

COMMISSIONS JEUNES GYMNASTES ET ATHLETISME

**CIRCUIT TRAINING GYMNIQUE ET ATHLETIQUE EN**

**SALLE "CTGA" 15ème EDITION**

**Date :**

21 mars 2026

**Heures:**

09h30 : Formation des équipes // 10h00 : début des concours

16h-16h30 : fin des concours et remise des prix, **selon inscriptions.**

*Matin : Postes + Biathlon*

*Après-Midi : Teamcross + remise des prix*

Buvette et petite restauration, sur place pour midi.

Un horaire définitif sera renvoyé aux sociétés 3-4 jours avant le concours.

Une fois celui-ci transmis, plus aucune modification d'équipe ne sera acceptée.

**Lieu:**

Centre sportif du Bois-des-Frères, Ch. De l'Ecu 22, 1219 Châtelaine.

Bus : 6-19-23-28-51

**Participation:**

Le concours est ouvert à toutes les **sociétés** et **toutes disciplines confondues** de l'AGG

**Disciplines :**

Vitesse, force, agilité-coordination, biathlon, team cross, selon règlement annexé.

**Catégories:**

- Le concours est composé de 5 ou 6 disciplines adaptées aux différentes catégories.
- 4 à 6 participants par équipe.
- En cas d'athlète manquant dans une catégorie, vous pouvez faire participer un athlète d'un âge **inférieur** à la catégorie pour compléter l'équipe.

**Organisateur :**

Commission Jeunes Gymnastes et commission d'Athlétisme

**Finance :**

**CHF : 50.00** par équipe inscrite. Montant à payer sur place.

Prix souvenir à chaque participant

**Aides-Juges :**

Afin de faciliter l'organisation de ce concours, nous vous demandons de bien vouloir inscrire deux aides-juges, en même temps que vos inscriptions. Voir feuille d'inscription. Un GRAND MERCI pour votre aide.

**Inscriptions :**

Au moyen du bulletin ci-joint à envoyer d'ici au **9 mars 2026 (Dernier Délai)** à :

**François BONNAMOUR** par email : [francois.bonnamour@agg.ch](mailto:francois.bonnamour@agg.ch)

Dans l'attente de vous voir nombreux à cette 15ème édition du CTGA, la commission Jeunes Gymnastes et la commission d'Athlétisme, vous souhaitent un bon début de saison dans vos salles et vous adresse ses sportives salutations.

## Circuit Training Gymnique et Athlétique en salle (CTGA)

### Gymnastique enfantine / Jeunes Gymnastes / Gymnastes toutes disciplines / Athlètes / Adultes

#### **PRINCIPES DE BASES :**

- Le CTGA se déroule dans une salle de gym classique en utilisant au maximum le matériel commun d'une société de gym,
- C'est un concours par équipe de 4 à 6 gym/athlètes, filles, garçons ou mixte,
- Concours par catégories d'âge, selon tableau ci-dessous,
- Le CTGA est composé des éléments de concours suivants :  
**Vitesse, Force, Agilité, Equilibre, Endurance, Tactique et Technique,**
- Les buts du CTGA, sont de développer les différentes formes physiques précitées, d'être une passerelle inter-génération dans un club, offrir une compétition de société, interclub et cantonale, d'être pratiqué aussi bien par la gymnastique enfantine, les jeunes gymnastes, les adultes et les groupes spécialisés (agrès, athlétisme, sports élite ....)

#### **RÈGLEMENT**

- Le concours est composé de **5** disciplines pour la gymnastique enfantine (4-6 ans) et **6** pour les autres catégories (U8 à U60) adaptées aux différentes catégories,
- **4 à 6** participants, voir catégories selon tableau,
- Pas de table de points mais un classement par épreuve, soit 1<sup>er</sup> = 1 point, l'équipe obtenant **le moins** de points gagne,
- **Catégories :**

Gym Enf : 2022-2020    4-6 gymnastes (classement unique pour la gym enfantine)

U8-U9 : 2019-2018    4-6 filles / 4-6 garçons / Mixte : 2 filles ou 2 garçons minimum

U10-U12 : 2017-2015    4-6 filles / 4-6 garçons / Mixte : 2 filles ou 2 garçons minimum

U14 : 2014-2013    4-6 filles / 4-6 garçons / Mixte : 2 filles ou 2 garçons minimum

U16 : 2012-2011    4-6 filles / 4-6 garçons / Mixte : 2 filles ou 2 garçons minimum

U18-U30 : 2010-1997    4-6 filles / 4-6 garçons / Mixte : 2 filles ou 2 garçons minimum

U45-U60 : 1996-1966    4-6 filles / 4-6 garçons / Mixte : 2 filles ou 2 garçons minimum

La société de : \_\_\_\_\_ inscrit pour  
le Circuit Training Gymnique et Athlétique (CTGA)

### Équipes:

	Équipes Garçons	Équipes Filles	Équipes Mixte	Nombre de gymnastes
<b>Gym Enfantine</b> 4-6 ans				
<b>U8-U9</b> 7-8 ans				
<b>U10-U12</b> 9-11 ans				
<b>U14</b> 12-13 ans				
<b>U16</b> 14-15 ans				
<b>U18-U30</b> 16-29 ans				
<b>U45-U60</b> 30-60 ans				
<b>Total :</b>				

### Moniteur responsable des équipes :

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Tel. : ..... Email : .....

Date : ..... Signature : .....

**Aide-juge aux postes : DEUX par société inscrite s.v.p. merci.  
MERCI d'inscrire lisiblement les informations**

Nom : ..... Prénom : ..... Tél : .....

Adresse : .....

Nom : ..... Prénom : ..... Tél : .....

Adresse : .....

Inscription à retourner d'ici au **9 mars 2025 (Dernier Délai)** à :

**François BONNAMOUR** par email : [francois.bonnamour@agg.ch](mailto:francois.bonnamour@agg.ch)