

# REGLEMENT PARTICULIER VxE BASKETONIK & BASKETONIK FORME (AVRIL 2021)

## SOMMAIRE

### PREAMBULE

### CHAPITRE I – L'ORGANISATION DU BASKETONIK & DU BASKETONIK FORME

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

##### Article 1 : Les structures

- a) La Fédération Française de Basketball
- b) Les structures locales labellisées

##### Article 2 : Les qualifications requises

- a) **BaskeTonik**
- b) **BaskeTonik Forme**

##### Article 3 : Les labels

- a) **BaskeTonik**
  - i. Label BaskeTonik Niveau 1
  - ii. Labels BaskeTonik Niveau 2
- b) **Label BaskeTonik Forme**

##### Article 4 : le Pack BaskeTonik

#### TITRE II – LES PROCEDURES DE LABELLISATION

##### Article 5 : La labellisation

- a) La lettre d'intention
- b) Le dossier de labellisation

##### Article 6 : Versement du Pack BaskeTonik et du Pack BaskeTonik Forme

##### Article 7 : Le contenu du Pack BaskeTonik et du Pack BaskeTonik Forme

- a) La mise en place
- b) L'utilisation des logos
- c) Accompagnement
- d) La promotion de l'évènement
- e) Les supports de communication
- f) Matériel mis à disposition

#### TITRE III : LES PROGRAMMES

##### Article 8 : Critères

- a) **BaskeTonik**
  - i. Les objectifs
  - ii. Les pratiques
    - c-1) Le Basketonik Niveau 1
    - c-2) Le BaskeTonik Niveau 2
  - iii. Les publics
  - iv. Les infrastructures et équipements

v. Les engagements du club labellisé BaskeTonik

**b) BaskeTonik Forme**

- i. Les objectifs
- ii. La pratique
- iii. Les publics
- iv. Les infrastructures et équipements
- v. Les engagements du club labellisé BaskeTonik Forme

**Article 9 : La vérification et le contrôle**

**CHAPITRE II – LES PRATIQUANTS**

**Article 10 : Les licences** et titres de participations

**Article 11 : L'aptitude médicale**

**Article 12 : Les cycles conventionnés**

**Article 13 : Etablissements éligibles à la convention**

**CHAPITRE III - DIVERS**

**Article 14 : Les sites 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, 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.

## CHAPITRE 1 – ORGANISATION

### TITRE I – ORGANISATION

#### 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 locales labellisées

Ce sont les associations affiliées à la FFBB et les sociétés qu'elles ont constituées qui mettent en œuvre les actions de BaskeTonik **et/ou de BaskeTonik Forme** après obtention de labels délivrés 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 :

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

La FFBB met en place des formations spécifiques « Coach Tonik et Coach 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 :

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

#### Article 3 : Les labels (Avril 2021)

Le label est une reconnaissance fédérale des actions BaskeTonik **et ou BaskeTonik Forme** développées par une structure affiliée tant par leur contenu, que par leur encadrement (qualification des intervenants).

Le ou les labels sont attribués à une structure de basket affiliée à la FFBB, sur dossier, selon un cahier des charges et de date (début) à date (fin).

Les labels BaskeTonik **et/ou BaskeTonik Forme** impliquent des structures le respect des conditions suivantes :

- Qualification de l'encadrement,
- **A**tttribution de licence avec Extension Vivre Ensemble,
- Envoi de document à la FFBB au terme du label.

Le label est attribué à une structure affiliée à la FFBB, sur dossier, et selon un cahier des charges.

Il est valable pour une saison sportive et doit être renouvelé annuellement.

## a) Les labels BaskeTonik

### Il existe 2 labels BaskeTonik

- Label BaskeTonik Niveau 1
- Label BaskeTonik Niveau 2

## b) Le label BaskeTonik Forme

### Article 4 : Les Pack BaskeTonik et BaskeTonik Forme (Avril 2021)

Les **Packs** BaskeTonik **et BaskeTonik Forme** sont le regroupement des aides et accompagnements (techniques, matériels et humaines) annuels mis à la disposition des structures fédérales disposant d'un label BaskeTonik **ou d'un label BaskeTonik Forme**.

Pour l'utilisation d'un label BaskeTonik **ou d'un label BaskeTonik Forme**, la structure fédérale s'acquitte annuellement du Pack BaskeTonik **ou Pack BaskeTonik Forme** (montant définit dans les dispositions financières).

## TITRE II – LA PROCEDURE DE LABELLISATION (Avril 2021)

La labellisation 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 « **cycles BaskeTonik** » **et/ou de « cycles BaskeTonik Forme** ».

Les demandes sont à déposer au plus tard deux semaines avant la date de début du cycle. Seules les associations affiliées à la FFBB peuvent demander un label et prétendre à mettre en place des actions sous le label BaskeTonik **ou le label BaskeTonik Forme**.

### Article 5 : La labellisation (Avril 2021)

Les formulaires sont en téléchargement sur le site de la FFBB <http://www.ffbb.com/ffbb/basketonik/organiser>

#### a) La lettre d'intention

Si l'organisateur souhaite être accompagné dans la construction de son projet : identification – public etc... Il complète une fiche d'intention et la retourne au Service VxE qui établira un contact.

#### b) Le dossier de labellisation

Un dossier complet doit être transmis à la Commission Fédérale Vivre Ensemble. Ce dossier contient :

- La présentation de la structure
- La description de l'action
- La présentation du projet
  - o L'encadrement
  - o Le public
- Les infrastructures et équipements
- Les informations complémentaires
  - o Les partenariats
  - o Les modalités d'inscription
- La communication
- L'engagement

Cette labellisation confère un caractère officiel au programme.

Après étude du dossier, la Commission Vivre Ensemble délivre à l'organisateur un numéro de labellisation. Sa décision n'est pas susceptible de recours.

Toute modification des engagements pris dans le dossier de labellisation peut entraîner une modification, voire une annulation du programme ou de la totalité de la labellisation.

#### Article 6 : Versement du Pack BaskeTonik et du Pack BaskeTonik Forme (Avril 2021)

Le formulaire est en téléchargement sur le site de la FFBB <http://www.ffbb.com/ffbb/basketonik/organiser>

Les Packs sont indissociables de la labellisation et réciproquement.

Pour que l'organisateur se voit attribuer le droit, par la Fédération délégataire, d'organiser en son nom un **cycle BaskeTonik ou un cycle BaskeTonik Forme** ainsi que de proposer des **licences fédérales et/ou des** titres de participation, il doit s'acquitter annuellement du Pack annuel **BaskeTonik ou BaskeTonik Forme** selon les conditions définies par la Fédération conformément à la réglementation fédérale.

Une structure peut avoir plusieurs labels BaskeTonik **et/ou BaskeTonik Forme** avec un Pack annuel BaskeTonik **ou BaskeTonik Forme**.

#### Article 7 : Contenu du Pack BaskeTonik et du Pack BaskeTonik Forme (Avril 2021)

##### a) L'utilisation des logos

La labellisation et les Packs donnent 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 cession 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 la labellisation, 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 labellisée.

d) Dotation

La labellisation est accompagnée d'une dotation en matériel qui est directement adressé à la structure.

	<b>Matériel BaskeTonik</b>	<b>Matériel BaskeTonik Forme</b>
<b>Année 1 Et Année 2</b>	- 1 ballon BB lesté T7 - 1 ballon BB lesté T6 - 4 tapis de sol	- 1 ballon BB lesté T7 - 1 ballon BB lesté T6 - 5 bandes élastiques
<b>Année 3 Et Année 4</b>	- 5 bandes élastiques - 5 rouleaux auto massage	- 5 bandes élastiques - 5 rouleaux auto massage
<b>Année 5</b>	A partir de l'année 5 : Dotation d'1 année au choix	<b>A partir de l'année 5 : Dotation d'1 année au choix</b>

**TITRE III : LES PROGRAMMES BASKETONIK ET BASKETONIK FORME (Avril 2021)**

**Article 8 : Critères (Avril 2021)**

**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 Coach Tonik qualifié.

i-2) Le BaskeTonik Niveau 2

Pratique basket basée sur la répétition de gestes fondamentaux du basket séquencés et chorégraphiés.  
Encadrement par un Coach BasketTonik.

*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'équipement (1 son - 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 9 : La vérification et contrôle en cours de saison**

Des visites sur site peuvent être diligentées à tout moment.

### **CHAPITRE II – LES PRATIQUANTS (Avril 2021)**

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 10 : Les Licences et titres de participation (Avril 2021)**

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 11 : L'aptitude médicale (Avril 2021)**

**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 12 : Les cycles conventionnés (Février 2021)**

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

**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 de 150€ à la FFBB. Ce versement devra être adressé à la Commission Fédérale Vivre Ensemble.**

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

#### **Article 13 : Etablissements éligibles à la convention (Février 2021)**

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

**CHAPITRE III - DIVERS****Article 14 : Les sites 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/ffbb/basketonik/présentation>
- <http://www.ffbb.com/ffbb/basketonik/trouver>
- <http://www.ffbb.com/ffbb/basketonik/organiser>

