

REGLEMENT PARTICULIER VXE BASKETONIK & BASKETONIK FORME (AVRIL 2021 – DECEMBRE 2022 – JUILLET 2023 – **FEVRIER 2026)**

SOMMAIRE

PREAMBULE

TITRE I – L'ORGANISATION DU BASKETONIK & DU BASKETONIK FORME

Chapitre 1 – L'ORGANISATION GENERALE DU BASKETONIK & DU BASKETONIK FORME

Article 1 : Les structures

Article 2 : Les qualifications requises

Article 3 : Les Autorisations d'Activité

Chapitre 2 – LES PROCEDURES **D'AUTORISATION D'ACTIVITE**

Article 4 : **Les Autorisations d'Activité**

Article 5 : Le **droit d'accès et les apports de l'Autorisation d'Activité** BaskeTonik et BaskeTonik Forme

Chapitre 3 – LES PROGRAMMES

Article 6 : Critères

Article 7 : La vérification et le contrôle

TITRE II – LES PRATIQUANTS

Article 8 : Les licences et titres de participations

Article 9 : L'aptitude médicale

Article 10 : Les cycles conventionnés

Article 11 : Etablissements éligibles à la convention

TITRE III - DIVERS

Article 12 : Le site internet

PREAMBULE (Avril 2021)

L'activité physique est la réalisation de mouvements du corps et de ses membres à l'aide de la contraction des muscles.

L'activité physique augmente la dépense énergétique.

Le sport est une forme particulière d'activité physique basée sur des règles et sur un entraînement commun et collectif.

En France, outre ses formes les plus connues (5x5, 3x3), le basket a choisi de construire et de partager des formes de pratique sportives accessibles à des personnes à la recherche d'une dépense physique individuelle lors d'une pratique collective sans en maîtriser la technique et la tactique.

Le concept « BaskeTonik » est accessible à tous les publics à partir de 13 ans. Il est basé sur la répétition de gestes fondamentaux du basket séquencés, en rythme et en musique. C'est un travail de cardio training et de gainage.

Le concept « BaskeTonik Forme » est accessible à tous les publics à partir de 15 ans. Il est basé sur des circuits d'exercices faisant appel à l'ensemble des muscles et chaînes musculaires utilisés dans la pratique du basket. C'est un travail de développement musculaire.

Au travers d'un travail ludique le BaskeTonik et le BaskeTonik Forme favorisent le lien social, la lutte contre la sédentarité, le partage d'une activité sportive collective le basket, par un aménagement de la pratique, sans que ses valeurs et sa déontologie ne soient remises en cause.

La Fédération Française de Basket-Ball (FFBB), conduit à travers sa mission de service public, une politique d'incitation à l'activité physique, par la mise en pratique de formes spécifiques du basket, adaptées à tout publics (spécifiques ou non), qui permettent la mixité, la dépense, la prévention et la protection de l'intégrité physique des acteurs.

TITRE II – L'ORGANISATION DU BASKETONIK & DU BASKETONIK FORME

Chapitre 1 - L'ORGANISATION GENERALE DU BASKETONIK & DU BASKETONIK FORME

Article 1 : Les structures (Avril 2021)

a) La Fédération Française de Basket Ball

La FFBB, au travers de la Commission Fédérale Vivre Ensemble, organise et développe les concepts BaskeTonik & BaskeTonik Forme sur le territoire national.

b) Les « Structures Pilotes »

Ce sont des structures fédérales ou non, qui s'engagent avec la FFBB par la signature d'une convention laquelle permet notamment l'élaboration de protocoles, d'études de terrain, de relevés de données particulières, qui sont ensuite utilisables dans les « cycles BaskeTonik » et/ou les « cycles BaskeTonik Forme ».

Les structures qui par leur implication faciliteront la mise en œuvre de la politique fédérale « BaskeTonik » et/ou « BaskeTonik Forme » pourront obtenir le titre de « Structure Pilote BaskeTonik » et/ou « Structure Pilote BaskeTonik Forme ».

Les actions initiées par la structure et la FFBB permettent ainsi une meilleure compréhension des besoins et impératifs des publics avant une diffusion du concept à l'échelon national.

c) Les structures fédérales

Ce sont les **structures fédérales** qui mettent en œuvre les actions de BaskeTonik et/ou de BaskeTonik Forme après obtention **de l'Autorisation d'Activité** délivrée par la FFBB.

Article 2 : Les qualifications requises (Avril 2021)

Le BaskeTonik et le BaskeTonik Forme s'organisent autour de personnes qualifiées.

a) BaskeTonik

Chaque intervenant doit :

- Être titulaire du PSC1 (Prévention et secours civiques 1) en cours de validité ;
- Être titulaire du diplôme fédéral Coach Tonik et/ou Coach BaskeTonik.

La FFBB met en place une formation spécifique « **Animateur BaskeTonik** ».

Un intervenant titulaire d'un diplôme des métiers de la forme option cours collectif et d'un diplôme basket (CPQ – BP – DE – BEES – DES) pourra mettre en place un cycle BaskeTonik sous conditions de compléter un dossier (document écrit + vidéo) et de participer à un regroupement de validation organisé par la FFBB dans le cours de la saison sportive.

b) BaskeTonik Forme

Chaque intervenant doit :

- Être titulaire du PSC1 (Prévention et secours civiques 1) en cours de validité ;
- Être titulaire d'un diplôme **Animateur BaskeTonik Forme ou d'un diplôme** incluant à minima une UC de préparation physique.

La FFBB met en place une formation spécifique « **Animateur BaskeTonik Forme** ».

Article 3 : Les Autorisations d'Activité

Une Autorisation d'Activité est une reconnaissance fédérale des actions BaskeTonik et / ou BaskeTonik Forme développées par une structure fédérale tant par leur contenu, que par leur encadrement (qualification des intervenants).

Le ou les Autorisations d'Activité sont attribuées sur dossier, selon un cahier des charges et **pour une durée d'une saison maximum**.

Les **Autorisations d'Activité** BaskeTonik et/ou BaskeTonik Forme impliquent des structures le respect des conditions suivantes :

- Qualification de l'encadrement ;
- Attribution de licence ou de titre de participation permettant la pratique du Vivre Ensemble ;

Il existe **trois Autorisations d'Activité** BaskeTonik et une **Autorisation d'Activité** BaskeTonik Forme.

Selon l'Autorisation d'Activité, la durée de validité ira (de 1 à 7 séances pour **l'Autorisation d'Activité Découverte** BaskeTonik ou pour une saison sportive pour les autres **Autorisations d'Activité** et devront être renouvelé annuellement.

a) Les Autorisations d'Activité BaskeTonik

i. **Autorisation d'Activité Découverte BaskeTonik**

Attribuée à des séances, (D'une à sept séances dans une saison sportive) pour l'information et/ou l'initiation et/ou la promotion de la pratique BaskeTonik.

Pour tous publics, avec un encadrement qualifié

ii. **Autorisation d'Activité BaskeTonik Niveau 1**

Attribuée à des séances régulières, (au minimum huit séances dans une saison sportive) pour une activité basée sur le basket et le fitness avec la répétition de mouvements et de gestes synchronisés sur des rythmes qui en définissent l'intensité.

Pour tous publics à partir de 13 ans, avec un encadrement qualifié

iii. **Autorisation d'activité BaskeTonik Niveau 2 (En projet)**

Sera attribuée à une activité régulière, cycle, (au minimum huit séances dans une saison sportive) pour une activité basée sur le basket et le fitness avec des enchainements d'exercices chorégraphiés.

Pour tous publics à partir de 13 ans, avec un encadrement qualifié

b) **L'Autorisation d'Activité BaskeTonik Forme**

Attribuée à une activité régulière, cycle, (au minimum huit séances dans une saison sportive) pour une activité basée sur des exercices présentés sous forme d'atelier et ou de circuits.

Pour tous publics à partir de 15 ans, avec un encadrement qualifié

TITRE II – LES PROCEDURES D'AUTORISATION D'ACTIVITE

L'Autorisation d'Activité est obligatoire et délivrée exclusivement par la FFBB qui est le garant de la forme, du contenu et de l'esprit dans lequel ces initiatives sont déployées. Elle constitue la première partie de la démarche indispensable à l'organisation de « séance(s) ou de cycles BaskeTonik » et/ou de « cycles BaskeTonik Forme ».

Les demandes sont à déposer au plus tard deux semaines avant la date de la séance ou de début du cycle.

Seules les **structures fédérales** peuvent demander une **Autorisation d'Activité** et prétendre à mettre en place des actions sous le nom BaskeTonik ou BaskeTonik Forme.

Article 4 : Les Autorisations d'Activité

1. L'Autorisation d'Activité Découverte BaskeTonik

Les **Autorisations d'Activité** Découverte BaskeTonik sont attribués par la Commission Fédérale Vivre Ensemble. La liste des **Autorisations d'Activité** est transmise pour information au Bureau Fédéral

2. L'Autorisation d'Activité des cycles « BaskeTonik niveau 1 » et « BaskeTonik niveau 2 » et BaskeTonik Forme

a) Le droit d'accès à la pratique VxE

Pour accéder à l'**Autorisation d'Activité**, la structure fédérale s'acquitte

- Pour la première **Autorisation d'Activité** BaskeTonik et/ou BaskeTonik Forme du paiement d'un droit d'accès à la pratique VxE concernée ;
- Pour les saisons suivantes du renouvellement au paiement d'un droit d'accès à la pratique VxE concernée.

Le montant du droit et son renouvellement sont définis dans les dispositions financières de la FFBB.

b) Le dossier d'Autorisation d'Activité

Les dossiers sont traités de manière dématérialisée sur FBI.

Les demandes dématérialisées d'autorisation d'activité VxE en général et de BaskeTonik et BaskeTonik Forme en particulier sont accessibles à l'adresse suivante :

<https://extranet.ffbb.com/fbi/rechercherDemandeLabel.fbi> pour les personnes de du club en possession d'un profil « association » ou « association engagement » ou « association secrétariat ».

Le dossier complet est traité par la Commission Fédérale Vivre Ensemble.

Le dossier est composé de 6 onglets qui permettent de donner les informations et de fournir les documents nécessaires.

Cette autorisation d'activité obligatoire confère un caractère officiel à l'action.

Après étude du dossier, les **Autorisations d'Activité** BaskeTonik niveau 1 et/ou BaskeTonik niveau 2 **et/ou BaskeTonik Forme** sont attribués par la Commission Fédérale Vivre Ensemble. La liste des **Autorisations d'Activité** est transmise pour information au Bureau Fédéral.

Toute modification des engagements pris dans le dossier **d'Autorisation d'Activité** peut entraîner une modification, voire une annulation du programme ou de la totalité de l'**Autorisation d'Activité**.

Article 5 : L'intérêt de l'Autorisation d'Activité BaskeTonik et BaskeTonik Forme

a) L'utilisation des logos

L'Autorisation d'Activité donne le droit à la structure d'utiliser exclusivement les logos fournis par la FFBB sur les différents supports de promotion de l'évènement (site internet, réseaux sociaux, ...).

La mise à disposition temporaire du logo par la Fédération ne confère aucun droit de propriété à l'organisateur qui s'engage à les utiliser.

Toute utilisation non conforme pourra entraîner le retrait immédiat de l'**Autorisation d'Activité**, indépendamment de l'ouverture d'une procédure disciplinaire et des autres moyens de recours éventuels.

b) Accompagnement

La structure aura accès à une aide technique et humaine via le service « Vivre Ensemble » pour la gestion et le suivi des dossiers, la création et la mise à disposition de vidéos de présentation. Une banque de données techniques sera à disposition via un accès réservé sur internet.

c) La promotion de l'évènement

La structure pourra bénéficier des relais de communication de la Fédération pour promouvoir ses sessions (site internet, réseaux sociaux).

Elle recevra à cet effet un formulaire qu'elle retournera après l'avoir complété et accompagné de tous documents susceptibles d'être publiés au service « Vivre Ensemble ».

Une affiche standard, un flyer personnalisable seront mis à la disposition de chaque structure autorisée.

d) Dotation

La première **Autorisation d'Activité** BasketTonik et/ ou BaskeTonik Forme est accompagnée d'une dotation en matériel qui est directement adressé à la structure (**hors Autorisation d'Activité Découverte**).

Chapitre 3 : LES PROGRAMMES BASKETONIK ET BASKETONIK FORME

Article 6 : Critères

a) BaskeTonik :

Le BaskeTonik est un travail de cardio training et de gainage à partir de répétitions de gestes fondamentaux du basket en rythme et en musique dans un contexte hors compétition. Les séances collectives encadrées par des personnes qualifiées permettent à un public mixte de travailler ensemble individuellement. Les séances régulières programmées permettent une évolution des pratiquants sur les différents axes (physiques, physiologiques et psychologiques).

i. Les objectifs du BaskeTonik

Le BaskeTonik est une alternative fitness de la pratique basket traditionnelle, sans opposition, sans compétition.

Le BaskeTonik est une activité physique qui touche de nouveaux publics par son accessibilité.

La pratique se fait sur des temps relativement courts (45 minutes environ) et autorise ainsi une activité notamment sur les temps méridiens.

Elle s'adresse indifféremment à des hommes, des femmes, expert, amateur ou débutant en basket.

ii. Les pratiques BaskeTonik

Il existe 2 niveaux de pratique :

i-1 Le BaskeTonik Niveau 1

Pratique basket basée sur la répétition de gestes fondamentaux du basket séquencés.
Encadrement par un Animateur BaskeTonik qualifié.

i-2) Le BaskeTonik Niveau 2 (en projet)

Pratique basket basée sur la répétition de gestes fondamentaux du basket séquencés et chorégraphiés.

Encadrement par un Animateur BaskeTonik.

iii. Le public

La pratique du BaskeTonik est accessible à tous à partir de 13 ans.

Le BaskeTonik est une activité qui peut se déplacer vers son public (entreprise).

iv. Les infrastructures et équipements

Elle nécessite peu d'équipements (1 sono – 1 ballon par personne).

Le BaskeTonik se met en place dans des environnements différents (espace ou terrain extérieur – gymnase- salle...).

b) BaskeTonik Forme

Le BaskeTonik Forme est un travail de Préparation Physique Généralisée qui sollicite l'ensemble du corps par le renforcement musculaire et la musculation. Les séances collectives encadrées par des personnes qualifiées permettent à un public mixte de travailler ensemble et individuellement. Les séances régulières programmées permettent une évolution des pratiquants sur les différents axes (physiques, physiologiques et psychologiques).

i. Les objectifs du BaskeTonik Forme

Le BaskeTonik Forme est une approche basket de la préparation physique. Le BaskeTonik Forme permet le renforcement des qualités physiques naturelles indispensables pour préparer et maintenir un effort dans des conditions optimales et pour limiter la fatigue post effort.

Le BaskeTonik Forme est une activité physique qui touche de nouveaux publics par son accessibilité.

La pratique peut se faire sur des temps relativement courts (45 à 60 minutes environ) et autorise ainsi une activité sur les temps méridiens. Elle s'adresse indifféremment à des hommes, des femmes, expert, amateur ou débutant en basket.

ii. La pratique BaskeTonik Forme

Successions et enchainements d'exercices pour optimiser des qualités de force, de rapidité, de puissance et de souplesse nécessaires à la pratique du basket, mais également utiles au quotidien.

iii. Le public

La pratique du BaskeTonik Forme est accessible à tous à partir de 15 ans.

Le BaskeTonik Forme est une activité qui peut se déplacer vers son public (entreprise).

iv. Les infrastructures et équipements

Elle nécessite du petit matériel – cordes à sauter – bandes élastiques – tapis de sol. Le BaskeTonik Forme se met en place dans des environnements différents (espace ou terrain extérieur – gymnase- salle...).

Article 7 : La vérification et contrôle en cours de saison

Des visites sur site peuvent être diligentées à tout moment.

TITRE II – LES PRATIQUANTS

Le BaskeTonik peut être pratiqué par toutes personnes, à partir de 13 ans, avec ou sans handicap.
Le BaskeTonik Forme peut être pratiqué par toutes personnes, à partir de 15 ans, avec ou sans handicap.

Article 8 : Les Licences et titres de participation

Les participants aux activités du BaskeTonik et BaskeTonik forme doivent être titulaires d'une licence fédérale ou d'un titre de participation fédéral.

Dans ce cadre, il convient de se référer aux Règlements Généraux du Vivre Ensemble.

Article 9 : L'aptitude médicale

Les dispositions relatives aux Certificat médical d'Absence de Contre-Indication à la pratique du basket ou au sport et au Questionnaire de santé sont prévues au Titre IV des Règlements Généraux et dans le Règlement Médical FFBB.

Article 10 : Les cycles conventionnés

La mise en place d'un cycle avec **Autorisation d'Activité** BaskeTonik ou BaskeTonik Forme dans un « établissement » (article 13), sera faite avec une convention signée entre la FFBB et la structure fédérale.

Cette convention encadrera l'organisation du cycle (dates – lieux - nombre de participants – intervenant - nombre de séances – licence).

Cette convention permet l'attribution de 30 titres de participation (licences Contact Basket) aux publics désignés dans cette dernière.

Dans le cadre de cette convention, la structure devra notamment verser la somme prévue dans les dispositions financières de la FFBB. Ce versement devra être adressé à la Commission Fédérale Vivre Ensemble.

Une convention est valable pour **une seule structure fédérale** et pour une saison sportive. Une structure fédérale affiliée peut signer plusieurs conventions pour intervenir dans plusieurs établissements. La structure fédérale est libre de négocier avec l'établissement qui accueillera le cycle avec **Autorisation d'Activité** BaskeTonik et/ou BaskeTonik Forme.

Article 11 : Etablissements éligibles à la convention

Sont identifiés sous le terme « établissement » notamment les entreprises (associations ou sociétés) et les administrations.

TITRE III - DIVERS**Article 12 : Le site internet**

Le BaskeTonik et le BaskeTonik Forme sont des formes de pratiques innovantes. La majeure partie de leur gestion est réalisée à partir de pages internet :

- <http://www.ffbb.com/pratiques-non-competitives#basketonik-1>