



**COUPE D'HIVER
FIT+FUN
NEUCHATELOISE
2024 - 2025**



Afin de dynamiser la branche Fit+Fun dans le canton, l'ACNG propose à toutes ses sociétés de participer à une Coupe d'hiver, accessible à tous et toutes.

Les dates seront à discuter lors d'une table ronde avec les responsables des équipes inscrites.

- **Quand ?** d'octobre 2024 à mars 2025, 1x par mois, à l'heure des leçons de gym des sociétés. Ceci afin de ne surcharger ni le calendrier ni les gymnastes ! (Des groupes « régionaux » seraient créés en cas d'équipes nombreuses).
- **Où ?** Dans les salles des équipes inscrites. 1 localité et 1 salle différente à chaque fois.
- **Comment ?** 4 mêmes exercices comptabilisés à chaque fois. Ce qui crée un « championnat » donnant un classement final (tout cela selon le modèle du volley-loisir).
- **Quels exercices ?** FF1a) Foot-témoin * FF1b) Balle-planche * FF3a) Street Racket* FF3b) Anneau et bâton. La discipline FF2 complète serait abandonnée (cause temps et installation). Pour ne pas perdre de temps pour les mesures, celles-ci seront « officieuses » et les zones marquées par des tapis de peintre réutilisables à chaque fois.
- **Pour qui ?** tout gymnaste homme ou femme dès 20 ans, 4 à 6 participants par équipes. Il est clair que dans un premier temps, et pour ne refuser personne, il serait accepté qu'un gymnaste joue dans 2 équipes s'il manque 1 ou 2 personnes dans une équipe amie (le mot adversaire est banni !!).
- **Et les juges ?** Compétition officieuse, juges officieux/ses ! Auto- jugement ! Comme cela se passe très bien chez nos amis du volley-loisir ! Dans bien des équipes, il y a des gymnastes qui pratiquent et connaissent ces exercices. Ceux-ci s'engagent à juger et les gymnastes s'engagent à respecter leur jugement. Sans compter que chaque joueur est un juge potentiel ! Les barèmes FSG en fonction de l'âge des participants pourraient être pris en compte, mais un seul classement final serait élaboré.
- **Combien ça coûte ?** Un prix serait remis aux 3 premiers du classement final sous forme de fondue, raclette ou spaghettis pour l'équipe. Ces lots seraient discutés avant-saison et définiraient la cotisation de chaque équipe. On peut imaginer que l'organisation d'une simple cantine après rencontre pourrait équilibrer, voire dépasser ce versement !
- **Pourquoi ?** La gym est une grande famille ! Le plaisir de se rencontrer, de se mettre un petit challenge pour soi et entre nous sans pression, favoriser la convivialité, s'offrir une partie de bonheur en semaine, prouver que sport, plaisir et amitié ne font qu'un.
Les gymnastes, les sociétés ne peuvent être que gagnants/es. Et ceci simplement, sans une organisation grandiose avec x bénévoles, comité, matériel, etc .

Pensez-y ! Parlez- en autour de vous et dans vos sociétés !

Nous aimerions mettre cela en place déjà pour cet hiver 2024 - 2025. !

Une table ronde serait effectuée en septembre prochain !

Contactez Didier GYGAX – responsable jeux, Commission Adultes ACNG- **jusqu'au 30 août 2024**

didier.gygax@gmail.com ou 079 818 68 30

P.S. Ce projet est tiré du modèle fribourgeois. L'ACFG l'organise chaque hiver depuis des années.