



En Lien avec vous...

Version web

La lettre d'information mensuelle du
Comité Régional FSCF
Bourgogne - Franche-Comté.



Septembre 2026

Articles d'actualité issus du
site internet

www.fscf-bfc.fr

comite-regional@fscf-bfc.fr

www.facebook.com/fscfcomiteregionalbfc/



Atoutform'
PROGRAMME SANTÉ

Sommaire

AF1 3

LA FLECHE ROSE 3eme édition 5

Stage animateurs 6

Fête du sport 7

Trophée du jeune dirigeant FSCF 2026 8

Une grande tristesse 9

 Sobriété numérique : quels enjeux et solutions pour les assos ? 10

Connaissez vous l'annuaire dans ALTO ? 11

Créer un article avec ALTO 13

Créer un article avec ALTO 14

Formation 4° - Séquence 1 15

1er tour des Coupes nationales - GF 17

AF1

AF1

Tir à l'arc

Par CTR - Tir à l'arc



du 07 au 22 nov. 2026



Pont de Roide - Héricourt



Public

- Personnes souhaitant passer le Brevet d'animateur Fédéral FSCF dans le but final d'animer une section de tir à l'arc.
- Avoir 16 ans minimum
- 1 an de pratique de tir à l'arc

Dates

- 1er WE - 6 et 7 novembre 2026
- 2° WE - 21 et 22 novembre 2026

Le Comité Régional Bourgogne - Franche-Comté organise un stage d'animateur fédéral 1er niveau de Tir à l'arc

Objectif du stage

Pouvoir animer un groupe et l'initier à l'activité en toute sécurité.

Prix du stage

160 euros (Hébergement non compris)

A SAVOIR

Les consignes matérielles seront adressées aux stagiaires après inscription.

Les inscriptions sont ouvertes. Elles se font obligatoirement par l'intermédiaire de l'application ADAGIO de la FSCF

Les stagiaires mineurs devront être accompagnés des responsables légaux durant les périodes endehors du stage (soirée après 17 h 30.

Les contenus du stage

Accueil et communication

- Accueil général, présentation des stagiaires et moments de convivialité.
- Accueil des adhérents et des tiers.
- Renseigner les archers et les accompagnants.
- Transmettre une consigne.

Pédagogie

- Utiliser les supports pédagogiques et les outils d'élaboration d'une séquence.
- Proposer et animer des jeux.

Sécurité et incidents

- Appliquer les règles de sécurité individuelles et collectives.
- Agir en cas d'incident de matériel.
- Agir en cas d'accident.

Matériel et technique

- Choisir et adapter le matériel à l'archer.
- Faire les réglages de base des arcs.
- Entretenir le matériel (arc, flèches, cordes).
- Observer les archers et tirer sur cible.

En lien avec vous : Septembre 2026

- Expliquer la terminologie du tir à l'arc.
- Expliquer la séquence de tir et les gestes associés.
- Construire un temps d'échauffement et une fin de séance (étirements).

Suivi

- Débriefing de fin de week-end.
- Bilan de formation individuel et débrief avec le stagiaire.

Dates d'inscription et horaires

Début des inscriptions : **10/09/2026**
Fin des inscriptions : **15/10/2026**

Accueil à 9 h les samedis
Fin de journée à 17 h 30
Fin du stage à 16 h 30 le dimanche
22 novembre

Adresses des lieux de stages

1er WE - 6 et 7 novembre 2026

Salle Polyvalente
4 rue des accacias
25150 Pont de Roide

N'oubliez pas de privilégier le covoiturage

2° WE - 21 et 22 novembre 2026

Gymnase du Champs de Foire
Avenue Pierre BEREGOVY
70400 HERICOURT

Nombre de participants

15 stagiaires maximum.
1 par association dans un premier temps

Contact le jour du stage

Jean-François VINOT : **06 11 36 42 33**

Renseignements inscriptions

Jean-Pierre ARNOUD :
06 06 75 63 01
jp.arnoud@fscf-bfc.fr

En lien avec vous : Septembre 2026

LA FLECHE ROSE 3eme édition

La flèche rose 2ème édition



Afin de promouvoir le tir à l'arc et en lien direct avec le mois Octobre Rose, la [Jeanne d'Arc de Seloncourt](#), organise le **dimanche 05 octobre 2026** une rencontre amicale.

Tous les bénéfices issus de cette journée seront intégralement versés à la ligue contre le cancer avec qui nous avons signé un partenariat.

Elle sera cette année accessible aux archères et archers de toute la France

Une buvette sera ouverte.

Un stand de la ligue contre le cancer sera mis en place, ainsi qu'une urne pour faire des dons personnels en direct.

Venez nombreux encourager les archers !

Stage animateurs

Stage animateurs

Gymnastique féminine

Par CTR - Gymnastique féminine

 18 oct. 2026

 Dole

 Fichier



COMITÉ RÉGIONAL
BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ

Organisateur :

Comité Régional FSCF - Bourgogne Franche-Comté

Dates et horaires :

- **Date : 18 octobre 2026**
- **Horaires :**
 - Accueil : 8 h 30
 - Début : 9 h
 - Fin : 17 h

Prix du stage :

35 €

Date limite d'inscription et de paiement :

09/10/2026

Nombre de participants :

Mini : 18
Maxi : 25

Public :

La formation s'adresse à tout animateur de gymnastique féminine en situation d'animation ayant déjà effectué une formation de base.

Pré-requis ou conditions d'inscriptions :

- Être Licencié
- Age : Avoir 18 ans dans la saison
- Animateurs-trices encadrant au minimum des 4°

Programme du stage :

C'est un stage d'approfondissement :

- Travail selon les demandes des stagiaires
- [Lien vers formulaire](#)

Hébergement - Repas :

Repas tiré du sac

À amener :

- Equipement de sport
- Gourde
- En-cas
- de quoi prendre des notes

Lieu et adresse :

Salle spécialisée « Josette TOURNIER
Rue Alsace Lorraine - Dole

N'oubliez pas de privilégier le covoiturage

Contact le jour du stage

LOUIS Cyrielle - 06 74 16 82 50

À savoir :

[Les conditions d'inscriptions et de paiement](#)
[Comment inscrire un licencié depuis votre espace](#)

Pour tous renseignements :

Jean-Pierre ARNOUD :
06 06 75 63 01
jp.arnoud@fscf-bfc.fr

Inscriptions

Accès aux inscriptions prochainement

Fête du sport



FÊTE DU SPORT BOUGEZ PENDANT VOTRE PAUSE !

Et si, le temps d'une pause déjeuner, vous preniez **30 minutes pour vous** ?

Dans le cadre de la **Fête du Sport**, le CROS Bourgogne-Franche-Comté et le CDOS 21 vous proposent une **PAUSE ACTIVE** en visioconférence, accessible à toutes et tous.

 **Lundi 14 septembre**
 **12h30 – 13h00**
 **En visioconférence**

[Lien de connexion](#)

Au programme

- **5 min – Pourquoi bouger ?**
Un rappel simple sur les bienfaits de l'activité physique, l'importance de lutter contre la sédentarité et l'intérêt de mettre davantage de mouvement dans sa journée, notamment au travail.
- **15 min – Une pause active**
Avec **Laure Vayer, éducatrice sportive**, profitez d'un moment de mise en mouvement avec des exercices simples, accessibles et adaptés à une pratique au quotidien.
- **5 min – Échanges**
Un temps pour poser vos questions et découvrir des solutions concrètes pour intégrer davantage d'activité physique et de mouvement dans votre journée.

Un moment pour vous

Pas besoin d'être sportif, de disposer de matériel ou de changer de tenue.
Depuis **votre bureau ou votre domicile**, accordez-vous simplement 30 minutes pour bouger, relâcher les tensions, prendre soin de votre santé et repartir avec un peu plus d'énergie.

N'hésitez pas à partager cette invitation avec vos collègues, vos partenaires, vos clubs et votre entourage.

30 minutes. Une pause. Un peu de mouvement. Et surtout, un moment pour vous.

Un événement proposé par le Comité Départemental Olympique et Sportif de Côte d'Or et le Comité Régional Olympique et Sportif Bourgogne-Franche-Comté

Trophée du jeune dirigeant FSCF 2026

TROPHEE DU JEUNE DIRIGEANT FSCF 2026

La Fédération Sportive et Culturelle de France lance l'édition 2026 du Trophée du jeune dirigeant, une initiative portée par **les Amis de la Fédération** avec le soutien du **Crédit Mutuel**.

Ce trophée met à l'honneur les jeunes bénévoles qui s'investissent au sein des associations affiliées à la FSCF et qui prennent des responsabilités dans les domaines du sport, de la culture et de l'éducation populaire.

À travers cette distinction, la FSCF souhaite valoriser celles et ceux qui contribuent au dynamisme de la vie associative, au développement du réseau fédéral et à la transmission des valeurs qui font sa richesse.

Le lauréat se verra remettre **un lot d'une valeur maximale de 500 €** et sera invité au congrès fédéral de la FSCF pour recevoir son prix. Les cinq autres finalistes recevront chacun **un lot d'une valeur de 100 €**, grâce au soutien du Crédit Mutuel, partenaire de l'opération.

[Suite de l'article sur le site fédéral](#)

Une grande tristesse

Grande tristesse

C'est avec une immense tristesse que nous avons appris le décès de Jean-Luc PIERARD ROUZÉ notre trésorier adjoint.

Les mots sont très difficiles à trouver, Jean-Luc était un bénévole très engagé, toujours de bons conseils.

Son absence va laisser un grand vide au Comité Régional et dans les différentes associations dans lesquelles il était engagé.

Toutes nos pensées vont à son épouse et à sa famille.

Les obsèques de Jean-Luc se feront mercredi prochain, dans l'intimité familiale seulement. Ni don, ni fleurs.

Comme beaucoup l'ont déjà témoigné, son souvenir sera présent longtemps dans nos cœurs et dans nos futurs travaux.

Nous ne manquerons pas de lui rendre hommage à l'AG du CD et du CR.





Sobriété numérique : quels enjeux et solutions pour les assos ?

Sobriété numérique: quels enjeux et solutions pour les associations pour les enjeux, outils et bonnes pratiques pour passer à l'action

le numérique est aujourd'hui au coeur de la vie associative: communication, gestion des adhérents, travail collaboratif, événement en ligne...

derrière ces usages se cachent aussi des impacts environnementaux
il existe des actions accessibles pour adopter des pratiques plus responsables tout en conservant des outils au service de vos projets.

Nous vous invitons à un webinaire le

jeudi 8 octobre 2026 de 12h15 à 13h15 en visio conférence

Au cours de ce temps d'échange, nous vous proposons de :



Comprendre les principaux enjeux environnementaux liés au numérique



Identifier les leviers d'action adaptés au monde associatif



Découvrir des outils et ressources utiles pour évaluer et réduire votre impact



Repartir avec des bonnes pratiques concrètes à mettre en œuvre au quotidien



Un temps d'échanges permettra de répondre à vos questions.

Que vous soyez bénévole, salarié-e, dirigeant-e ou simplement intéressé-e par ces sujets, vous êtes bienvenu-es !

P.S. N'hésitez pas à partager cette invitation à vos collègues, bénévoles et partenaires associatifs qui souhaitent agir pour un numérique plus responsable 🌍💻

inscription [ICI](#)

Connaissez vous l'annuaire dans ALTO ?

Connaissez vous l'annuaire dans ALTO ?

Pourquoi un annuaire à jour dès le début de saison ?



[Utiliser l'annuaire](#)

L'annuaire de la FSCF en Bourgogne-Franche-Comté n'est pas un simple répertoire de coordonnées : c'est le reflet, à un instant donné, de l'organisation réelle de notre organisation. Sa fiabilité ne dépend pas de l'application, mais de la rigueur avec laquelle chaque structure déclare ses responsables dans ALTO. Or ces informations se figent très vite : passé les premières semaines de la saison, peu de personnes ne reviennent spontanément sur une fiche pour la corriger.

Plusieurs périodes sont propices à ses actualisations :

Chaque année, les affiliations, la déclaration des responsables d'associations et des correspondants d'activités se mettent à jour dans ADAGIO.

- Après les assemblées générales et les modifications éventuelles dans ADAGIO
- Tous les 4 ans, les conseils d'administrations des comités et les commissions (décalage d'un an) sont renouvelés.

Saisir ces changements immédiatement, évite de traîner toute l'année des données périmées. Cela est d'autant plus simple que les saisies dans ADAGIO sont actualisées 4 fois par semaine dans ALTO qui reprend les responsabilités déclarées dans les structures :

- A minima les présidents, secrétaires, trésoriers
- Les correspondants d'activité

Les responsabilités spécifiques aux comités (référénts du CA auprès des commissions techniques, commissions techniques...) sont créées dans ALTO (En général tous les 4 ans)

m ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit

Ce que coûte un annuaire négligé

À l'inverse, des données obsolètes produisent des effets en chaîne :

- messages envoyés à des adresses abandonnées,
- dirigeants qui apprennent tardivement une échéance,
- sollicitations adressées à des personnes ayant quitté leurs fonctions,

Ce qu'un annuaire à jour rend possible

- **Une circulation fiable de l'information.** Convocations, notes techniques, échéances de licences et informations de formation atteignent la bonne personne du premier coup, sans transiter par un ancien responsable qui n'est plus en fonction.
- **Une entraide immédiate entre associations.** Un club qui cherche un juge, un partenaire de rencontre ou un conseil sur une discipline identifie en quelques clics son interlocuteur dans une structure voisine.
- **Un gain de temps pour les comités et les commissions.** L'export Excel remplace la reconstitution manuelle de listes de diffusion, opération chronophage et source d'erreurs (Importation des données dans les applications de messagerie).
- **Une continuité en cas de changement.** Départ, indisponibilité, passation : une fiche à jour permet de retrouver aussitôt le suppléant ou le nouveau titulaire.
- **Une image de sérieux.** Un annuaire exact témoigne d'une gouvernance structurée, ce qui compte vis-à-vis des partenaires institutionnels comme des adhérents.

Le réflexe à installer

Dès la rentrée, chaque association :

- S'affilie le plus rapidement possible et met à jour ses responsabilités dans ADAGIO.
- Crée éventuellement dans ALTO des responsabilités qui ne sont pas prises en compte par ADAGIO.

En lien avec vous : Septembre 2026

- listes de contacts recomposées à la main dans l'urgence.

Le coût n'est jamais spectaculaire, mais il est permanent et supporté par l'ensemble du réseau.

- Interroge l'annuaire dans ALTO pour contrôler que sa propre fiche apparaît correctement.

Savoir chercher dans l'annuaire, [objet de ce document](#), est aussi le meilleur moyen de repérer ce qui doit être corrigé.

Créer un article avec ALTO

Créer un article avec ALTO

Nous sommes heureux de constater que les associations commencent à insérer des articles dans ALTO (Informations, événements).

Nous avons remarqué que les rédactrices et rédacteurs n'utilisent pas toutes les potentialités du «Composeur» d'ALTO.

Une visioconférence le **28 septembre à 20 h** vous permettra de tester ces fonctionnalités qui peuvent vous simplifier la vie et, finalement, vous faire gagner du temps.

Au programme :

- Rappel sur les différents types d'articles dans ALTO (Informations, événements) et la logique de création
- Utiliser le « composeur » pour mettre en forme les articles
- Tester la mise en forme d'un article pour votre association, commission technique ou comité.



**Visioconférence le lundi 28
septembre à 20 h**

[Rejoindre la visioconférence](#)

Tout au long de la séance, nous vous proposerons de créer un article pour votre association. Pour cela, vous pourrez avoir à portée de main (ou de souris) :

- **Un texte que vous pourrez "copier-coller"**
- **Une ou plusieurs images (affiche, photos...)**
- **Des fichiers (document Word, PDF...)**
- **Éventuellement des liens vers une vidéo «YouTube» par exemple.**

Créer un article avec ALTO

Créer un article avec ALTO

Nous sommes heureux de constater que les associations commencent à insérer des articles dans ALTO (Informations, événements).

Nous avons remarqué que les rédactrices et rédacteurs n'utilisent pas toutes les potentialités du «Composeur» d'ALTO.

Une visioconférence le **1er octobre 2026 à 14 h** vous permettra de tester ces fonctionnalités qui peuvent vous simplifier la vie et, finalement, vous faire gagner du temps.

Au programme :

- Rappel sur les différents types d'articles dans ALTO (Informations, événements) et la logique de création
- Utiliser le « composeur » pour mettre en forme les articles
- Tester la mise en forme d'un article pour votre association, commission technique ou comité.



Visioconférence le 1er octobre à 14 h

[Rejoindre la visioconférence](#)

Tout au long de la séance, nous vous proposerons de créer un article pour votre association. Pour cela, vous pourrez avoir à portée de main (ou de souris) :

- **Un texte que vous pourrez "copier-coller"**
- **Une ou plusieurs images (affiche, photos...)**
- **Des fichiers (document Word, PDF...)**
- **Éventuellement des liens vers une vidéo «YouTube» par exemple.**

Formation 4° - Séquence 1

Formation 4° - Séquence 1

Gymnastique masculine

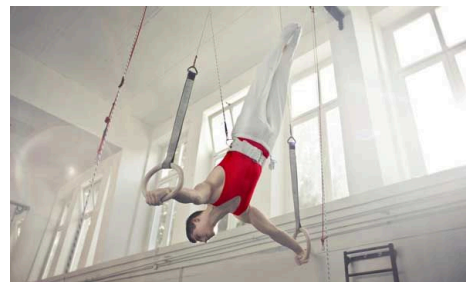
Par CTR - Gymnastique masculine



4 oct. 2026



Salins les Bains (39) - A confirmer



COMITÉ RÉGIONAL

BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ

Organisateur :

Comité Régional FSCF - Bourgogne-Franche-Comté

Dates et horaires :

- **Date** : 04 octobre 2026
- **Horaires** : de 9 h à 17 h

Prix du stage :

35 €

Date limite d'inscription et de paiement :

21 Septembre 2026

Nombre de participants :

Mini : 11
Maxi : 20

Public :

Stage mixte animateurs et Pupilles :

- Aides animateurs (A partir de 14 ans) et animateurs
- Gym pupille (niveau 3 étoiles) - A partir de 9 ans (En section pupille)

Pré-requis ou conditions d'inscriptions :

- Être licencié
- Animer au moins du 4°

Programme du stage :

- Echauffement (préparation physique générale et spécifique)
- Travail des difficultés du 4ème degré pupille sur les 6 agrès (3 agrès par journée)
- Mise en place d'ateliers éducatifs (méthode globale et analytique)
- Travail sur la manipulation/parades des gyms pour les encadrants
- Bilan de la journée

TRÈS IMPORTANT

Il est vivement conseillé de participer aux 2 sessions du 04/10/2026 et 18/10/2026.

Inscriptions séparées pour les 2 stages MAIS AUX MÊMES DATES DE CLÔTURE des inscriptions.

Hébergement - Repas :

Repas tiré du sac

À amener :

- Licence
- Équipement de sport

Lieu et adresse :

A confirmer

N'oubliez pas de privilégier le covoiturage

Contact le jour du stage

LUX Sébastien : 07 69 63 03 69

À savoir :

[Les conditions d'inscriptions et de paiement](#)

[Comment inscrire un licencié depuis votre espace](#)

Pour tous renseignements :

Jean-Pierre ARNOUD :
06 06 75 63 01
jp.arnoud@fscf-bfc.fr

En lien avec vous : Septembre 2026

- Gourde
- de quoi prendre des notes

[Prendre le programme fédéral](#)

1er tour des Coupes nationales - GF

1er tour des Coupes nationales - GF

Gymnastique féminine

Par CTR - Gymnastique féminine



6 déc. 2026



Dole



Fichier



Fédération
Sportive
et Culturelle
de France

COMITÉ RÉGIONAL
BOURGOGNE FRANCHE-COMTÉ

Organisateur

Comité Régional FSCF Bourgogne -
Franche-Comté

Association déléguée à l'organisation :

Union Gymnique Doloise



**A partir de cette
année, les
inscriptions pour
le 1er tour des
coupes
nationales seront
directement sur
ADAGIO.**

Information à venir courant mi-
octobre 2026.

Jury et horaires - après inscriptions
Briefing - à venir

Public concerné :

Catégories :

- Benjamine, Minime, Cadette 2, Cadette 1, Junior, Senior

Horaires et Jury

Communiqués après les inscriptions

Téléchargement

Conditions de repas :

Repas tiré du sac pour les gymnastes et cadres ou Restauration rapide sur place

Possibilité de réserver des repas par les clubs :

- Tarif : 15 €
- Réservation avant le 23 novembre 2025.
- Paiement par :
 - virement bancaire (FR76 1027 8088 3000 0200 9090 113 CCM DOLE TAVAUX)
 - chèque à envoyer à :

Joly Christian 18 rue de Moissesey 21130 AUXONNE en précisant club et le nombre de repas.

Repas avec l'organisateur pour les juges : bien prévenir si repas non pris avec organisation, et si régime spécial (lafamillecomte@aol.com)

Lieu

Salle spécialisée Josette TOURNIER (Mesnils Pasteur) - rue Alsace-Lorraine - DOLE

Inscriptions

Inscription sur ADAGIO directement.

Date limite d'inscription sur ADAGIO : à venir.
Droits d'engagements : 8 € par gymnaste

Contacts

Contacts pour tout renseignement sur la compétition :

ctr.bfc.fscf@gmail.com

Contacts le jour de la compétition

Charline MASSON - 07 82 39 26 13
Laura PAQUIER - 07 70 68 16 19
Maryvonne COMTE - 07 83 18 05 11

Règlement

Règlement - activité gymnastique féminine