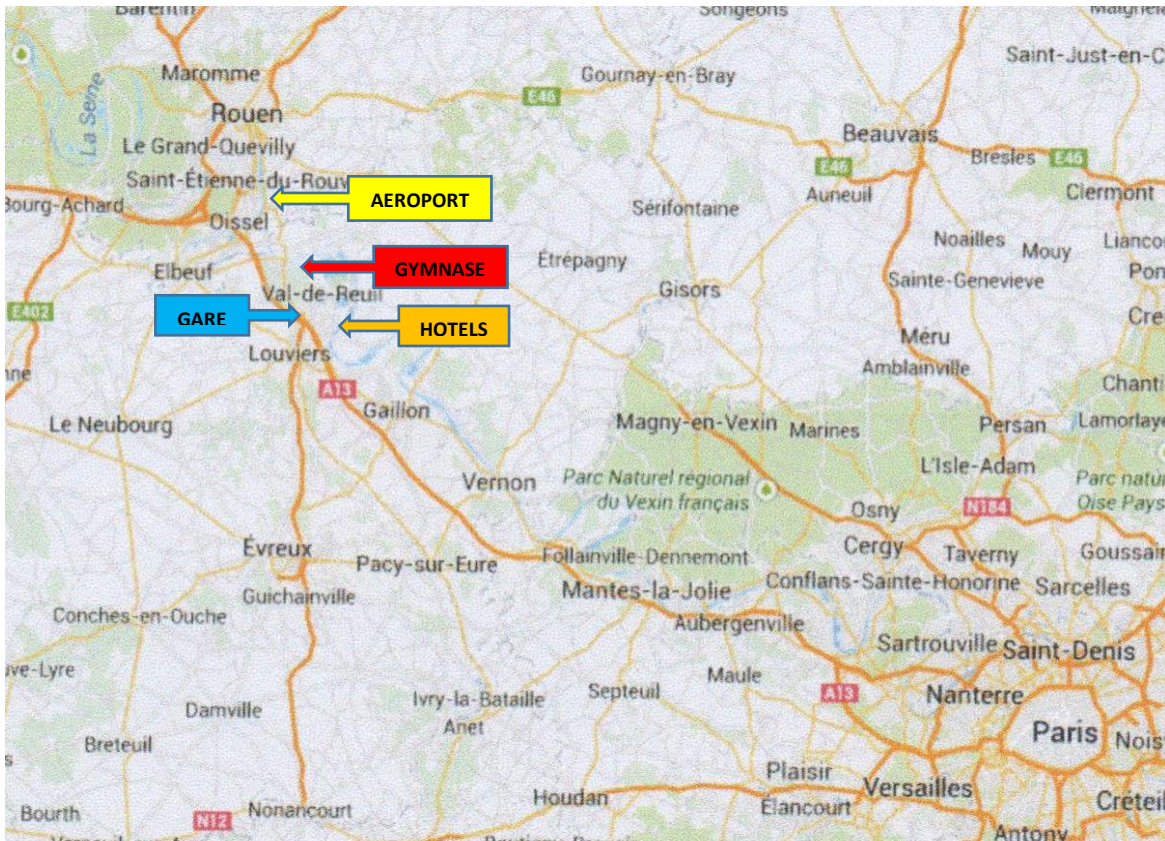
2 Chaussée de Ritterhude, 27100 VAL DE REUIL

N° de téléphone Parc des Sports (accueil): 02.32.09.42.12

# PLAN DE SITUATION GEOGRAPHIQUE



## ACCES A VAL DE REUIL



### PAR LA ROUTE

**De Paris :** Prendre les autoroutes A13 ET/OU A14 Pui direction Rouen (Sortie n° 19 – Val de Reuil).

**De Marseille :** Prendre les autoroutes A55 → A7 → A6 → A12 → A13 (Sortie n° 19 – Val de Reuil).

**De Toulouse :** Prendre les autoroutes A62 → A20 → A7 → A10 → N154 → A13 (Sortie n° 19 – Val de Reuil).

**De Bordeaux :** Prendre les autoroutes A620 → A20 → A7 → A10 → N154 → A13 (Sortie n° 19 – Val de Reuil).

**De Colmar :** Prendre les autoroutes E25/N83 → N159 → E23/A33 → N44 → A4 → A13 (Sortie n° 19 – Val de Reuil).

### PAR AVION

**Aéroport de Rouen-Vallée de la Seine :** Arrivée en provenance de Montpellier, Bordeaux, Toulouse, Lyon.

Distance de l'aéroport à Val de Reuil environ 30 kilomètres.

## ACCES A VAL DE REUIL

### PAR TRAIN

**De Paris :** Gare Saint-Lazare via Gare de Val de Reuil.

**De Marseille, Bordeaux, Toulouse, Nîmes :** Arrivée gare de Lyon, Austerlitz, Montparnasse via Gare Saint-Lazare puis Gare de Val de Reuil.

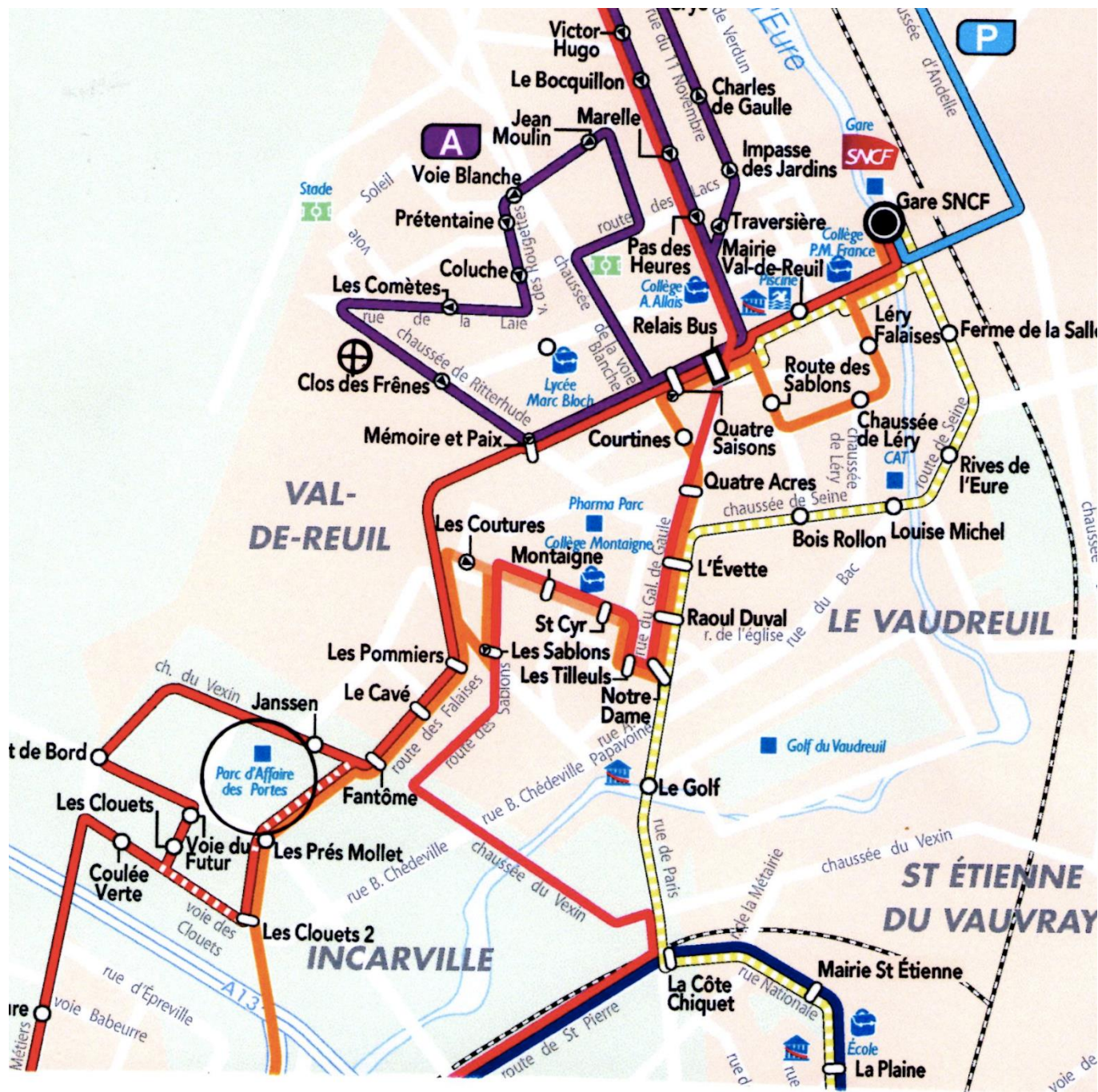
## HORAIRE SNCF PERIODE CHAMPIONNAT

PARIS SAINT LAZARE à VAL DE REUIL	
VENDREDI 15 MAI	
DEPART	ARRIVEE
10h20	11h28
12h20	13h28
14h20	15h28
16h20	17h28
16h53	18h10
17h30	18h39
17h53	19h10
18h30	19h32
18h53	20h06
19h30	20h32
20h20	21h28
21h20	22h28
SAMEDI 16 MAI	
06h11	07h27
08h20	09h28
10h20	11h28
12h20	13h28
14h20	15h28

VAL DE REUIL à PARIS SAINT LAZARE	
SAMEDI 16 MAI	
DEPART	ARRIVEE
14h32	15h40
17h32	18h40
20h26	21h40
DIMANCHE 17 MAI	
07h32	08h40
10h32	11h40
12h32	13h40
14h32	15h40
16h32	17h40
18h32	19h40
21h32	22h40



## RESEAU AUTOCAR VAL DE REUIL



## LISTE DES HOTELS

<p><b>BALLADINS HOTEL-RESTAURANT</b></p>	<p>Route du Coin des Saules                  27100 Val de Reuil                  Tél. : 02 32 59 18 19                  Fax : 02 32 59 70 30                  Mail : <a href="mailto:rouen.sud@balladins.com">rouen.sud@balladins.com</a></p>	<p>Tarif week-end : 47€ la nuit du                  vendredi au dimanche</p>
<p><b>BEST HOTEL ROUEN EST</b></p>	<p>Voie des Clouets                  27100 VAL DE REUIL, France                  Tél. +33 (0) 2 32 59 51 27</p>	<p>Tarif chambre à partir de 45,00€</p>
<p><b>HOTEL PREMIERE CLASSE ROUEN                  SUD - VAL DE REUIL</b></p>	<p>Ruelle du Coin des Saules                  27100 Val de Reuil - France                  Tél : +33 2 32 50 61 54                  Fax : +33 2 32 50 63 04                  Mail: <a href="mailto:rouen.vdr@premiereclasse.fr">rouen.vdr@premiereclasse.fr</a></p>	<p>Tarif chambre à partir de 41,00€</p>
<p><b>HOTEL HOTELF1 ROUEN LOUVIERS                  LE VAUDREUIL</b></p>	<p>123 rue B. Chedeville                  27100 LE VAUDREUIL</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tel. (+33)891705278</li> <li>• Fax. (+33)232612773</li> <li>• <a href="mailto:H2356@accor.com">H2356@accor.com</a></li> </ul>	<p>Tarif chambre à partir de 40,00€</p>
<p><b>MERCURE ROUEN                  VAL DE REUIL</b></p>	<p>7 Voie des Clouets                  27100 VAL DE REUIL - FRANCE                  Téléphone : + 33(0) 2 32 59 09 09                  Télécopie : (+33)2/32595654                  E-mail : <a href="mailto:H1251@accor.com">H1251@accor.com</a></p>	<p>Tarif chambre à partir de 65,00€</p>
<p><b>FASTHOTEL ROUEN SUD                  VAL DE REUIL</b></p>	<p>3 Voie des Clouets                  27100 VAL DE REUIL - FRANCE                  Téléphone : + 33(0) 2 32 61 06 06</p>	<p>Tarif chambre à partir de 35,00€</p>

## RESTAURATION AUX ALENTOURS DES HÔTELS



ZAC Parc Affaires – Coin des Saules, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 02 32 61 10 36



ZAC Parc des Affaires – Coin des Saules, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 02 32 61 42 33



Parc d'Activites de la Fringale – Voie des Clouets, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 0232 59 18 19



Voie des Clouets, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 0232 50 33 00



Voie des Clouets, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 0232 50 37 29



ZAC Parc Affaires – Coin des Saules, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 02 32 50 28 92



Voie des Clouets, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 0232 50 33 00



Rue Courtine, 27100 VAL DE REUIL

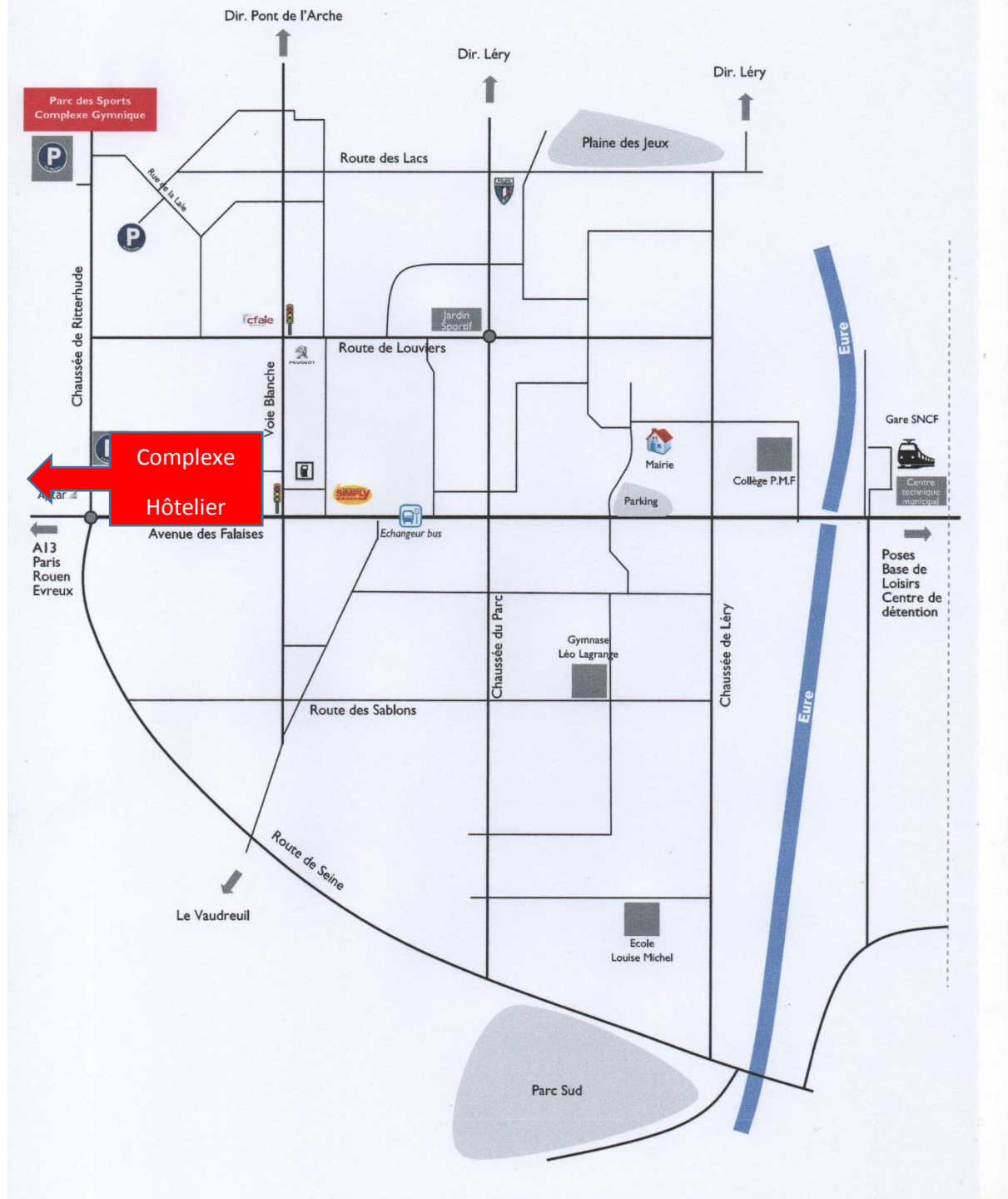
Téléphone : 0232 59 01 73



Voie des Clouets, 27100 VAL DE REUIL

Téléphone : 0232 59 51 27

# Plan - Ville de Val-de-Reuil





## PLAN : VILLE DE VAL DE REUIL

## FICHE RESERVATION REPAS

### Formules proposées :

**Samedi midi : Plateau repas à 13,00€** (2 salades, 2 viandes, 1 fromage, 1 dessert, 1 petite btlle eau)

**Soirée Festive : 20,00€** (buffet d'entrées, émincé de volaille ou bourguignon, fromage, dessert, boissons)

### Buvette :

Pendant toute la durée de la compétition, une buvette sera à votre disposition avec :

- Sandwich - Hot-dogs - Croque-monsieur
- Viennoiserie - Confiserie
- Boissons chaudes- Boissons fraîches

### Réservation :

Club : .....

Responsable : ..... Tel : .....

#### SAMEDI MIDI

	Quantité	Prix unitaire	Montant
TOTAL		13,00€	

#### SAMEDI : SOIREE FESTIVE

	Quantité	Prix unitaire	Montant
TOTAL		20,00€	

Somme globale à payer : ..... x € = .....

**FEUILLE A RETOURNER OBLIGATOIREMENT AVANT LE 28 Avril 2015**

**AVEC LES FEUILLES JUSTIFICATIVES**

**A REGLER PAR CHEQUE A L'ORDRE de la FSGT**

**et à RETOURNER : Graziella TRENTIN**



## FICHE RECAPITULATIVE

**CLUB :** (en toutes lettres)

**VILLE :** \_\_\_\_\_

**Nom et Prénom du Responsable :** \_\_\_\_\_

**Adresse :** \_\_\_\_\_

**Téléphone :** \_\_\_\_\_ **Téléphone Portable :** \_\_\_\_\_

**Email :** \_\_\_\_\_ **Fax :** \_\_\_\_\_

### BON DE COMMANDE

Repas du samedi midi (Formule)	:		Nombre :	13,00€	x	=
Soirée Festive	:		Nombre :	20,00€	x	=

**TOTAL** =

**FEUILLE A RETOURNER OBLIGATOIREMENT AVANT LE 28 avril 2015**

**AVEC LA FEUILLE RECAPITULATIVE**

**A REGLER PAR CHEQUE A L'ORDRE de la FSGT**

**et à RETOURNER : Graziella TRENTIN**

**FICHE COMPTE BUVETTE**

BOISSON FRAÎCHE	BOISSON CHAUDE	FRIANDISE	VIENNOISERIE	HOT DOGS	CROQUE MONSIEUR	SANDWICH

**Plateau repas**

JOURNEE DU	REPAS JUGES- ENTR.	NOMBRE TOTAL
SAMEDI 16 mai 15		

Je soussigné Mme, Mr, représentant le club de :.....,....., Trésorier(ère) ou Président(e), demande l'ouverture d'un compte buvette pour la journée du :

- Samedi 16 Mai 2015 :  somme due : €

**TOTAL A PAYER :** €

Régler par :

Chèque bancaire :   
Espèce :

N° du chèque :

Nom de la banque :



## **REGLEMENT DE LA COMPETITION**

**PRESENTATION DES GYMNASTES :** L'horaire définitif vous sera communiqué avec le dossier d'accueil.

**MUSIQUE :** Les musiques sous forme MP3 seront à envoyer à : **Voir avec une personne de la Région Parisienne**

**CONTROLE DES LICENCES :** Les licences seront à déposer au point de "contrôle de licences" dès votre arrivée et contrôlées avant le passage en zone d'échauffement.

**ACCREDITATION :** Les entraîneurs, juges et gymnastes devront être muni de leur badge d'accès aux différentes zones de la compétition. Ce badge devra être porté en permanence lors de l'accès aux dites zones. Aucun badge de remplacement ne sera fourni par le comité d'organisation.

**TENUE VESTIMENTAIRE ET COMPORTEMENT :** Pour le bon déroulement de la compétition, il est indispensable que les juges, entraîneurs et gymnastes respectent le travail des responsables fédéraux, des représentants du club organisateur et observent les règles en vigueur inscrites au règlement technique.

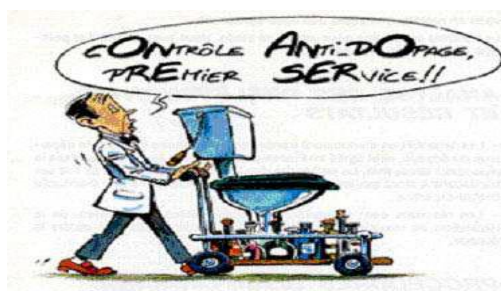
**LES VESTIAIRES :** Ils seront réservés aux gymnastes devant concourir. Les gymnastes doivent les libérer à la fin de la proclamation des palmarès. Les entraîneurs s'assureront que leurs gymnastes ne laissent rien traîner et veilleront à leur propreté. De même, il est recommandé de ne laisser aucun objet de valeur, vêtements, ou autres. Le comité d'organisation décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol.

**ECHAUFFEMENTS CORPORELS :** Ils se feront dans la salle annexe située à côté de la salle de compétition. L'accès à cette salle sera règlementé et sera accessible 1h00 avant le passage des gymnastes.

**PHOTOGRAPHE – REPORTER :** Seules les personnes habilitées par le comité d'organisation seront autorisées à pénétrer sur l'aire de compétition.

**CONTROLE ANTI-DOPAGE :** Pendant la compétition, tous et toutes gymnaste sont susceptibles d'être soumis à un contrôle anti-dopage. Un local sera spécialement mis à disposition

**TOUTE PERSONNE NE RESPECTANT PAS LES REGLES  
DE BONNE CONDUITE ET DE SECURITE POURRA SE VOIR  
INTERDIRE L'ACCES AU GYMNASSE PAR L'ORGANISATION.**



## TU PEUX ÊTRE CONVOQUE POUR UN CONTRÔLE ANTI-DOPAGE

### QUAND ?

- en compétition
- à l'entraînement
- à domicile
- en France comme à l'étranger

### COMMENT ?

- tu es informé du contrôle juste à la fin de ton épreuve directement par un délégué fédéral (personne habilitée par les instances fédérales) tu signes une convocation (une personne va alors te suivre partout jusqu'à ce que tu te présentes au médecin contrôleur)

### OU ?

- tu as une heure maximum pour te rendre sur le lieu indiqué dans ta convocation. Prend avec toi une pièce d'identité, ta licence FSGT, ton sac avec des vêtements et tes ordonnances éventuelles. Une personne de ton choix peut t'accompagner

## TOUT CAS DE REFUS OU DE NON PRESENTATION AU CONTROLE EST SANCTIONNE COMME UN CONTROLE POSITIF

## LE CONTRÔLE ANTIDOPAGE EN COMPETITION



**CONSEIL :** Evite d'aller aux toilettes entre la fin de ta compétition et ton arrivée au local de contrôle sinon ton stage à cet endroit risque de s'éterniser... Actuellement le contrôle anti-dopage se fait essentiellement par prélèvement d'urines. Dans un avenir très proche le médecin contrôleur pourra faire un prélèvement sanguin, salivaire voire capillaire (une centaine de cheveux environ). Le local où s'effectue le contrôle doit réglementairement comporter une salle d'attente, une salle d'examen et des toilettes privées. Ton identité va être vérifiée et tu vas être invité à boire de l'eau ou des sodas.

### ATTENTION :

Ne bois que dans des bouteilles CAPSULEES que tu ouvres toi-même. Personne ne doit boire dans ta bouteille.

Dès que tu te sens prêt à émettre le précieux liquide, le contrôle peut commencer :

#### 1ère étape : Recueil des urines :

- Choisis un gobelet enfermé dans un sac plastique scellé
- Vérifie que ce sachet est bien intact
- Déchire toi-même le sachet et récupère le gobelet

SEULS TOI ET LE MEDECIN CONTROLEUR POUVEZ TOUCHER TON GOBELET !!!



Tu peux maintenant aller aux toilettes en compagnie du médecin assermenté qui vérifiera l'émission sans fraude de ton urine. Ton gobelet doit contenir au moins 75 ml.

### 2ème étape :

- Choisis un sachet contenant une boîte jaune et une verte.
- Vérifie que ce pack n'a pas déjà été ouvert.
- Le numéro inscrit sur le sachet, sur les boîtes et les flacons doit être identique.
- Vérifie que ce numéro unique est inscrit sans erreur par le médecin sur le procès-verbal.
- Ce numéro sera spécifique à ton prélèvement.

### PERSONNE D'AUTRE QUE TOI OU LE MEDECIN NE DOIT TOUCHER CES FLACONS JUSQU'A LEUR FERMETURE DEFINITIVE



### 3ème étape :

- Transvase toi-même ton urine du gobelet de recueil dans les deux flacons en verre en suivant les indications du médecin.
- Ferme le flacon jaune avec le bouchon jaune et insère le dans la boîte jaune que tu fermes à son tour complètement.
- Fais la même chose avec le flacon vert Confie la boîte jaune et la boîte verte ainsi scellées au médecin.
- Quand ces deux boîtes sont fermées hermétiquement, plus personne ne peut les ouvrir sans que l'effraction ne soit visible.
- Le médecin se charge de les faire acheminer au laboratoire de dépistage agréé. Le médecin procède alors et seulement à une première analyse de ton urine (qui sert en fait à déterminer si le liquide que tu as émis est bien de l'urine).
- Il trempe une bandelette dans l'urine restant dans le premier gobelet de recueil.
- Cette analyse ne doit se faire :
  - qu'APRES la fermeture définitive des boîtes jaune et verte.
  - SEULEMENT sur l'urine restant dans le premier gobelet de recueil (afin que la bandelette ne contamine pas ton urine). Le reste des urines est alors jeté.

### 4ème étape : Etablissement du procès-verbal.

- Sois VIGILANT car le contrôle n'est pas terminé.
- Le médecin finit en effet de remplir le procès-verbal dont un exemplaire sera envoyé aux différentes instances sportives et administratives.
- Le médecin va alors te demander si tu as pris des médicaments récemment : tu dois signaler tous les médicaments que tu as éventuellement pris les jours précédents et si possible montrer les ORDONNANCES médicales correspondantes.
- Si tu prends des médicaments inscrits sur la liste des produits interdits mais autorisés avec une notification préalable, tu dois montrer ton CERTIFICAT au médecin qui le consignera dans le procès-verbal ( par exemple une justification thérapeutique pour prendre des médicaments contre l'ASTHME : seuls Ventoline Sérévent Bricanyl et Foradil sont autorisés sous ces conditions).

## RAPPEL :

N'oublie pas ta Demande d'Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques (AUT)



Si tu as oublié tes ordonnances, signale de mémoire TOUS LES MEDICAMENTS que tu as pris récemment.



Enfin, le médecin te demandera si tu as des remarques à faire sur le déroulement du contrôle : C'est à ce moment que tu dois signaler PAR ECRIT les ANOMALIES de procédure que tu as pu constater (tu écris dans un espace prévu à cet effet). Le procès-verbal est ensuite signé par le médecin, le délégué fédéral et enfin par toi-même. Ta signature ne doit pas déborder de la case qui t'est impartie pour respecter l'ANONYMAT de ton prélèvement quand il arrivera au laboratoire de dépistage (en effet le laboratoire de dépistage ne connaît pas l'identité du sportif qu'il est en train d'analyser).

## AVANT DE PARTIR :

RELIS L'INTEGRALITE DU PROCES VERBAL DEMANDE LE FORMULAIRE QUI TE REVIENT GARDE LE PRECIEUSEMENT UN MOIS MINIMUM....