



---

---

# PROJET FÉDÉRAL

FÉDÉRATION FRANÇAISE HALTÉROPHILIE MUSCULATION

---

*Paris 2024 comme opportunité de performance, de développement et de modernisation.*

---

2021-2024

---

# SOMMAIRE

<b>I. Réussir les JOP PARIS 2024</b> .....	2
A. Développer la pratique de l'Haltérophilie chez les jeunes .....	3
B. Performer aux JOP Paris 2024 .....	7
C. Assurer la relève de notre élite sportive .....	8
<b>II. Développer de nouvelles pratiques, pour de nouveaux publics</b> .....	10
A. Améliorer la qualité de l'encadrement des publics Loisirs et sédentaires .....	10
B. Aller à la conquête de nouveaux lieux de pratiques .....	14
<b>III. Moderniser &amp; structurer la FFHM, ses organes déconcentrés, ses Clubs</b> .....	18
A. Rénover le fonctionnement fédéral .....	18
B. Former nos éducateurs de clubs et nos bénévoles .....	19
C. Renforcer la structuration de nos ligues régionales .....	22
D. Développer les activités et faire évoluer le modèle économique de nos clubs et comités départementaux .....	26
E. Pérenniser l'expertise de la Direction Technique Nationale par l'identification et la formation des futurs Conseillers techniques sportifs .....	28
F. Ancrer la culture de l'évaluation dans nos fonctionnements.....	30

# I. Réussir les JOP de PARIS 2024

Cet objectif s'applique à la fois au volet « **Performance** » et au volet « **Développement des pratiques** »

## Contexte : Les JOP comme opportunité de Développement

Les Jeux Olympiques et Paralympiques Paris 2024 vont être une opportunité pour le sport français. Les disciplines olympiques y trouveront une exposition accrue, qu'elle soit médiatique ou institutionnelle.

Pour l'haltérophilie, discipline qui souffre d'un déficit important d'image, c'est une occasion unique de se faire connaître et découvrir sous **un angle nouveau.**

C'est une opportunité d'accentuer notre travail en relation avec les établissements scolaires, où nous commençons à percer :

- À la faveur d'une **demande croissante des enseignants ;**

- Grâce aux actions mises en place au cours de la précédente olympiade, en lien avec l'UNSS, l'enseignement agricole et l'Education Nationale.

Par ailleurs, le nombre de jeunes pratiquants l'haltérophilie dans nos clubs, est trop restreint. **Un effort particulier doit être effectué afin d'augmenter nos effectifs d'adolescents, et c'est la priorité de l'olympiade.**



## A. Développer la pratique de l'Haltérophilie chez les jeunes

Compte tenu de la spécificité de notre discipline, nous ciblons essentiellement les 11-16 ans. C'est principalement ce public que nous souhaitons accueillir dans nos clubs, dans un objectif de développement des capacités physiques, de formation progressive à la pratique compétitive et de bien-être en termes de santé et d'équilibre personnel.

C'est donc sur cette classe d'âge que nous portons nos efforts de recrutement et de collaboration avec le monde de l'éducation. Nous devons intensifier et rendre plus performants nos dispositifs de promotion et de recrutement. Au préalable, nos Clubs doivent être en mesure d'accueillir ce public dans les meilleures conditions.



### A.1 Perfectionner l'accueil, l'éducation et la progression des jeunes dans nos Clubs

La mise en place d'une offre de pratique de l'haltérophilie, adaptée aux jeunes, est cruciale pour l'avenir de notre Fédération. Elle s'organisera, en priorité :

- Dans le cadre de créneaux horaires identifiés, sous forme de « cours » ou de séances (par exemple : lundi et jeudi de 18h à 19h30, le mercredi de 15h à 17h,...),
- Sous la direction d'un éducateur formé (diplôme fédéral BF1 ou plus, ou diplôme professionnel).

C'est-à-dire, si possible, a contrario d'un accueil « à toute heure » qui ne bénéficie pas d'une émulation de groupe voire d'un encadrement dédié.

Ceci doit permettre de rassurer les parents, mais aussi d'assurer la progression des jeunes, leur passage puis leur ancrage dans la pratique compétitive.

Le soutien aux clubs désirant structurer une Ecole d'haltérophilie sera maintenue via les projets sportifs fédéraux (soutien financier) et l'appel à projet « Horizon 2024 » (dotation en matériel et accompagnement technique).

La Labellisation des clubs « Ecole d'haltéro » est une priorité : elle implique la mise en place des conditions favorables en termes de formation de l'encadrement, de structuration du club et de promotion. Ce nombre de clubs labellisés doit donc augmenter à chaque saison.

Les clubs labellisés seront davantage valorisés par la FFHM, à la fois sur le plan de la communication mais aussi lors de la campagne de financement PSF.

Pour donner des outils à nos éducateurs de clubs, la FFHM met en place une nouvelle formation

d'entraîneur de jeunes. Elle doit les aider à mieux appréhender les nouvelles générations, et développer leurs compétences spécifiques dans l'accueil et la progression des jeunes haltérophiles. Au niveau national, un travail sera conduit dès le début de l'olympiade, sur le développement de la pratique des Jeunes. Nous y aborderons toutes les questions relatives au recrutement, à l'animation, à la formation des jeunes haltérophiles : formats de compétitions « jeunes », refonte du calendrier sportif, attendus techniques et physiques de chaque classe d'âge, formules d'animations (Haltéro Kids), relations avec le CrossFit...

## **A.2 Réussir le pari de la communication et de l'image**

La FFHM doit poursuivre et intensifier sa communication nationale auprès des jeunes. Ceci se fera notamment via les réseaux sociaux avec des publications ciblées. La Fédération met à la disposition de ses clubs des outils de communication personnalisables. Ceux-ci doivent être davantage utilisés et déployés sur nos territoires et lors de leurs opérations promotionnelles. Les Ligues, Comités départementaux et Clubs seront également chargés de faire « remonter » leurs besoins d'outils de communication auprès de la Commission Communication de la FFHM.

De nouveaux canaux de communication seront explorés, afin d'atteindre davantage d'adolescents. La FFHM axera également sa communication en direction des parents, des médecins susceptibles de prescrire de l'activité physique, ainsi qu'en direction des institutions, afin de bien expliquer les bienfaits de nos disciplines et d'exposer notre offre de pratique en direction des différents publics.



### A.3 Multiplier les opérations Haltéro Tour

Ce dispositif permet une première découverte de l'haltérophilie, sur un format court, éducatif et ludique. Il illustre parfaitement les bienfaits insoupçonnés de « l'haltéro », de l'éducation posturale à travers le « port du cartable » jusqu'au renforcement musculaire complet et équilibré. Il est à mi-chemin entre un dispositif de communication et de recrutement.

La FFHM pourra mettre en place directement certaines opérations de promotion nationale (ex : journée nationale du sport scolaire).

En dehors de ces actions d'envergure nationale, le dispositif « Haltéro Tour » est aujourd'hui décentralisé dans les Ligues, Comités, et Clubs. Ceux-ci doivent se saisir de l'outil « Haltéro Tour » afin de profiter, dans les territoires, de l'opportunité que constitue Paris 2024.

Ces actions de « terrain » sont désormais financées via les projets sportifs fédéraux (PSF).

Nous conservons une coordination au niveau national afin de :

- Contractualiser avec les Ligues autour de l'organisation de journées d'animation ;
- Procéder à l'évaluation du déploiement de l'animation ;
- Continuer l'innovation permanente des contenus, outils, procédés d'animation ;
- Assurer la formation des éducateurs au concept.

Ces journées Haltéro Tour seront principalement mises en place avec les établissements scolaires, les accueils de loisirs (périscolaires) et les structures Jeunesse (en lien avec les services Jeunesse des communes :

centres sociaux, clubs ados, maisons de quartiers...). Les opérations se dérouleront à proximité des Clubs affiliés.

Elles seront organisées par les clubs, encadrées par les

éducateurs de ceux-ci, avec le soutien du conseiller technique (CTR ou CTF). Ceci doit permettre aux clubs de développer et pérenniser des relations avec les établissements scolaires proches.



### A.4 Développer nos actions avec le milieu scolaire - UNSS /enseignement agricole / Education nationale

Les activités de musculation et de « Crossfit » se sont démocratisées, et on observe aujourd'hui un véritable engouement pour ces pratiques auprès des jeunes, mais aussi auprès des enseignants. Le partenariat développé sur la dernière olympiade, avec l'UNSS et l'enseignement agricole, a permis

de développer un réseau grandissant d'établissements et d'enseignants demandeurs de formation spécifique sur l'haltérophilie et la musculation.

Le besoin d'accompagnement à l'acquisition de compétences et à la mise en place d'activités (sur le temps scolaire et en périscolaire) est important, et doit être envisagé sur le long terme. En effet, il n'est pas rare que les mêmes enseignants se présentent à plusieurs actions de formation successives. Ceci nous a conduit à envisager un parcours de formation progressif et qualifiant, afin de tisser un lien avec les enseignants et une montée en compétences.

Dans la formule actuelle, certaines académies limitent la participation à 2 professeurs par académie, lors des stages à l'INSEP, alors même qu'il y a parfois davantage de postulants.

La formation des professeurs d'EPS à la gestuelle de l'haltérophilie doit se déconcentrer vers les Ligues pour toucher un plus grand nombre d'enseignants (durée 2 journées).

Ces enseignants, devront mettre en place et développer pendant une année une Association Sportive UNSS Haltérophilie (avec participation au moins au championnat académique) pour pouvoir accéder au 2ème niveau de formation qui se déroulera à l'INSEP.

Les formations de 2ème et 3ème niveaux réalisées à l'INSEP doivent déboucher sur l'obtention du BF1 voire du BF2.

L'accompagnement de terrain sera assuré par les Ligues et les CTR, notamment via les fonds du PSF. C'est également un moyen d'assurer une passerelle vers la pratique en club.

Ce schéma d'accompagnement sera également conduit pour l'appel à projet Halter' au Collèges : dotation des établissements en matériel, formation des enseignants et accompagnement. Les établissements lauréats (ou voire simplement candidats) seront accompagnés localement dans la mise en place de l'activité Haltérophilie.

Le nombre de journées organisées et de clubs mobilisés lors de la semaine Olympique et Paralympique doit augmenter.

Par ailleurs, nous devons arriver, d'ici 2024, à avoir une CMR UNSS dans chaque académie. Ces actions doivent nous conduire à augmenter le nombre d'établissements et d'équipes aux championnats UNSS Haltérophilie.

Dans le cadre des « 30 minutes d'activité physique par jour » dans les écoles de l'enseignement primaire, nous développerons un programme éducatif autour des bonnes postures et du port du cartable pour les enfants, en collaboration avec l'USEP. Il s'agira d'un programme « sans charge additionnelle », décliné du concept « Soulève le Monde ». Ceci peut permettre à certains clubs de collaborer avec ces établissements, d'être mieux identifiés dans le monde enseignant et de bonifier l'image de notre discipline.

## B. Performer aux JOP Paris 2024

### L'Haltérophilie doit être médaillée à Paris en 2024.

Les conditions de préparation seront optimisées : planification, outils de quantification d'entraînement, de suivi quotidien des athlètes, nutrition, récupération, suivi médical, et seront ciblées prioritairement sur les profils médaillables.

Nos relations privilégiées avec l'Agence Nationale du Sport, et son soutien à différents niveaux, nous permettront la mise en place d'une cellule dédiée sur le projet olympique Paris 2024 :

- Les athlètes ciblé(e)s PARIS 2024 seront regroupé(e)s au Centre National de Préparation Olympique à l'INSEP, qui regroupe les meilleures conditions de performance, citées plus haut. La dynamique collective sera le fil conducteur de chaque analyse, réflexion, décision dans la gestion du projet olympique pour constituer une et indivisible équipe de France capable de relever ensemble ce défi de décrocher une nouvelle médaille olympique.
- Le staff olympique continuera à bénéficier de l'appui technique des équipes de l'INSEP : cellule recherche, équipe médicale, experts en planification, outils informatiques, formation continue.
- Notre équipe olympique ira chercher la confrontation avec des équipes étrangères lors de stages dédiés. Par ailleurs, de nombreux pays viendront en France afin de préparer les JO. Nous en ferons une opportunité de préparation et d'optimisation de notre modèle de performance.





- Le dialogue permanent avec les entraîneurs de Clubs concernés sera maintenu et nous instituerons la mise en place de rendez-vous formels réguliers entre « entraîneurs de club – entraîneurs nationaux – Directeur de performance – DTN et Président de la FFHM ». Ceci permettra d'être alignés sur les objectifs à atteindre et les stratégies à déployer.

- Nous veillerons à optimiser les conditions de vie de nos meilleurs sportifs : convention d'insertion professionnelle (emplois), aides personnalisées, aménagements de scolarité, formation.

## **C. Assurer la relève de notre élite sportive**

### **C.1 Optimiser notre filière d'accès à la Performance**

Un travail d'évaluation de nos structures sera conduit en début d'olympiade : ceci concerne nos Pôle Espoirs et Pôle France Relève ainsi que nos centres locaux d'entraînement (CLE). A partir de ce constat, elles seront optimisées afin d'assurer la progression de nos meilleurs sportifs, pour qu'ils puissent atteindre le collectif de préparation olympique.

#### **Programme Relève Olympique – U20**

---

Ce programme, qui concerne les plus de 18 ans, s'adresse en priorité aux athlètes des structures identifiées dans le PPF, auxquels s'ajouteront les meilleurs athlètes « hors pôle » remplissant les conditions d'un vrai projet de Haut Niveau.

Nous leur proposerons un programme de stages ambitieux et des participations aux compétitions de référence de leurs catégories d'âge (championnats d'Europe et du Monde). Seuls les athlètes les plus performants seront convoqués à ces compétitions : nous devons passer de la culture de la participation à une culture de la performance et de « la gagne ». Les jeunes sportifs de Haut Niveau, un peu en dessous des seuils de sélection à ces compétitions, se verront proposer des tournois internationaux afin de leur permettre de passer un cap, de s'approprier cette culture de la performance.

Le travail de fond conduit avec les entraîneurs de Clubs de ces jeunes athlètes sera intensifié. Le projet du sportif doit être clair et partagé avec tous les acteurs : sportif, parents, entraîneurs de Clubs, entraîneur de structure et entraîneurs nationaux.

#### **Programme Relève Olympique - U18**

---

Les athlètes les plus prometteurs seront identifiés par la Direction technique Nationale. Nous mettrons en place un programme de regroupement et de compétitions (compétitions internationales de références et tournois) pour leur proposer davantage de confrontation et leur permettre d'acquiescer les valeurs du Haut Niveau.

Le développement des compétences techniques, physiques, et psychologiques sera recherché. Nous devons, en outre, améliorer les qualités techniques gestuelles de nos jeunes, et ceci est l'affaire de tous les acteurs qui interviennent auprès des jeunes sportifs.

Lors de chaque regroupement, nous mettrons l'accent sur l'éducation aux différentes composantes de la performance : nutrition, facteurs de récupération, prophylaxie... mais aussi sur la prévention des dérives et violences : lutte contre le dopage, discriminations, violences sexuelles.

Une partie de ces regroupements prendra la forme de stages interrégions, mis en œuvre avec les Ligues, les entraîneurs de Clubs, les CTR et les Entraîneurs Nationaux.

L'ensemble de ces regroupements permettront d'avoir un suivi des jeunes sur plusieurs années, et de recueillir des données permettant de caractériser les profils qui réussissent à développer de la performance en haltérophilie.

Par ailleurs, au-delà de ces actions destinées aux jeunes sportifs déjà à la FFHM, des expérimentations de détection seront conduites vers les jeunes « hors FFHM », notamment en lien avec d'autres disciplines.

## C.2 Structuration territoriale de l'accession à la performance

La création de centres locaux d'entraînement (CLE) sera favorisée, techniquement par l'accompagnement de nos équipes de CTS et financièrement dans le cadre des projets sportifs fédéraux (PSF). Cette création sera encadrée par un cahier des charges réactualisé en fonction des attendus de formation des jeunes athlètes et des conditions à mettre en œuvre. Ces CLE devront apporter une plus-value dans la progression des jeunes athlètes, par rapport à la pratique en club. Ils permettront notamment une transition vers les Pôles FFHM.

Des séminaires « Esprit Perf' » seront organisés avec les entraîneurs des clubs qui alimentent nos collectifs nationaux. Ces temps d'échange sur des thématiques ciblées doivent nous permettre d'améliorer notre travail collectif dans la formation des sportifs, d'enrichir nos pratiques quotidiennes par le retour d'expérience, voire d'apporter de nouvelles connaissances (scientifiques, techniques, technologiques). Ils ont vocation d'être déclinés au niveau régional.



## II. Développer de nouvelles pratiques, pour de nouveaux publics

### A. Améliorer la qualité de l'encadrement des publics Loisirs et sédentaires

#### A.1 Proposer une pratique Musculation encadrée et conviviale dans nos clubs

Devant la multitude des acteurs proposant des activités de musculation, nous devons nous démarquer, affirmer notre plus-value tout en restant fidèle à nos valeurs : Education, convivialité, expertise. Nous ne pouvons pas lutter contre les salles low cost et nous ne le voulons pas. C'est par la qualité de l'encadrement, l'amélioration du suivi de nos licenciés et des conditions de pratiques que nous pourrions exister dans le milieu hyper concurrentiel de la remise en forme. La FFHM incitera ses clubs à l'obtention des labels Coaching Musculation et FFHM Santé, par la valorisation des lauréats, et notamment le financement privilégié des labellisés. Pour permettre la montée en compétences des éducateurs et des clubs vers la labellisation, la FFHM proposera des formations d'éducateurs et un accompagnement idoine afin de leur permettre de réunir les critères demandés.



Il s'agira notamment de s'appuyer sur les programmes suivants :

- **Silhouette Halter'** : notre programme de musculation au féminin. Il comprend un carnet d'entraînement (6 mois de pratique et de séances), une formation d'éducateur qui va s'enrichir prochainement de contenus sur la grossesse et la pratique pré et post partum, et d'outils de communication.
- **Circuit fit** : concept FFHM de cours collectif en circuit training sur une saison complète, permettant d'animer des séances collectives avec du petit matériel à raison de 6 phases de 2 mois évolutives.
- **Muscu Challenges** : ces nouvelles formules d'animation créées sur la dernière olympiade demandent à être déployer encore plus largement. Nous y parviendrons par la prise en compte de ceux-ci dans le challenge fédéral, et grâce à l'utilisation des nouvelles technologies. Parce qu'ils rassemblent toutes les générations et qu'ils sont accessibles à tous les publics, ils sont un support pour développer la convivialité des clubs et renforcer la transmission de contenus éducatifs.



## A.2 Proposer l'haltérophilie dans une optique forme et loisir

L'haltérophilie est depuis toujours proposée sous l'angle de la compétition au sein de la FFHM : cela tient à la culture de cette discipline olympique. Mais l'évolution de la pratique sportive aujourd'hui montre que les motivations des pratiquants changent. Cela est particulièrement vrai chez les femmes, pour qui le développement personnel (physique, mental, bien-être) est plus important que la compétition : 66% vs 21% [Etude Sport au féminin, Kantar TNS 2018]. Or, l'haltérophilie fait appel à un grand nombre de qualités physiques (coordination, équilibre, souplesse, explosivité, vitesse, mobilité...), et c'est un sport procurant des sensations, ce qui peut séduire un large public dans une optique forme et loisir.

Aujourd'hui, on constate que la pratique de l'haltérophilie « loisir » s'est structurée, mais en-dehors de la FFHM, dans des salles de crossfit ou par coaches indépendants. Nombreux sont ceux qui

pratiquent « des snatches » ou du « weightlifting », sans savoir qu'il s'agit tout simplement d'haltérophilie. Ceci nous prive d'un public nombreux, souvent prêt à payer « cher » pour des cours encadrés et une pratique structurée.

Les freins actuels au développement de l'haltérophilie « loisir » au sein de la FFHM sont dus en grande partie au manque de professionnalisation de l'encadrement en haltérophilie, à un manque d'habitude de concevoir des programmes loisirs, mais aussi à la culture historique de la FFHM qui nous incite à orienter immédiatement les gens vers une pratique compétitive. Nous avons pourtant toute la légitimité et pouvons développer toutes les compétences pour accueillir ce public... et leurs enfants.

La FFHM va donc créer un programme spécifique Haltérophilie Loisir. Ceci sera abordé à la fois sous l'angle pédagogique mais aussi matériel :

- Les séances proposées seront collectives, organisées lors de créneaux spécifiques et identifiés au sein du club (type coaching). Les mouvements haltérophiles seront utilisés dans une recherche d'amélioration de la mobilité fonctionnelle, de renforcement musculaire ainsi que dans un but d'esthétisme. Des critères de progression spécifiques seront créés, basés sur des réalisations techniques et fonctionnelles, et non sur la charge soulevée. Le programme sera promu et diffusé dans toutes les structures de la FFHM.

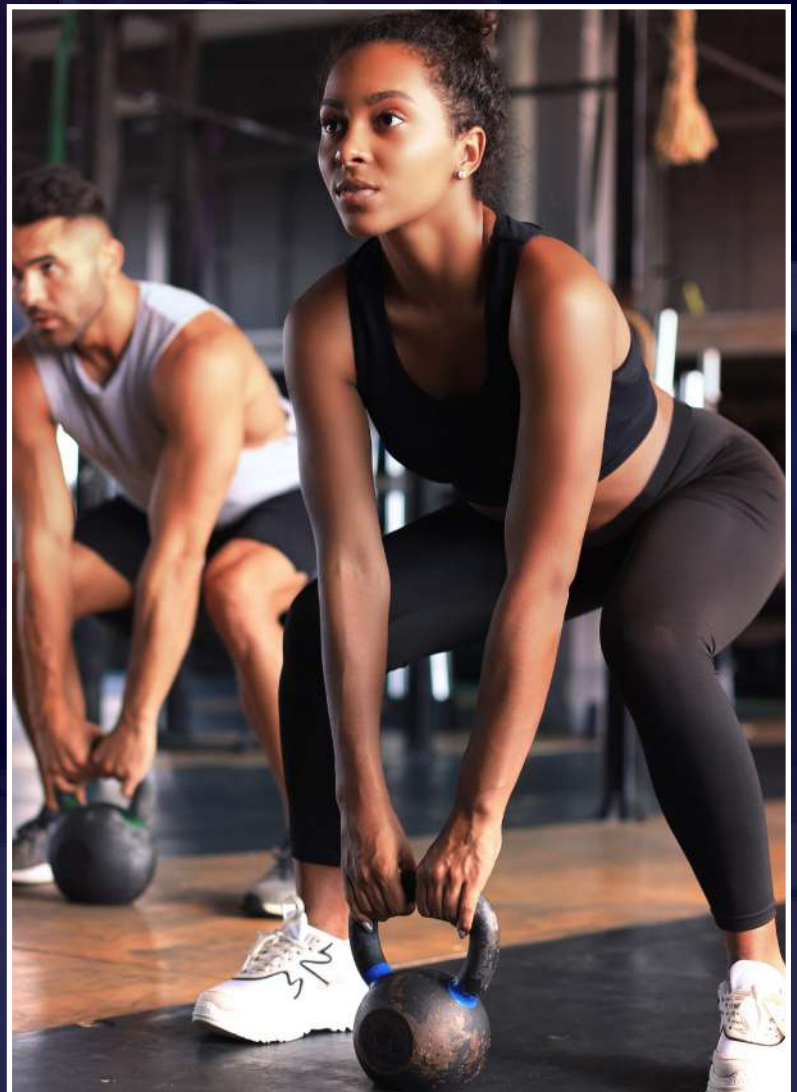
- Ceci sera accompagné par une réflexion concernant « l'équipement », en termes d'aménagement de l'espace et un cahier des charges matériel (matériel de cross-training : Kettlebell, Wall-ball, barres...).

### **A.3 Améliorer la santé de la population grâce à l'haltérophilie et la musculation**

Nos disciplines présentent des atouts avérés pour la santé.

La FFHM accompagnera ses clubs au parfait accueil des publics atteints de maladies chroniques et des sédentaires :

- Par la formation des éducateurs au Coach Muscu Santé.



Les sessions pourront être organisées dans les territoires, sur demande des Ligues.

- Cette formation sera approfondie par la mise en place de nouveaux modules spécifiques concernant le diabète, le cancer, les séniors et les jeunes sédentaires.
- Nous assurerons la promotion de nos disciplines par la réalisation d'outils de communication spécifiques et la mise en réseau de nos éducateurs avec les professionnels de santé.
- Une attestation haltéro-muscu santé sera proposée à nos dirigeants et encadrants. Cette formation continue de quelques heures permettra d'apporter un premier niveau de connaissance de l'haltérophilie-musculation santé, dans le but d'initier un projet de développement d'une nouvelle activité au sein du club et d'en promouvoir les bienfaits auprès des partenaires.

#### **A.4 Protéger nos pratiquants des dérives, discriminations et violences**

Les formations et programmes de développement de la FFHM intègrent des actions de prévention et sensibilisation pour lutter contre des dérives sociétales qui peuvent concerner le sport, comme les harcèlements et les violences sexuelles, les discriminations (racisme, homophobie, sexisme) et la lutte contre la radicalisation.

##### ***Ethique, Citoyenneté & intégrité***

Nos activités sont un support formidable pour un apprentissage de la citoyenneté : partage des espaces de pratiques et des règles de fonctionnement, mixité des activités, respect de l'éthique sportive...

Concrètement, en complément des actions spécifiques de lutte contre le dopage développées dans le paragraphe dédié, des modules d'éducation à la citoyenneté sont intégrés à nos formations.

Des outils spécifiques, sur le « pratiquer ensemble » seront proposés aux clubs. Ils seront conçus avec des groupes de jeunes pratiquants, animés par notre référent « citoyenneté » (règles des bonnes pratiques en salle de musculation).

##### ***Prévention des violences sexuelles***

Notre partenariat signé avec l'association « Colosse aux pieds d'argile » va se déployer, avec la mise en place d'actions de sensibilisation et de formations de nos cadres et entraîneurs. Cela pourra concerner également les entraîneurs de Clubs.

Nos jeunes athlètes seront également sensibilisés à cette thématique lors de regroupements nationaux ou plus locaux.

Par ailleurs, les Clubs, Comités départementaux et Ligues veilleront à faire remonter à la Fédération tous les cas de dérives constatés : radicalisation, violences sexuelles, discriminations.

## Prévention et lutte contre le dopage

La FFHM souhaite poursuivre son travail de prévention et de lutte contre le dopage : celui-ci semble porter ses fruits si on se base sur l'absence de cas positifs en haltérophilie ces dernières années.

La Charte d'engagement contre le dopage sera diffusée à tous les clubs et à tous les éducateurs. L'incitation pour la signer sera renforcée : elle est désormais un critère obligatoire pour l'obtention des trois labels clubs de la FFHM.

Parallèlement, le travail d'accompagnement des jeunes pratiquants va se poursuivre. Le module de formation sur la prévention et le déroulement d'un contrôle antidopage va être dispensé à tous les jeunes sportifs inscrits sur les listes de haut niveau et espoirs, ainsi qu'aux participants des stages régionaux.

## B. Aller à la conquête de nouveaux lieux de pratiques

Pour renforcer le maillage du territoire et amener le public le plus large possible vers l'haltérophilie et la musculation, la FFHM doit innover et répondre aux modalités de pratique actuelles en proposant notamment une politique innovante de création et d'utilisation des équipements.

Ainsi, dans un contexte de libéralisation des pratiques, la FFHM souhaite répondre aux attentes de nombreuses collectivités territoriales quant à l'utilisation des aires de pratique extérieure de la musculation présentes aujourd'hui dans de nombreuses villes.



Le programme **Street Muscu** a été conçu par la FFHM dans ce but et poursuit deux objectifs :

- Former des coachs à l'encadrement de cette musculation au poids de corps ;
- Animer ces espaces en proposant des événements.



Il vise à **toucher un nouveau public**, les pratiquants de cette activité étant majoritairement auto-organisés et non fédérés. Ce programme peut également offrir une nouvelle opportunité de développement pour nos clubs qui peuvent avoir accès à ces espaces extérieures dans leur rayon d'action, voire pourquoi pas à en doter leur salle (l'investissement étant raisonnable).

La stratégie de la formation Coach Street Muscu repose également sur un ciblage des éducateurs territoriaux des APS, permettant de ce fait à la FFHM de renforcer ses liens avec les collectivités territoriales, acteur incontournable du sport en France.

### **B.1 Proposer de nouvelles pratiques pour de nouveaux partenaires : les collectivités territoriales**

Historiquement propriétaires de la majeure partie des équipements sportifs, et soutien de la pratique traditionnelle de nos clubs, les collectivités territoriales souhaitent répondre aux évolutions de la pratique sportive et attendent aujourd'hui des réponses sur des thématiques comme le sport santé ou la pratique auto-organisée par exemple.

La FFHM souhaite saisir cette opportunité avec plusieurs objectifs répondant à sa stratégie de développement :

- promouvoir les différents bienfaits de l'Haltérophilie-Musculation et déconstruire certaines représentations ;
- en diffuser la pratique ;
- renforcer l'image d'expertise de la Fédération dans le champ concurrentiel de la musculation.

Les collectivités territoriales disposent d'intérêts spécifiques pour la FFHM :

- Leur large champ d'action dans le sport, notamment les communes (sport à l'école primaire, inclusion par le sport, sport santé, salles de musculation municipales...). Ainsi, répondre à une commande spécifique peut déboucher sur d'autres projets.



- La proximité avec nos structures (clubs, comités départementaux et ligues régionales), facilitant le développement de partenariats.

De véritables contrats de partenariat sont possibles pour nos structures. Concrètement, ces derniers peuvent comporter des offres et services tels que :

- La mise en place d'une formation Coach Muscu Santé, Street muscu, Silhouette HALTER... spécifique pour les ETAPS de la commune,

- Une prestation d'encadrement spécifique dans un domaine nécessitant notre expertise : halté-ro-muscu santé, animation street muscu, etc.,

- L'accompagnement à la mise en place de projets : création de créneaux muscu-santé au sein d'une Maison sport santé,

- La formation d'encadrants (ETAPS) et/ou la mise en place de cycles d'haltérophilie en milieu scolaire (programme Soulève le monde ? 30 minutes d'activité physique par jour),

- Des conseils d'aménagement pour une salle de musculation municipale,

- Des programmes d'animation et de coaching pour une salle de musculation municipale.



Les différentes formes de retombées possibles (financières, affiliation de la Collectivité, création d'un club, prises de licence) doivent contribuer à la structuration de nos clubs et organes déconcentrés et au développement de nos disciplines. Suivant les demandes et la structuration territoriale de la FFHM à cet endroit, les projets peuvent être initiés par la FFHM puis transmis aux structures territoriales FFHM comme ressource complémentaire pour leur développement.



## B.2 Créer de nouveaux équipements sportifs Haltérophilie - Musculation

Le développement de nos disciplines passe par la démonstration et la promotion de ces dernières. Dans la perspective de l'héritage des Jeux Olympiques 2024, les politiques publiques mettent l'accent sur la construction de nouveaux équipements. Nous devons saisir cette opportunité et définir quels sont nos besoins.

Un équipement itinérant, permettant d'organiser des animations Haltéro Tour, des cycles scolaires en établissement, des séances d'Haltéro-Muscu Santé et de Street muscu, pourrait être créé et utilisé par des ligues régionales ou autres structures volontaires.

Par ailleurs, des salles permettant la pratique de l'Haltérophilie-Musculation de dimension modeste, de type studio, seraient tout à fait appropriées dans les territoires ruraux ou ultra-marins.

Une mission « Equipements » va être créée au sein de la FFHM : elle inclura l'accompagnement de nos structures vers la création d'espaces et vers les dispositifs de financement (de l'ANS notamment) ; elle apportera des conseils d'aménagement aux collectivités territoriales rejoignant la FFHM ; enfin, elle rédigera les règlements applicables aux équipements sportifs d'Haltérophilie-Musculation tels que définis dans le Code du sport au titre de la Délégation de service public.

La création de centres régionaux d'entraînement et de formation FFHM, gérés par les Ligues, sera favorisée. Ils devront comprendre des espaces de pratiques, des salles de formation et des espaces administratifs.

# III. Moderniser & structurer la FFHM, ses organes déconcentrés, ses Clubs

Les organisations, les demandes des institutions, mais aussi le monde qui nous entoure évoluent. Cette tendance est encore plus marquée dans le secteur du sport et notamment dans les activités d'haltérophilie, musculation et remise en forme.

Le développement de nos activités, ainsi que la performance de nos sportifs, ne peuvent se faire que dans un cadre structuré qui s'adapte à ces évolutions sociétales et ces nouveaux modes de pratique, voire modes de vie.

A l'inverse, le manque de structuration est un frein à la performance sur nos différents secteurs.

## A. Rénover le fonctionnement fédéral

### A.1 Opérer la transformation numérique de la Fédération

Les solutions numériques actuelles doivent nous offrir des facilités de gestion et des opportunités de développement, à l'instar de ce que la digitalisation nous a permis de faire sur le secteur Formation.

La rénovation de notre site Internet interviendra en début d'olympiade. Ce travail sera accompagné par la refonte de notre intranet, qui doit offrir un maximum de fonctionnalités et services à nos clubs.

Ainsi, les clubs pourront gagner du temps et gagner en efficacité dans la gestion des licenciés, dans leurs procédures d'inscriptions et saisie de licences, et dans la communication vers leurs adhérents.

La participation aux formules d'animations et de compétitions numériques (exemple : Muscu challenges) sera facilitée grâce à ces nouveaux outils numériques.

Les contenus digitaux nous permettront de toucher un nouveau public (pratiquants, coachs, formateurs), au travers de ces plateformes modernisées.

Enfin, la production numérique, l'animation renforcée de nos réseaux sociaux et le Webmarketing nous permettront de mieux faire connaître nos activités et d'accroître notre communauté de pratiquants et utilisateurs.

## A.2 Créer un titre de participation occasionnel

Le modèle de la licence annuelle reste la norme dans les fédérations sportives, notamment pour les pratiques compétitives et la pratique régulière en club. Mais ce modèle tend à être remis en question, une partie du public ne souhaitant plus s'engager sur une longue période.

En outre, avant d'être un licencié, la personne est bien souvent un pratiquant. Or il apparaît que la FFHM touche un grand nombre de personnes à travers ses nombreuses actions : les formations touchant un public extérieur, les animations de promotion type Haltéro Tour, les portes ouvertes de la pratique féminine, les journées olympiques... Ce flux de pratiquants occasionnels n'est pas suffisamment valorisé et exploité. Un titre de participation pour ces événements très ponctuels et non compétitifs pourrait être une solution et aurait un double avantage :

- Comptabiliser précisément le nombre de personnes ayant pratiqué l'haltérophilie-musculation avec la FFHM. Cela concourrait à répondre à l'objectif du gouvernement de 3 millions de pratiquants supplémentaires à l'horizon des Jeux Olympiques 2024 ;
  - Alimenter une base de données pour renforcer nos actions de communication, et mettre en lien ces pratiquants ponctuels dans un premier temps avec les clubs FFHM.
- Pour cela, ce titre doit être agile, dématérialisé et gratuit.

## B. Former nos éducateurs de clubs et nos bénévoles

Dans la démarche « qualité » qui est la nôtre, la formation joue un rôle prépondérant. Elle se déploie pour répondre à 2 objectifs :

- Améliorer la prise en charge de nos publics, par l'acquisition continue de compétences par nos éducateurs de clubs. Ceci est une source de développement, de fidélisation et de progression de nos sportifs.
- Positionner la FFHM comme la référente technique dans le domaine de l'haltérophilie et de la musculation. Cette légitimité institutionnelle et professionnelle dans le secteur de la remise en forme est source de reconnaissance pour l'ensemble des acteurs de notre Fédération : elle doit nous permettre de porter notre voix auprès des institutions mais aussi de développer notre modèle économique sur le marché de la formation. Ceci ne pourra être obtenu que par la qualité de nos modules de formation, et par la bonne adaptation de notre offre aux besoins évolutifs des éducateurs.

## B.1 Rénover notre formation fédérale

La formation est un secteur en évolution constante. Les outils technologiques révolutionnent nos façons de communiquer et d'aborder les contenus techniques et pédagogiques. Nous ne pouvons plus former de la même manière qu'il y a 10 ans, ni même 5 ans. D'autre part, le temps de nos apprenants est précieux : nos éducateurs sont souvent accaparés par leurs obligations de présence au club ou sur les compétitions. Nous leur devons d'aménager les temps de formation au plus juste, en accord avec leurs contraintes.

Tout ceci suppose une modernisation de notre filière de formation fédérale.

Il est néanmoins important de préciser que nous conserverons des temps de formation en présentiel. Ils sont indispensables pour créer un lien entre formateurs et formés, et diffuser notre culture fédérale. Ils permettent les temps de « pratique », facilitent grandement les acquisitions gestuelles et les échanges qualitatifs. Nous optimiserons donc ces temps présentiels afin qu'ils soient programmés selon leurs justes besoins.

Les brevets fédéraux seront donc revus dans leur architecture et leurs contenus. Ils seront uniformisés dans leur mise en œuvre par les organes déconcentrés, afin que les mêmes compétences soient développées sur l'ensemble du territoire. Un groupe de travail sera constitué autour de la Commission Formation, afin d'achever ces travaux avant la fin de l'olympiade.

Selon la même logique, les modalités d'accès à la formation seront modernisées (inscriptions, règlements, documents administratifs et justificatifs). Ceci doit permettre d'alléger la charge administrative de nos services, mais aussi d'être plus réactif et plus efficient pour un bon service à nos publics en formation : édition rapide des documents (attestation, factures,...), encaissements, délivrance des diplômes, etc.



**La plateforme HALTER'ACTION** sera mise en service, et permettra de mettre en place le droit des Clubs à la formation. Le principe est de pouvoir accéder à des contenus de formation grâce à son ancienneté ou son implication dans notre Fédération.

Par ailleurs, la formation de jeunes bénévoles et de jeunes officiels doit être favorisée. En plus des formations d'arbitres, filière qui doit être dynamisée afin d'avoir davantage d'arbitres féminins, nous structurerons la formation de secrétaires de compétition, de speakers, de chargeurs, de chef Marshall, etc. afin de pérenniser la bonne tenue de nos compétitions et leur montée en qualité.

## **B.2 Porter la filière de formation professionnelle Haltérophilie-Musculation**

Les partenariats de formation enclenchés au cours de l'Olympiade précédente ont prouvé leurs intérêts et doivent perdurer, notamment pour les BPJEPS.

Néanmoins, l'important marché de l'haltérophilie et de la musculation aujourd'hui, et le rôle majeur que nous avons à y jouer en tant que fédération olympique délégataire de service public doit nous guider vers la maîtrise et l'organisation de notre propre filière de formation professionnelle. L'obtention toute récente de la certification Qualiopi est une preuve supplémentaire de notre expertise dans nos process de formation.

C'est pourquoi la FFHM, avec le concours de ses ligues régionales, doit aujourd'hui porter les trois formations qui répondent réellement aux typologies d'emploi de nos clubs :

1. **Le Coach Haltéro Pro** (en cours de reconnaissance pour inscription au Répertoire national des certifications professionnelles) : former nos futurs entraîneurs en haltérophilie pour la formation et le perfectionnement de nos compétiteurs en club.

2. **Le DEJEPS (diplôme d'Etat) en Haltérophilie-Musculation** : former nos futurs agents de développement en haltérophilie et musculation pour nos structures territoriales.

3. **Le DESJEPS (diplôme d'Etat supérieur) en Haltérophilie-Musculation** : former nos entraîneurs experts en haltérophilie et formateurs de cadres pour la Direction technique nationale et nos structures du Parcours de performance fédéral.

### **Objectifs 2024 :**

- o Création et organisation du premier DESJEPS Haltérophilie-Musculation par la FFHM.
- o Organisation de deux DEJEPS Haltérophilie-Musculation par des ligues régionales.
- o Création et organisation de cinq Coach Haltéro Pro annuels par la FFHM et des ligues régionales.



## C. Renforcer la structuration de nos ligues régionales

L'écosystème du sport est en constante mutation, et les fédérations doivent sans cesse faire évoluer leurs modèles de fonctionnement. Ce constat est d'autant plus fort dans le champ de la musculation et de l'haltérophilie, car d'une part elles peuvent être facilement accessibles en pratique libre sans encadrement, et d'autre part parce que la concurrence du secteur commercial est très agressive (salles de fitness, coaches privés).

Depuis la dernière Olympiade, la FFHM a apporté des réponses à ces évolutions, et saisi des opportunités en créant plusieurs formations (Coach Haltéro, Coach Musculation Fonctionnelle, Coach Muscu Santé), accessibles également à un public externe (préparateurs physiques, crossfiteurs, entraîneurs d'autres disciplines sportives, animateurs sportifs). En plus de renforcer le modèle économique de la Fédération, le succès de ces formations a contribué à repositionner la FFHM au centre de l'expertise en haltérophilie et musculation, et conduit au développement de nombreux partenariats avec des organismes de formation générant de nouvelles ressources financières.

### C.1 Développer les activités dans les ligues régionales et créer des postes de Conseillers techniques fédéraux (CTF)

Certaines ligues régionales se sont emparées de ces possibilités de partenariats de formation pour se développer. La création d'un poste de CTF en Provence-Alpes-Côte d'Azur, et la pérennisation d'un autre en Occitanie, ont été réalisées en grande partie grâce aux ressources générées par ces partenariats.

Mais le bilan et les perspectives du projet fédéral 2017-2020 font ressortir que les autres ligues régionales doivent aujourd'hui davantage s'appropriier ce travail de fond. Certaines ligues ont par exemple développé des partenariats de formation, mais sans que cela ne se concrétise pour le moment par un développement des activités et/ou une création d'emploi. Cela passe par une meilleure structuration de leurs ressources humaines voire de leurs milieux de pratique qui peuvent constituer un accélérateur de développement (organisme de formation, centre d'entraînements...).

C'est pourquoi il apparaît prioritaire de créer des postes de cadres techniques fédéraux, experts en développement des activités autour de l'haltérophilie et de la musculation.

Le profil de poste envisagé est expert en développement, notamment pour accompagner les clubs dans leur structuration, et développer l'haltérophilie et la musculation sur les territoires.

### **Pour cela, la Fédération souhaite accompagner les ligues régionales de différentes façons :**

---

- Proposer un accompagnement dans la création de postes qui répondent aux orientations de la ligue, dans le respect des programmes du projet fédéral.

Une collaboration a été initiée en janvier 2021 avec le Centre de ressources «sport» du Dispositif Local d'Accompagnement placé au CNOSF pour la mise à disposition d'outils d'aide à la création d'emplois et la création de fiches de postes-types «à tiroir».

- Relayer et inciter les ligues régionales à utiliser les dispositifs d'aides à l'emploi, et particulièrement le dispositif Emploi ANS qui est aujourd'hui le plus pertinent au regard des profils de postes souhaités.

- Assurer une formation continue des cadres techniques fédéraux en partenariat avec la ligue régionale.

- Apporter un accompagnement technique et pédagogique dans la contractualisation de partenariats avec des organismes de formation dans les régions.

- Accompagner les ligues régionales sollicitées pour la mise en place d'un Diplôme d'Etat JEPS Haltérophilie-Musculation avec un organisme de formation reconnu, dans le but d'en faire un fort levier de développement : formation puis création d'emplois d'agents de développement dans la région.

- Apporter une aide financière à la pérennisation des postes à l'issue des aides à la création (uniquement en cas de besoin, et à des moments clés de transition vers la pérennisation du poste).

### **Objectif 2024 :**

Création de 5 postes de Conseillers techniques fédéraux dans les ligues régionales.



## C.2 Poursuivre la structuration administrative et technique des ligues régionales

Le diagnostic de la structuration de nos ligues régionales fait apparaître des axes d'amélioration dans la constitution des instances indispensables à la structuration de l'haltérophilie et de la musculation.

### Constituer une Equipe Technique Régionale (ETR) dans chaque Ligue :

Il est prioritaire aujourd'hui que chaque région dispose d'une équipe technique régionale en haltérophilie et musculation opérationnelle, permettant d'assurer la formation des entraîneurs (brevets fédéraux et formation continue) et le développement de la performance régionale (actions de détection des meilleurs jeunes, organisation de stages...).

Cette ETR doit regrouper les techniciens qualifiés et reconnus pour leurs qualités techniques et pédagogiques, afin qu'ils mettent en œuvre le projet régional sous la responsabilité du Conseiller technique régional.

Cet engagement et cette expertise doivent être valorisés : les membres de cette ETR doivent être rémunérés pour leurs prestations. Différents leviers, comme les Projets Sportifs Fédéraux, existent pour cela.

### Contractualiser avec le monde scolaire :

La FFHM poursuit son travail permanent de promotion de nos disciplines auprès des instances partenaires nationales : la convention signée avec le Ministère de l'Éducation nationale, le Ministère chargé des sports et l'Union Nationale du Sport Scolaire en tout début de mandat en témoigne.

La déclinaison territoriale passe obligatoirement par des partenariats entre nos ligues régionales et les instances scolaires régionales. Pour se faire, chaque ligue régionale doit être dotée d'une Commission mixte UNSS, dans chaque académie.

Pour accompagner les ligues dans ce travail de partenariat, la FFHM va leur proposer une convention régionale type recensant les actions concrètes réalisables au niveau scolaire. Cet outil doit amener à la signature d'une convention régionale par chaque ligue.



## Objectifs 2024 :

### Structurer dans chaque ligue régionale :

- o Une équipe technique régionale Haltérophilie-Musculation ;
- o Une commission technique haltérophilie ;
- o Une commission technique musculation ;
- o Une commission mixte UNSS dans chaque académie ;
- o Un référent formation ;
- o Un référent arbitrage ;
- o Un référent Paris 2024.



Lorsque ce sont des ligues migrées / fusionnées, elles tendront à créer un ETP administratif pour le fonctionnement général de la Ligue : demande et suivi des subventions, suivi des formations, etc. Lorsque ce sont des ligues non fusionnées, il pourra s'agir d'½ ETP administratif pour les mêmes fonctions.

### **C.3 Créer des centres régionaux de l'haltérophilie et de la musculation**

Ce projet ambitieux et innovant vise à accompagner les ligues régionales les plus développées vers la création d'un centre régional dédié à l'haltérophilie et à la musculation.

#### **La vocation de cette structure serait multiple :**

- Centre d'entraînement permanent et ponctuel (stages régionaux, CLE, etc.) ;
- Organisme de formation professionnelle au Coach Haltéro Pro et diplômés d'Etat des futurs cadres Haltérophilie-Musculation (DEJEPS, DESJEPS) ;
- Formation initiale et continue des bénévoles ;
- Organisation de séminaires haltérophilie et/ou musculation ;
- Bureaux de la Ligue régionale.

La création d'une telle structure sera couplée avec le recrutement de ressources humaines pour en assurer un fonctionnement optimisé et permanent.

La FFHM accompagnera ces projets notamment en guidant les ligues régionales vers l'autonomie au niveau de la formation professionnelle et l'obtention de leur certification Qualiopi.

#### **Objectif 2024 :**

- o Disposer de 3 centres régionaux d'haltérophilie et musculation

### **D. Développer les activités et faire évoluer le modèle économique de nos clubs et comités départementaux**

La FFHM dispose aujourd'hui de nombreux programmes de promotion et de développement de l'haltérophilie et de la musculation : haltérophilie scolaire, animations Haltéro Tour, programmes de coaching en musculation (Silhouette HALTER, Circuit Fit), haltéro-muscu Santé, Street muscu, animations Muscu Challenges etc.

Cette Olympiade doit nous permettre de mieux diffuser ces programmes dans les territoires. Ils doivent en effet rendre nos clubs attractifs et les servir pour l'évolution de leur projet de club et du modèle économique qui en découle.

## **D.1 Accompagner et former nos dirigeants de clubs**

Dans son rôle prioritaire d'accompagnement de ses structures, la FFHM va créer et mettre à disposition des outils d'accompagnement à l'utilisation des programmes fédéraux et à l'organisation de ces activités à destination des dirigeants des structures. Ces outils prendront la forme de fiches méthodologiques et/ou des webinaires thématiques.

### **Objectif 2024 :**

o Création d'un espace de formation des dirigeants.

## **D.2 Développer les activités des clubs et comités départementaux et aller vers la création de postes d'Agents de développement**

Le développement des activités peut conduire une partie des clubs et comités départementaux vers la professionnalisation de tout ou partie de leur encadrement. Cet objectif concourt à l'amélioration de la structuration de la FFHM. Il est important que les clubs puissent créer des postes qui intègrent des missions de développement (et pas uniquement de l'encadrement), afin dans un premier temps d'assurer la pérennisation de ces postes, mais aussi d'engendrer un réel développement de nos disciplines : augmenter l'offre de pratique, développer de nouveaux partenariats...

Cela passe également par un accompagnement de la structure à faire évoluer son projet de club en conséquence (politique tarifaire, accueil de nouveaux publics etc.).

### **Pour tendre vers cet objectif, la Fédération souhaite accompagner les clubs et comités départementaux :**

- Proposer un accompagnement dans la création de postes qui répondent aux orientations du club ou comité départemental, dans le respect des programmes du projet fédéral.
- Mettre à disposition des outils d'aide à la création d'emplois et créer de fiches de postes-types «à tiroir».
- Créer des conventions type de partenariats possibles de partenariats au niveau local (collectivités territoriales, entreprises) pour accompagner les dirigeants de clubs.
- Relayer et inciter les clubs et comités départementaux à utiliser les dispositifs d'aides à l'emploi, et

particulièrement le dispositif Emploi ANS qui est aujourd'hui le plus pertinent au regard des profils de postes souhaités.

- Faire connaître le projet fédéral et le projet de professionnalisation de la FFHM aux DRAJES et SDJES, et leur apporter notre avis fédéral sur les projets présentés.

### **D.3 Encourager la création d'annexes de clubs et/ou de sections Haltérophilie-Musculation dans des clubs omnisports**

La diffusion de l'Haltérophilie-Musculation peut être favorisée par des formes d'organisation moins contraignante que la création et la gestion complète d'une association.

Ainsi, la FFHM soutiendra techniquement et administrativement les ouvertures d'annexes de clubs. Concrètement, cela signifie qu'un club existant pourra proposer des créneaux soit dans une commune périphérique, soit dans une autre salle permettant l'accueil d'un nouveau public.

De même, les initiatives visant à développer une section Haltérophilie-Musculation dans une association omnisports seront aidées.

Cet accompagnement de nos ligues régionales, comités départementaux et clubs, axe prioritaire de ce mandat, sera également renforcé par un Tour de France des régions. Il est ainsi prévu qu'une équipe technique se déplace dans chaque région au cours de l'Olympiade.

Ces déplacements pourront être complétés par un suivi distancié régulier en fonction des besoins et demandes des ligues régionales.

### **E. Pérenniser l'expertise de la Direction Technique Nationale par l'identification et la formation des futurs Conseillers techniques sportifs**

La dynamique actuelle au sein de la Direction technique nationale ne doit pas occulter les problématiques qui peuvent se poser très rapidement au niveau des ressources humaines et qui doivent être anticipées dès à présent.

La FFHM dispose aujourd'hui de 22 Conseillers techniques sportifs (CTS) qui exercent soit au siège fédéral, soit dans les ligues régionales, soit dans les pôles inscrits au parcours de performance fédéral (PPF). Il y a également 2 Conseillers techniques fédéraux (CTF) salariés de ligues régionales (Hauts-de-France, Provence-Alpes-Côte d'Azur), qui sont pleinement associés à l'équipe des cadres techniques de la FFHM.

## Une analyse plus approfondie fait ressortir plusieurs problématiques :

- Le nombre de cadres techniques et CTF (25) est relativement faible pour une fédération olympique de 22040 licenciés en 2020, ayant la délégation ministérielle pour deux disciplines bien distinctes. Tout en sachant également que les clubs et comités départementaux sont très peu professionnalisés.
- Il est prévu que 3 à 4 CTS partent à la retraite au cours de l'Olympiade 2021-2024.
- Trois ligues régionales (Pays de la Loire, Guadeloupe et Martinique) ne disposent ni de CTS ni de CTF. Une ligue régionale (Provence-Alpes-Côte d'Azur) a recruté un CTF en 2020 en partie faute de pouvoir disposer d'un CTS.
- Le nombre de cadres techniques experts dans la discipline olympique de l'haltérophilie est en baisse au sein de la Direction technique nationale, faute de candidats titulaires du professorat de sport.

Cette première action vise donc à créer des postes de cadres techniques (professeurs de sport et contrats de droit privé), experts en entraînement et en formation de cadres en haltérophilie. Le profil de poste envisagé est expert en haltérophilie, pour des missions d'entraînement des athlètes et de formation des cadres fédéraux.

La stratégie de cette professionnalisation repose sur la formation. Plusieurs solutions sont programmées pour identifier et former ces futurs cadres techniques en haltérophilie :

- Identifier des cadres techniques potentiels dans le réseau fédéral et leur proposer un accompagnement individualisé.
- Former les futurs cadres techniques de la FFHM en organisant la première formation au Diplôme d'Etat Supérieur JEPS en haltérophilie et musculation. La mise en place de ce cursus, même pour des effectifs limités, est aujourd'hui primordial.
- Accompagner les cadres techniques fédéraux actuels vers le professorat de sport afin de pérenniser leurs postes et de conserver leur expertise au sein de la Fédération.

## F. Ancrer la culture de l'évaluation dans nos fonctionnements

A l'image de nos entraîneurs qui intègrent régulièrement des phases de contrôle et d'évaluation dans la planification de leurs sportifs, nos actions de développement doivent également être mesurées et évaluées.

D'une part, cela nous est demandé par nos partenaires : Ministère, Agence nationale du sport, collectivités...

Mais surtout, l'objectif est de conduire au renforcement de nos actions qui produisent des résultats, et à l'accompagnement de celles qui peuvent être améliorées dans une logique de développement de l'haltérophilie et de la musculation.

### Plusieurs programmes ou structures sont particulièrement concernés :

- Les Projets Sportifs Fédéraux ;
- Les Centres Locaux d'entraînement et nos Pôles de Haut Niveau ;
- Les conventionnements entre la FFHM et chaque ligue régionale.

Des critères simples et précis seront établis et diffusés afin que ce travail d'évaluation soit efficient et conduit de manière bienveillante, l'objectif commun étant de développer la pratique de nos disciplines par l'amélioration continue de nos actions.

