

# Circuit Training

**ATHLETICHE  
SPORT**

**21-22**

1er OCTOBRE 2021

**32**

# Dispositions spécifiques

Directeur national adjoint de l'UNSS en charge de l'activité : Édouard ANDRÉASSIAN

## UNSS

Emmanuel SANNA  
Franck MAHE  
Franck PEPION  
Bérénice VIVI

Thomas CHABERT      référent(e) sport partagé

## Délégués techniques UNSS

Arnaud BOIX  
AURELIEN COMBREZ

# Dispositions Générales

Se référer à la Fiche Sport « Dispositions Générales ».

[LIEN](#)

## CF Collège 2022 de Circuit training

Les Championnats par Équipe d'Établissement sont ouverts à toutes les équipes d'Association Sportive de collège:

LICENCIÉS AUTORISÉS	B3, minimes, cadet (1 au maximum)
COMPOSITION DES ÉQUIPES	4 compétiteurs : 2 filles et 2 garçons Plus éventuellement un compétiteur en situation de handicap, voir page 7
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique
RÈGLEMENT	Règlement Circuit Training 2022 (en accès sur OPUSS)
FORMULE DE COMPÉTITION	Une épreuve de <b>PERFORMANCE</b> (4 mouvements : pompes, tirage sangles, burpees et box jump) pour chacun des compétiteurs. Une épreuve de <b>CIRCUIT</b> dont : - Un Circuit pour les 4 compétiteurs sous forme de <b>relais chronométré</b> sur 3 ateliers tirés au sort sur les 8 possibles.  Le tirage au sort se fera le 7 avril 2022 avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS Circuit Training et communiqué aux AS qualifiées.  - <b>Un circuit en temps limité à 6 minutes</b> pour l'ensemble de l'équipe (4 compétiteurs) avec tirage au sort la veille de la compétition des 4 ateliers sur les 10 possibles : se référer au règlement sportif « circuit training 2022 »  Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe. (cf règlement Circuit training 2022)
MODALITÉS DE QUALIFICATION	Niveau académique
NOMBRE D'ÉQUIPES	26 au maximum + une équipe Ultramarine Repêchage : voir ci-dessous
TITRES DÉCERNÉS	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement Collèges

## CF Lycées 2022 de Circuit training

Le Championnat par Équipe d'Établissement est ouvert à toutes les équipes d'Association Sportive de lycée

LICENCIÉS AUTORISÉS	Minimes 2 (de lycée), Cadets Juniors Seniors (1 Senior maximum dans la composition d'équipe)
COMPOSITION DES ÉQUIPES	4 compétiteurs : 2 filles et 2 garçons Plus éventuellement un compétiteur en situation de handicap, <b>voir page 7</b>
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique
RÈGLEMENT	Règlement CIRCUIT TRAINING 2022 (en accès sur OPUSS)
FORMULE DE COMPÉTITION	Une épreuve de <b>PERFORMANCE</b> : 3 mouvements : développé couché, squats clavicales, tractions pour chacun des compétiteurs.  Une épreuve de CIRCUIT dont : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un Circuit avec matériel pour les 4 compétiteurs sous forme de <b>relais chronométré</b> sur 3 ateliers tirés au sort sur les 9 possibles.</li> <li>- Le tirage au sort se fera le 7 avril 2022 avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS Circuit Training et communiqué aux AS qualifiées.</li> <li>- <b>Un circuit en temps limité à 6 minutes</b> pour l'ensemble de l'équipe avec tirage au sort la veille de la compétition des 4 ateliers sur les 10 possibles : se référer au règlement sportif « circuit training 2022 »</li> </ul> Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe. (cf règlement Circuit training 2022)
MODALITÉS DE QUALIFICATION	<b>Niveau académique</b>
NOMBRE D'ÉQUIPES	26 au maximum par catégorie (le Champion d'académie) + Une équipe Ultramarine Repêchage : voir ci-dessous
TITRES DÉCERNÉS	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement lycée

## CF LP 2022 de Circuit training

Le Championnat par Équipe d'Établissement est ouvert à toutes les équipes d'Association Sportive de LP et aux équipes composées de 4 élèves en enseignement professionnel (indiqué sur la licence) :

LICENCIÉS AUTORISÉS	Minimes 2 (de lycée), Cadets Juniors Seniors (1 Senior maximum dans la composition d'équipe)
COMPOSITION DES ÉQUIPES	4 compétiteurs par équipe OPEN (4F, 4G, 2F 2G, 3F 1G, ou 1F 3G) Plus éventuellement un compétiteur en situation de handicap, voir page 7
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique
RÈGLEMENT	Règlement CIRCUIT TRAINING 2022
FORMULE DE COMPÉTITION	Une épreuve de <b>PERFORMANCE</b> : 3 mouvements : développé couché, squats clavicules, tractions pour chacun des compétiteurs.  Une épreuve de CIRCUIT dont : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un Circuit avec matériel pour les 4 compétiteurs sous forme de <b>relais chronométré</b> sur 3 ateliers tirés au sort sur les 9 possibles.</li> <li>- Le tirage au sort se fera le 7 avril 2022 avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS Circuit Training et communiqué aux AS qualifiées.</li> <li>-</li> <li>- Un <b>circuit en temps limité à 6 minutes</b> pour l'ensemble de l'équipe avec tirage au sort la veille de la compétition des 4 ateliers sur les 10 possibles : se référer au règlement sportif « circuit training 2022 »</li> </ul> Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe. (cf règlement Circuit training 2022)
MODALITÉS DE QUALIFICATION	<b>Niveau académique</b>
NOMBRE D'ÉQUIPES	26 au maximum par catégorie (le Champion d'académie) + Une équipe Ultramarine Repêchage : voir ci-dessous
TITRES DÉCERNÉS	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement LP

## **REPÊCHAGES :**

Toutes les académies ne proposent pas de qualifiés dans chaque catégorie, aussi pour le maintien de 27 équipes par type d'établissement le mode de qualification en repêchage se fera sur 3 critères :

1. Cas particuliers sur dossier venant des SR.
2. 1 quota issu de l'académie qui accueille le CF.
3. Quota sur le nombre total d'équipes de la catégorie dans les académies.

Décision du DNA en lien avec les DT sur la foi de ces 3 critères pris dans l'ordre.

## **ELEVE EN SITUATION DE HANDICAP :**

Un élève en situation de handicap peut faire partie d'une équipe au championnat de France en supplément (dans ce cas l'équipe = 4 compétiteurs dont le jeune coach + 1 compétiteur en situation de handicap + 1 J.O non-compétiteur).

Il pourra concourir sur tous les mouvements de musculation si son handicap le lui permet ainsi que sur le circuit. Il n'est pas tenu de faire toutes les épreuves et cela ne pénalisera pas son équipe. Sa performance sera prise en compte si elle est supérieure à celle de l'un des 4 membres de l'équipe.

## **CF Sport Partagé 2022 de Circuit training**

	<b>SPORT PARTAGE COLLEGE</b>	<b>SPORT PARTAGE LYCEE</b>
LICENCIÉS AUTORISÉS	B3 aux cadets	Minimes 2 aux Séniors
COMPOSITION DES ÉQUIPES	2 en situation de handicap 2 valides	2 en situation de handicap 2 valides
JEUNE JUGE	1 Jeune Juge par équipe qualifiée Niveau académique minimum Il peut être d'une autre association sportive de l'académie Il ne peut pas être compétiteur En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.	
JEUNE COACH	1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe Certifié de niveau académique	
RÈGLEMENT	Règlement Circuit trainings 2022	
FORMULE DE COMPÉTITION	Se référer au CF Collège avec adaptation possible à la situation de handicap	Se référer au CF Lycée avec adaptation possible à la situation de handicap
MODALITÉS DE QUALIFICATION	Sur invitation	
NOMBRE D'ÉQUIPES	6 au maximum	6 au maximum
TITRES DÉCERNÉS	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement sport partagé Collèges	Champion de France UNSS par Équipe d'Établissement sport partagé Lycées

## Remontée des résultats des Championnats qualificatifs

Date limite de transmission des résultats Académiques par les SR : **se référer au Calendrier des CF 2022 régulièrement mis à jour sur OPUSS.**

Après les dates limites de transmission des qualifications Inter-académiques, aucun résultat qualificatif aux Championnats par Équipe d'Établissement ne sera pris en compte.

Adresse de saisie : **DIRECTEMENT SUR OPUSS**

Code d'accès : propre à chaque SR

Une demande de repêchage indiquée ne sera prise en compte que par l'envoi à la DN de la demande officielle (Annexe 1 du Règlement Fédéral), avant la date butoir des phases qualificatives.

# Responsabilité « Jeunes Officiels – Vers une génération responsable »

---

## 1. Passerelles

En cours d'élaboration.

## 2. Innovation

« Suite à la crise sanitaire, la CMN circuit training met en place de nouveaux dispositifs répondant à un double objectif : des modalités de « rencontres » entre AS adaptées et la remise en forme des licenciés.

Pour ce faire, 2 challenges seront proposés en cours d'année :

- « Garde la forme avec ton AS et l'UNSS » piloté par Aurélien CROMBEZ (DRA UNSS Bretagne)
- « Challenge ton AS en vidéo sur un circuit inventé » mis en place par Arnaud Boix (DRA UNSS Versailles)

## Annexe 1

---

**Associations Sportives n'ayant pas assisté au Protocole en 2021  
et n'étant pas autorisées à participer en Excellence 2022**

---

NEANT

## Annexe 2

---

**Associations Sportives ayant fait forfait dans les dix jours  
avant les Championnats de France en  
2021 et n'étant pas autorisées à participer en Excellence 2022**

---

NEANT

## Annexe 3

Règles spécifiques pour le CF SPORT PARTAGE  
CIRCUIT TRAINING

---



Accompagnement du pratiquant par le jeune coach ou un ASH/professeur accompagnant.