



## 3<sup>ème</sup> GOLDEN AGE GYM FESTIVAL du 30 septembre au 6 octobre 2012 Montecatini Terme (Italie)

### PRESENTATION DU FESTIVAL

Créé à l'initiative de l'Union Européenne de Gymnastique, le Golden Age Gym Festival réunit pendant six jours plus de 2000 personnes de la « génération senior » issues de toute l'Europe, autour d'activités culturelles et sportives qui visent à promouvoir le bien-être et la santé à tous les âges.

Il est ouvert aux personnes âgées de plus de 50 ans et membres d'une des 47 fédérations nationales affiliées à l'UEG.

Ce festival est l'occasion pour ses participants de découvrir les multiples formes de la pratique gymnique et du sport en général, tout en y associant des visites culturelles et des ateliers de discussion sur les thématiques du sport senior. Ces activités ont pour but de leur transmettre les clés du bien-être, sous la conduite d'instructeurs expérimentés.

Le Festival débutera par une parade dans les rues de Montecatini Terme, suivie d'une cérémonie d'ouverture. Tout au long de la semaine, auront lieu chaque matin différents ateliers : activités gymniques, danses du monde, sports d'extérieur, traditions locales...

L'après-midi sera consacré à des excursions culturelles et touristiques dans la superbe région de la Toscane.

Le soir, les différents groupes présenteront leurs spectacles, d'une durée **de 6 minutes**. Chaque groupe aura l'occasion de se produire deux fois dans la semaine.

Un moment phare du festival est le Golden Age Gala Show, qui se déroule le cinquième soir de la semaine et présente les meilleurs spectacles des différentes fédérations, choisis par l'UEG. Evelyne Frugier prépare avec les référents régionaux seniors une chorégraphie adaptée au public qui permettra à tous les participants français de prendre part au GALA.

Enfin, la cérémonie de clôture est consacrée à la présentation des productions construites à partir du travail des ateliers de la semaine.



## INFORMATIONS GENERALES

Montecatini Terme est une commune de la province de Pistoia de 21 374 habitants située au nord de l'Italie dans la région de la Toscane. Véritable terre de culture, d'histoire, d'art nouveau, de bien être et de bien vivre : invitation au dépaysement !!!

### Comment se rendre à Montecatini Terme ?

#### Par avion :

- ✓ Aéroport international de Florence «Amerigo Vespucci », situé à 35 km,
- ✓ Aéroport international de Pise « Galileo Galilei », situé à 45 km.

Le transfert depuis ces aéroports seront organisés (les tarifs vous seront communiqués ultérieurement).

#### Par train : (<http://www.trenitalia.com>)

- ✓ Ligne Firenze – Lucca – Viareggio : gare de Montecatini Terme centre.

#### Par la route :

- ✓ Autoroute A11 Firenze – Mare, sortie Montecatini Terme.





## Le programme prévisionnel

### **Dimanche 30 septembre**

- \* *Matinée* : Arrivée des délégations
- \* *Après-midi* : Parade
- \* *Soirée* : Cérémonie d'ouverture

### **Lundi 1<sup>er</sup> octobre / Mardi 2 octobre / Mercredi 3 octobre**

- \* *Matinée* : Ateliers
- \* *Après midi* : Activités touristiques et culturelles
- \* *Soirée* : Présentations des spectacles de groupe

### **Jeudi 4 octobre**

- \* *Matinée* : Ateliers
- \* *Après midi* : Préparation du Gala
- \* *Soirée* : Gala Golden Age

### **Vendredi 5 octobre**

- \* *Matinée* : Ateliers
- \* *Après midi* : Préparation de la Cérémonie de clôture
- \* *Soirée* : Cérémonie de Clôture – Soirée de clôture

Chaque groupe aura une journée de libre afin de pouvoir visiter la région de la Toscane.

## Les workshops

Des ateliers seront proposés aux participants afin de leur permettre de découvrir de nouvelles activités.

Les groupes ont la possibilité de choisir jusqu'à 6 ateliers, par ordre de préférence. Le Col garanti que chaque groupe se verra proposé au moins 2 workshops parmi ceux qu'il aura choisis.

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| - Gymnastique                                    | - randonnée et marche nordique |
| - Gymnastique Rythmique                          | - Vélo                         |
| - Activité physique avec des objets du quotidien | - Danse africaine              |
| - Gymnastique – Pilates                          | - Zumba (fitness)              |
| - Marche   | - Danses traditionnelles       |
| - Gymnastique douce sur ballon                   | - Danses de salon              |
| - Acrobaties                                     | - Yoga                         |
| - Aquagym  | - Tai Chi                      |
| - Hydrothérapie                                  | - Qi Gong                      |
|  | - Créativité                   |



Pour chaque atelier, des niveaux de pratique adaptés aux participants seront proposés.

## Les excursions

À partir de 16 euros par excursion et par personne:

½ journée à Montecatini Terme & Montecatini Alto
½ journée à Pistoia
Journée à Pistoia & Prato
½ journée & journée complète à Florence
½ journée à Pise
½ journée à Lucca
Journée à Pise & Lucca
Journée à Siena & San Gimignano
Journée à Chianti
Journée à 5 Terre
Journée à Assisi et Perugia
Journée à Vérone
Journée à Venise
Journée à Rome

Les tarifs seront communiqués ultérieurement :

Umbria - 3 jours
Vérone et Venise - 3 jours
Rome - 3 jours
Campania - 4 jours
5 jours dans le nord de l'Italie
5 jours dans le sud de l'Italie

## La FFG à Montecatini

Un groupe de travail sera présent à Montecatini, il sera composé :

- D'un chef de délégation qui est le seul habilité à communiquer sur place avec le COL et l'UEG et fera le lien entre les participants et ces instances ;
- D'un médecin fédéral pour répondre aux besoins médicaux des participants ;
- De techniciens chargés d'aider et conseiller les groupes.

## Conditions de participation

- Clubs affiliés à la FFG.
- Le groupe devra être composé d'au moins 6 gymnastes actifs, licenciés à la FFG et âgés d'au moins 50 ans.
- Chaque association assurera l'encadrement de son groupe.



## Coût de participation et d'hébergement

- Carte de participant sans hébergement \*: 85 €
  - Carte de participation plus hébergement\*\* : 280 € (cf tableau des hébergements page 6)
  - Les droits d'engagement : 30 €
  - La tenue officielle FFG : 100 €\*\*\*
- (un coupe vent, un survêtement, deux t-shirts, une casquette, un sac – identique à celle de Portimao en 2010).

Le transport France- Montecatini Terme est à prévoir par le club et reste à sa charge.

\* La carte de participant permet d'accéder aux activités du programme officiel.

\*\* Hébergement en hôtel 3 étoiles en chambre de 2 à 3 personnes, petit déjeuner inclus, sous réserve des places disponibles proposées par le Comité d'Organisation Local

\*\*\* Les participants qui ont déjà la tenue (Portimao 2010) peuvent bien sur l'utiliser

## Planning des inscriptions

(Sous réserve de modification du Comité d'Organisation)

### **16 janvier 2012 :**

- ✓ Date limite d'envoi de l'inscription provisoire et versement de 25% de la carte de participant, soit 21,25 € par personne.
- ✓ Réservation des hôtels et versement de 10% de l'hébergement et des repas, par personne.

### **15 mai 2012 :**

- ✓ Réservation définitive des hôtels et versement de 60% de l'hébergement et des repas, par personne.

### **15 juin 2012 :**

- ✓ Date limite d'envoi de l'inscription définitive accompagnée du règlement du solde du coût total de participation.
- ✓ Versement des 30% restants de l'hébergement et des repas, par personne.

Les inscriptions sont à faire auprès de la Fédération Française de Gymnastique.



## Conditions financières

Les modalités de remboursement en cas d'annulation de la participation d'une personne ou du groupe dans sa totalité sont les suivantes :

- ✓ Jusqu'au 15 mai 2012 : remboursement total des frais engagés,
- ✓ Jusqu'au 15 juin 2012 : remboursement de 50% des frais engagés,
- ✓ Après le 13 juillet 2012 : aucun remboursement ne sera accordé.

## Informations

### **Renseignements techniques :**

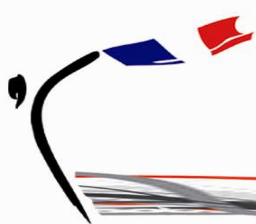
Thierry Gauvin (Tél : 06.82.68.37.13 – [gauvin.ffgym@club-internet.fr](mailto:gauvin.ffgym@club-internet.fr))

### **Renseignements administratifs :**

Jennifer Derval (Tél : 01.48.01.24.24 – [jennifer.derval@ffgym.fr](mailto:jennifer.derval@ffgym.fr))

### **Site internet :**

- Fédération Française de Gymnastique : [Cliquez ici](#)



## Pour information

### Hébergement (6 nuits)

Cat	Nombre de personne/ chambres	Nuit + PD	Repas sup	Nuit sup	Carte de participant	Cat	Nombre de personne/ chambres	Nuit + PD	Repas sup	Nuit sup
3* économique	1	289€	7 €	34 €	85 € (déjà inclus dans le coût de l'hébergement)	4*	1	469 €	9 €	64 €
	1 lit double	349€		44 €			1 lit double	553 €		78 €
	2	253€		56 €			2	397 €		104 €
	3	241 €		78 €			3	373 €		144 €
	4	241 €		104 €			4	373 €		192 €
3*	1	322€	7 €	39,50 €		4* supérieur	1	607 €	12 €	87 €
	1 lit double	376€		48,50 €			1 lit double	721 €		106 €
	2	280€		65 €			2	502 €		139 €
	3	265€		90 €			3	466 €		190 €
	4	265 €		120 €		5*	1	721 €	29 €	106 €
3* supérieur	1	379 €	8 €	49 €			1 lit double	787 €		117 €
	1 lit double	457€		62 €	2		661 €	192 €		
	2	340 €		85 €	3		565 €	240 €		
	3	319 €		117 €						
4	319 €	156 €								