

FICHE SPORT 23|24

CIRCUIT TRAINING

Dispositions spécifiques

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

UNSS

Emmanuel SANNA – technique et JO Lycée

Franck MAHE – technique et JO Lycée

Franck PEPION – technique et JO Lycée

Bérénice VIVI – technique et JO Lycée

Léo CORIOLAN – technique et JO Collège, référent numérique

Sandra MALLET – technique et JO Lycée

Lionel BOSSENAUER – technique et JO Lycée

Jonathan RAUX – technique et JO Collège, référent sport partagé

Délégués techniques UNSS

Arnaud BOIX

Aurélien CROMBEZ

Dispositions Générales

Se référer à la Fiche Sport « Dispositions Générales ».

[LIEN](#)

CF Collège excellence 2024 de Circuit training

Les Championnats par Équipe Excellence sont ouverts à toutes les équipes d'Association Sportive de collège (équipes d'établissement et de section) :

| | |
|----------------------------|---|
| LICENCIÉS AUTORISÉS | Minimes, cadet (1 au maximum) (attention B3 interdit) |
| COMPOSITION DES ÉQUIPES | 4 compétiteurs : 2 filles et 2 garçons |
| 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 2024 (en accès sur OPUSS) |
| FORMULE DE COMPÉTITION | <p>Une épreuve de PERFORMANCE (3 mouvements : Push-up, Rowing TRX et Box Jump) pour chacun des compétiteurs.</p> <p>Une épreuve de CIRCUIT relais à 4 dont :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un circuit 6 minutes pour l'ensemble de l'équipe (4 compétiteurs) avec tirage au sort la veille de la compétition des 4 ateliers sur les 8 possibles : se référer au règlement sportif « circuit training 2024 » - Un Circuit chronométré sur 3 ateliers tirés au sort sur les 8 possibles. Le tirage au sort se fera un mois avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS Circuit Training et communiqué aux AS qualifiées. <p>Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe.</p> |
| MODALITÉS DE QUALIFICATION | Niveau académique |
| NOMBRE D'ÉQUIPES | 26 au maximum + une équipe Ultramarine Repêchage : voir règlement fédéral 2020-2024 (page 14) |
| TITRES DÉCERNÉS | Champion de France UNSS par Équipe Excellence Collèges |

CF Lycées excellence 2024 de Circuit training

Le Championnat par Équipe excellence est ouvert à toutes les équipes d'Association Sportive de lycée (équipes d'établissement et de section):

| | |
|----------------------------|--|
| LICENCIÉS AUTORISÉS | Minimes 2 (de lycée), Cadets Juniors Seniors (1 Senior max dans la composition d'équipe) |
| COMPOSITION DES ÉQUIPES | 4 compétiteurs : 2 filles et 2 garçons |
| JEUNE JUGE | <p>1 Jeune Juge par équipe qualifiée</p> <p>Niveau académique minimum</p> <p>Il peut être d'une autre association sportive de l'académie</p> <p>Il ne peut pas être compétiteur</p> <p>En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.</p> |
| JEUNE COACH | <p>1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe</p> <p>Certifié de niveau académique</p> |
| RÈGLEMENT | Règlement CIRCUIT TRAINING 2024 (en accès sur OPUSS) |
| FORMULE DE COMPÉTITION | <p>Une épreuve de PERFORMANCE : 3 mouvements : développé couché, squats clavicules, pull up&rowing TRX pour chacun des compétiteurs.</p> <p>Une épreuve de CIRCUIT relais à 4 dont :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un circuit 6 minutes pour l'ensemble de l'équipe (4 compétiteurs) avec tirage au sort la veille de la compétition des 4 ateliers sur les 8 possibles : se référer au règlement sportif « circuit training 2024 » - Un Circuit chronométré sur 3 ateliers tirés au sort sur les 10 possibles. Le tirage au sort se fera un mois avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS Circuit Training et communiqué aux AS qualifiées. <p>Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe.</p> |
| MODALITÉS DE QUALIFICATION | Niveau académique |
| NOMBRE D'ÉQUIPES | <p>26 au maximum par catégorie (le Champion d'académie) + Une équipe Ultramarine</p> <p>Repêchage : voir règlement fédéral 2020-2024 (page 14)</p> |
| TITRES DÉCERNÉS | Champion de France UNSS par Équipe Excellence lycée |

Championnat de France LP 2024 de Circuit training

Le Championnat par Équipe LP 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 LP), 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) |
| JEUNE JUGE | <p>1 Jeune Juge par équipe qualifiée</p> <p>Niveau académique minimum</p> <p>Il peut être d'une autre association sportive de l'académie</p> <p>Il ne peut pas être compétiteur</p> <p>En cas d'absence, l'équipe concernée ne pourra participer au championnat de France.</p> |
| JEUNE COACH | <p>1 Jeune coach obligatoire par équipe qualifiée et intégré à la composition d'équipe</p> <p>Certifié de niveau académique</p> |
| RÈGLEMENT | Règlement CIRCUIT TRAINING 2024 |
| FORMULE DE COMPÉTITION | <p>Une épreuve de PERFORMANCE : 3 mouvements : développé couché, squats clavicles, pull up&rowing TRX pour chacun des compétiteurs.</p> <p>Une épreuve de CIRCUIT dont :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un circuit 6 minutes pour l'ensemble de l'équipe (4 compétiteurs) avec tirage au sort la veille de la compétition des 4 ateliers sur les 8 possibles : se référer au règlement sportif « circuit training 2024 » - Un Circuit chronométré sur 3 ateliers tirés au sort sur les 10 possibles. Le tirage au sort se fera un mois avant le championnat par le directeur national adjoint et un animateur d'AS Circuit Training et communiqué aux AS qualifiées. <p>Classement final par addition des points aux 2 épreuves pour chaque équipe.</p> |
| MODALITÉS DE QUALIFICATION | Niveau académique |
| NOMBRE D'ÉQUIPES | <p>26 au maximum par catégorie (le Champion d'académie) + Une équipe Ultramarine</p> <p>Repêchage : voir règlement fédéral 2020-2024 (page 14)</p> |
| TITRES DÉCERNÉS | Champion de France UNSS par Équipe LP |

CF Sport Partagé 2024 de Circuit training

| | SPORT PARTAGE COLLEGE | SPORT PARTAGE LYCEE |
|-------------------------------|---|--|
| LICENCIÉS AUTORISÉS | M1 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 | |
| REGLEMENT | Règlement Circuit trainings 2024 | |
| 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 |
| | TESTING LORS DE L'ACCUEIL DU CF si nécessité au regard du handicap | |
| MODALITÉS DE QUALIFICATION | Sur invitation | |
| NOMBRE D'ÉQUIPES | 6 au maximum | 6 au maximum |
| TITRES DÉCERNÉS | Champion de France UNSS sport partagé Collèges | Champion de France UNSS 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 2023 régulièrement mis à jour sur OPUSS.**

Après les dates limites de transmission des qualifications académiques, aucun résultat qualificatif aux Championnats par Équipe Excellence 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

Néant

2. Innovation

Un support interactif de formation sur [Génially](https://view.genial.ly/605898aa2bffb10d74fee159/interactive-content-circuit-training-unss-ac-versailles)

<https://view.genial.ly/605898aa2bffb10d74fee159/interactive-content-circuit-training-unss-ac-versailles>



Une application de vidéos « démo » à installer sur smartphone (compatible Android et iOS).

<https://unss-circuit-training.glideapp.io/dl/d0a5f4>



Annexe 1

**Associations Sportives n'ayant pas assisté au Protocole en 2023
et n'étant pas autorisées à participer en Excellence 2024**

NEANT

Annexe 2

**Associations Sportives ayant fait forfait dans les dix jours
avant les Championnats de France en 2023
et n'étant pas autorisées à participer en Excellence 2024**

NEANT

Annexe 3

**Règles spécifiques pour le CF SPORT PARTAGE CIRCUIT TRAINING
seront définies selon le degré de handicap des AS qualifiées**

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



Union Nationale du Sport Scolaire

13, rue Saint-Lazare - 75009 Paris | 01 42 81 55 11

Ne manquez rien de l'actualité de l'UNSS
Sur notre site internet www.unss.org

Et sur nos réseaux sociaux :

