

PROJET de
PERFORMANCE
FÉDÉRAL



2017 / 2024

SOMMAIRE

ANALYSE DE LA FEDERATION SUR L'OLYMPIADE 2013-2016.....	3
COMPETITIONS DE REFERENCE 2017 – 2024 ET OBJECTIFS SPORTIFS DE LA FEDERATION.....	8
STRATEGIES FEDERALES DU PROJET DE PERFORMANCE 2017 – 2024.....	12

PROJET DE PERFORMANCE FEDERAL

1. SPORTIFS	16
2. DECLINAISON DES DEUX PROGRAMMES	19
3. CONVENTION PARALYMPIQUE ET/OU PRISE EN COMPTE DES SPORTIFS EN SITUATION DE HANDICAP.....	22
4. PRISE EN COMPTE RENFORCEE DU SPORT DE HAUT NIVEAU FÉMININ	23
5. PRISE EN COMPTE DES SPORTIFS ISSUS DES REGIONS ULTRAMARINES	27
6. DETECTION, IDENTIFICATION ET ACCOMPAGNEMENT	28
7. ENCADREMENT	30
8. PROGRAMMATION ET FINANCEMENT	35
9. EVALUATION.....	39
10. ANNEXES	41

ANALYSE DE L'OLYMPIADE 2013-2016

Classement des Français aux compétitions majeures de Force Athlétique

		Jeux Mondiaux	CM "classiques"	CM "équipés"	CE "classiques"	CE "équipés"
2013	Hommes	1 sélectionné NC	2 sélectionnés 3° / 5°	1 sélectionné 4°	Non organisés	6 sélectionnés 4°/5°/2°/4°/8°/9°
	Femmes	1 sélectionnée 8°	1 sélectionnée 4°	2 sélectionnées NC / 8°		4 sélectionnées 2°/4°/7°/5°
2014	Hommes		4 sélectionnés 2°/7°/6°/4°	4 sélectionnés 5°/6°/NC/4°	Non organisés	4 sélectionnés 6°/7°/5°/4°
	Femmes		2 sélectionnées 4°/5°	2 sélectionnées NC / 8°		1 sélectionnée 4°
2015	Hommes		5 sélectionnés 4°/2°/3°/4°/1°	4 sélectionnés 6°/7°/12°/3°	4 sélectionnés 2°/2°/4°/NC	1 sélectionné 3°
	Femmes		2 sélectionnés 7°/9°	4 sélectionnées 5°/NC/13°/15°	2 sélectionnées 2°/1°	1 sélectionnée 4°
2016	Hommes		4 sélectionnés 7°/7°/3°/5°	2 sélectionnés 4°/2°	6 sélectionnés 2°/6°/3°/4°/6°/3°	4 sélectionnés 3°/4°/2°/NC
	Femmes		1 sélectionnée 4°	1 sélectionnée 6°	4 sélectionnées 3°/5°/5°/6°	1 sélectionnée 3°
podiums hommes		0	6	2	5	4
podiums femmes		0	0	0	3	2
total podiums		0	6	2	8	6



Contextualisation

L'Olympiade 2013-2016 a été marquée par plusieurs événements majeurs dont la scission avec la FFHMFAC, débouchant sur la création d'une nouvelle fédération : la FFForce.

Nous pouvons ajouter à cela l'avènement et la montée en puissance de la pratique compétitive dite « classique », c'est-à-dire sans matériel d'assistance. Ce qui n'était en effet qu'un test en 2012 lors d'une coupe du Monde s'avère de plus en plus être l'avenir de la discipline.

A noter tout de même que les Jeux Mondiaux, qui constituent le point d'orgue de l'olympiade (N+1 par rapport aux JOP), se pratiquent encore en « équipé », ce qui n'est pas sans poser quelques problèmes quant aux choix d'orientations des athlètes ainsi que la mise en place d'une politique de développement et d'accompagnement du haut niveau au sein de la fédération.

Cependant, la France a tout de même fait un choix pour l'avenir et se positionne clairement en faveur de la pratique « classique ». Les performances sportives affichées durant cette olympiade, au-delà des seules médailles, nous permettent de constater que cette nouvelle forme de compétition favorise une plus grande accessibilité et de meilleures performances, notamment chez les féminines.

En résumé, tant que les Jeux Mondiaux se pratiqueront avec du matériel, la Fédération engagera des athlètes susceptibles de s'y qualifier. Dès lors que ces mêmes Jeux Mondiaux passeront en pratique « classique » (2021 ?) cette forme compétitive ne sera plus suivie.

Analyse des résultats

S'il n'est pas une année sans médaille mondiale pour les équipes de France, force est de constater que le niveau d'ensemble reste assez moyen. La France est classée au 15^{ème} rang au niveau des médailles en 2016 et cela n'est pas satisfaisant.

Le niveau international augmente de manière exponentielle (notamment en style classique) alors que le niveau Français le fait de façon trop modeste et trop linéaire.

La jeune génération et le renouvellement de l'élite se fait un peu attendre, ce qui crée des déséquilibres au sein du collectif France Senior. Certes les juniors sont souvent prometteurs, mais le pas à franchir pour performer chez les seniors est souvent trop grand et synonyme de frustration voire de renoncement. Pourquoi ? Il faut savoir que les compétiteurs passent seniors à 23 ans au niveau national et international. C'est un peu la spécificité de ce sport à maturité tardive. La plupart des athlètes sont donc en situation d'emploi ou au mieux scolarisés à ce moment clé de leur carrière. Le volume d'entraînement se retrouve donc fortement impacté par les contraintes extra-sportives. De plus, la fédération n'ayant pas de structure d'entraînement de haut niveau, les entraîneurs des équipes de France ne peuvent donc qu'avoir un suivi à distance des performances et entraînements des membres des collectifs, en dehors des quelques regroupements inscrits au calendrier.

Durant cette olympiade, nous l'avons vu plus haut, de multiples changements sont intervenus, tant des points de vue sportifs, politiques que structurels. Il a été difficile de mettre en place une réelle stratégie vers le haut niveau. Sous l'égide de la FFHMFAC, seul un cadre d'Etat était mis ponctuellement à disposition pour épauler l'équipe des entraîneurs et encadrants bénévoles.

Le pôle France jeune haltérophilie de Chatenay-Malabry a tenté d'ouvrir ses portes aux jeunes « force-athlétistes » de haut niveau, mais sans adhésion de leur part. A leur décharge, les entraîneurs en poste étaient des spécialistes de l'haltérophilie et non de force athlétique.

Depuis 2015 la FFFORCE s'est construite grâce aux bénévoles (dirigeants comme encadrants) et s'est donné comme stratégie de prioriser les championnats d'Europe pour les plus jeunes et les nouveaux venus en équipe senior. Cela pour deux raisons essentielles : les aspects financiers et une adversité plus en adéquation avec le niveau Français. Seuls les plus anciens et plus performants sont donc amenés à participer aux championnats du monde. A compter de 2018, les minimas de sélection vont être légèrement augmentés pour les championnats d'Europe et laissés au même niveau pour les championnats du Monde. L'objectif, à terme, étant d'amener les athlètes à augmenter leur niveau de performance continental pour aller chercher plus de sélections mondiales.

Tableau critique synthétique

Points forts	Une troisième place mondiale par équipe pour les hommes en 2015. Un titre de champion du monde en 2015. Un titre de championne d'Europe en 2015. Trois qualifiés pour les Jeux Mondiaux 2017 (2 hommes, 1 femme). Augmentation significative de la participation et de la représentativité féminine grâce à l'essor de la pratique sans matériel.
Points faibles	Manque de volume d'athlètes performants. Relève ayant du mal à effectuer le passage de junior à senior. Moyens humains insuffisants en termes d'encadrement du haut niveau. Culture de la participation toujours trop prégnante au détriment de la recherche de la performance. Absence de grosses catégories féminines performantes au niveau national.

Classement mondial de la France par équipe mixte au cours de l'olympiade

2013 : 18^{ème}

2014 : 15^{ème}

2015 : 7^{ème}

2016 : 15^{ème}

Précisions

Ce classement mondial ne tient compte que des points marqués par les médaillés. Si nous devons nous situer vis-à-vis des autres nations en termes de densité à très haut niveau, nous serions un peu plus bas dans ce classement.

Il n'en reste pas moins que ce sont également quasiment toujours les mêmes nations qui trustent les podiums et les titres (USA, Russie, Ukraine, Taipei, Biélorussie, Pologne). Les autres nations européennes, telles que la France, ne tirent donc leur épingle du jeu que grâce à deux ou trois marqueurs de points.

Il faut également noter que la France ne possède pas non plus un réservoir énorme de compétiteurs et donc, par extension, d'athlètes à fort potentiel. Pour exemple, le nombre de compétiteurs à l'issue de la saison 2016 était de 2807 toutes tranches d'âges et de sexe confondus.

Enfin, une des particularités non négligeables des athlètes Français, est qu'ils sont souvent trop spécialisés dans un des trois mouvements de compétition. Ils rapportent donc assez souvent des médailles par mouvement mais trop rarement au total.

COMPÉTITIONS DE RÉFÉRENCE 2017–2020 ET OBJECTIFS SPORTIFS DE LA FÉDÉRATION

compétitions de référence seniors hommes					
		2017	2018	2019	2020
COMPÉTITIONS	Jeux Mondiaux 24-26 juillet Varsovie (POL)	CM "classiques" 6-17 juin Calgary (CAN)	CM "classiques" 16-23 juin Helsingborg (SWE)	CM "classiques"	
	CM "classiques" 14-25 juin Minsk (BLR)	CM "équipés" 4-10 novembre Ufa (RUS)	CM "équipés" novembre Minsk (BLR)	CM "équipés"	
	CE "classiques" 12-19 mars Thisted (DEN)	CE "classiques" 25 nov-2 déc. Kaunas (LTU)	CE "classiques" 24 nov-1 déc. Lituanie	CE "classiques" 29 nov-06 déc. Varsovie (POL)	
	CE "équipés" 8-14 mai Malaga (ESP)	CE "équipés" 5-12 mai Pilsen (CZE)	CE "équipés" 05-12 mai Pilsen (CZE)	CE "équipés" 04-12 mai Thisted (DEN)	
OBJECTIFS	JM: 2 finalistes	CM "classiques" 1 podium	CM "classiques" 1 podium	CM "classiques" 1 podium	
	CM "classiques": 1 finaliste	CM "équipés" 2 finalistes	CM "équipés" 2 finalistes	CM "équipés" 2 finalistes	
	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 2 podiums	CE "classiques" 2 podiums	CE "classiques" 2 podiums	
	CE "équipés" 2 podiums	CE "équipés" 1 podium	CE "équipés" 1 podium	CE "équipés" 1 podium	

compétitions de référence seniors femmes					
		2017	2018	2019	2020
COMPÉTITIONS	Jeux Mondiaux 24-26 juillet Varsovie (POL)	CM "classiques" 6-17 juin Calgary (CAN)	CM "classiques" 16-23 juin Helsingborg (SWE)	CM "classiques"	
	CM "classiques" 14-25 juin Minsk (BLR)	CM "équipés" 4-10 novembre Ufa (RUS)	CM "équipés" novembre Minsk (BLR)	CM "équipés"	
	CE "classiques" 12-19 mars Thisted (DEN)	CE "classiques" 25 nov-2 déc. Kaunas (LTU)	CE "classiques" 24 nov-1 déc. Lituanie	CE "classiques" 29 nov-06 déc. Varsovie (POL)	
	CE "équipés" 8-14 mai Malaga (ESP)	CE "équipés" 5-12 mai Pilsen (CZE)	CE "équipés" 05-12 mai Pilsen (CZE)	CE "équipés" 04-12 mai Thisted (DEN)	
OBJECTIFS	JM: 1 finaliste	CM "classiques" 1 podium	CM "classiques" 1 podium	CM "classiques" 1 podium	
	CM "classiques": 1 finaliste				
	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 2 podiums	
	CE "équipés" 1 podium				

COMPÉTITIONS DE RÉFÉRENCE 2021–2024 ET OBJECTIFS SPORTIFS DE LA FÉDÉRATION

compétitions de référence seniors hommes					
		2021	2022	2023	2024
COMPÉTITIONS	Jeux Mondiaux Birmingham (USA)		CM "classiques" juin	CM "classiques" juin	CM "classiques" juin
	CM "classiques" juin				
	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre
OBJECTIFS	JM: 1 finaliste		CM "classiques" 1 podium	CM "classiques" 1 podium	CM "classiques" 2 podiums
	CM "classiques": 1 finaliste				
	CE "classiques" 2 podiums	CE "classiques" 2 podiums	CE "classiques" 2 podiums	CE "classiques" 2 podiums	CE "classiques" 2 podiums

compétitions de référence seniors femmes					
		2021	2022	2023	2024
COMPETITIONS	Jeux Mondiaux Birmingham (USA)		CM "classiques" juin	CM "classiques" juin	CM "classiques" juin
	CM "classiques" juin				
	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre	CE "classiques" novembre
OBJECTIFS	CM "classiques": 1 finaliste	CM "classiques": 1 finaliste	CM "classiques": 1 finaliste	CM "classiques": 1 finaliste	CM "classiques" 1 podium
	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 1 podium	CE "classiques" 2 podiums



STRATEGIES FEDERALES DU PROJET DE PERFORMANCE **2017–2024**

Le Haut-Niveau au sein de la FFFORCE

Si la force athlétique est bien une discipline reconnue de haut niveau par le ministère de la ville, de la jeunesse et des sports, la notion et le concept même de haut niveau ne sont pas encore véritablement ancrés dans les pratiques. Hormis quelques athlètes d'exception qui ont pu, au regard de leurs performances, faire briller les couleurs de la France parmi l'élite, nous ne pouvons pas dire qu'une réelle culture du haut niveau existe.

Cependant, le seul manque de culture du haut niveau au sein de la fédération n'est pas l'unique facteur expliquant le niveau global de la France dans le concert international (en moyenne autour de la 15^{ème} place). Le nombre restreint de compétiteurs doit également être pris en compte. Car sur les 13700 licenciés que comptait la fédération en 2016, seuls 20% pratiquaient l'activité en compétition (toutes disciplines, tranches d'âges, de sexes et niveaux confondus). Considérant cela, le faible volume d'athlètes de haut niveau qui en découle devient alors le frein à la bonne représentativité Française au niveau mondial.

Dans nos clubs évoluent des entraîneurs passionnés (en fortes majorité bénévoles) qui forment des jeunes qui seront notre avenir en matière de haut niveau. C'est donc aujourd'hui qu'il faut tout mettre en œuvre pour accompagner ces acteurs sportifs vers notre but : la recherche de l'excellence.

Culture du haut niveau

Le nombre insuffisant de compétiteurs ne doit pas être un frein et encore moins un motif d'abaissement des exigences d'accès aux collectifs France. Nous devons sans cesse adapter et rehausser nos minimas au regard de la concurrence internationale, et ce dès le plus jeune âge.

L'erreur a trop souvent été de croire que la force athlétique était une discipline à maturité tardive. Il suffit aujourd'hui de regarder les résultats au niveau international pour s'apercevoir que c'est faux. Il est vrai que quelques décennies en arrière, les meilleurs mondiaux avaient passé la trentaine, c'est de moins en moins le cas aujourd'hui.

Aussi, si nous ne voulons pas être trop en retard et prendre le train en marche, il nous appartient d'inverser la tendance trop protectionniste vis-à-vis de nos jeunes talents et de les engager dans une démarche globale tendant vers le haut niveau.

Le niveau de performance international moyen ne cesse de progresser. Aussi il faudra ajuster nos exigences et augmenter progressivement l'intensité d'entraînement des jeunes. Ceci se fera bien évidemment avec le souci de préserver l'intégrité physique des athlètes et leur offrir la possibilité d'être performant sur du long terme.

Ce changement de culture du haut niveau passera inévitablement par des exigences accrues en terme de résultats à atteindre. Nos dispositifs de formation, de suivi, d'encadrement et de valorisation devront donc être eux aussi opérationnels.

Formation des cadres et des athlètes

La formation continue des entraîneurs doit nous amener à rechercher l'innovation, tant sur le point de l'entraînement et sa planification que sur d'autres aspects telles que la récupération et la diététique. Les entraîneurs nationaux et entraîneurs des clubs formateurs seront donc incités à s'engager dans des processus de formation et d'échanges entre pairs.

Les athlètes se verront également proposer un plus grand nombre de stages au cours desquels seront abordés toutes les thématiques liées au sport de haut niveau (diététique, planification de l'entraînement, suivi médical, lutte contre les conduites dopante et le dopage)

Le suivi des athlètes

Tous les athlètes des équipes de France devront pouvoir être suivi régulièrement par les entraîneurs nationaux. Le lien pourra se faire par l'utilisation de tous les outils nécessaires à la communication (mails, téléphone, SMS). Il en ira de même pour les relations entraîneurs de clubs/entraîneurs nationaux. Des échanges réguliers devront être mis en place afin de s'assurer du bon suivi des athlètes, de leur état de forme au regard des objectifs fixés.

Le suivi médical devra lui aussi être une priorité. Chaque déplacement se fera avec au minimum un kinésithérapeute. Lors de chaque stages et regroupements un bilan diététique sera fait avec l'ensemble des athlètes, via un médecin ou un nutritionniste.

L'encadrement fédéral

Les entraîneurs nationaux sont aujourd'hui tous bénévoles. Cela n'empêche pas la qualification et, au-delà de l'expérience et des compétences empiriques, nous exigerons d'eux qu'ils soient diplômés d'Etat. Le BEES 2^{ème} degré HACUMESE (ou équivalent) étant le niveau minimal exigé pour être entraîneur national. Cela n'empêchera pas certains acteurs non titulaires de ces diplômes de participer à l'encadrement, mais à la condition expresse d'être engagés dans un processus de formation fédérale au minimum et, à terme, de formation ayant pour finalité l'obtention d'un diplôme d'Etat.

La valorisation

Au-delà des simples primes à la performance, les aides apportées aux athlètes vont être mieux ciblées. Nous augmenterons pour ce faire les aides de type CIP ou CAE en nombre et en volume au regard de réels doubles projets. Les primes aux podiums du total seront augmentées au détriment des primes par mouvement. Dans un premier temps et afin de ne pas démotiver les athlètes méritants, nous valoriserons également les records de France et records personnels battus lors des événements majeurs. Petit à petit, le niveau d'exigence sera revu à la hausse, incitant alors les athlètes à toujours rechercher l'excellence.

Le collectif au service de l'individu

La force athlétique est un sport individuel, mais le travail sous forme collective reste un facteur indéniable de progression. Les athlètes auront toujours tendance à se surpasser lors d'entraînement collectifs plutôt que lors de séances individuelles. C'est dans cet esprit que la fédération met en place de façon régulière des regroupements du collectif France jeune. De plus, une meilleure connaissance de ses partenaires amène la plupart du temps à une plus grande

cohésion et à une vie de groupe plus conviviale lors des déplacements, donc plus encline à créer un climat propice à la performance.

L'objectif à moyen terme est d'arriver à augmenter le nombre de jours de stages d'une part et, d'autre part, à offrir la possibilité au collectif senior de se regrouper lui aussi plus souvent.

Les stages collectifs sont pour le moment organisés exclusivement au CREPS de Vichy. Avec l'augmentation du nombre de regroupements, il nous appartiendra de trouver d'autres lieux afin de les rendre toujours plus attractifs. De plus, la participation à ces stages deviendra obligatoire, notamment pour les athlètes sous contrat (CIP, CAE) après la sélection. Pour les autres athlètes, seuls les stages terminaux le seront.

Les passerelles interdisciplinaires

La fédération Française de Force bénéficie de la délégation ministérielle pour la Force athlétique, mais aussi pour le développé-couché. Si cette discipline n'est pas reconnue de haut niveau, elle n'en est pas moins une des spécialités issues de la force athlétique. A ce titre, il conviendra de repérer et d'inciter les jeunes athlètes à fort potentiel, spécialisés en développé-couché, à concourir plus souvent sur les 3 mouvements et de les intégrer dans des stages de perfectionnement du collectif jeune. L'idée n'est pas tant de « récupérer » toutes les forces vives de la spécialité, mais bel et bien de renforcer le collectif jeune de la discipline reconnue de haut niveau.



PROJET DE PERFORMANCE FEDERAL

1. LES SPORTIFS

CRITERES DE PERFORMANCES PLANCHER POUR INTEGRER LES LISTES DE SPORTIFS DE HAUT NIVEAU

CRITERES D'ENTREE EN LISTE ELITE

CHAMPIONNATS DU MONDE / JEUX MONDIAUX

Classement	1 à 3
------------	-------

CRITERES D'ENTREE EN LISTE SENIOR

CHAMPIONNATS DU MONDE

Classement	4 à 12
------------	--------

CHAMPIONNATS D'EUROPE

Classement	1 à 4
------------	-------

CRITERES D'ENTREE EN LISTE RELEVE

CHAMPIONNATS DU MONDE JUNIOR

Classement	1 à 8
------------	-------

CHAMPIONNATS D'EUROPE JUNIOR

Classement	1 à 4
------------	-------

CRITERES D'INTEGRATION DE LA LISTE DES « SPORTIFS DES COLLECTIFS NATIONAUX »

Les athlètes pourront intégrer la liste "collectifs nationaux" dès lors qu'ils auront réalisé les minimas de présélection aux championnats d'Europe ou du Monde de leur catégorie d'âge et participés aux stages et regroupements sportifs de préparation. Pourront également prétendre à intégrer cette liste les athlètes sélectionnés pour les championnats d'Europe de l'Ouest.

CRITERES POUR INTEGRER LA LISTE DES « SPORTIFS ESPOIRS »

Les athlètes pouvant être concernés par l'inscription sur la liste "espoir" seront obligatoirement des champion(ne)s de France âgé(es) de 15 à 18 ans, ayant réalisé les minimas Nationaux et participant à leur deuxième finale nationale au minimum.

Le suivi socioprofessionnel des SHN

Les athlètes de haut niveau de la FFFORCE sont pour la grande majorité en situation d'emploi. Seuls quelques-uns d'entre eux sont demandeurs d'aides auprès de la fédération.

Si des CIP sont signées chaque année, elles ne sont pas encore assez nombreuses et leur nombre devrait augmenter au cours des deux prochaines olympiades. En effet, le volume financier pouvant être dégagé par la fédération via la dotation annuelle devrait subir une hausse sensible et donc permettre la prise en charge d'un plus grand nombre d'athlètes. A titre d'exemple, le montant global des aides personnalisées pour 2017 est de 12.000€. Deux CIP ont été signées cette même année et cela ne permet pas de couvrir tous les besoins. Des fonds propres sont donc injectés afin d'honorer les engagements contractuels avec les athlètes au regard des diverses aides et primes annoncées.

Le DTN aura la charge de suivre chaque athlète qui en fera la demande et il s'assurera de la mise en œuvre de toutes les démarches nécessaires à l'accompagnement de chaque SHN.

L'environnement des sportifs

Que ce soit en compétition ou lors de stages, les athlètes sont pris en charge par la fédération et encadrés par les membres de l'équipe fédérale.

La plupart du temps, il est juste demandé aux sportifs de gérer leur préacheminement jusqu'au lieu de rendez-vous (aéroport, gare, CREPS...). Même si la force athlétique est un sport individuel, tous les membres des différents collectifs sont toujours hébergés au même endroit et encadrés par les mêmes entraîneurs nationaux. Le système de coaches personnels n'est pas admis en stage, ni en compétition internationale.

Convention sportif / fédération

Chaque année, une convention sera signée entre les sportifs de haut niveau membres des équipes de France, le Président de la fédération et le DTN. Elle aura pour objet de spécifier les devoirs et obligations de chacun des signataires. Comme le précise le décret n° 2016-1287 du 29 septembre, la convention* déterminera, entre autre, les thématiques suivantes :

- La formation et l'accompagnement socioprofessionnel du sportif ;
- La protection et le suivi médical,
- La pratique compétitive
- L'éthique sportive et le droit à l'image.

*(Voir convention type en annexe)

Critères d'attribution des aides personnalisées

Les aides personnalisées seront attribués aux sportifs de haut-niveau au regard de modalités fixées chaque année par le DTN.

La moitié au moins de la somme allouée par l'état devra être utilisée dans le cadre des CIP ou CAE.

Le montant restant servira au versement d'aides sociales ponctuelles au regard des cas le nécessitant. Une commission d'évaluation composée du Président (ou son représentant), du DTN et des entraîneurs nationaux sera mise en place pour arbitrer et, le cas échéant, attribuer ces aides sociales.

Les primes à la performance seront quant à elles attribuées au regard de résultats attendues et identifiées à chaque début de saison. Le DTN et les entraîneurs nationaux fixeront chaque année les objectifs et tiendront informés les sportifs de haut niveau lors de la signature d'une convention tripartite.

Enfin, une attention sera portée sur le remboursement de certains frais médicaux ne pouvant être pris en charge à 100% par la sécurité sociale et/ou la mutuelle des sportifs.



2. DECLINAISON DES DEUX PROGRAMMES

La pratique sportive à haut niveau est extrêmement liée à la pratique de masse. Sans faire de « Coubertinisme » à outrance, force est de constater que la densité des pratiquants permet en grande partie de dégager une élite. C'est bien là le premier problème qu'aura à résoudre la FFFORCE durant les deux olympiades à venir : augmenter et fidéliser le nombre de jeunes pratiquants compétiteurs.

Pour ce faire, une réflexion doit être abordée sur les moyens existants et ceux à mettre en œuvre pour parvenir aux résultats escomptés.

Le programme d'accession au haut niveau

Nos jeunes pratiquants sont tous issus de clubs autant divers que variés. Que ce soit en terme d'encadrement, que de qualité structurelle ou matérielle.

Si les formats de compétitions proposés aux plus jeunes (filles ou garçons) sont identiques d'un territoire à l'autre, il n'en va pas de même en ce qui concerne les modalités d'accueil et la qualité des services proposés au sein des clubs.

C'est pour cela que la fédération va mettre en place de nouveaux outils permettant une meilleure harmonisation structurelle.

Un label « club formateur » va être instauré avec un cahier des charges bien précis.

Cette labellisation s'appuiera sur 4 axes majeurs :

- La vie associative,
- L'encadrement,
- Les équipements,
- Les activités sportives.

Au-delà des structures clubs, il conviendra de renforcer l'efficacité des ligues régionales en matière d'encadrement et d'accompagnement des jeunes sportif(ve)s à fort potentiel ou déjà inscrits en liste « SE ».

Cela passera dans un premier temps par la création ou le renforcement d'Equipes Techniques Régionales (ETR) de qualité. Ces ETR devront mettre en place des actions de formation en direction des encadrants, mais aussi organiser régulièrement des stages et regroupements sportifs sur leurs territoires.

Enfin, les sportif(ve)s inscrits en liste « SE » ou « SCN » sont également soumis à l'obligation du SMR, il conviendra donc de mettre en place un suivi au niveau local. Pour ce faire, les présidents de ligues seront fortement incités à se mettre en relation avec le médecin régional de leur DRDJSCS d'appartenance et mettre en œuvre un suivi via un plateau technique ou un réseau médical approprié.

La liste des examens à opérer contiendra au minimum :

- Un ECG au repos,
- Un examen clinique avec interrogatoire et examen physique,
- Un bilan diététique.

Le financement de cette action se fera via la Ligue concernée par une demande spécifique au CNDS et/ou grâce à l'utilisation d'une partie de leurs fonds propres.

Le programme d'excellence sportive

Tous les médaillés internationaux de la FFFORCE, ont été formés exclusivement en club. Aucun d'entre eux (elles) ne s'entraîne ou est passé par une structure (CREPS, Pôles France...). Ceci s'explique par le fait qu'aucun pôle dédié n'avait jusqu'alors été ouvert pour la Force Athlétique (hormis la tentative d'intégration manquée de jeunes « force-athlétistes » au sein d'un pôle France Jeune haltérophilie à Chatenay-Malabry sous la FFHMFAC).

La fédération met actuellement en place des regroupements ponctuels des équipes de France au CREPS de Vichy. Cependant, si une convention a été signée pour l'année 2017 avec cet établissement, une réflexion est portée sur un changement de lieu. Non pas que la qualité de la structure soit mise en cause, mais parce que la localisation géographique et l'accessibilité ne sont pas optimales.

L'objectif à terme et donc de contractualiser avec un établissement du réseau « Grand INSEP », afin de mettre en place un centre d'entraînement et de formation national (non permanent dans un premier temps).

Les stages équipes de France ainsi que les formations fédérales de niveau 2 et 3 pourront alors être mis en place dans un lieu récurrent et clairement identifié.

En parallèle à cette démarche, et à l'image des clubs labellisés « formateurs », un label « club élite » va être mis en place. Il permettra d'identifier les structures pourvoyeuses de champions et de les mettre à l'honneur. Le cahier des charges sera identique au premier label, mais prendra également en compte le nombre d'athlètes de haut-niveau, ainsi que le niveau de formation et d'expertise des entraîneurs.

Par cette reconnaissance fédérale attribuée pour deux ans, tous les acteurs du haut niveau se trouveront impliqués dans une démarche permanente de recherche de l'excellence.

Pour le moment, notre cartographie des clubs de haut niveau est trop sommaire. Les clubs formant notre élite sont à peu près tous connus, mais un répertoire plus précis doit être mis en place. Au-delà de la simple répartition géographique, nous devons mieux identifier les modes de fonctionnement internes amenant à ces résultats. L'objectif sous-jacent est d'arriver à modéliser le club de haut niveau « type », ce qui nous permettra, à terme, d'harmoniser nos procédures et attentes en la matière.

En ce qui concerne l'encadrement des sportifs membres des équipes de France, les entraîneurs nationaux auront la charge de planifier et d'encadrer les stages, mais aussi d'établir un suivi régulier avec les athlètes et leurs entraîneurs respectifs. L'entraîneur national référent sera expressément nommé dans la convention annuelle signée par chaque athlète. Ce type de collaboration devra être optimale dans le cadre d'une démarche de planification et de suivi d'entraînements de haut niveau visant l'excellence.

Le DTN s'assurera, en parallèle aux aspects purement techniques, que l'ensemble des athlètes listés bénéficie de conditions d'entraînement optimisées. Cela tiendra évidemment compte de la structure club, mais aussi des aspects socio-professionnels. Le cas échéant il mettra tout en œuvre pour permettre aux athlètes d'évoluer dans les meilleures conditions afin de se préparer au mieux aux compétitions de référence.

Au niveau médical et, au-delà du SMR qui sera suivi et validé par le médecin fédéral, tous les athlètes inscrits sur les listes de sportifs de haut niveau devront être informés et formés sur la thématique du dopage. Pour ce faire la fédération s'appuiera sur l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD) qui propose un portail informant les sportifs sur :

- Les règles de la lutte antidopage,
- Leur obligation de se localiser,
- Les démarches pour les Autorisations à Usage Thérapeutique (AUT),
- La listes des produits et méthodes interdites.

L'Agence Mondiale Antidopage (AMA) propose quant à elle un programme d'apprentissage sur la santé et l'antidopage nommé « ALPHA ». Cette formation se compose de huit modules interactifs à laquelle les sportifs devront s'inscrire et participer.

3. CONVENTION PARALYMPIQUE ET/OU PRISE EN COMPTE DES SPORTIFS EN SITUATION DE HANDICAP.

Il n'existe encore, à ce jour, aucune convention de partenariat entre la FFFORCE et la FFH et/ou la FFSA.

L'Etat a reconnu la discipline du développé-couché et en a donné la délégation à la FFFORCE au même titre que la Force Athlétique le 31 décembre 2016.

Pour information, la discipline du Développé-Couché handisport (plus communément appelée « Haltérophilie » Handisport) est plus apparentée au « Bench-Press » au niveau national et international qu'à l'Haltérophilie.

Fort de ce constat un rapprochement entre la FFH et la FFFORCE est en cours et devrait théoriquement déboucher très prochainement sur la signature d'une convention liant nos deux fédérations.



En terme de structuration interne à la FFFORCE, il est à noter qu'un cadre intervenant dans nos formations fédérales 1^{er} et 2^{ème} degré est titulaire d'un certificat de spécialisation « accompagnement et intégration de personnes en situation de handicap ».

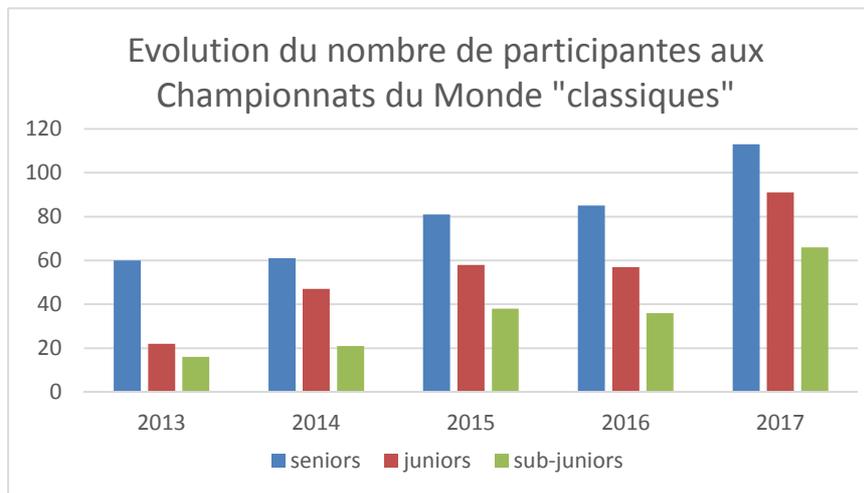
Aussi, dans la perspective de l'inclusion d'un public en situation de handicap au sein de nos activités, ainsi que pour inclure la prise en compte de ce public spécifique dans nos formations, ce futur référent « sport et handicap » va suivre le parcours de formation fédérale FFH.

Dans tous les cas et quand que soit signée une convention, la fédération va tout mettre en œuvre pour co-organiser un championnat de France incluant sportifs valides et sportifs en situation de handicap.

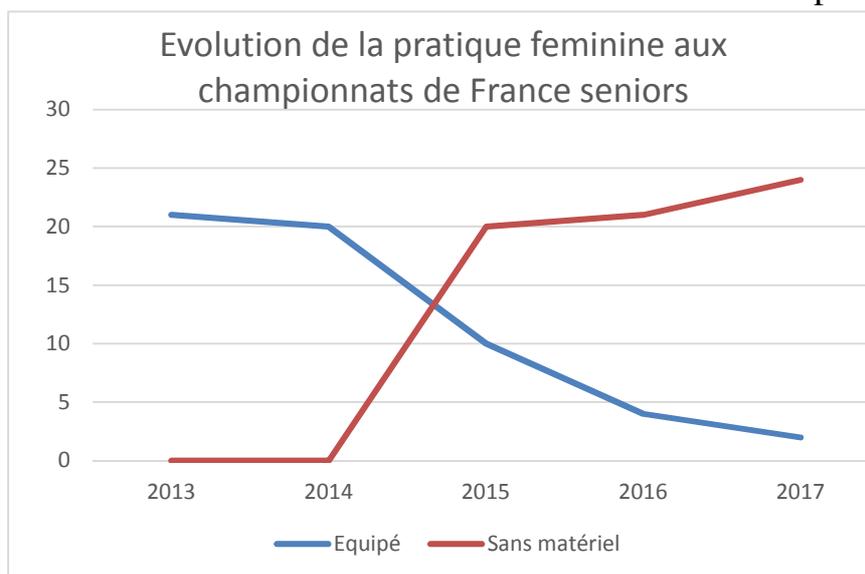
4. PRISE EN COMPTE RENFORCÉE DU SPORT DE HAUT NIVEAU FÉMININ

La force athlétique a subi une grande révolution en 2013, quand la pratique en compétition a été également proposée sans matériel d'assistance au niveau international. C'est à partir de cette période que la pratique féminine s'est le plus développée. En effet, les contraintes matérielles, la gêne et les douleurs occasionnées par le port de combinaisons, maillots et bandes de genoux spécifiques était un véritable frein pour beaucoup de féminines.

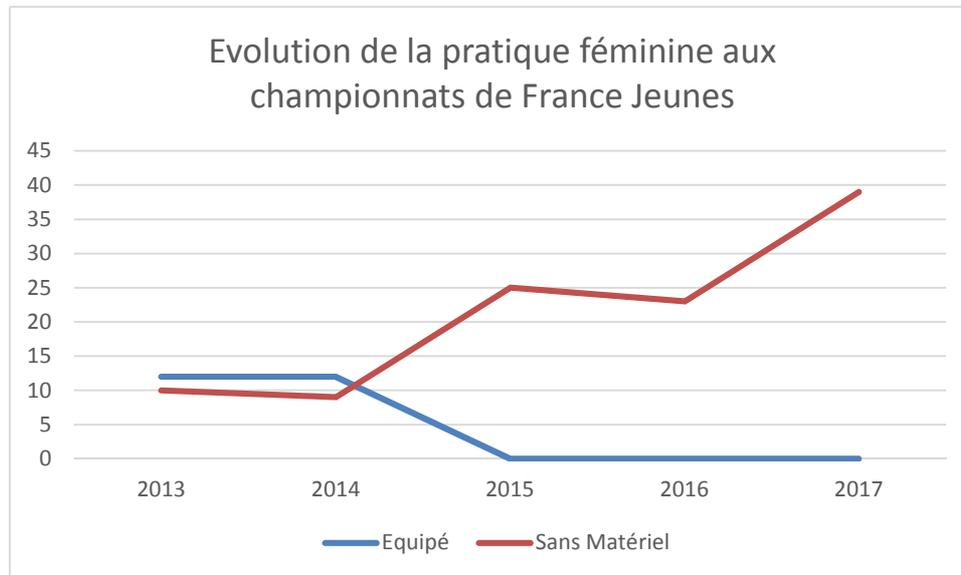
Aujourd'hui, la force athlétique de style « classique » est véritablement accessible à toutes et le nombre de participantes aux championnats ne cesse de croître.



En France le style « classique » a réellement pris le dessus chez les hommes comme les femmes à partir de 2015, date des premiers championnats nationaux organisés sous cette forme. Ci-dessous le nombre de finalistes depuis 2013.



Chez les jeunes (hommes et femmes), la pratique équipée est désormais interdite au niveau national depuis 2015. Pourtant ici aussi, et avec seulement 3 années de recul, nous pouvons constater une réelle évolution du nombre global de pratiquantes sur le territoire et cela commence à se ressentir sur le nombre de qualifiées aux championnats de France.



Quelles orientations et quels objectifs pour la pratique féminine ?

S'il n'y a pas de spécificité particulière à la pratique de la force athlétique pour les femmes par rapport aux hommes, l'image même de ce sport est galvaudée par de nombreux stéréotypes. C'est en premier lieu contre les idées reçues qu'il va falloir orienter notre communication. Non la force athlétique n'est pas réservée aux hommes ! Non la force athlétique n'altère pas la féminité ! Non la force athlétique ne développe pas à outrance la musculature... Les préjugés sont nombreux, comme dans beaucoup d'autres sports énergétiques ou de combats malheureusement.

Afin de lutter contre ces images négatives, l'organisation même de nos compétitions doit évoluer. Pour ce faire la fédération mettra en avant nos pratiquantes en programmant les finales nationales à des horaires différents. Il s'agira de mieux répartir les plateaux avec une réelle alternance de passage hommes/femmes. Les périodes d'affluence du public ne doivent pas être systématiquement occupées par les finales masculines. De plus, une réglementation sportive spécifique est



mise en place pour les pratiquantes. Les féminines peuvent participer à toutes les compétitions du calendrier sans exigence de niveau jusqu'aux championnats de France.

En matière de haut niveau féminin, la fédération va construire un collectif France plus étoffé, et permettre l'accès à des compétitions internationales au plus grand nombre d'athlètes. Sans pour autant tomber dans les travers de la culture de la participation, il s'agit juste d'ouvrir un peu plus les conditions d'accès au collectif afin de créer un engouement via une large représentativité et mise en avant de nos meilleures athlètes. Si nos meilleures athlètes ont obtenu des podiums européens ces dernières années, l'obtention de médailles mondiales seniors est un objectif que s'est fixé la FFFORCE au cours de la période 2017-2024. L'actuelle équipe de France juniore est assez performante sur le vieux continent, ce qui nous laisse envisager le futur avec optimisme.

Quels déficits ?

Au-delà du nombre global de licenciées, un des problèmes que la fédération rencontre est le manque flagrant de pratiquantes dans les catégories de poids les plus élevées (72 kg, 84 kg et +84 kg). Il nous faut absolument recruter des athlètes dans ces tranches de poids de corps afin d'avoir des équipes les plus complètes possible. De plus, le constat est fait que l'obtention de bon résultats internationaux pourrait être facilité grâce à ce recrutement ciblé.

En parallèle au travail fait par les clubs dans le cadre du « sport santé » ou sport « bien-être » du secteur loisir, nous allons leur demander de proposer systématiquement une approche de la pratique des mouvements de bases de la force athlétique et de la musculation que sont le squat, le développé-couché et le soulevé de terre. Cela aura pour effet désiré, d'une part une meilleure connaissance du grand public de notre activité et, d'autre part, de contribuer à la détection de futures championnes jusqu'alors trop cantonnées à la pratique du tapis de course ou autres ergomètres dans la recherche de perte de poids.

L'encadrement féminin

La fédération et ses organes déconcentrés vont tout mettre en œuvre pour inciter nos pratiquantes à se former à l'encadrement de nos pratiques. Une formation à nos Brevets Fédéraux sera systématiquement proposée aux compétitrices licenciées depuis 2 saisons.

En ce qui concerne l'encadrement des équipes de France, le staff est actuellement composé de deux entraîneurs. Un homme, référent des jeunes, et une femme responsable des seniors. Cette mixité est voulue et vouée à durer

dans le temps. En effet, la fédération souhaite pourvoir un poste d'Entraîneur National féminin dès lors qu'un deuxième poste de CTS sera ouvert.

Primes à la performance et aides personnelles

Aucune différence n'est faite entre les hommes et les femmes en matière de primes à la performance, qu'elles soient fédérales ou issues des aides personnelles octroyées par l'Etat. Il en va de même concernant le suivi personnalisé des SHN. Tous les athlètes inscrits sur les listes ministérielles sont traités à égalité en ce qui concerne les aides sociales, le suivi médical ou le suivi socio-professionnel (CIP, CAE...).



5. PRISE EN COMPTE DES SPORTIFS ISSUS DES REGIONS ULTRAMARINES

Dix clubs ultramarins sont affiliés à la FFFORCE en 2017. Cinq à la Réunion et cinq en Nouvelle Calédonie. (Il faut également ajouter à cela deux clubs de Guyane qui étaient affiliés en 2016, mais qui ne l'ont pas fait en 2017. Ces deux structures, éloignées et peu suivies par des référents locaux ont tendance à alterner les années d'affiliation).

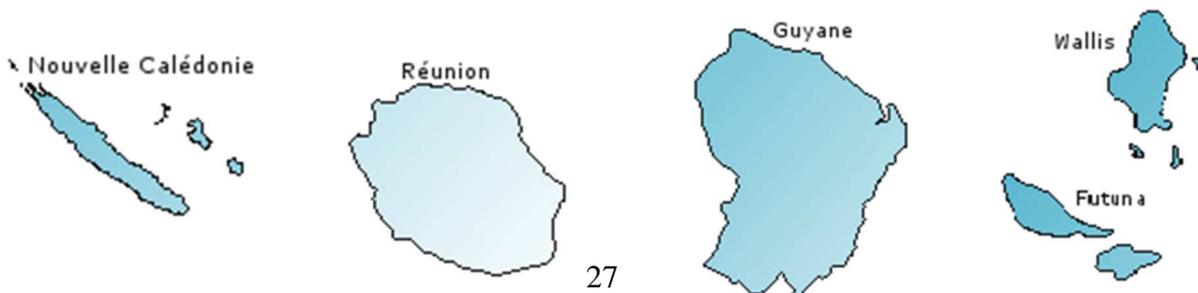
Pour le moment, les principales actions mise en place (notamment vers la Nouvelle Calédonie) sont liées à la formation, à l'aide financière aux déplacements et une souplesse dans les modalités de participations aux finales nationales. En effet, le but recherché est le recrutement d'athlètes à fort potentiel, en particulier dans les catégories de poids les plus élevées. Que ce soit chez les hommes comme chez les femmes.

Cela passe dans un premier temps par la formation d'encadrants à qui la FFFORCE offre la gratuité des frais d'inscription.

En ce qui concerne les autres aides financières, certains athlètes font déjà partie du collectif France en Développé-couché et la FFFORCE leur donne les moyens de se déplacer sur les championnats internationaux auxquels ils se qualifient. Il est évident que les frais de déplacements ne sont pas entièrement couverts, mais cette aide substantielle (non attribuée aux métropolitains) est nécessaire pour permettre aux athlètes ciblés de participer et donc représenter leur territoire en équipe de France.

Enfin, le règlement sportif, dans son Chapitre I art.5.7 précise que : « pour les qualifications aux finales nationales est différent pour les athlètes licenciés dans un club situé en région ultramarine. Tous les athlètes ayant réalisés les minimas sont qualifiés (sous réserve d'inscription dans les délais légaux) pour toutes les finales France. Cela leur permet d'anticiper et d'organiser leur voyage en métropole sans attendre la clôture des inscriptions ».

L'objectif est de développer la Force Athlétique (et pas seulement le DC) en Nouvelle Calédonie, mais aussi de pouvoir créer du lien avec d'autres territoires ultramarins tels que Wallis et Futuna dans un premier temps.



6. DETECTION, IDENTIFICATION ET ACCOMPAGNEMENT

Cadre général

La notion de haut niveau en force athlétique est encore trop emprunte d'une vision passéiste de la pratique. La plupart des athlètes et encadrants des anciennes générations n'ont connus que la version « équipée » de la discipline. Les contraintes liées à cette forme de pratique amenaient à une approche et une méthodologie d'entraînement différentes. Bien souvent trois entraînements par semaine étaient la norme, avec un mouvement de compétition sur trois travaillé à chaque séance. La logique interne de l'activité, à savoir être performant sur les trois mouvements le jour J, n'était pas assez prise en compte.

Malheureusement, aujourd'hui encore, trop peu nombreux sont les athlètes qui s'entraînent au moins cinq fois par semaine avec une approche des trois mouvements au cours d'une même séance, ou d'une même journée.

Les nouvelles exigences du haut niveau en force athlétique amènent donc l'encadrement fédéral à faire changer l'approche de l'entraînement lors des regroupements ou lors de formations d'entraîneurs. Aujourd'hui, ce travail se fait notamment avec les équipes de France jeunes lors des stages. Les athlètes sont incités à s'entraîner plus souvent, de manière différente et plus réfléchi des points de vue de la méthodologie et de la planification.

Etre un athlète de haut niveau, dans quelque discipline que ce soit, demande un réel investissement personnel et de l'abnégation face à la charge de travail. La notion même d'annualisation de l'entraînement au regard du calendrier sportif doit être une priorité. Les trêves estivales trop marquées doivent disparaître des habitudes. Le calendrier international ne tient pas compte des vacances d'été françaises, et est organisé en année civile et non scolaire. Ceci doit véritablement être intégré par nos collectifs qui sont encore beaucoup trop influencés par les pratiques et rythmes de vie sociétales. Certes, cet état d'esprit va être compliqué à modifier, mais il faudra inéluctablement en passer par ce type de réforme si nous voulons nous engager dans la recherche de l'excellence sportive.

Les jeunes talents

La pratique de la force athlétique en compétition ne commence véritablement qu'à 14-15 ans en France. Identifier des jeunes talents n'est pas chose aisée avant cet âge. En effet, la pratique même de la musculation sportive ou d'entretien n'est pas très répandue. Ceci est en partie lié au fait que les jeunes

sont orientés vers d'autres disciplines soit disant moins « dangereuses » ou moins « traumatisantes » pour un organisme en pleine croissance. Les idées reçues en la matière sont légions. Pourtant de nombreuses études médicales ou universitaires tendent à prouver l'inverse depuis quelques années. Le changement de mentalité est donc un préalable à la détection de jeunes talents et à leur orientation sportive.

Ceci étant, chaque entraîneur de club dispose d'éléments d'évaluations simples concernant la détection : des tests de souplesse spécifique (chevilles, bassin, épaules...), la qualité des placements corporels durant l'exécution gestuelle, des tableaux de tests sous-maximaux en répétition plutôt qu'en tests maximaux sur un mouvement donné.

Au niveau national, un stage de détection est mis en place chaque année afin d'inviter des jeunes athlètes à fort potentiel. Ils auront été préalablement repérés en région ou lors des championnats de France cadets ou sub-juniors.

Les championnats de France cadets (15-16 ans) sont organisés de manière différentes aux classes d'âges supérieures. Les athlètes n'ont que deux essais par mouvement et sont notés techniquement. C'est d'ailleurs ce dernier élément qui est le plus pris en compte. Ce n'est qu'à partir des sub-juniors (17-18 ans) que la performance pure entre en ligne de compte.

Il n'y a pas de sur classement possible entre les différentes catégories d'âge. Cependant, la catégorie junior allant de 19 à 23 ans (au niveau national et international), le sur classement devient envisageable vers la catégorie senior. En effet, passé 20-21 ans, un(e) athlète pouvant prétendre à se classer finaliste sur un championnat international open pourrait être engagé en senior plutôt qu'en junior. L'objectif étant d'amener les jeunes talents à devenir rapidement de bons seniors. Etre sur un podium international en junior est très valorisant, mais l'objectif premier est toujours de figurer parmi l'élite en open. Nous avons trop eu des champions chez les jeunes qui n'ont pas su se mettre au niveau des exigences du haut niveau en senior. Cela a eu pour effet, la plupart du temps, un abandon pur et simple de la pratique.

Aussi, pour éviter ce type d'échec collectif (athlète/système fédéral) et afin d'aguerrir nos meilleurs jeunes, la mise en place d'une sélection d'athlètes entre 21 et 25 ans va se faire pour des rencontres internationales seniors ciblées. Ce sera dans un premier temps le cas pour les championnats d'Europe de l'Ouest, puis lors de tournois Open existants.

En matière de suivi, l'entraîneur du collectif jeune est la personne ressource. Que ce soit sur la détection comme sur l'accompagnement. L'entraîneur national suivra l'entraînement de chaque athlète du collectif jeune, mais veillera également à d'autres éléments tels que le suivi médical et les facteurs

socioprofessionnels. Il sera le premier relais entre l'athlète et la fédération. Les athlètes qui seront inscrits sur les listes ministérielles des sportifs de haut niveau en catégorie « relève » seront également suivis par le DTN.

7. ENCADREMENT

Fonctionnement

Au sein de la FFFORCE, les rapports et modalités de décisions entre élus et techniciens sont assez clairs. Il existe une Commission Sportive Nationale pour chacune des disciplines gérées par la FFFORCE et selon l'article 401.2, « Chaque commission se réunit sur convocation de son président ou du président de la fédération qui peut assister aux réunions ou s'y faire représenter. En plus du président, le secrétaire général et le trésorier sont membres de droit de toutes les commissions sportives nationales. Le DTN ou son représentant, peut assister à ces séances, avec voix consultative ».

La place et le rôle de chacun sont donc bien définis. Quand des décisions ou propositions touchent à la réglementation générale et à la vie associative, les élus peuvent consulter les techniciens pour avis lors des réunions de la Commission Sportive Nationale. Les décisions ou projets évoqués sont ensuite proposés au comité directeur pour approbation.

Les disciplines déléguées et de haut niveau

Selon l'article 401.5, « La force athlétique, le powerlifting, le développé couché et le bench press sont gérés par une seule et même commission sportive : la Commission Sportive Nationale de Force Athlétique (CSNFA) ».

C'est lors des réunions de cette commission que l'avis consultatif du DTN est primordial. En effet, les décisions prises ici ont un impact direct sur la gestion et l'organisation des disciplines reconnues de haut-niveau.

Sélections en équipe de France

Une commission de sélection est mise en place pour chaque rencontre internationale. Elle est composée du DTN et des EN référents ; le président de la CSNFA et le président de la fédération ou son représentant sont également invités. Les techniciens proposent la liste des athlètes pré sélectionnables (au regard des modalités de sélections annuellement soumises à l'approbation du comité directeur) aux élus qui ont ici une voix consultative.

Organigramme 2017 de la DTN

ORGANISATION DE LA DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE	
Entraîneur National (faisant fonction de DTN) : Fabrice MAGRIN	
Pôle Expertise et Performance Force Athlétique	Pôle Formation Responsable : Christophe CAYUELLA
<i>Equipe de France Seniors</i> Manager : Fabrice MAGRIN Responsable : Vanessa MARTIN Coach adjoint : André PEETERS <i>Equipe de France Jeunes</i> Manager : Fabrice MAGRIN Responsable : André PEETERS Coach adjoint : Vanessa MARTIN	Diplômes Fédéraux Programmes de Formation Dossier CQP
	Autres disciplines sportives Développé-Couché - Bench Press Responsable : Grégory DUFOUR
Powerlifting Manager: Fabrice MAGRIN Coach: Marc DUHEM Coach adjoint: Cyrille VAILLANT Coach adjoint: Bruno RICARD	Kettlebell Responsable : Nina MEIER

A noter que les techniciens de la FFFORCE sont exclusivement des bénévoles. A ce titre il n'existe pas réellement d'autorité d'ordre hiérarchique entre le DTN et les EN ou responsables de secteurs. Néanmoins, il ne peut y avoir de discordance en ce qui concerne le haut niveau qui est du ressort du DTN. Les techniciens fédéraux (EN, coaches) sont nommés par le DTN qui peut également mettre fin à leur mission pour manque de résultat, d'investissement personnel ou de désaccord sur les orientations sportives.

Dans la mesure où il n'y a qu'un cadre d'Etat au sein de la FFFORCE, le référent sectoriel du projet de performance est donc de fait le DTN.

Prises de décisions

Les modalités de décisions entre techniciens sont assez simples. Avant chaque compétition internationale de référence et avant la commission de sélection, les EN proposent au DTN une liste d'athlète pré sélectionnables au regard des modalités prédéfinies. Ce n'est qu'après cette première phase de sélection que la commission idoine est mise en place avec les élus comme vu ci-dessus.

Les EN et coaches

Les Entraîneurs Nationaux sont issus du Haut Niveau et diplômés d'Etat du 2^{ème} degré (ou diplôme équivalent).

Les coaches sont diplômés d'Etat du 1^{er} degré au minimum (ou diplôme équivalent).

Les coaches adjoints sont diplômés d'Etat du 1^{er} degré ou titulaires du BF3 (ou diplômes équivalents).

Dans le cadre de la formation continue, le DTN et la FFFORCE proposera systématiquement à tous ces acteurs de suivre des formations complémentaires (diplômantes ou non). L'objectif étant l'encadrement des équipes de France, la formation d'entraîneurs de haut niveau, dispensée par la Fédération Européenne de Force Athlétique (EPF), sera privilégiée.

Les EN et coaches seront aussi sollicités pour animer ponctuellement des sessions de formation (Brevets Fédéraux 2^{ème} et 3^{ème} degré) à destination des encadrants de clubs.

Enfin, dans l'optique du développement de la FFFORCE et du recrutement de futurs CTS, les entraîneurs titulaires d'un diplôme de niveau 2 et/ou anciens athlètes de haut niveau seront incités à intégrer les formations préparatoires au concours du professorat de sport organisé à l'INSEP.

L'environnement de l'encadrement

Lors des compétitions de référence, le rôle de chacun est clairement défini.

L'entraîneur national référent est au coaching dit « rapproché ». Le coach adjoint est chargé d'épauler ce dernier en aidant au chargement des barres et à la mise en place de l'équipement spécifique (Powerlifting et Bench Press). Le DTN est responsable des choix tactiques et de l'annonce des changements de barres.



Lors des stages et regroupements sportifs, les entraîneurs référents et coaches travaillent de concert à l'organisation, la planification et le suivi des entraînements spécifiques.

Au quotidien, les entraîneurs référents devront s'assurer de l'état de forme et du bon déroulement de l'entraînement des athlètes dont ils ont la charge (cf. convention annuelle). Ils transmettront toute information jugée utile au DTN durant la saison et à l'approche des compétitions de pré sélection et des compétitions de référence.

Les sportifs de haut niveau

Tous les athlètes de haut niveau ont la possibilité d'obtenir une préparation individualisée. De par le fait qu'il n'existe pas de structure permanente d'entraînement, ceci est obligatoirement mis en œuvre par les Entraîneurs Nationaux référents en lien avec l'entraîneur de club (cf. convention annuelle).

La dynamique de groupe de ces disciplines sportives individuelles ne peut se créer que lors des regroupements et stages auxquels sont conviés les athlètes. Elle est primordiale lors des compétitions de référence ou chacun (encadrant comme athlètes) doit être dans les meilleures dispositions mentales propices à la production de performances.

Organisés tous les deux mois, les stages sportifs n'auront donc pas la même orientation au regard du calendrier des compétitions. Plus ils seront éloignés des échéances majeures, plus seront proposées des activités annexes favorisant la cohésion de groupe et l'entraide interpersonnelle.

Recherche et développement



La FFFORCE développe actuellement, en partenariat avec un informaticien (athlète de haut niveau en powerlifting), un logiciel permettant la mise en place et le suivi des entraînements. Celui-ci pourra être utilisé par les entraîneurs nationaux comme les entraîneurs de clubs. Le but recherché est l'optimisation de la

performance pour le secteur du haut niveau, mais également une aide à la planification pour le secteur loisir.

Cet outil informatique devrait non seulement apporter une évolution en matière de suivi et de conception des entraînements, mais également être une source de revenus complémentaire pour la fédération via un mode de distribution élargi.

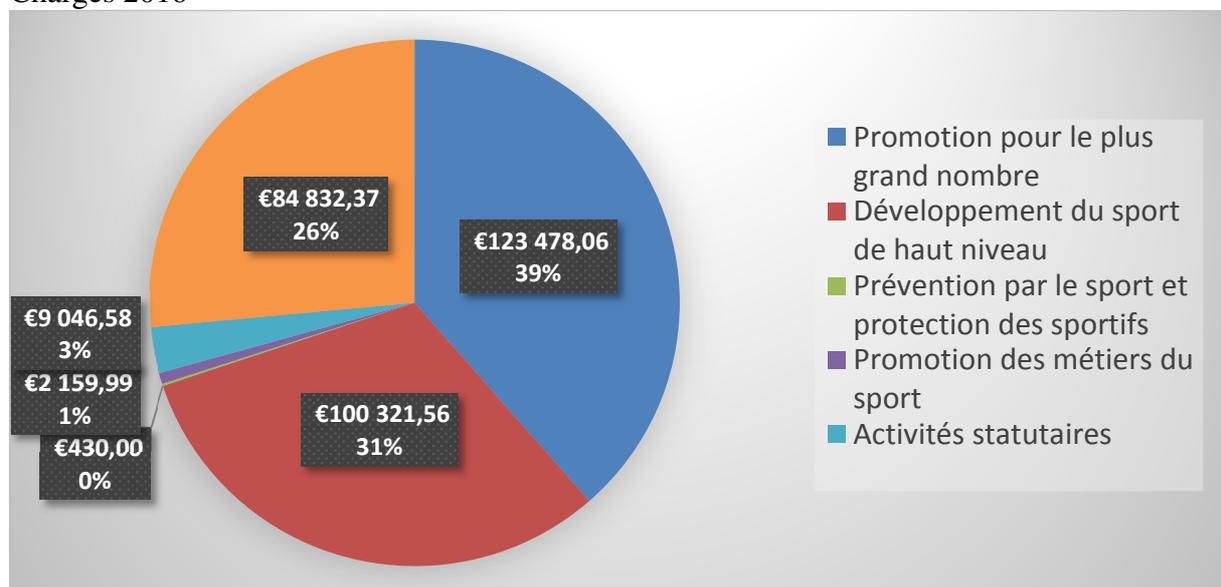
Dans le cadre de la recherche d'un établissement permanent pour l'organisation des formations et stages sportifs, la FFFORCE va entreprendre de se rapprocher en priorité du CREPS de Poitiers. Au-delà de l'implantation géographique privilégiée, ce choix s'explique aussi par le fait que le Centre d'Analyse d'Image et Performance Sportive (CAIPS) y est installé.

La FFFORCE souhaite en effet se rapprocher de ce pôle de compétence afin d'envisager un futur partenariat ayant pour finalité l'optimisation de la performance sportive et la formation des entraîneurs.

8. PROGRAMMATION ET FINANCEMENT

La FFForce est autonome depuis fin 2015. Elle avait un budget prévisionnel global pour l'année 2016 d'un peu plus de 362.000€. Après une année complète d'activité en totale autonomie, la gestion saine et le bilan financier positif amène tous les acteurs fédéraux à se tourner vers l'avenir avec confiance et ambition. L'Etat amenant une aide de 80.000€ pour l'année 2017, des moyens supplémentaires vont être utilisés pour le développement et le haut niveau.

Charges 2016



Gestion financière des athlètes, des compétitions internationales et stages sportifs

Plusieurs disciplines sportives sont gérées par la FFForce, la Force Athlétique « classique », la Force Athlétique « équipée », le Développé-Couché « classique », le Développé-Couché « équipé » et le Kettlebell. Le nombre de compétitions internationales est donc assez volumineux au regard du peu de moyens financiers.

Aussi, il a été fait le choix de demander à certains athlètes des disciplines non reconnues de haut niveau de participer financièrement à leurs déplacements. Ceci est notamment vrai pour les Développé-Couché où seuls les cinq meilleurs athlètes sont pris en charge par la fédération. Les autres athlètes ayant réalisés les minimas de présélection désireux de participer doivent prendre en charge eux-mêmes leur déplacement.

Pour les compétitions internationales de Force Athlétique, tous les athlètes sélectionnés sont entièrement pris en charge par la fédération. Initialement, il avait été évoqué une participation financière pour le préacheminement lors des Coupes d'Europe de l'Ouest mais, s'agissant d'une discipline de haut niveau, potentiellement finançable par le biais de la CO, le choix a été fait de sélectionner une équipe plus restreinte plutôt que de demander aux athlètes de financer leurs trajets. Cette forme de discrimination par l'argent ne peut avoir lieu lors d'une sélection nationale pour une discipline de haut niveau.

De plus et au regard des moyens financiers, l'objectif, à terme, est de prendre en charge tous les athlètes ayant réalisés les minimas de sélection, et ce pour toutes les disciplines de compétition.

En ce qui concerne les stages et regroupements sportifs, tous les frais seront également pris en charge par la fédération ; l'objectif étant d'inciter le plus grand nombre d'athlète à y participer pour les motifs abordés dans les chapitres précédents.

Besoins spécifiques

Afin de mettre en place une structure d'entraînement pérenne au sein d'un CREPS, la fédération devra se doter de matériel spécifique non présent dans les structures :

- Bancs combinés squat/développé-couché,
- Barres de force athlétique,
- Poids spécifiques,
- Plateaux.

Ce matériel sera implanté dans la salle d'entraînement afin d'accueillir les stages sportifs et formations fédérales. Les usagers du CREPS (athlètes de hauts niveau, stagiaires en formation...) avec qui la fédération aura contractualisé, pourront également utiliser ce matériel dans le cadre de leur préparation physique et/ou formations.

L'achat de deux véhicules type minibus devra également se faire à terme. Ce sera un moyen de faire des économies d'échelle lors des déplacements en compétitions internationales implantées dans des pays frontaliers ou proche des frontières françaises. Ces véhicules pourront également être utilisés lors des stages sportifs ou pour les déplacements des élus, arbitres et cadres en finales nationales.

Partenariat

La FFFORCE, de par sa création récente ne bénéficie pas encore de partenaires ou sponsors suffisants pour que cela impacte significativement le budget global. Actuellement, seul un partenaire fédéral est identifié en la société PALLINI, fabricant et distributeur de matériel spécifique aux activités de poids et haltères. Cette société offre des tarifs privilégiés aux associations affiliées et sponsorise la fédération à hauteur de 2000€ par an.

Le montant de ce partenariat annuel n'est pas suffisant et c'est pourquoi une personne ressource va être nommée au sein de la commission « communication » pour effectuer les démarches nécessaires à la recherche de nouveaux partenaires. Ces partenariats pourront être financiers ou matériels (équipement des athlètes, matériel sportif...). En cas de difficultés rencontrées dans les démarches de recherche de partenariat en interne, la fédération devra envisager de solliciter les services de personnes ou sociétés spécialisées en la matière.

Une petite fédération telle que la FFFORCE ne pourra évidemment pas se passer des aides de l'Etat pour fonctionner mais, à terme, il faudra absolument trouver de nouvelles mannes financières susceptibles de contribuer à son développement et à son rayonnement.

Budgets prévisionnels

Compétitions internationales annuelles

Championnats d'Europe Jeunes de F.A.	15000 €
Championnats du Monde Jeunes de F.A.	6000 €
Championnats d'Europe Open de F.A.	15000€
Championnats du Monde Open de F.A.	8000 €
Championnats d'Europe de l'Ouest de F.A.	13000 €
Championnats d'Europe de P.L.	8000 €
Championnats du Monde de P.L	10000 €
Championnats d'Europe de D.C.	11000€
Championnats du Monde de D.C.	13000 €
Championnats d'Europe de B.P.	1000 €
Championnats du Monde de B.P.	2000 €
Championnats de Kettlebell	1500 €
TOTAL	103.500 €

F.A : Force Athlétique

P.L : Powerlifting (pratique de la FA « équipée »)

D.C : Développé-Couché

B.P : Bench Press (pratique du DC « équipée »).

Stages sportifs annuels

Stages jeunes et open de F.A.	30000 €
-------------------------------	---------

Matériel (sur la période 2017-2024)

Bancs combinés x 4	12000 €
Barres chargées à 420 kg x 4	16000 €
Plateaux x 4	8000 €
Minibus x 2	50000 €
TOTAL	86000 €

Charges annuelles encadrement/médical

Vacations Entraîneurs	6000 €
Frais de déplacements	1500 €
Honoraires Médecins/Kinés	3000 €
Suivi médical SHN	6000 €
TOTAL	16500 €

L'ensemble estimé des charges annuelles (hors investissement matériel) est de 150.000 € en ce qui concerne les compétitions internationales, les stages sportifs, les vacances et honoraires des encadrants et de l'équipe médicale.

Les investissements plus lourds (véhicules) seront à amortir sur une période de cinq ans en moyenne après investissement. Ils ne pourront certainement pas se faire avant 2020 au regard du budget de fonctionnement fédéral, mais devront être envisagés durant l'olympiade suivante.

L'achat du matériel spécifique se fera quant à lui d'ici à 2021 et devra faire l'objet d'un partenariat avec l'équipementier choisi.

9. EVALUATION

Points d'étape annuels

Deux points d'étape annuels seront faits : à l'issue des championnats du Monde de Force Athlétique (fin juin) et à l'issue des championnats du Monde de Powerlifting (fin novembre). Au regard des résultats obtenus, ils permettront d'ajuster les orientations sportives, que ce soit en terme de suivi de l'entraînement et de l'accompagnement des SHN que de la composition des équipes encadrantes.

Indicateurs communs

La fédération s'est engagée sur certains indicateurs de réussite vis-à-vis du Ministère des Sports et en particulier :

- L'augmentation du nombre de licenciés,
- Le respect du SMR,
- Le nombre de médailles (au total) obtenus aux championnats du Monde,
- Le rang de la France dans le classement international.

Si l'augmentation global du nombre de licenciés est un indicateur significatif et primordial pour la fédération, l'augmentation du nombre et du niveau des compétiteurs devra être clairement observé. Le niveau moyen des athlètes composant les collectifs France devra s'élever afin de tendre vers les objectifs fixés.

Le SMR devra être effectué pour l'ensemble des SHN inscrits sur les listes ministérielles. Mais au-delà des athlètes « Elites, Seniors et Relève », l'ensemble des « partenaires d'entraînement » et « espoirs » devra suivre un protocole médical comme abordé au chapitre 2.

La quantité de médailles mondiales obtenues et le rang de la France sont étroitement liés. Aussi, si le nombre de médailles devrait rester à peu près constant sur la période 2017-2024, le rang de la France (15^{ème} en 2016) devra progresser pour se situer dans le top 10 mondial le plus rapidement possible et de façon pérenne.

Indicateurs spécifiques à la FFFORCE

La fédération s'est clairement positionnée dans une orientation sportive visant la pratique de la Force Athlétique « classique » au détriment du Powerlifting. Aussi, le nombre de compétiteurs et les résultats obtenus tant au niveau national qu'international dans ces deux disciplines seront autant d'indicateurs à prendre en compte dans l'évaluation de la politique sportive menée. Bien évidemment, et comme précisé en début de ce document, tant que les Jeux Mondiaux se pratiqueront « équipés », la fédération s'engagera à préparer des athlètes ciblés dans cette forme de pratique et mettra tout en œuvre pour obtenir au moins un quota pour cet évènement majeur.

Taux d'insertion professionnelle des SHN

Le suivi et l'accompagnement des sportifs de haut niveau sont des éléments prioritaires de la fédération. Après leur fin de carrière à haut niveau chaque athlète devrait être inséré dans la vie professionnelle. La fédération devra tout mettre en œuvre pour accompagner les SHN dans cet objectif, que ce soit pendant leur carrière sportive comme dans les deux ans qui suivent leur sortie de liste. Le référent chargé du suivi socioprofessionnel sera donc chargé de faire un état des lieux annuel sur cette thématique.



10. ANNEXE

- Convention Individuelle annuelle SHN /Fédération