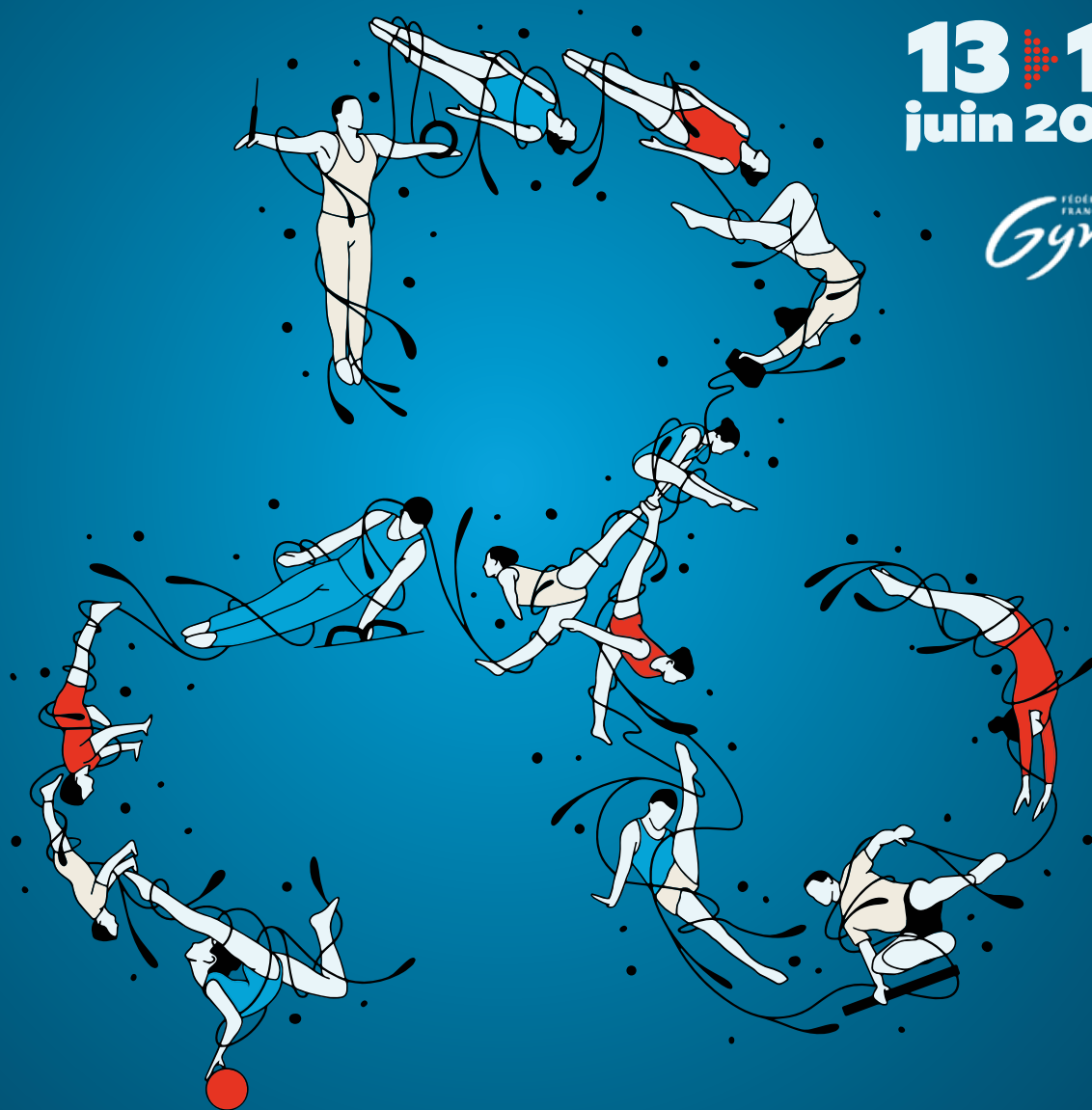


DOSSIER DE PRESSE

CHAMPIONNAT DE FRANCE DE(S) GYMNASTIQUE(S)

13-15
juin 2025

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym



BREIZH'N GYM FEST

Rennes parc expo



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13 15
juin 2025

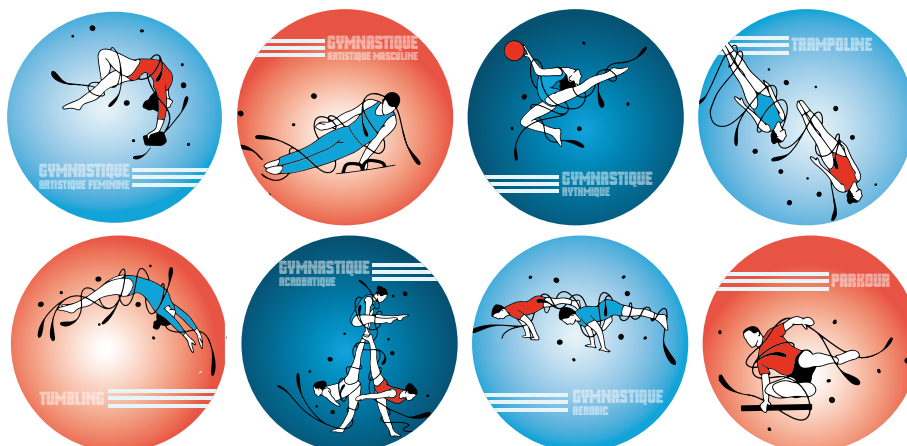
===== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

PRÉSENTATION DE LA COMPÉTITION

Un évènement historique et XXL !

Du 13 au 15 juin, Rennes accueillera le Championnat de France de(s) gymnastique(s) dans une configuration totalement inédite en France. Pour la première fois dans l'Histoire de la Fédération française de gymnastique, la compétition réunira 8 disciplines gymniques à travers 8 finales nationales : Gymnastique Artistique Féminine et Masculine, Gymnastique Rythmique, Gymnastique Acrobatique, Trampoline, Tumbling, Gymnastique Aérobie et Parkour. Près de 4000 gymnastes venus de toute la France sont attendus dans les différents halls du Parc expo de Rennes pour 3 jours de compétition de haut vol.



Et pour en faire un week-end encore plus exceptionnel, un « Breizh'n Gym Fest » sera organisé en marge de la compétition avec un programme aussi varié qu'ambitieux concocté par le comité d'organisation local : deux galas avec la participation de la Brigade des pompiers de Paris et des gymnastes/clubs bretons, plus de 25 animations gratuites au sein du Parc expo, des concerts, des stands bretons...



Rennes parc expo

2 La Haie Gautrais, 35170 Bruz



BREIZH'N GYM FEST



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13 15
juin 2025

===== **BREIZH'N GYM FEST**
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LE COMITÉ D'ORGANISATION LOCAL

L'évènement est organisé par l'association BREIZH GYM, association loi 1901 qui a pour vocation la promotion et le développement des activités gymniques en Bretagne, en partenariat avec le Comité de Bretagne de Gymnastique, le Comité Départemental de Gymnastique d'Ille et Vilaine et le Cercle Paul Bert de Rennes.





DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13 15
juin 2025

==== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

FORMAT DE LA COMPÉTITION

Le Championnat de France de(s) gymnastique(s) rassemblera différentes catégories d'âge dans 8 disciplines :

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE ET MASCULINE

Championnat de France par équipes B Nationales 10/11 ans, 10/13 ans et 12/15 ans

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Trophée Fédéral des ensembles et Championnat de France Nationale ensembles 10/11 ans

TRAMPOLINE

Championnat de France en individuel et synchronisé (Nationaux et Elites)

TUMBLING

Championnat de France individuel (Nationaux et Elites)

GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

Championnat de France par unités (Nationaux et Elite)

GYMNASTIQUE AÉROBIC

Championnat de France Elite

PARKOUR

Trophée Fédéral et Championnat de France

CHIFFRES CLÉS

3

jours de compétitions

8

disciplines

4000

gymnastes



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

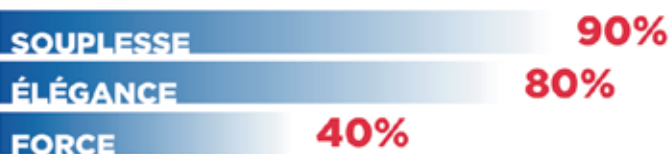
13 15
juin 2025

BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

PRÉSENTATION DES DISCIPLINES

LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE



LE SAUT

DYNAMISME | ACROBATIE

Longueur de la table de saut : 1,20 m

Largeur : 95 cm

Hauteur (point max.) : 1,25 m



LES BARRES ASYMÉTRIQUES

FORCE | AGILITÉ

Hauteur barre supérieure : 2,50 m

Hauteur barre inférieure : 1,70 m

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



LA POUTRE

ÉQUILIBRE | ÉLÉGANCE

Largeur : 10 cm

Longueur : 5 m

Hauteur du sol : 1,25 m



LE SOL

ACROBATIE | ÉLÉGANCE

Dimensions : 12 x 12 m



DOSSIER DE PRESSE

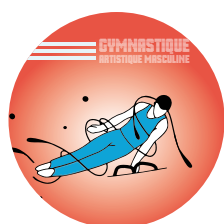
FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13-15
juin 2025

==== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE



LE SOL
ACROBATIE | LÉGÈRETÉ
Dimensions : 12 x 12 m



LES ARÇONS
ENDURANCE | HARMONIE
Hauteur : 1,15 m
Longueur supérieure : 1,60 m
Distance entre les arçons : 40 à 45 cm



LES ANNEAUX
FORCE | PUISSANCE
Hauteur : 2,80m (du sol)
Diamètre : 18 cm



LE SAUT
DYNAMISME | ACROBATIE
Longueur de la table de saut : 1,20 m
Largeur : 95 cm
Hauteur (point max.) : 1,35 m



LES BARRES PARALLÈLES
HARMONIE | ÉLÉGANCE
Hauteur : 2 m
Écartement des barres : réglable



LA BARRE FIXE
VOLTIGE | AGILITÉ | SOUPLESSE
Hauteur : 2,80 m (du sol)
Largeur : 2,40 m



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
Gym
FRANÇAISE

13 15
juin 2025

BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LA GYMNASTIQUE RYTHMIQUE



La Gymnastique Rythmique, anciennement appelée 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, le ballon, les massues, 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 cinq gymnastes.

COORDINATION 90%

DYNAMISME 70%

SOUPLESSE 50%



CORDE

DU DYNAMISME ET DE L'ENDURANCE AU PROGRAMME

Longueur : selon la morphologie de la gymnaste
Poids : libre



CERCEAU

PERMET LES MANIPULATIONS LES PLUS VARIÉES

Diamètre intérieur : de 80 à 90 cm
Poids minimum : 300g



BALLON

EXPRIME TOUTE LA PERSONNALITÉ DE LA GYMNASTE

Diamètre : 18 à 20 cm
Poids : 400g minimum



MASSUES

REQUIÈRENT UNE BONNE COORDINATION DES DEUX MAINS

Longueur : 40 à 50 cm
Poids : 150g minimum chacune



RUBAN

L'ENGIN LE PLUS POPULAIRE

Composition : satin ou matière semblable
Longueur : 6m au maximum
Baguette : 50 à 60 cm



DOSSIER DE PRESSE

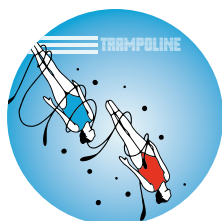
FÉDÉRATION
Gym
FRANÇAISE

13-15
juin 2025

===== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LE TRAMPOLINE



ACROBATIE

90%

ENVOL

80%

LÉGERETÉ

40%

DIMENSIONS DU TRAMPOLINE

Toile : 4 x 2 m

Hauteur : 1,15 m du sol

120 ressorts

ÉLEVATION DES GYMNASTES

8 m du sol environ pour les hommes

6 m du sol environ pour les filles

LES RÈGLES

2 exercices de 10 touches de Trampoline :

- l'exercice imposé (acrobaties identiques pour tous les gymnastes (sauf pour la dernière touche)
- l'exercice libre

En synchronisé, les règles sont les mêmes. Les gymnastes réalisent en même temps les mêmes difficultés. Une note de synchronisation vient alors s'ajouter aux notes de difficulté et d'exécution.



DOSSIER DE PRESSE

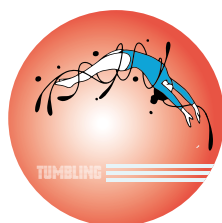
FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13-15
juin 2025

===== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LE TUMBLING



ACROBATIE	90%
TONICITÉ	70%
COORDINATION	50%

Le terme « Tumbling » provient de l'anglais « to tumble » qui veut dire « culbutter ». Discipline particulièrement impressionnante, le gymnaste effectue une série d'acrobaties sur une piste dynamique. Le Tumbling permet au gymnaste de développer sa tonicité, sa coordination, ainsi que la confiance en soi.

La piste de Tumbling mesure 25 mètres de long pour 2 mètres de large. Les gymnastes doivent y effectuer une série de 8 acrobaties consécutives se terminant par une « sortie ».

L'aire de réception mesure 6 mètres par 4.

Le Tumbling est une discipline qui peut aussi bien être pratiquée en compétition qu'en loisir.

Sa multitude de filières compétitives permet à chaque gymnaste de trouver une catégorie en adéquation avec son niveau.

Contrairement à d'autres disciplines gymniques, il n'est pas nécessaire de débiter le Tumbling très jeune. L'apparition de nouveaux matériels éducatifs (pistes gonflables, fast-track...) permet désormais aux débutants de commencer la discipline en douceur de manière ludique.



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
Gym
FRANÇAISE

13-15
juin 2025

===== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LA GYMNASTIQUE ACROBATIQUE



La Gymnastique Acrobatique est un mélange d'acrobaties et de chorégraphies réalisées individuellement et collectivement. La chorégraphie, réalisée en musique, renforce la dimension artistique de cette discipline. Cette discipline permet de développer la confiance en soi ainsi qu'un sens artistique. Les exercices sont effectués sur un praticable similaire à la Gymnastique Artistique qui mesure 12mètres sur 12. Cette discipline nécessite de la force, de la souplesse, de l'agilité ainsi que des qualités acrobatiques. La réalisation de pyramides fait la spécificité de cette discipline. Il en existe deux types : les pyramides statiques (les partenaires sont en contact permanent et maintiennent des positions variées) et les pyramides dynamiques (la création d'un envol permet la réalisation de rotations aériennes du gymnaste voltigeur).



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
Gym

13-15
juin 2025

===== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

L' AÉROBIC



TONICITÉ	90%
ACROBATIE	70%
COORDINATION	60%

L'aérobic est une discipline sportive permettant de démontrer l'habilité à effectuer en musique des enchaînements de mouvements dynamiques.

Cette discipline mêle fitness et acrobaties. Elle exige à la fois de la force, de l'endurance ainsi que de la souplesse. Les gymnastes évoluent sur une musique d'une durée d'1min20 sur une surface de 10 x 10m.

Véritable discipline créative et dynamique, l'Aérobic nécessite également de capter l'attention du public. Les gymnastes doivent transmettre une sensation de facilité tout au long de leur mouvement et mixer harmonieusement des acrobaties à des éléments de danse et de difficultés. Les mouvements peuvent être effectués en individuel, en duo, en trio ou en groupe (5 gymnastes) incluant des portés et des collaborations.



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13 15
juin 2025

===== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LE PARKOUR



TONICITÉ	90%
ACROBATIE	70%
COORDINATION	60%

Originaire de la rue, le Parkour peut se résumer à l'art de se rendre d'un point à un autre en respectant un principe clé : l'efficacité et la fluidité.

Dans les événements FIG, la zone du Parkour est parsemée d'une variété de blocs, de murs et de barres conçus pour refléter les différents obstacles rencontrés dans les zones urbaines. Pour les surmonter, les athlètes doivent utiliser une gamme de techniques, comme le saut de chat (cat leap), le saut de bras (arm jump), le saut de fond (drop jump) et le wall run (passe-muraille).

Il existe deux catégories : la vitesse (speed) et le style libre (freestyle). Dans l'épreuve de vitesse, les athlètes doivent surmonter les obstacles le plus rapidement possible pour atteindre la ligne d'arrivée le plus rapidement possible. Dans l'épreuve de Freestyle, les athlètes utilisent les obstacles pour montrer leur style et leur créativité pendant que leur performance technique est jugée.



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13 15
juin 2025

===== **BREIZH'N GYM FEST**
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE

PRÉSENTATION

La Fédération française de gymnastique, fondée en 1873, est reconnue d'utilité publique. Avec le concours du Ministère des Sports et l'aide de ses partenaires, elle contribue au développement de plusieurs disciplines sportives (gymnastique artistique masculine et féminine, gymnastique rythmique, trampoline, tumbling, gymnastique aérobic et gymnastique acrobatique) et celles de gymnastique pour tous. Quatre de ces disciplines sont d'ailleurs présentes aux Jeux olympiques (GAM, GAF, GR et TR). Pour la croissance de ses associations, la Fédération se mobilise pour l'emploi, la formation et l'organisation du « Parcours de l'Excellence Sportive » intégrant les clubs dans la formation des gymnastes de haut niveau.

Plus d'informations sur le site officiel : www.ffgym.fr

LA FFGYM EN CHIFFRES

1400 clubs,
342 000 licenciés
19 pôles France et Espoir
18 comités régionaux dont 5 en DOM-TOM
98 comités départementaux
113 gymnastes en équipe de France
75 cadres d'Etat, 6619 éducateurs et 13700 juges et des milliers de bénévoles

LES ÉVÉNEMENTS ORGANISÉS PAR LA FÉDÉRATION

Depuis près de 20 ans, la Fédération Française de Gymnastique a organisé de nombreuses manifestations nationales et internationales d'envergure :

2025	Gym Paris 2025 à l'Accor Arena de Paris
2023	Nouveaux Internationaux de France à l'Accor Arena de Paris
2023	Antibes International Trampoline Cup
2022	Nouveaux Internationaux de France à l'Accor Arena de Paris
2020	Championnats d'Europe de Gymnastique Artistique Féminine à l'AccorHotels Arena de Paris
2019	Internationaux de France à l'AccorHotels Arena de Paris
2018	Internationaux de France à l'AccorHotels Arena de Paris
2017	Nouveaux Internationaux de France à l'AccorHotels Arena de Paris
2016	Lancement de la nouvelle formule du TOP 12 GAM
2015	Championnats d'Europe de Gymnastique Artistique à Montpellier
2014	Championnats du monde de Gymnastique Acrobatique à Levallois
2013	Championnats d'Europe de Gymnastique Aérobic à Arques
2012	Championnats d'Europe de Gymnastique Artistique Masculine à Montpellier
2011	Championnats du monde de Gymnastique Rythmique à Montpellier
2010	Championnats du monde de Trampoline/Tumbling à Metz
2008	Championnats d'Europe de Gymnastique Artistique Féminine à Clermont-Ferrand
2006	Championnats du monde de Trampoline/Tumbling à Metz
2004	Championnats du monde de Gymnastique Acrobatique à Liévin
2000	Championnats d'Europe de Gymnastique Artistique Féminine à Paris-Bercy
1997	1ers Masters Européens à Paris-Bercy
1995	1ers Championnats du monde de Gymnastique Aérobic à Coubertin
1994	1ers Championnats du monde de Gymnastique Rythmique à Paris-Bercy
1992	1ers Championnats du monde par spécialité de Gymnastique Artistique à Paris-Bercy

Depuis 1986, les Internationaux de France à Paris-Bercy, à Lyon et en Vendée.



DOSSIER DE PRESSE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

13-15
juin 2025

===== BREIZH'N GYM FEST
Rennes parc expo

CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE(S) GYMNASTIQUE(S)

INFOS +

Retrouvez toutes les informations sur le site internet dédié
www.rennesgym2025.fr

Et nos réseaux sociaux

Facebook : FranceGym2025

Instagram : francegym2025

LES CONTACTS

Communication/presse FFG

Alice Dujardin
alice.dujardin@ffgym.fr
06 48 55 64 99

Sarah Poitrimol
sarah.poitrimol@ffgym.fr
01 48 01 24 68

Communication/presse COL

Thomas Héteau
toma.heteau@hotmail.fr
06.82.37.24.15

Présidente du COL

Anne-Emmanuelle Quéau
colcdfrennes2025@gmail.com
06.19.36.77.67

Coordinateur général

Franck Dufour
06.38.84.32.14