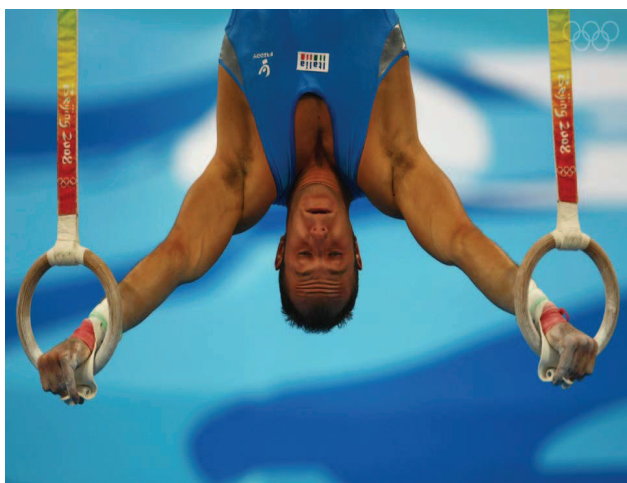


# **CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE ET FEMININE CONCOURS INDIVIDUEL ET PAR ENGIN**



**SAMEDI 4 JUIN 2016**

**PARC DES SPORTS  
2 CHAUSSEE DE RITTERHUDE**

**27100 VAL DE REUIL**

*Organisé par la Commission  
Fédérale de Gymnastique FSGT*

**DOSSIER  
DU  
PARTICIPANT**



# SOMMAIRE

## INFORMATIONS GENERALES :

- 1) Bienvenue
- 2) Responsables organisation et compétition
- 3) Permanence et accueil
- 4) Lieu de compétition
- 5) Accès à Val de Reuil
- 6) Réseau autobus de Val de Reuil
- 7) Plan du complexe sportif de Val de Reuil
- 8) Horaires SNCF
- 9) Hébergements à Val de Reuil
- 10) Restauration à Val de Reuil et alentours
- 11) Règlement de la compétition
- 12) Contrôle dopage

**13) FICHE DE RESTAURATION A RETOURNER**

**RAPPEL : LA DATE LIMITE D'ENVOIS DES ENGAGEMENTS ET FICHES DE RESTAURATIONS AVEC PAIEMENTS EST FIXEE AU 13 MAI 2016**

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 organise le championnat de France FSGT de Gymnastique Artistique Masculine et Féminine. **Concours général individuel et concours par engin**

Lieu : Val de Reuil, commune située dans l'Eure à 110 km de Paris.

C'est pour la seconde fois, qu'aucun club support ne s'est proposé pour accueillir cette épreuve fédérale qui est **sélective pour les compétitions internationales de la saison 2016-2017.**

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.

Nous remercions tous les bénévoles pour leur investissement tout au long de ce week-end ainsi que nos partenaires institutionnels et la ville de Val de Reuil.

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, les membres de la Commission Fédérale de Gymnastique FSGT vous présentent leurs salutations sportives.

Les Membres de la Commission Sportive Fédéral de Gymnastique



## 4) LIEU DE COMPETITION



**2 Chaussée de Ritterhude**

**27100 VAL DE REUIL**

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

## 5) 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 A63 → A20 → A7 → A10 → N154 → A13 (Sortie n° 19 – Val de Reuil).

De Bordeaux : Prendre les autoroutes A63 → A20 → A7 → A10 → N154 → A13 (Sortie n° 19 – Val de Reuil).

De Colmar : Prendre les autoroutes E25/N63 → N139 → E25/A33 → N44 → A4 → A13 (Sortie n° 19 – 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 prendre train direction Rouen descendre Gare de Val de Reuil.

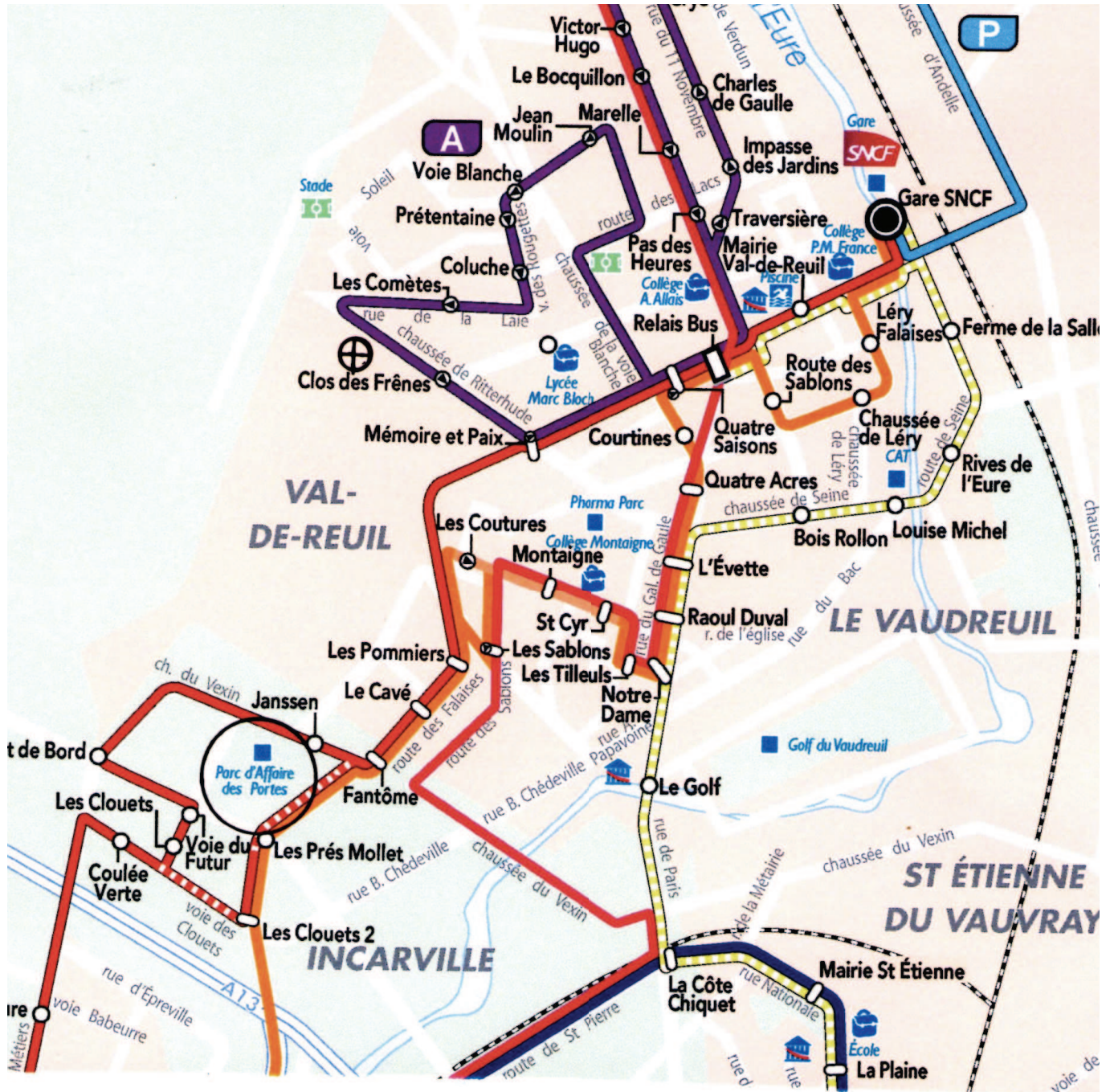
Prendre autobus, ligne A ou ligne 1 (vers Louviers), descendre à la station « MEMOIRE ET PAIX »

### 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.

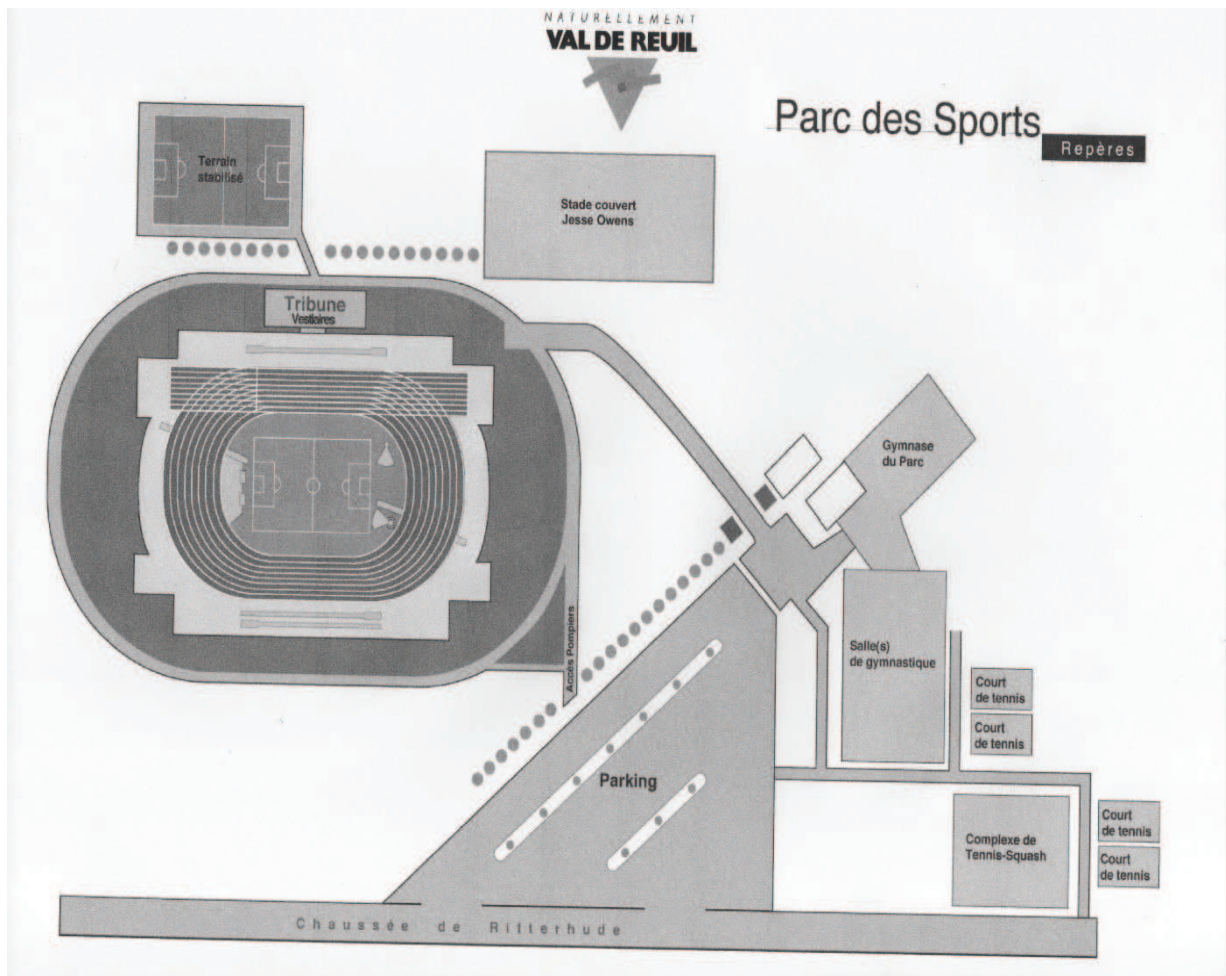
## 6) RESEAU AUTOBUS A VAL DE REUIL



Pour accès au Parc des Sports 2 Chaussée de Ritterhude

Arrêt autobus « Mémoire et Paix »

## 7) PLAN DU PARC DES SPORTS DE VAL DE REUIL



## 8) HORAIRES SNCF PERIODE CHAMPIONNAT

PARIS SAINT LAZARE → VAL DE REUIL	
VENDREDI 3 JUIN 2016	
DEPART	ARRIVEE
07h20	08h27
08h20	09h27
10h20	11h27
12h20	13h27
14h20	15h27
16h20	17h27
16h53	18h09
17h30	18h31
17h53	19h09
18h30	19h31
18h53	20h05
19h30	20h31
20h20	21h27
21h20	22h27
22h05	23h11
SAMEDI 4 JUIN 2016	
06h11	07h27
08h20	09h28
10h20	11h28
12h20	13h28
14h20	15h28

VAL DE REUIL → PARIS SAINT LAZARE	
SAMEDI 4 JUIN 2016	
DEPART	ARRIVEE
14h32	15h40
17h32	18h40
20h32	21h40
DIMANCHE 5 JUIN 2016	
07h32	08h40
10h32	11h40
12h32	13h40
14h32	15h40
16h32	17h40
18h32	19h40
21h32	22h40
22h32	23h40



## 9) HEBERGEMENTS A VAL DE REUIL

Tarifs 2015

<b>BEST HOTEL ROUEN EST</b>	Voie des Clouets 27100 VAL DE REUIL, France Tél. +33 (0) 2 32 59 51 27	Chambre à partir de 45,00€
<b>BALLADINS HOTEL-RESTAURANT</b>	Route du Coin des Saules 27100 Val de Reuil Tél. : 02 32 59 18 19 Mail : <a href="mailto:rouen.sud@balladins.com">rouen.sud@balladins.com</a>	Week-end : 47€ la nuit du vendredi au dimanche
<b>PREMIERE CLASSE ROUEN SUD - VAL DE REUIL</b>	Ruelle du Coin des Saules 27100 Val de Reuil - France Tél : +33 2 32 50 61 54 Mail: <a href="mailto:rouen.vdr@premiereclasse.fr">rouen.vdr@premiereclasse.fr</a>	Chambre à partir de 41,00€
<b>HOTELF1 ROUEN LOUVIERS LE VAUDREUIL</b>	rue B. Chedeville 27100 LE 123 VAUDREUIL Tel. (+33)891705278	Chambre à partir de 40,00€
<b>MERCURE ROUEN VAL DE REUIL</b>	7 Voie des Clouets 27100 VAL DE REUIL - FRANCE Téléphone : + 33(0) 2 32 59 09 09 E-mail : <a href="mailto:H1251@accor.com">H1251@accor.com</a>	Chambre à partir de 65,00€
<b>FASTHOTEL ROUEN SUD - VAL DE REUIL</b>	3 Voie des Clouets 27100 VAL DE REUIL - FRANCE Téléphone : + 33(0) 2 32 61 06 06	Chambre partir de 35,00€



**Hôtel de la Tour** : 41 quai Foch - 27340 PONT DE L'ARCHE  
Tél : 02 32 23 00 99



**Base de Loisirs** : Gite de la Musardièrre (jusqu'à 20 personnes), Centre Régional et Sportif (18 chambres, 45 lits), Centre Sportif (17 chambres, 62 lits) - 27740 POSES  
Tél. : 02 32 59 13 13

**Hôtel du Golf** : 18 avenue Marc De La Haye - 27100 LE VAUDREUIL  
Tél : 02 32 59 02 94

**Le Pré Saint Germain** : 7 rue Saint Germain - 27400 LOUVIERS  
Tél : 02 32 40 48 48

Léry-Poses : Week-end chalet équipé + Biotropica à partir de 120 € (6pers)

Tarifs et conditions : 0232613505 ou [WWW.troislacs.fr](http://WWW.troislacs.fr)

## 10) RESTAURATION A VAL DE REUIL ET ALENTOURS



**Poivre Rouge** : ZAC Parc Affaires - Coin des Saules - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 61 10 36



**La Pataterie** : ZAC Parc Affaires - Coin des Saules - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 61 42 33



**Restaurant Balladins** : Parc d'Activité de la Fringale - Voie des Clouets - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 59 18 19



**Buffalo Grill** : Voie des Clouets - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 50 33 00



**Courtepaille** : Voie des Clouets - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 50 37 29



**Del Arte** : ZAC Parc Affaires - Coin des Saules - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 50 28 92



**MC Donald's** : Voie des Clouets - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 61 06 67



**Le 19 cent 73** : Rue Courtine - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 59 01 73



**Restaurant Best Hôtel** : Voie des Clouets - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 59 51 27



**Biotropica** : Base de Loisirs - Butte de la Capoulade - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 40 71 44

**Le Palais de Val-de-Reuil** : Rue de la Forêt - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 25 98 88

**Le Coin Gourmand** : 53 rue Edmond Mailloux - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 50 30 62

**Délice Pizza** : 122 rue Grande - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 40 04 00

**Eden Pizza** : Place des Quatre Saisons - 27100 VAL-DE-REUIL  
Tél : 02 32 40 55 42

**La Cascade** : 19 place du Général de Gaulle - 27100 LE VAUDREUIL  
Tél : 02 32 61 21 21

## 11) 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 la responsable technique GAF de la CFA Gym Sandra Colonna à l'adresse mail suivante : [sandra.colonna@yahoo.fr](mailto:sandra.colonna@yahoo.fr)

**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 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 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 auront accès 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.

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

## 12) CONTRÔLE DOPAGE



### 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 COMPÉTITION



**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 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....

## FICHE RESERVATION REPAS

### BUVETTE

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

- Sandwich – Viennoiseries – Confiseries – Boissons chaudes – Boissons fraîches

### REPAS

#### FORMULES PROPOSEES :

SAMEDI MIDI :	1) <u>Plateau repas comprenant :</u> 2 salades – 2 viandes – 1 fromage – 1 dessert – 1 eau	13,00 €
SAMEDI SOIREE FESTIVE :	2) <u>Buffet repas compris boisson comprenant :</u> <u>Entrées :</u> Piémontaise – Niçoise – Taboulé – Choux blanc – Cervelas. <u>Viande :</u> Veau Marego – Pomme de terre. <u>Fromage :</u> Brie. <u>Dessert :</u> Crème brûlée ou Tarte aux pommes.	20,00 €

:

#### RESERVATION :

CLUB : .....

RESPONSABLE : ..... TEL : .....

MAIL : .....

#### RECAPITULATION

	N° Formule	Quantité	Prix unitaire	Montant
Samedi midi	1		13,00 €	
Soirée festive	2		20,00 €	
	TOTAL			

**LA FICHE DE RESERVATION ACCOMPAGNEE DU PAIEMENT PAR CHEQUE A L'ORDRE DE FSGT EST A RETOURNER OBLIGATOIREMENT AVANT LE 13 MAI 2016.**

A l'attention de Graziella Trentin

FSGT 14 rue Scandicci 93508 PANTIN Cedex



**FICHE COMPTE BUVETTE**

BOISSON FRAÎCHE	BOISSON CHAUDE	FRIANDISE	VIENNOISERIE	SANDWICH	TOTAUX
=	=	=	=	=	=
<b>TOTAL</b>					

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 04 Mai 2016 : somme due : €

Réglé par :

Chèque bancaire : N°

Nom de la banque :

Espèce

Trésorier(ère) ou Président(e) du club

Trésorier de la CFA Gym