

# BIENVENUE



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
*Gym* | ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT

## Webinaire à destination des clubs à propos du Projet Sportif Fédéral (PSF) et gym+

Jeudi 9 février 2023

19h30-21h00

## Pour assurer le bon déroulement de la réunion



Veillez à couper votre micro



Veillez poser vos questions dans le chat  
et/ou après les différentes parties

Merci pour votre collaboration

Ce webinaire sera disponible en replay sur  
le site du Comité Régional Grand Est.

<https://grand-est.ffgym.fr/>



<https://grand-est.ffgym.fr/Pratiques/Gym/Comment-creer-une-section-Gym>

## Objectif :

**Vous informer et vous accompagner**  
afin de répondre aux attentes du PSF 2023



# Contexte

## Demande de subventions 2023

**Calendrier**  
1 mois  
environ  
pour  
élaborer  
son projet



**Axe 1 du PSF 2023**  
Créer ou  
Développer  
une activité :  
1 section  
gym+

**Méthodologie**  
Rencontrer les  
accompagnateurs  
PSF  
Régionaux et  
Départementaux  
et gym+

**1 action menée**  
du  
1<sup>er</sup> janvier 2023  
et  
30 juin 2024

# Contexte Grand Est

## Bilan subventions 2022



<b>Grand Est</b>	Création	6 clubs	1.459 € <> 3.806 €
	Développement	8 clubs	1.569 € <> 2.615 €
15 clubs			

<b>National</b>	Création	29 clubs	487 € <> 3.806 €
	Développement	28 clubs	875 € <> 2.615 €
58 clubs			

# Déroulement du Webinaire

## I) Phase informationnelle :

- 1) Concept et objectifs de la gym+
- 2) Connaître mes besoins potentiels pour créer une section gym+
- 3) Connaître mes besoins potentiels pour développer une section gym+
- 4) La formation des coachs gym+
- 5) Présentation des outils mis à votre disposition

## II) Phase de réponses à vos questions

## III) Phase d'accompagnement (Février /Mars)

# Concept et Objectifs de la gym+

**gym+** La gym+, c'est quoi ?



Quels profils de pratiquants ?



La plus-value de la gym+



**gym+**

## Une pratique sportive au service de votre santé

Tous les  
Adultes

Activité  
de Loisir

Bien Être  
Qualité de  
vie

## Une méthode spécifique de gymnastique adaptée à la condition physique de chacun et leur bien être

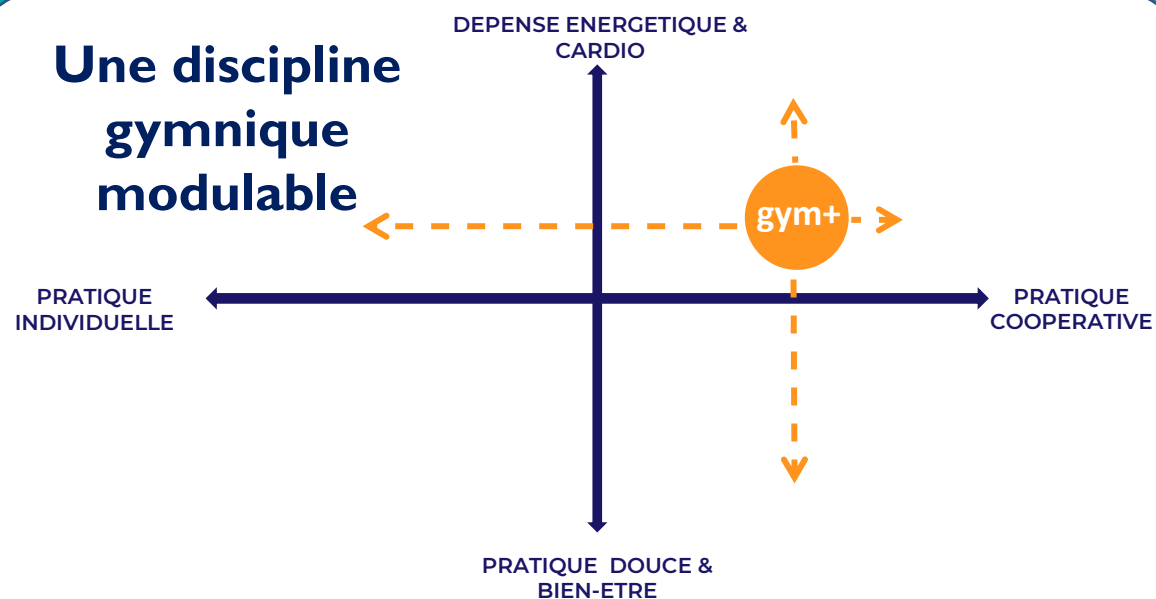
Basée sur la  
Méthode  
APOR



Qualitative  
Recherches  
scientifiques

Institut De Gasquet  
Institut de biomécanique  
humaine Georges Charpak

## Une discipline gymnique modulable



**gym+** La gym+, c'est quoi ?

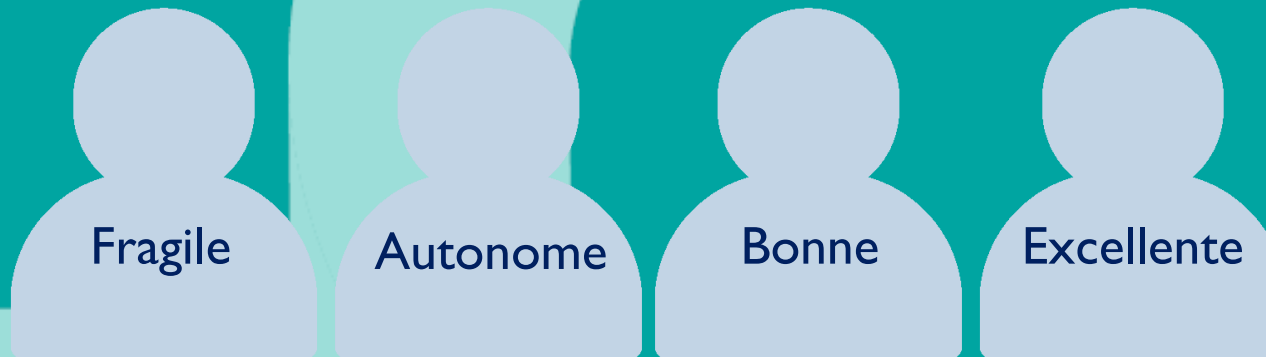


Quels profils de pratiquants ?



La plus-value de la gym+

Une activité  
physique  
*adaptée aux*  
caractéristiques  
fonctionnelles de  
*chacun*



## 3 types de groupes

### Form+

Un accueil et une pratique adaptée à la condition physique et les envies

### Lomba+

Un accueil et une pratique spécifiquement adaptée à la lombalgie, aux problèmes de dos

### Ordo+

Un accueil et une pratique adaptée aux pathologies chroniques et ALD



## 2 Applications numériques

**Coachs** (= de +1000 exercices)

**Pratiquants** (des séquences de 15-30-45minutes)

### 1 Programme gymnique

Renforcement musculaire

6 compétences

Capacité cardio-respiratoire

### Des organisations pédagogiques

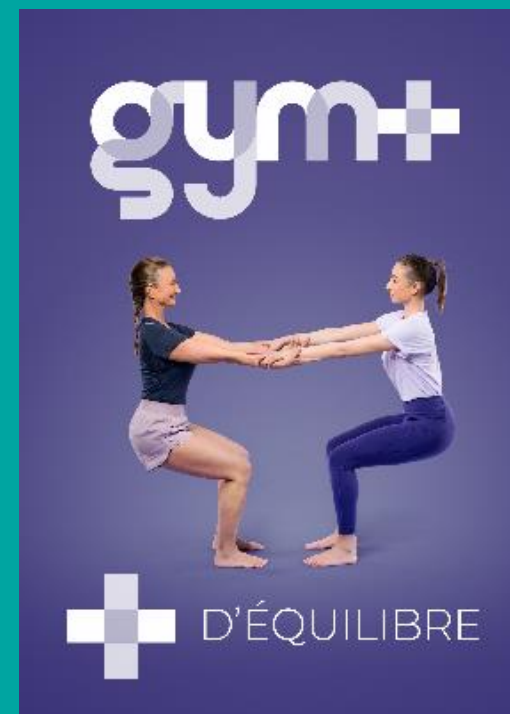
1 modèle de séance

Cours Collectifs  
Enchainements  
Parcours  
Circuits Training

Fun / Fondamental  
Friendship / Fitness



# D'EXPERTISE



# DE BIEN-ÊTRE

# DE PLAISIR

**gym+** La gym+, c'est quoi ?



Quels profils de pratiquants ?



La plus-value de la gym+

36 coachs diplômés Gym+

8 départements

28 clubs supports



3 Formateurs

Blandine MASIA

Anne Laure JACOTTIN

Emeline BEN BOUAZZA

Christophe JEANTY

Evelyne SALAUN

Maggy AYER-CHAMPION

Audrey GUILLOCHAIN

Amandine BERNARD

Vivien VARLOTEAUX

Vincent VARLOTEAUX

Cendrine BONHOMME

Claire MATHIEU

Audrey BRIGEOT

Laetitia LUX

Julie MOURIER

Dylan HOELTER

A.Lise ANJUERE

Nizar SGHAIER

Hanna WOEHL

Frédéric ROTH

Delphine GLESS

Adel EL ALLOULI

Nathalie OBLIN

Céline GAUBERT

Jean-Georges NICO

Elisa BAHMEYER

Sophie ETTERLEN

Marie CLAVERIE

Nathalie JEANNY

Cécile GEHIN

Justine ROTH-DOLMAIRE

Francine JOLY-LEMIRE

Mickael VINCENT

Brigitte VINCENT

Sophie MERVELET

Dolores WACKER





**gym+** La gym+, c'est quoi ?



Quels profils de pratiquants ?



La plus-value de la gym+

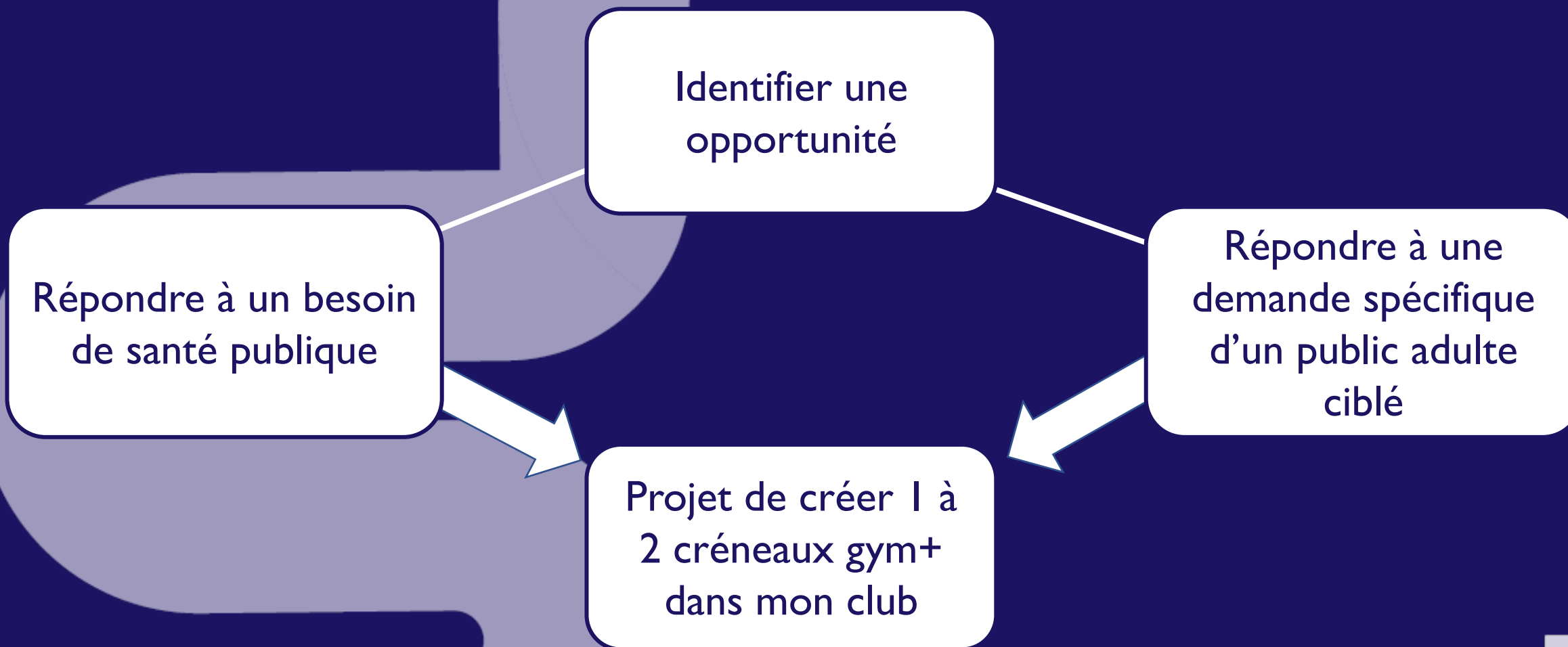
# Connaître mes besoins potentiels pour créer une section gym+



Création d'une section gym+



Développement d'une section gym+



Création d'une section gym+

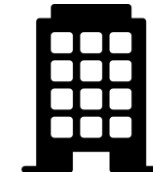
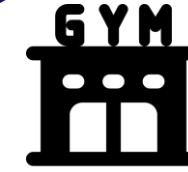


Développement d'une section gym+





Avoir un encadrant diplômé « Coach gym + »  
Formation de 95h

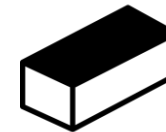


Lieux où réaliser la pratique gym +  
(gymnase, en extérieur...)

Subventions du PSF

Communication événementielle

Petit matériel



Création d'une section gym+



Développement d'une section gym+

# Connaître mes besoins potentiels pour développer une section gym+



Création d'une section gym+



Développement d'une section gym+

## Développement

Ouvrir plus de créneaux gym +  
Diversifier les publics adultes

Formation continue

Aller chercher des labels

Partenariats avec les Maisons Sport Santé, EPHAD, Entreprise...

Participer ou créer des évènements autour de la santé



Création d'une section gym+



Développement d'une section gym+



Création d'une section gym+



Développement d'une section gym+

# La Formation des coachs gym+



Où et comment s'inscrire ?



Aides financières possibles



Formation Continue

- Via les liens d'inscriptions mis sur la newsletter de la FFGYM
- Via le lien sur le mail diffusé par le CR dès lors des ouvertures d'inscriptions fédérales

> ffgym.fr >> s'identifier en tant que licencié ou club puis cliquer sur :

- FORMATION / EMPLOI
- S'INSCRIRE SUR FORMAGYM

FormaGym



Le pôle formation du comité ou l'INF peut vous accompagner dans l'inscription d'un stagiaire.



Où et comment s'inscrire



Aides financières possibles



Formation Continue

- Prise en charge par un financement auprès de l'AFDAS pour les salariés.

## Ce qui peut être pris en charge :

- Les frais pédagogiques\*
- Les frais annexes (hébergement, restauration et déplacement sous certains plafonds par modules)\*
- Les frais liés aux salaires \*

\* La prise en charge par l'AFDAS peut être partielle,  
[ Ne pas hésiter à recontacter votre interlocuteur AFDAS afin de voir les prises en charge supplémentaires ]

Le pôle formation du comité peut vous aider sur la demande de prise en charge auprès de l'AFDAS  
[ Prévoir un devis, un plan de formation ou une convention pour la demande de prise en charge de financement ]



Où et comment s'inscrire ?



Aides financières possibles



Formation Continue

## Aides financières du Comité Régional (saison 2022-2023) :

- > 200€ de prise en charge des frais annexes (hébergement, transport) du coach inscrit à la formation initiale gym+.
- > Après l'obtention du label gym+, 400€ pour s'équiper en matériel spécifique gym+ (cf. liste matériel).

EFM à envoyer à [finance@ffgymgrandest.fr](mailto:finance@ffgymgrandest.fr) accompagné des factures.



Où et comment s'inscrire ?



Aides financières possibles



Formation Continue



## Formation continue des coachs gym+

### Pourquoi ?

Augmenter et actualiser ses compétences et ses connaissances

Obligation de réaliser une formation continue  
(à minima tous les 4 ans) >> Label Coach gym+

### Formation continue Nationale



### Formation continue Régionale



Où et comment s'inscrire ?



Aides financières possibles



Formation Continue



Où et comment s'inscrire ?



Aides financières possibles



Formation Continue

# Outils d'accompagnement à votre disposition



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel

## PROJET - EN COURS DE CRÉATION

### Description

\* Récurrence  Première demande  Renouvellement

\* Intitulé

Saisir l'intitulé du projet

Préciser Créer ou Développer

\* Période  Annuel

\* Date de début

JJ/MM/AAAA

entre le 1<sup>er</sup> janvier 2023 et le 30 juin 2024

\* Objectifs

Saisir l'objectif du projet

Qualitatifs et Quantitatifs

Intention

+ de détails dans le descriptif de l'action

\* Description

Saisir la description du projet

Doit répondre aux questions :  
Quoi ? Quand ? Qui ? Comment ?

Besoin d'aide ?

\* Type du projet

Veillez choisir parmi les choix suivants

ENREGISTRER



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel

Public bénéficiaire

* Statut	<input type="text"/>	* Tranche d'âge	<input type="text"/>
* Genre	<input type="text"/>	* Nombre (au total)	<input type="text" value="Saisir un nombre"/>
Commentaire (bénéficiaires)	<input type="text" value="Saisir un éventuel commentaire"/>		

Territoires

* Commentaire (territoire)	<input type="text" value="Saisir un commentaire"/>
----------------------------	--

**Public**

Une ou plusieurs cibles

**Territoires**

Rayon d'action +/- large



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel

## ▼ Moyens humains

\* Moyens matériels et humains

Saisir les moyens matériels et humains du projet et remplir le tableau ci-dessous

	Nombre de personnes	Nombre ETPT
Bénévoles participants activement à l'action/projet	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>
Salarié	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>
dont en CDI	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>
dont en CDD	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>
dont emplois aidés	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>
Volontaires	<input type="text" value="0"/>	<input type="text" value="0"/>

\* Est-il envisagé de procéder à un (ou des) recrutement(s) pour la mise en oeuvre de l'action/projet ?  Oui  Non

## Moyens humains

Bénévole / salarié

Coachs gym+ / entraîneurs

Administratifs / aides actives



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel

## ✓ Evaluation

\* Indicateurs au regard des objectifs

Saisir les indicateurs du projet ou remplir le tableau ci-dessous



## Critères d'évaluation :

Fonction des objectifs

Qualitatif et Quantitatif

Les objectifs opérationnels à utiliser seront spécifiés sur les fiches techniques (préciser les valeurs).



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel

**Budget - 2023**

CHARGES		MONTANT	PRODUITS		MONTANT
CHARGES DIRECTES			RESSOURCES DIRECTES		
<b>60 - Achats</b>		1 300 €	<b>70 - Vente de produits finis, de marchandises, prestations de services</b>		200
Achats matières et fournitures		1000			
Autres fournitures		300	<b>73 - Dotations et produits de tarification</b>		0
<b>61 - Services extérieurs</b>		200 €	<b>74 - Subventions d'exploitation</b>		0
Locations		0	<b>75 - Autres produits de gestion courante</b>		8 420 €
Entretien et réparation		0	Cotisations		8 420
Assurance		150	Dons manuels - Mécinat		0
Documentation		50	<b>76 - Produits financiers</b>		0
<b>62 - Autres services extérieurs</b>		7 820 €	<b>77 - Produits exceptionnels</b>		2000
Rémunérations intermédiaires et honoraires		6000	<b>78 - Reprises sur amortissements et provisions</b>		0
Publicité, publication		300	<b>79 - Transfert de charges</b>		0
Déplacements, missions		1500			
Services bancaires, autres		20			
<b>63 - Impôts et taxes</b>		0 €			
Impôts et taxes sur rémunération		0			
Autres impôts et taxes		0			
<b>64 - Charges de personnel</b>		1 300 €			
Rémunération des personnels		880			
Charges sociales		420			
Autres charges de personnel		0			
<b>65 - Autres charges de gestion courante</b>		0			
<b>66 - Charges financières</b>		0			
<b>67 - Charges exceptionnelles</b>		0			
<b>68 - Dotation aux amortissements, provisions et engagement à réaliser sur ressources affectées</b>		0			
<b>69 - Impôts sur les bénéfices (IS) ; Participation des salariés</b>		0			
CHARGES INDIRECTES REPARTIES AFFECTÉES AU PROJET			RESSOURCES PROPRES AFFECTÉES AU PROJET		
Charges fixes de fonctionnement		0	Intitulé		0
Frais financiers		0	Intitulé		0
Autres		0	Intitulé		0
Total des charges		10620	Total des produits		10620
Excédent prévisionnel (bénéfice)		0	Insuffisance prévisionnelle (déficit)		0
CONTRIBUTIONS VOLONTAIRES EN NATURE					
<b>86 - Emplois des contributions volontaires en nature</b>		0 €	<b>87 - Contributions volontaires en nature</b>		0 €
Secours en nature		0	Bénévolat		0
Mise à disposition gratuite de biens et prestations		0	Prestations en nature		0
Prestations		0	Dons en nature		0
Personnel bénévole		0			
Total		0	Total		0

La subvention sollicitée de €, objet de la présente demande représente Nn% du total des produits du projet.

ENREGISTRER

Le budget du Projet est à déposer sur Le Compte Asso



**Le Compte Asso**

Le site officiel de gestion des associations

Montant minimum de demande de subvention sur l'ensemble des actions de l'Axe I = 1500€

Le taux de subventionnement ne doit pas excéder 40% du budget total du projet



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel





informe sur le petit matériel dans lequel investir pour adapter la pratique



cibler le petit matériel manquant à votre club afin de réaliser les exercices du futur créneau gym+



Acquisition de petit matériel :

500 € HT unitaire maximum



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel

## Accompagnement collaboratif

Accompagnement spécifique et technique gym + : Comité régional

Accompagnement sur la construction du dossier PSF : Accompagnateurs départementaux



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel



La fiche Action



La fiche Budget



La fiche Matériel

gym+



*merci*  
pour votre  
attention

LA PRATIQUE SPORTIVE AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ.

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
*Gym*

ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT



# gym+



LA PRATIQUE SPORTIVE AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ.

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
*Gym*

ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT