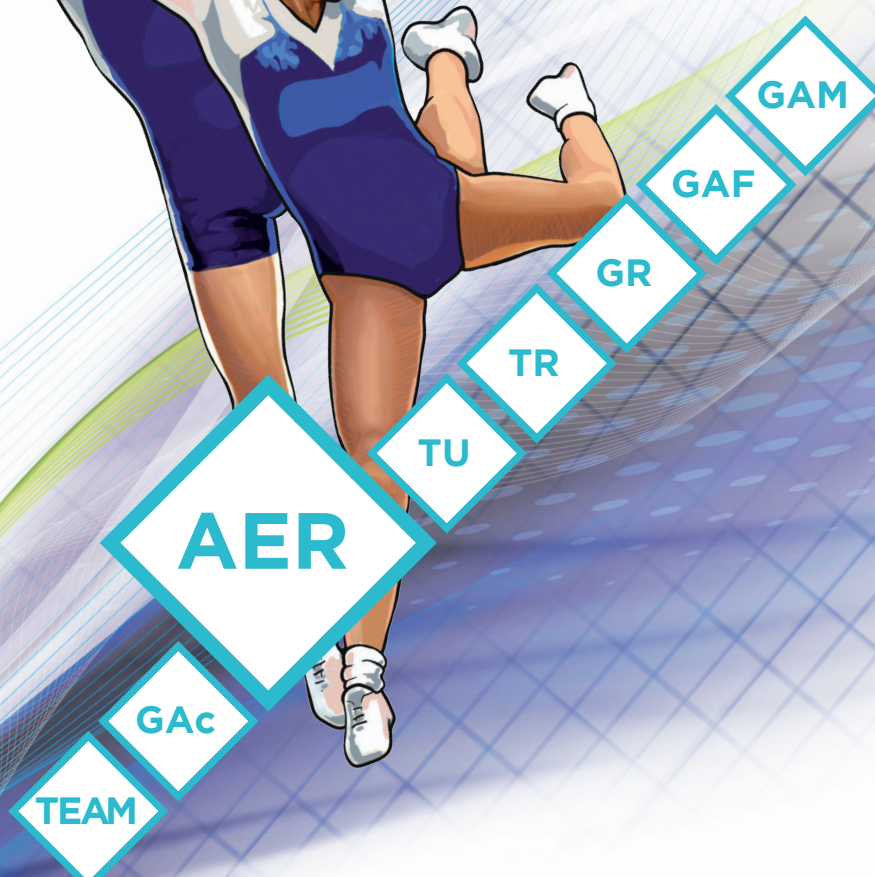


RÈGLEMENT TECHNIQUE  
**AÉROBIC**  
2019-2020





# Sommaire

	Pages
<b>1. Organisation FFGym</b>	03
LES NIVEAUX DE PRATIQUE	04
L'ORGANISATION TERRITORIALE	05
LES CIRCUITS COMPÉTITIFS TYPES	07
LES PRÉROGATIVES DE LA FFGYM ET DES TERRITOIRES	08
ACCESS GYM & RENCONTRES DE PROXIMITÉ	09
<b>2. Organisation Compétitive AÉROBIC</b>	11
TABLEAU SYNOPTIQUE	12
L'ACTIVITÉ AÉROBIC	13
FÉDÉRAL	14
PERFORMANCE	18
ÉLITE	22
<b>3. Règlements générale</b>	23
GÉNÉRALITÉS	24
MÉDICAL	25
ORGANISATION DES COMPÉTITIONS	26
GESTION INFORMATIQUE	28
AUTORITÉS DÉCISIONNELLES	30
GYMNASTES	31
ENTRAÎNEURS	32
JUGES	33
TENUES	34

## PRÉAMBULE

Alors que la saison gymnique 2019-2020 sera une année avec des enjeux forts sur le plan international avec les championnats du Monde qualificatifs ainsi que les Jeux Olympiques de Tokyo 2020, elle s'annonce plus classique sur le plan national, avec une organisation compétitive identique à celle de 2018-2019, en dehors que quelques évolutions mineures en fonction des disciplines.

Ce sont près de 1 500 compétitions qui vont être organisées tout au long de la saison dans l'ensemble des territoires de la France métropolitaine et de la France d'outre-mer ; avec pour les meilleurs gymnastes des niveaux de pratique Fédéral, Performance et Élite un parcours compétitif se terminant par l'une ou l'autre des 16 finales nationales mises en place par la FFGym.

Vous noterez une nouveauté dans ce règlement technique avec l'identification des autorités décisionnelles. Il s'agit de bien préciser les fonctions et les responsabilités des acteurs désignés pour préparer et gérer chaque compétition du niveau départemental au niveau national, lesquels sont de ce fait les garants du déroulement de ces événements dans le respect de la réglementation technique.

Comptant sur chacun pour donner le meilleur de soi tout en respectant les règles et valeurs de la FFGym, nous vous souhaitons une belle année gymnique.





1.

# Organisation FFGym

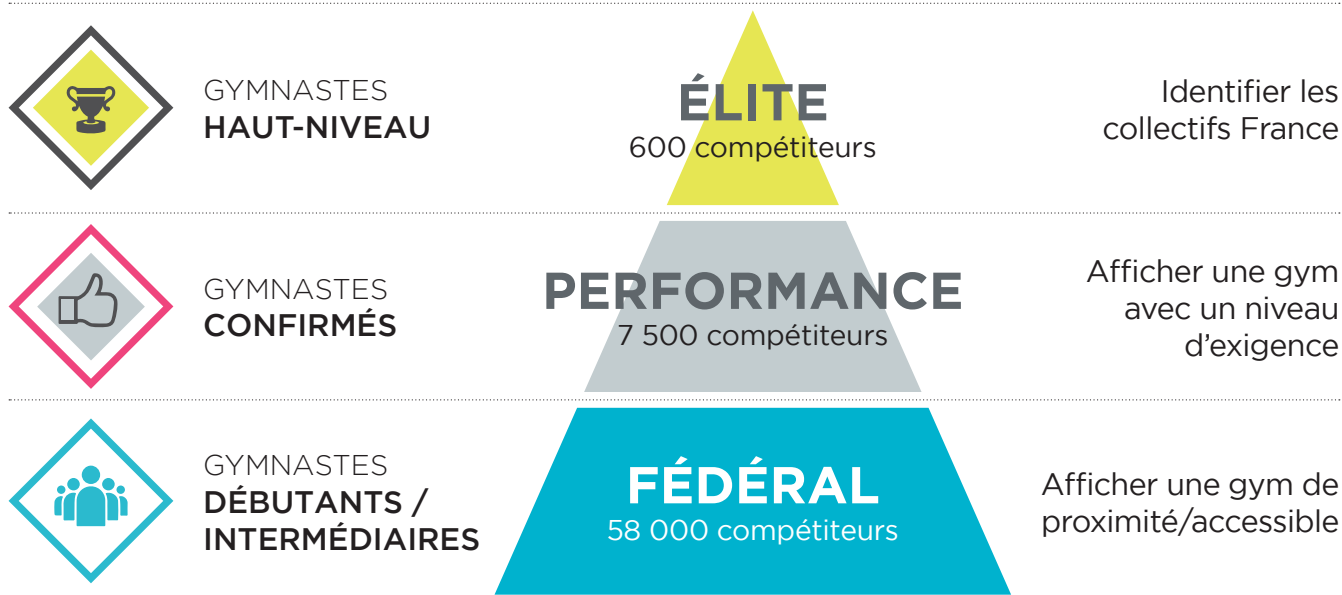
- p04 LES NIVEAUX DE PRATIQUE
- p05 L'ORGANISATION TERRITORIALE
- p07 LES CIRCUITS COMPÉTITIFS TYPES
- p08 LES PRÉROGATIVES DE LA FFGYM ET DES TERRITOIRES
- p09 ACCESS GYM & RENCONTRES DE PROXIMITÉ



# LES NIVEAUX DE PRATIQUE

3 PROFILS DE GYMNASTES

3 BESOINS POUR LA FFGYM



**Le FÉDÉRAL et la PERFORMANCE sont deux pratiques distinctes de niveau différent**



D'où l'importance pour chaque niveau de proposer un environnement qui lui est propre, avec ses spécificités



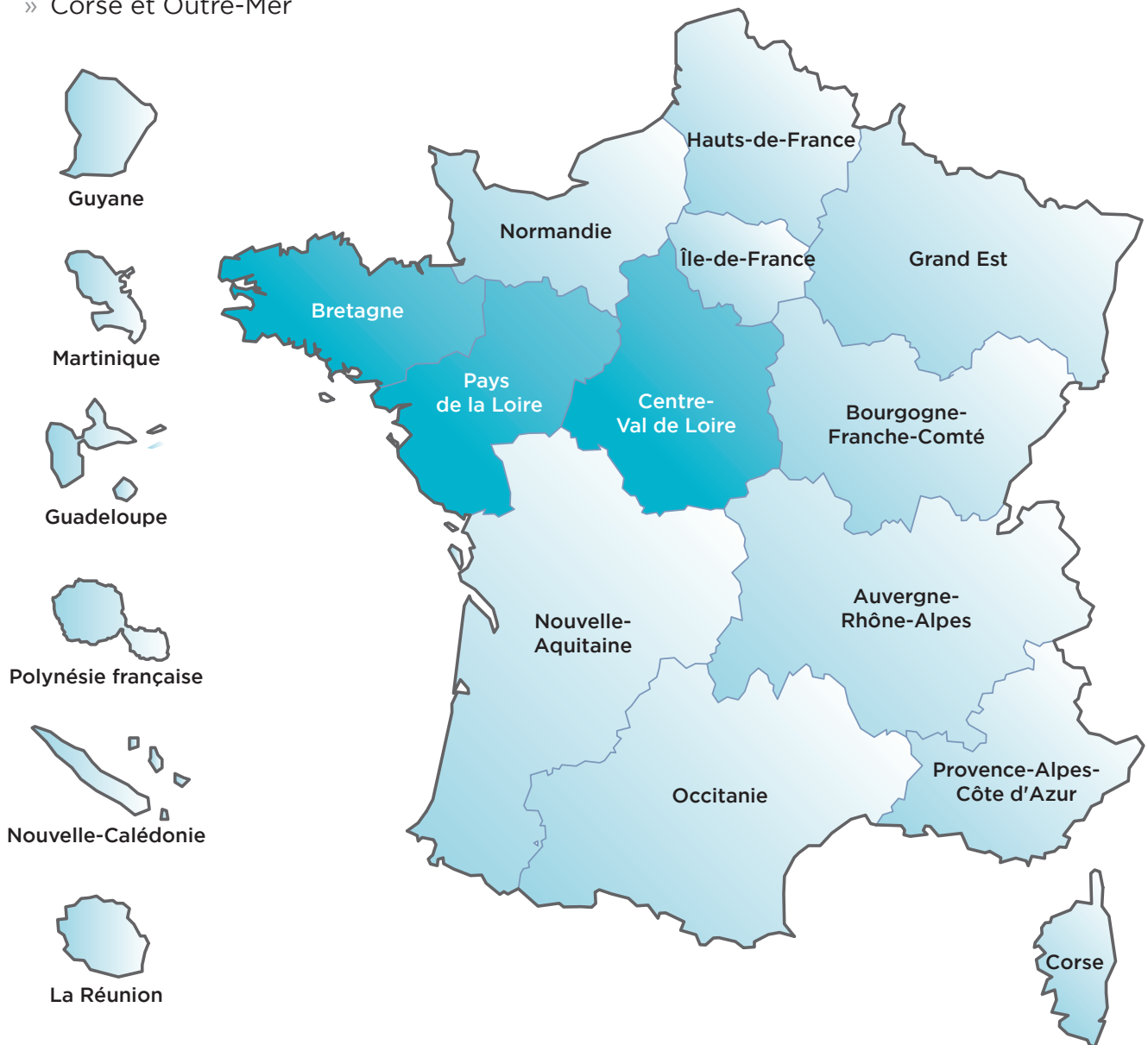


# L'ORGANISATION TERRITORIALE

## LES ÉCHELONS TERRITORIAUX

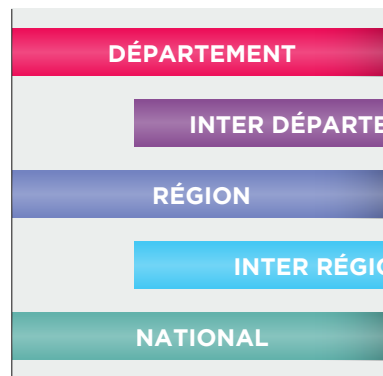
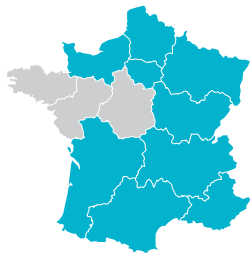
### 3 organisations :

- » Régions avec fusion et PACA
- » Régions sans fusion
- » Corse et Outre-Mer





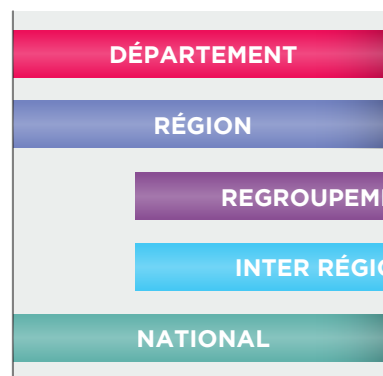
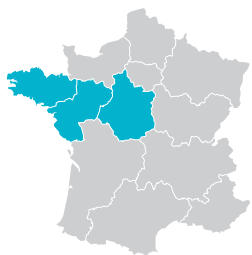
## RÉGIONS AVEC FUSION ET PACA



→ Périmètre défini par les comités régionaux, selon les orientations fédérales

TR, TU, GAC, AER

## RÉGIONS SANS FUSION



→ Bretagne + Pays de la Loire + Centre Val de Loire

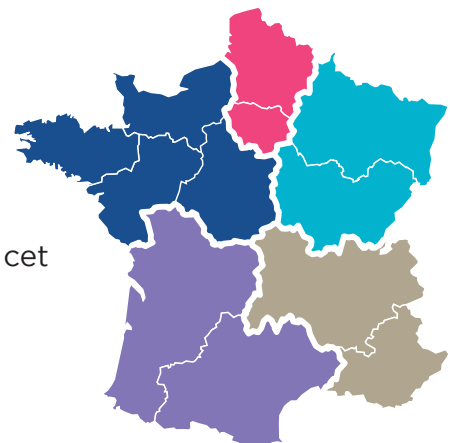
TR, TU, GAC, AER

## CORSE ET OUTRE-MER

- » Définition des circuits compétitifs en Fédéral et en Performance par les comités régionaux, avec possibilité de regroupement

## L'ÉCHELON INTER-RÉGIONAL

- » Périmètre commun pour toutes les disciplines utilisant cet échelon : AER TR TU GAc







# LES CIRCUITS COMPÉTITIFS TYPES

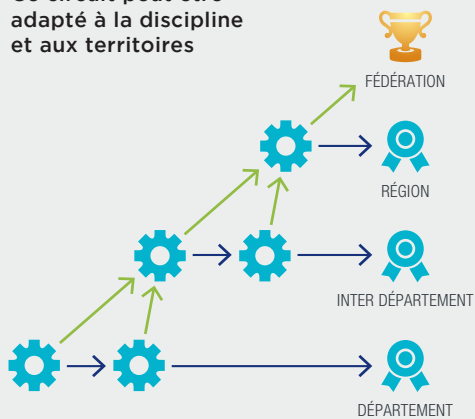


## RÉGIONS AVEC FUSION ET PACA



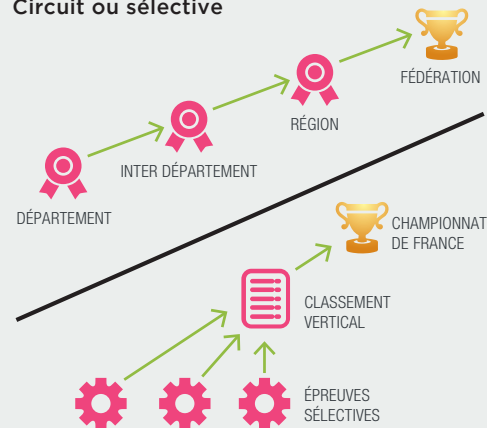
### FÉDÉRAL

Ce circuit peut être adapté à la discipline et aux territoires



### PERFORMANCE

Circuit ou sélective

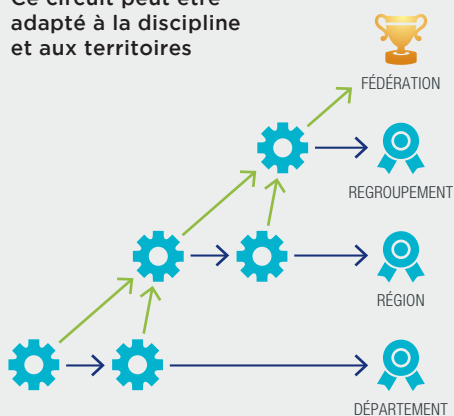


## RÉGIONS SANS FUSION



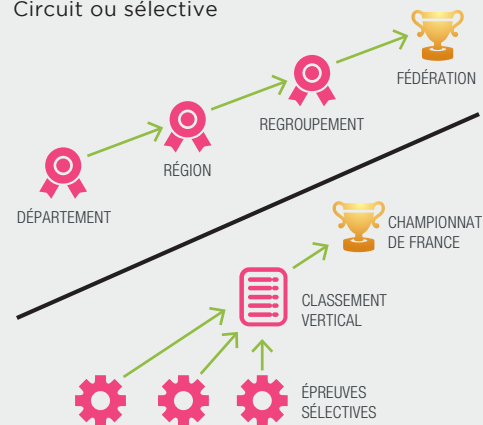
### FÉDÉRAL

Ce circuit peut être adapté à la discipline et aux territoires



### PERFORMANCE

Circuit ou sélective



Compétition d'orientation



Épreuve sélective



Finale de l'échelon



Championnat de l'échelon et épreuve sélective



Orientation vers l'échelon supérieur



Maintien à l'échelon actuel



# LES PRÉROGATIVES DE LA FÉDÉRATION ET DES TERRITOIRES

## LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE GYMNASTIQUE :

- » Elle définit l'offre compétitive pour l'ensemble des pratiquants, avec une organisation qui comprend des finalités territoriales en fonction du niveau de chacun ;
- » Cette offre compétitive comprend les niveaux de pratique, les filières, les catégories, les contenus techniques, les étapes, les modalités de qualification, les noms génériques des compétitions ;
- » Elle détermine la réglementation applicable pour toutes les compétitions, à l'exception des modalités d'organisation confiées aux territoires ;
- » Elle met à disposition les outils informatiques : EngaGym, OrdoGym, DJGym, FFGCOMPET ;
- » Elle assure la coordination du dispositif, en particulier pour les compétitions de niveau inter-région ;
- » Elle organise les finales nationales.

## LES COMITÉS RÉGIONAUX :

- » Ils mettent en œuvre l'offre compétitive sur leur territoire, dans le respect des règles fédérales et en coordination avec les comités départementaux ;
- » Ils définissent le périmètre des inter-départements ;
- » Ils élaborent le calendrier compétitif et définissent le nombre de compétitions d'orientation et de finales territoriales à organiser, en fonction des volumes de compétiteurs à gérer et des capacités d'accueil sur chaque échelon ;
- » Ils déterminent le volume de compétiteurs qualifiés pour les échelons inter-département ou région et région ou regroupement ainsi que les quotas de qualification ;
- » Ils organisent les compétitions de niveau inter-département ou région et région ou regroupement, ainsi que les compétitions de niveau inter-région qui leur sont confiées ;

## LES COMITÉS DÉPARTEMENTAUX :

- » Ils mettent en œuvre l'offre compétitive sur leur territoire, dans le respect des règles fédérales et en coordination avec les comités régionaux ;
- » Ils élaborent le calendrier compétitif et définissent le nombre de compétitions d'orientation et de finales départementales à organiser, en fonction des volumes de compétiteurs à gérer et des capacités d'accueil ;
- » Ils organisent les compétitions de niveau départemental.

*Pour faciliter la lecture du document, le terme **ou** est employé pour mettre en évidence les échelons territoriaux différenciés entre les régions avec fusion + PACA et les régions sans fusion (Bretagne / Pays de la Loire / Centre-Val de Loire).*



**Access Gym**  
La gym comme j'aime

## ACCESS GYM & RENCONTRES DE PROXIMITÉ

### ACCESS GYM

L'Access Gym est une offre de pratique non compétitive, simple, motivante et facile à mettre en place pour capter de nouveaux publics et les fidéliser.

Ce programme d'animation se veut attractif avec une approche pédagogique dynamique et progressive

et une formalisation des progrès par paliers successifs. C'est un programme « clés en mains » qui vise à aider les animateurs/entraîneurs dans la conception de leurs séances, en leur proposant des outils adaptés : fiches techniques, photos, vidéos, musiques et des idées d'ateliers développant

leur imagination et leur capacité de création.

Ce programme aide à dynamiser et à structurer les activités proposées par les clubs.

### ACCESS GYM GÉNÉRAL

Le programme Access Gym Général doit permettre au jeune pratiquant d'acquérir les bases nécessaires à une pratique gymnique spécialisée.

Ce programme constitue un élément incontournable dans la formation de base du jeune gymnaste. Il permet l'acquisition de postures et d'éléments alliant tenue, tonicité et précision. Il est construit progressivement en 8 à 10 étapes, avec un système d'évaluation tout au long de la saison permettant de progresser en validant les différents niveaux. Il vise à

aider les animateurs/entraîneurs dans leurs missions de tous les jours et à motiver les gymnastes pour qu'ils continuent leur pratique au sein du club.

Ce programme est à destination d'un public débutant désireux d'acquérir une motricité fine pour la pratique des activités gymniques acrobatiques. Il peut être proposé l'année des 6 ans, dans la suite logique de la Baby Gym, et à tous les débutants quel que soit leur âge. Les éléments de ce programme sont aussi conçus

pour les personnes en situation de handicap désireuses de pratiquer la gymnastique. Pour ces dernières, des aménagements et des critères de validation spécifiques sont proposés sur les ateliers de référence.

Ce programme est organisé autour d'une planification annuelle sur 32 à 35 semaines en période scolaire, comprenant des séances techniques et d'évaluation d'une durée d'une heure (10 échauffements et un ensemble de fiches techniques d'apprentissage, fiches d'évaluation et diplômes).

### ACCESS GYM PAR DISCIPLINE

Prolongement du programme Access Gym Général, ce programme d'animation permet la validation de niveaux de compétences techniques, de formation, d'évaluation et de classification des gymnastes.

Il s'agit d'un outil ayant pour but de favoriser et valoriser la réussite du gymnaste et ainsi d'entretenir sa motivation en progressant à son rythme. Pour les premiers niveaux, le programme est accessible aux

gymnastes s'entraînant à partir d'une fois par semaine. Chaque niveau correspond à une couleur et comprend l'apprentissage d'éléments de référence.

Toute la documentation Access Gym est accessible de 3 manières différentes :

- » En téléchargement (version numérique PDF) à partir du site [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr).
- » En consultation vidéo à partir du site [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr).
- » En version papier auprès de France Promo Gym.



## ORGANISATION TECHNIQUE DES PROGRAMMES ACCESS GYM

Graduation	Access Gym GAM	Access Gym GAF	Access Gym GAc	Access Gym Aéro	Access Gym TR	Access Gym GR
Or						
Argent						
Bronze						
Noir						
Marron						
Violet	<b>Progression technique en</b>					
Rouge	<b>GAM</b>	<b>GAF</b>	<b>GAc</b>	<b>Aéro</b>	<b>TR</b>	
Bleu						
Vert						
Orange						
Jaune						
Blanc						
10	<b>Access Gym Général</b>					<b>Access Gym GR Général</b>
9	Animation sur les bases des activités acrobatiques et aérobic					
8	Proposant une progression transversale aux activités acrobatiques et aérobic					
7						
6						
5						
4						
3						
2						
1						

## RENCONTRES DE PROXIMITÉ

Depuis septembre 2016, la FFGym propose l'organisation de rencontres de proximité interclubs organisées sous contrôle de la Fédération et de ses comités départementaux, basées sur les produits Access Gym.

Ces rencontres se situent en amont du premier niveau de compétition.

La rencontre de proximité Access Gym est un événement fédéral officiel dédié à la validation des programmes Access Gym :

- » Access Gym Général et GR Général
- » Access Gym par discipline

Elle permet aux gymnastes qui évoluent sur ces programmes de se rencontrer lors d'un événement fait pour eux. La rencontre est destinée aux gymnastes :

- » Agés de 6 ans et plus pour l'Access Gym Général et GR Général
- » Agés de 7 ans et plus pour l'Access Gym par discipline

Elle est organisée sous le contrôle du comité départemental, par un club affilié à la FFGym. Elle regroupe les gymnastes des clubs (2 ou 3 clubs) situés dans un environnement proche. L'intercommunalité est l'échelle géographique de référence à ce niveau d'animation.






**AER**

## 2. **Organisation Compétitive AÉROBIC**

- p12 **TABLEAU SYNOPTIQUE**
- p13 **L'ACTIVITÉ AÉROBIC**
- p14 **FÉDÉRAL**
- p18 **PERFORMANCE**
- p22 **ÉLITE**

# TABLEAU SYNOPTIQUE

Des détails sur les programmes sont précisés dans la lettre FFGym AÉROBIC 2019-2020.

NIVEAU DE PRATIQUE	FILIÈRE	7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +	Format*	Tps	Programme	Finalité	Nbre min de juge		
    	<b>ÉLITE</b>	Programme FIG																Nationale	FIG	
	<b>NATIONALE A</b>													15-17 ans	18 ans et +	SF / SH, TR, GR (5 ou 6) 15 ans et +	1'20	FIG aménagé : Routine libre	Nationale	1 JA + 6 juges (2E + 2A + 2D)
								12-14 ans								SF, TR, GR (5 ou 6)	1'15	FIG aménagé : Routine libre		
								10-14 ans								SH				
								10-14 ans								GR (5 ou 6)	1'15	FIG aménagé : Routine libre		
	<b>NAT.</b>						10-11 ans									SF, TR			Nationale	1 JA + 6 juges (2E + 2A + 2D)
														12 ans et +	HILO	5 à 8	1'15	FIG aménagé : Routine libre		
														12 ans et +	STEP			FIG aménagé : Routine libre		
															12-14 ans	TR, GR (5 ou 6)	1'15	FIG aménagé : Routine libre		
							10-11 ans								IMPOSÉ		FIG aménagé : Imposé			
	<b>NATIONALE B</b>													15 ans et +	SOLO H/F	1'15	FIG aménagé : Routine libre	Nationale	1 JA + 6 juges (2E + 2A + 2D)	
													12-14 ans			IMPOSÉ	FIG aménagé : Imposé			
														10-11 ans						
	<b>FÉDÉRAL</b>	<b>FÉDÉRALE A</b>												12 ans et +	AÉRO	5 à 8	1'15	FFG : Routine libre	Nationale	1 JA + 6 juges (2E + 2A + 2D)
														FITNESS	FFG : Routine libre					
													10-14 ans	AÉRO ou HILO	IMPOSÉ	FFG : Imposé				
<b>FÉDÉRALE B</b>														12 ans et +	AÉRO	3 à 8	IMPOSÉ	FFG : Imposé (3 routines au choix)	Régionale ou Regroupement ou Inter-régionale**	1 JA + 4 juges E
														10-14 ans	HILO					
															STEP					
														AÉRO						
														HILO						
														STEP						
														D'Jumpy						
														D'Jumpy avancé	SOLO H/F	FFG : Imposé (routine version H ou F)				

\* SF = Solo Femme / SH = Solo Homme / TR = Trio / GR = Groupe

\*\* Finalité inter-régionale laissée à l'appréciation des comités régionaux qui composent chaque inter-région

Un gymnaste ne peut pas concourir dans 2 trios ou dans 2 groupes et dans plus de 3 catégories au maximum

La filière Nationale Step et HILO 12 ans et + est ouverte aux gymnastes concourant en filières Nationale B et Nationale A

# L'ACTIVITÉ AÉROBIC

L'aérobic, accessible à tous, se pratique de façon mixte ou non, en loisir et en compétition.

## L'AÉROBIC FITNESS

» Pratique collective de forme et de bien-être, ancrée dans le concept sport-santé.

## LA GYMNASTIQUE AÉROBIC

### FÉDÉRAL

- » Initiation et premier niveau de compétition permettant d'acquérir les bases techniques de la discipline. Programmes FFG déclinés en filières fédérale A et Fédérale B.
- » L'ensemble des programmes peut être adapté tant pour les élèves de primaire (USEP), de collège et de lycée (UNSS) que pour les étudiants de l'Université (FFSU).

### PERFORMANCE

- » Programme FIG aménagé se pratiquant en catégories individuelles ou en catégories de synchronisation par groupe d'âge en 2 filières : Nationale A et Nationale B.
- » La filière Nationale HILO / Step est accessible aux gymnastes de Nationale A et Nationale B.

### ÉLITE

- » Programme FIG se pratiquant en catégories individuelles ou en catégories de synchronisation par groupe d'âge.
- » Pratique de Haut Niveau contrôlée par la Direction Technique Nationale.

## LA ROUTINE AÉROBIC

### CONTENU DE L'EXERCICE

- » Les exigences principales d'un enchaînement de gymnastique aérobic sont : créativité, expression, combinaisons des pas d'aérobic, déplacements et formations, maîtrise parfaite des éléments et des porters. Les contenus (chorégraphie, éléments...) de l'exercice doivent être judicieusement répartis.

### LA CHORÉGRAPHIE

- » L'exercice doit être effectué en musique. Celle-ci doit être gaie, de type pop rock, disco, hip hop... L'enchaînement est composé de combinaisons complexes de mouvements réalisés à grande intensité et issus des pas de base de l'aérobic traditionnelle ou du Step et de leurs variations.

### LES ÉLÉMENTS

- » Les éléments sont hiérarchisés dans une grille de difficultés spécifique à chaque filière :
  - Fédérale A (grille FFG)
  - Nationale B (grille FIG aménagée)
  - Nationale A, code de pointage FIG
  - Élite, code de pointage FIG

## FESTI AÉRO

**PRÉSENTATION :** Weekend de rencontre aérobic ouvert à tous les licenciés FFGym pratiquant ou non la discipline ainsi qu'aux scolaires.

**DATE :** le 4<sup>ème</sup> week-end d'avril.

**OBJECTIFS :** Fidéliser les licenciés aérobic / Augmenter le nombre de pratiquants de la filière fédérale / Mettre en lumière les pratiques de performance

**MOYENS UTILISÉS :** Colloques à thème / Rencontre USEP-UNSS / Compétition par équipe Fédéral et Performance / Compétition Open

Plus de précisions dans la lettre FFGym AÉROBIC 2019-2020.



# FÉDÉRAL

Initiation et premier niveau de compétition permettant d'acquérir les bases techniques de la discipline. Pour toutes les filières et catégories, les précisions supplémentaires sont détaillées dans la lettre FFGym AÉROBIC 2019-2020.

## FILIÈRE FÉDÉRALE B

- » La Filière FÉDÉRALE B est un enchaînement imposé à réaliser en groupe de 3 à 8 personnes, dès l'âge de 7 ans ou en solo pour les 9 ans uniquement.
- » La Filière FÉDÉRALE B HILO et Aérobic est composée des pas de base de l'aérobic (avec des éléments de difficulté pour le trophée inter-régional Aérobic).
- » La Filière FÉDÉRALE B Step est composée des pas de base de l'activité Step.



### CIRCUIT COMPÉTITIF FILIÈRE FÉDÉRALE B

ÉTAPE OPTIONNELLE

ÉTAPE 2

ÉTAPE 1

ÉTAPE OPTIONNELLE



- » Mise en place de l'étape départementale à l'initiative des départements.
- » Pas de quota ou minima, la participation sur une étape permet de se qualifier pour le niveau supérieur.
- » Mise en place de la finale inter-régionale laissée à l'appréciation des comités régionaux qui composent chaque inter-région.



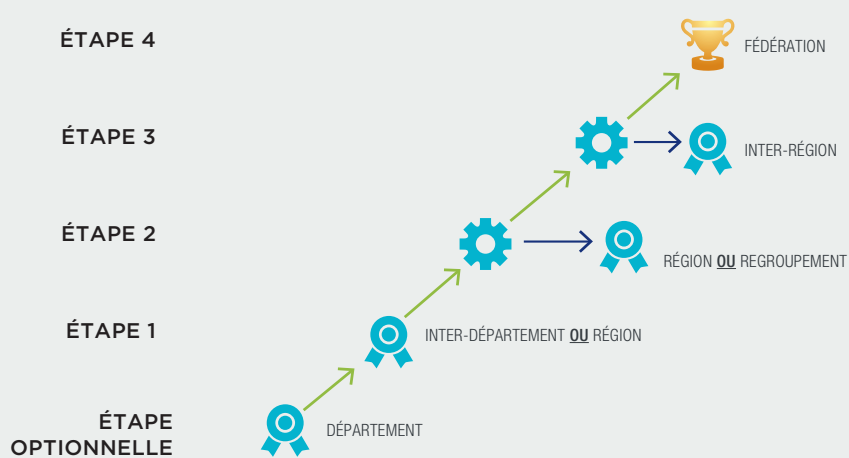


## FILIÈRE FÉDÉRALE A

» La filière FÉDÉRALE A est un enchaînement de groupe de 5 à 8 personnes, dès l'âge de 10 ans, de composition libre ou imposée (Fédérale A 10-14 ans), composé des pas de base de l'aérobic traditionnelle ou de Step.



### CIRCUIT COMPÉTITIF FILIÈRE FÉDÉRALE A



» **Accession au niveau supérieur** : Qualification sur quota et minima de points.

## FILIÈRE FÉDÉRALE B

	7-9 ans	10-14 ans	12 ans et +
<b>Catégories</b>	7-9 ans 9 ans (solo)	10 - 14 ans	12 ans et +
<b>Programme</b>	Groupe : D'jumpy 1 ou D'jumpy 2 ou D'jumpy 3 Solo : D'jumpy avancé version homme ou femme*	Imposés au choix : 3 AER, 3 Hilo, 3 Step *	Imposés au choix : 3 AER, 3 Hilo, 3 Step *
<b>Format de compétition</b>	Groupe 3 à 8 mixte ou non Solo H/F 9 ans	Groupe 3 à 8 mixte ou non	Groupe 3 à 8 mixte ou non
<b>Interdiction de participation</b>	Accès interdit aux gymnastes engagés en filières Fédérale A, Nationale B, Nationale A et Élite		
<b>Temps musique</b>	Imposé		
<b>Étapes compétitives</b>	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région (non obligatoire) <b>ou</b> Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région (non obligatoire)		
<b>Qualifications</b>	Aucune		
<b>Matériel</b>	Surface lisse délimitée par une bande de couleur faisant partie de la surface		
<b>Aire de compétition</b>	Groupe : 10 x 10m Solo : 7 x 7 m		
<b>Jury</b>	1 juge arbitre 4 juges exécution/synchro	1 juge arbitre 4 juges synchro	
<b>Niveau de juge club</b>	Diplômé ou non		
<b>Notation</b>	Note exécution/synchro sur 10 points Bonus 0.5 pt pour un groupe de 5 compétiteurs ou plus Bonus 1 pt si choix du D'jumpy 2 ou 3 en 7-9 ans		
<b>Classement</b>	Addition des notes sur 2 passages Les ex aequo ne sont pas départagés		

\* Imposés consultables à partir du site [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr).

# FILIÈRE FÉDÉRALE A

Précisions :

- » Les gymnastes engagés en Fédérale A 10-14 ans ne peuvent pas concourir en Fédérale A 12 ans et + ;
- » Un groupe peut concourir à la fois en Fédérale A 12 ans et + Fitness et en Fédérale A 12 ans et + Aérobic.

	10-14 ans	12 ans et +	
<b>Catégories</b>	10-14 ans	12 ans et + Fitness HILO ou STEP	12 ans et + Aérobic
<b>Programme</b>	Imposé *	Libre FFG	Libre FFG
<b>Format de compétition</b>	Groupe 5 à 8 mixte ou non		
<b>Interdiction de participation</b>	Accès interdit aux gymnastes engagés en filières Fédérale B, Nationale B, Nationale A et Élite		
<b>Temps musique</b>	Imposé	1'15 +/- 5"	
<b>Étapes compétitives</b>	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région / Trophée Fédéral <b>ou</b> Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région / Trophée Fédéral		
<b>Qualifications</b>	Quota et minima		
<b>Matériel</b>	Surface lisse délimitée par une bande de couleur faisant partie de la surface		
<b>Aire de compétition</b>	10 x 10 m		
<b>Jury</b>	1 juge arbitre 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)	1 juge arbitre 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)	1 juge arbitre 2 juges difficulté 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)
<b>Niveau de juge club</b>	Niveau 1 minimum		
<b>Notation</b>	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 3 pts	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 3 pts	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 3 pts Note difficulté sur 1,3 pt Bonus porter de 0,2 pt
<b>Classement</b>	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés		

\* Imposés consultables à partir du site [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr).



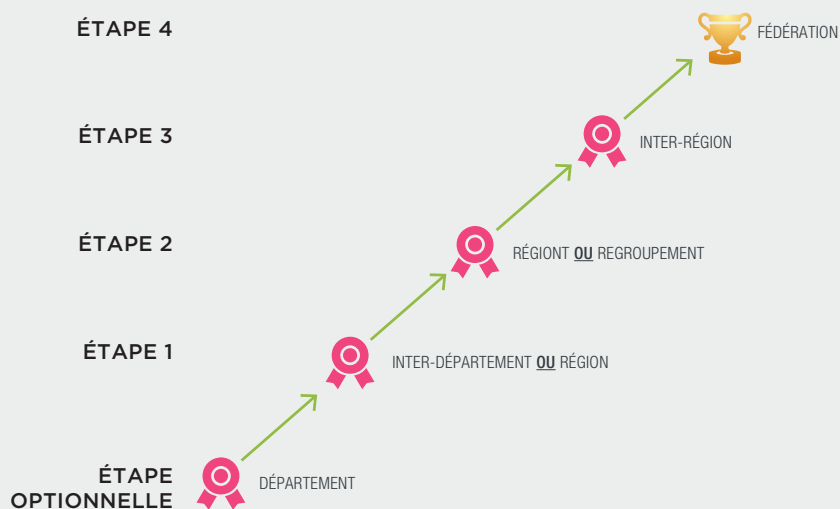
# PERFORMANCE

Pour toutes les filières et catégories, les précisions supplémentaires sont détaillées dans la lettre FFGym AÉROBIC 2019-2020.

- » **3 filières :**
- Nationale B
  - Nationale A
  - Nationale HILO / STEP

Les programmes de compétition varient en fonction de l'âge et du niveau des compétiteurs, selon des programmes FIG aménagés.

## CIRCUIT COMPÉTITIF



» Accession au niveau supérieur : Qualification sur quota et minima points.

## PRÉCISIONS SUR L'ORGANISATION

### ORDRE DE PASSAGE

- » Il est établi par le gestionnaire de compétition selon un tirage au sort et en fonction du nombre d'athlètes engagés dans chaque catégorie.
- » Un athlète qui concourt dans 2 catégories (par exemple solo et trio) aura au moins 10 minutes de récupération entre ses deux passages.

### SALLE D'ÉCHAUFFEMENT

- » Avant le début de l'épreuve, une salle d'échauffement avec sonorisation et surface d'évolution respectant les dimensions de compétition est mise à la disposition des concurrents. L'accès à la salle d'échauffement se fait selon un programme de rotation établi par le gestionnaire de compétition.

### ZONES PRÉ ET POST-COMPÉTITION

- » La zone de pré-compétition adjacente au plateau de compétition ne peut être utilisée que par les deux athlètes et leurs entraîneurs se trouvant immédiatement après l'athlète concourant selon l'ordre de passage.
- » La zone de post-compétition ne peut être utilisée que par l'athlète (ou groupe) et l'entraîneur jusqu'à la fin de routine de l'athlète concourant après dans l'ordre de passage.
- » Le cas échéant, les sanctions indiquées en page 32 de cette brochure seront appliquées par la direction du concours.

## FILIÈRE NATIONALE B

	10-11 ans	12-14 ans	12 ans et +	
<b>Catégories</b>	10-11 ans	12-14 ans	15 ans et +	12 ans et +
<b>Programme</b>	Imposé *	Libre FIG aménagé		
<b>Format de compétition</b>	Solo H/F Trio mixte ou non Groupe 5 à 6 mixte ou non	Solo H/F Trio mixte ou non Groupe 5 à 6 mixte ou non (possibilité en groupe d'un seul gymnaste 15 ans et +)	Solo H/F	Trio mixte ou non Groupe 5 à 6 mixte ou non
<b>Interdiction de participation</b>	Accès interdit aux gymnastes engagés en filières Fédérale B, Fédérale A, Nationale A et Élite			
<b>Temps musique</b>	Imposé	1'15 +/- 5"		
<b>Remplaçant</b>	Possibilité d'inscrire un remplaçant en catégorie trio et groupe			
<b>Étapes compétitives</b>	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région / Trophée Fédéral <b>ou</b> Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région / Trophée Fédéral			
<b>Qualifications</b>	Quota et minima			
<b>Matériel</b>	Parquet dynamique 12 x 12 m Surfaces délimitées par lignes noires de 5 cm de large faisant partie de la surface d'évolution			
<b>Aire de compétition</b>	Solo : 7 x 7 m Trio : 7 x 7 m Groupe : 10 x 10m	Solo : 7 x 7 m Trio et Groupe : 10 x 10m	10 x 10 m	
<b>Jury</b>	1 juge arbitre 2 juges difficulté 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)			
<b>Niveau de juge club</b>	Niveau 2 minimum			
<b>Notation</b>	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 5 pts Note difficulté sur 1 pt	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 5 pts Note difficulté sur 2 pts		
<b>Classement</b>	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés			

# FILIÈRE NATIONALE A

	10-11 ans	10-14 ans		12-14 ans	15 ans et +	
<b>Catégories</b>	10-11 ans	10-14 ans		12-14 ans	15-17 ans 18 ans et +	15 ans et +
<b>Programme</b>	Libre FIG aménagé					
<b>Format de compétition</b>	Solo F Trio mixte ou non	Solo H	Groupe 5 à 6 mixte ou non	Solo F Trio mixte ou non Groupe 5 à 6 mixte ou non	Solo F	Solo H Trio mixte ou non Groupe 5 à 6 mixte ou non
<b>Interdiction de participation</b>	Accès interdit aux gymnastes engagés en filières Fédérale B, Fédérale A, Nationale B et Élite, ainsi qu'aux gymnastes listés haut niveau à la date limite nationale des engagements nominatifs					
<b>Temps musique</b>	1'15 +/- 5"				1'20 +/- 5"	
<b>Remplaçant</b>	Possibilité d'inscrire un remplaçant en catégorie trio et groupe					
<b>Étapes compétitives</b>	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région / Trophée Fédéral <b>ou</b> Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région / Trophée Fédéral					
<b>Qualifications</b>	Quota et minima					
<b>Matériel</b>	Parquet dynamique 12 x 12 m Surfaces délimitées par lignes noires de 5 cm de large faisant partie de la surface d'évolution					
<b>Aire de compétition</b>	7 x 7m	7 x 7m	10 x 10 m	Solo : 7 x 7m Trio et Groupe : 10 x 10 m	10 x 10 m	
<b>Jury</b>	1 juge arbitre 2 juges difficulté 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)					
<b>Niveau de juge club</b>	Niveau 3 minimum					
<b>Notation</b>	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 7,5 pts Note difficulté différente selon les catégories					
<b>Classement</b>	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés					

## FILIÈRE NATIONALE HILO ET STEP

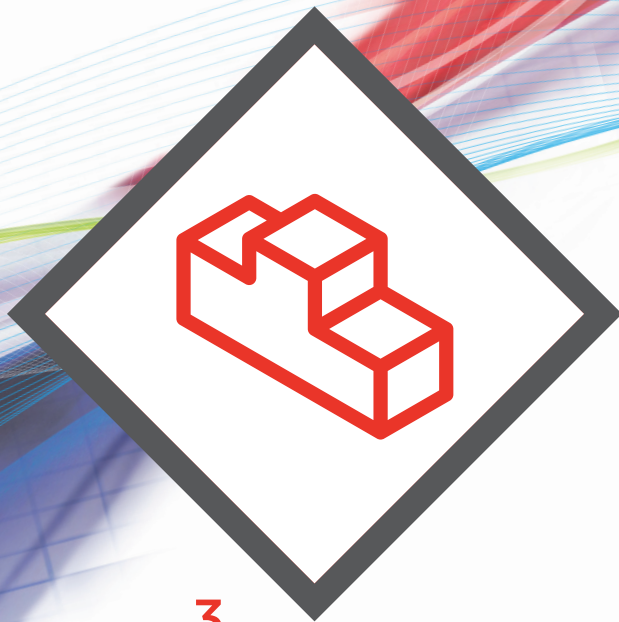
	12 ans et +
<b>Catégorie</b>	12 ans et +
<b>Programme</b>	Libre FIG aménagé
<b>Format de compétition</b>	Groupe de 5 à 8 mixte ou non
<b>Interdiction de participation</b>	Accès interdit aux gymnastes engagés en Fédéral et en Élite
<b>Temps musique</b>	1'15 +/- 5"
<b>Étapes compétitives</b>	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région / Trophée Fédéral <b>ou</b> Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région / Trophée Fédéral
<b>Qualifications</b>	Quota et minima
<b>Matériel</b>	Parquet dynamique 12 x 12 m Surfaces délimitées par lignes noires de 5 cm d'épaisseur faisant partie de la surface d'évolution
<b>Aire de compétition</b>	10 x 10 m
<b>Jury</b>	1 juge arbitre 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)
<b>Niveau de juge club</b>	Niveau 3 minimum
<b>Notation</b>	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 7,5 pts
<b>Classement</b>	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés



# ÉLITE

	ÉLITE
<b>Catégorie</b>	Junior (AG2) Senior
<b>Programme</b>	Libre FIG
<b>Format de compétition</b>	Solo F Solo H Duo Trio Groupe
<b>Autorisation de participation</b>	Accès réservé aux gymnastes des collectifs France et gymnastes listés par la DTN
<b>Certificat médical</b>	Certificat médical élite obligatoire
<b>Étape compétitive</b>	Championnat de France Élite
<b>Matériel</b>	Parquet dynamique 12 x 12 m Surfaces délimitées par lignes noires de 5 cm d'épaisseur faisant partie de la surface d'évolution
<b>Aire de compétition</b>	Règlementation FIG
<b>Jury</b>	Règlementation FIG
<b>Notation</b>	Règlementation FIG
<b>Classement</b>	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés





### 3.

# Règlementation générale

p24	GÉNÉRALITÉS
p25	MÉDICAL
p26	ORGANISATION DES COMPÉTITIONS
p28	GESTION INFORMATIQUE
p30	AUTORITÉS DÉCISIONNELLES
p31	GYMNASTES
p32	ENTRAÎNEURS
p33	JUGES
p34	TENUES



## GÉNÉRALITÉS

- » **Le Bureau fédéral est compétent pour étudier et statuer sur toute demande particulière relative à l'application de l'ensemble des règlements techniques toutes disciplines confondues.**
- » **Cette réglementation s'applique pour toutes les compétitions, depuis l'échelon départemental jusqu'aux finales nationales.**
- » **Pour certains points mentionnés dans cette brochure, les modalités pratiques d'organisation doivent être précisées par les comités départementaux ou les comités régionaux. Elles devront être communiquées en début de saison aux clubs concernés par chaque comité départemental et régional.**
- » **Le terme gestionnaire de la compétition fait référence à la structure en charge de la compétition (comité départemental, comité régional, fédération), laquelle devra désigner la personne référente pour prendre les décisions réglementaires.**
- » **Le terme territoire fait référence aux différents échelons compétitifs : département, inter-département, région, regroupement, inter-région**

### LICENCES

- » Voir les Articles 10.3 et 29 du Règlement Intérieur concernant les licences.

### MUTATIONS

- » Voir les Articles 32, 33, 34, 35 du Règlement Intérieur.

### PUBLICITÉ

- » Ce règlement s'applique au contrôle de la publicité sur les vêtements et l'équipement des gymnastes et des entraîneurs.
- » Interdiction formelle pour les boissons alcoolisées, le tabac.
- » Le sigle de l'association n'est pas considéré comme publicité.
- » Le logo des fabricants de vêtements est autorisé et n'entre pas dans le cadre de ce règlement, à condition qu'il soit discret.

### EXIGENCES




- » Gymnastes et entraîneurs : sur-vêtement, T-shirt, veste, blouson, pantalon, sac de sport.
- » Surface : au maximum 200 cm<sup>2</sup>, libre choix pour le fond, l'identification peut être multicolore.
- » Pour le survêtement, la publicité ne peut apparaître qu'une fois, soit sur le pantalon soit sur la veste.
- » Gymnastes : tenue de compétition.
- » Surface : au maximum 60 cm<sup>2</sup>, fond inclus.
- » Pour le léotard et le justaucorps, toute publicité dans le dos est interdite.
- » Ces publicités ne doivent pas être provocantes.
- » Les juges et officiels ne sont pas autorisés à porter des publicités sur leurs vêtements.

### MODALITÉS

- » L'association ou les gymnastes désirant porter une publicité sur leurs vêtements doivent en avertir leur comité régional. Pour les compétitions par équipe, la même publicité doit apparaître sur les tenues des gymnastes et des entraîneurs.
- » Un contrôle des publicités peut être effectué par les officiels FFG présents à chaque compétition, du niveau départemental jusqu'aux finales nationales.



## RÈGLEMENTATION MÉDICALE

NIVEAU	OBLIGATIONS ET PROCÉDURES
 OBTENTION DE LICENCE + FÉDÉRAL	<ul style="list-style-type: none"><li>» Le certificat médical est obligatoire pour l'obtention d'une licence à la FFGym.</li><li>» Pour les licenciés qui font de la compétition, quel que soit leur niveau, le certificat médical doit indiquer l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline en compétition.</li><li>» Le certificat médical doit dater de moins d'un an au moment de la demande de licence.</li><li>» La présentation d'un certificat médical lors de la demande de licence est obligatoire tous les 3 ans.</li><li>» Les deux années suivant la délivrance d'une licence accompagnée d'un certificat médical, le licencié peut remplir un questionnaire de santé et donner au club une attestation, en lieu et place de fournir un certificat médical.</li><li>» Cette mesure concerne uniquement les licenciés à la Fédération qui ont conservé leur licence sans année d'interruption.</li><li>» Le questionnaire et l'attestation sont fournis par la Fédération.</li><li>» Pour toute pratique de plus de 10 heures hebdomadaires, la commission médicale recommande une visite médicale annuelle.</li></ul>
 PERFORMANCE	<ul style="list-style-type: none"><li>» Pour les licenciés qui s'engagent dans une catégorie compétitive du niveau de pratique Performance, présentation obligatoire d'un certificat médical d'absence de contre-indication datant de moins d'un an, avec comme date de référence le dernier jour de l'évènement compétitif dans EngaGym.</li><li>» Le club récupère le certificat et l'enregistre sur la fiche du licencié dans FFGym Licence, avec mention de la date du certificat.</li><li>» Un contrôle est réalisé dans EngaGym lors de la réalisation de l'engagement compétitif. Celui-ci est bloqué en cas d'absence de certificat ou de certificat datant de plus d'un an, avec comme date de référence le dernier jour de l'évènement compétitif dans EngaGym.</li></ul>
 ÉLITE	<ul style="list-style-type: none"><li>» Le certificat médical élite est obligatoire pour la participation aux compétitions listées ci-dessous.</li><li>» Le certificat médical élite est délivré annuellement avec une validité ne pouvant excéder un an (ou 365 jours).</li><li>» Il est délivré par un médecin du sport après établissement d'un dossier médical « Élite » qui comprend un certain nombre d'exams et de données. Le descriptif des examens, le dossier médical et le modèle de certificat médical élite sont disponibles sur le site <a href="http://www.ffgym.fr">www.ffgym.fr</a>.</li><li>» Le médecin examinateur peut ajouter tout autre examen qu'il juge nécessaire : il indique sa décision médicale, ses commentaires, date, appose son cachet professionnel et sa signature. Le dossier médical est « confidentiel médical » et ne peut être qu'en la possession du gymnaste ou de ses parents, et / ou des médecins.</li><li>» À noter que ce certificat médical ne préjuge en aucun cas de l'évolution et de l'aptitude physique et médicale en cours d'une saison. La survenue de contre-indications peut motiver à tout moment une interdiction temporaire ou définitive à la pratique gymnique élite.</li><li>» En cas de litige le Médecin Fédéral national arrête une décision après avis de la Commission médicale fédérale.</li><li>» Seuls les gymnastes dont le certificat est enregistré par la fédération sont autorisés à concourir.</li><li>» <b>PROCÉDURE POUR LES GYMNASTES INSCRITS DANS LE PROJET DE PERFORMANCE FÉDÉRAL ET SOUMIS AU SUIVI MÉDICAL RÉGLEMENTAIRE (SMR) :</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Le certificat, le dossier médical Élite et les comptes-rendus spécifiques sont enregistrés sur la plate-forme de suivi des sportifs retenue par la FFGym, après réalisation des examens du SMR.</li></ul></li><li>» <b>PROCÉDURE POUR LES AUTRES GYMNASTES :</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Le certificat doit être envoyé par email à l'adresse <a href="mailto:certificatmedicalelite@ffgym.fr">certificatmedicalelite@ffgym.fr</a> au plus tard une semaine avant la date de la première compétition pour laquelle le gymnaste doit le fournir. Il doit être dûment complété, en particulier la durée de validité ;</li><li>• Pour faciliter le classement, nous vous invitons à libeller le fichier de la façon suivante : NOM Prenom.certificatelite (par exemple : DURAND Martine.certificatelite).</li></ul></li><li>» <b>COMPÉTITIONS GAM-GAF AVEC CERTIFICAT MÉDICAL ÉLITE OBLIGATOIRE :</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Championnat de France Élite en catégories Junior (AG2) et Senior.</li></ul></li></ul>



## ORGANISATION DES COMPÉTITIONS

### CIRCUIT COMPÉTITIF

- » À partir de la compétition inter-départementale, toutes les étapes sont OBLIGATOIRES pour accéder à l'étape supérieure (région, inter-région, championnat de France), en Fédéral et en Performance.

Compétition	Participation	Qualification
Inter-département ou Région	Obligatoire	Non sélectif
Région ou Regroupement	Obligatoire	Non sélectif
Inter-région	Obligatoire	Sélectif

- » Toute qualification inter-régionale doit se dérouler au minimum 4 semaines avant la finale nationale, sauf autorisation accordée par le représentant technique fédéral de la discipline et le DTN adjoint chargé des pratiques compétitives.

### PALMARÈS

- » Les cérémonies protocolaires se font uniquement en tenue de compétition (identique pour les catégories de synchronisation).

#### » Catégories individuelles (solo) :

- Lors d'une compétition individuelle à laquelle participent des licenciés de nationalité étrangère, seul le palmarès sportif est annoncé. Les gymnastes accèdent au podium en fonction de leur résultat sportif, quelle que soit leur nationalité.
- Tous les gymnastes accédant au podium sont récompensés.
- Le titre de champion départemental, interdépartemental, régional, interrégional ou de France, ainsi que les places de vice-champion de France et troisième sont annoncés pour les seuls gymnastes français, au fur et à mesure du classement. Ils sont récompensés d'une médaille.
- Pour les sélections au niveau supérieur de compétition, seul est pris en compte le palmarès sportif.

#### » Catégories de synchronisation (duo, trio, groupe) :

- Seul le palmarès sportif est annoncé. Les gymnastes accèdent au podium en fonction de leur résultat sportif, quel que soit le club d'appartenance\* des gymnastes.
- Tous les gymnastes accédant au podium sont récompensés.
- Le titre de champion départemental, régional, de zone ou de France, ainsi que les places de vice-champion de France et troisième sont annoncés pour les seules formations composées de gymnastes licenciés dans le même club, au fur et à mesure du classement. Ils sont récompensés d'une médaille gravée.
- Pour les sélections au niveau supérieur de compétition, seul est pris en compte le palmarès sportif.

*\*L'appartenance au même club est déterminée soit par le club principal, soit par le club secondaire.*

### CAS D'EX ÆQUO

- » En cas d'égalité de points, les compétiteurs (individuels, équipes ou formations) sont classés ex æquo, à l'exception des compétitions ou catégories pour lesquelles une règle pour les départager est précisée.
- » En cas d'ex æquo sur la dernière place qualificative pour une compétition de niveau supérieur (par exemple de la région au championnat de France), les gymnastes ou équipes ex æquo sont tous qualifiés.

### DÉROGATIONS

- » Toute demande de dérogation prévue par la réglementation technique est à effectuer en envoyant un message à l'adresse [cnsaer@ffgym.fr](mailto:cnsaer@ffgym.fr). Il convient de préciser la compétition, le club, la catégorie, le ou les gymnastes concernés et la nature de la dérogation.
- » Les dérogations sont traitées par la Commission Nationale Spécialisée, après avis de l'élu et du membre de la DTN chargés des pratiques compétitives.

### DEMANDE DE REPÊCHAGE

- » Dans le cas d'un forfait avec demande de repêchage pour la compétition de niveau supérieur, la demande est à réaliser via l'interface EngaGym.
- » Dans le cas d'une demande de repêchage à l'issue d'une compétition qualificative, la demande est à effectuer auprès du gestionnaire de la compétition de niveau supérieur.
- » La validation ou le refus du repêchage est décidé par le gestionnaire de la compétition pour laquelle il est demandé.

### CONTRÔLE DES LICENCES

- » Du niveau départemental au niveau national, le contrôle des licences est obligatoire. Il est assuré par le gestionnaire de la compétition.
- » Les clubs ou les participants (gymnastes, entraîneurs et juges) doivent donc présenter leur attestation de licence ou leur e-licence pour toutes les compétitions. Le support présenté doit comporter la photo du licencié.
- » Une vérification de la composition des catégories de synchronisation est réalisée avant l'entrée sur le plateau de compétition, en complément du contrôle des licences.

### CUMUL DE PARTICIPATION

- » Un(e) gymnaste peut participer, dans la même journée ou le même weekend, à 2 compétitions dans 2 disciplines différentes, mais les plannings ne sont pas modifiés pour autant.



## ENGAGEMENTS ET FORFAITS EN COMPÉTITION NATIONALE

- » Les gymnastes / équipes / ensembles / formations qualifiés pour une finale nationale sont automatiquement engagés, à l'exception de certaines catégories à engagement direct pour lesquelles les clubs concernés sont informés de la procédure à suivre.
- » Il appartient à chaque club de déclarer forfait en cas de non-participation, via l'interface EngaGym :
  - forfait déclaré pour la date de forclusion : pas de droit d'engagement à régler, pas d'amende ;
  - forfait justifié après la date de forclusion : droit d'engagement conservé, pas d'amende. Un justificatif doit être fourni (certificat médical, attestation de l'employeur ou de l'établissement scolaire...);
  - forfait non déclaré ou déclaré après la date de forclusion et non justifié : droit d'engagement conservé et application de l'amende en vigueur (cf. page 32).

## ORDRES DE PASSAGE

- » Il appartient à chaque gestionnaire de compétition de définir les règles de gestion des ordres de passage pour les compétitions dont il a la charge et d'en informer les clubs (placement selon le résultat obtenu sur la compétition de niveau inférieur ou par tirage au sort ou avec regroupement par clubs ou autre règle).

## SANCTIONS

- » En cas d'infraction au règlement technique et en dehors des points ci-après pour lesquels les sanctions sont précisées :

1. Si l'infraction est constatée avant la compétition, le gymnaste / l'équipe / l'ensemble / la formation n'est pas autorisé à concourir.
2. Si l'infraction est constatée pendant ou après la compétition :
  - les notes du gymnaste/ de l'équipe / de l'ensemble / de la formation concerné sont supprimées ;
  - le palmarès est actualisé ;
  - les qualifications sont revues sur la base du nouveau classement.

Les sanctions sont appliquées par le gestionnaire de la compétition.

## RÉVISION DE NOTE

- » Pour les filières Nationale A et Élite, l'entraîneur a la possibilité de demander une explication sur la note D, et uniquement sur celle-ci. Cette demande doit être formulée auprès du juge expert ou du juge D, au plus tard dès la fin de la compétition de la catégorie concernée. Si cela se justifie, le juge expert ou le juge D corrigera la note.

## GESTION DES QUALIFICATIONS

- » En fonction du nombre d'engagements en solo, un quota de qualification entre l'étape régionale et l'étape inter-régionale peut être mis en place. Ce quota est soumis à validation de la CNS.
- » Tout athlète engagé en solo ne réalisant pas l'étape compétitive inter-régionale ne sera pas qualifié, quels que soient les quotas.
- » Pour être qualifiées, les catégories de synchronisation doivent se présenter au complet et réaliser l'intégralité de la routine.
- » Les qualifications se font sur quotas et minima avec une réserve nationale.
- » En fonction des résultats, des qualifications complémentaires pourront être proposées par la CNS.

## ÉCHAUFFEMENT

- » Pour tous les niveaux de pratique, échauffement en salle(s) annexe(s) selon les horaires définis par le gestionnaire de compétition.

## JUGES DE CLUB

- » Pour chaque compétition qualificative les clubs sont tenus de présenter un juge diplômé du niveau de la filière dans laquelle ils sont engagés.
- » Lors du Championnat de France, les jurys seront composés de juges convoqués.

## FEUILLES DE JUGEMENT

- » L'ensemble des feuilles de jugement est disponible en téléchargement sur le site [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr).



## GESTION INFORMATIQUE DES COMPÉTITIONS

### ENGAGEMENTS / PAIEMENTS / RÉSULTATS

#### ENGAGEMENTS

- » Les engagements pour toutes les compétitions sont à réaliser via l'interface EngaGym, à partir du site [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr).
- » Toute modification de nom, de composition d'équipe ou de formation doit être réalisée en respectant les délais de forclusion.
- » Tout engagement informatique incomplet d'un ensemble, d'une formation ou d'une équipe est considéré invalide et ne peut être pris en compte.
- » Une date limite nationale est mise en place pour la réalisation des engagements nominatifs des catégories à finalité nationale. Cette date limite est communiquée à toutes les structures via la lettre FFGym AÉROBIC 2019-2020.
- » La fédération se réserve le droit de ne pas accepter la qualification nationale pour les clubs ne respectant pas la date limite d'engagement nominatif.

#### RÈGLES POUR LES CHANGEMENTS

- » Pour toutes les catégories de synchronisation, un seul changement de nom est autorisé entre chaque niveau géographique.
  - De inter-département **ou** région → région **ou** regroupement : 1 changement de nom autorisé
  - De région **ou** regroupement → inter-région : 1 changement de nom autorisé
  - De inter-région → national : 1 changement de nom autorisé

#### REMPLAÇANTS

- » En Nationale B et Nationale A il est possible d'engager un(e) remplaçant(e).
- » Trio → engagement possible de 4 gymnastes
- » Groupe → engagement possible de 7 gymnastes

#### PAIEMENT DES DROITS D'ENGAGEMENT

- » La confirmation définitive de participation à une compétition s'effectue par le paiement des engagements. Cette confirmation se fait par l'interface EngaGym, avant la date de forclusion spécifique à chaque compétition.
- » Pour les finales nationales, la FFG se réserve le droit d'interdire à une association :
  - la participation à une compétition pour laquelle les droits d'engagement ne sont pas réglés ;
  - l'accès aux engagements ultérieurs tant qu'elle n'a pas régularisé sa situation.

#### MODALITÉS DE PAIEMENT POUR LES FINALES NATIONALES

- » 1<sup>ère</sup> possibilité : par virement bancaire via votre banque. Indiquer dans l'ordre de virement la référence du bordereau de paiement (laquelle se situe à gauche du bordereau) ainsi que la ville où se situe la compétition et n'effectuer qu'un seul règlement par bordereau.
  - Coordonnées bancaires fédérales : Banque 10278 Guichet 06076  
Numéro de compte : 00020478104  
Clé : 64  
IBAN étranger : FR76 1027 8060 7600 0204 7810 464  
BIC : CMCIFR2A  
Domiciliation : CCM PARIS  
MAGENTA-GARE DE L'EST  
53 BOULEVARD DE MAGENTA  
75010 PARIS
- » 2<sup>ème</sup> possibilité : par chèque
  - Chèque à libeller à l'ordre de la Fédération Française de Gymnastique et à envoyer accompagné du coupon détachable du bordereau à l'adresse suivante : Fédération Française de Gymnastique Maison des sports 190 rue Isatis, 31670 Labège.
- » 3<sup>ème</sup> possibilité : par e-paiement réalisé dans EngaGym.

#### MUSIQUE

- » Pour toutes les compétitions les musiques des enchaînements doivent être transmises via l'interface DJGym à partir du site [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr).
- » Une date limite de transmission peut être indiquée par les gestionnaires de compétition.



## RÉSULTATS ET QUALIFIÉS

- » Le traitement et la collecte des résultats et des gymnastes se font **UNIQUEMENT** de manière informatique avec la version la plus récente du logiciel informatique fédéral (FFGCOMPET).
- » De la transmission des palmarès au site internet [www.ffgym.fr](http://www.ffgym.fr) par l'intermédiaire du logiciel FFGCOMPET dépend l'engagement des qualifiés au niveau supérieur.
- » Ce logiciel de gestion des compétitions est mis à la disposition des comités régionaux qui en assurent la diffusion, la formation et le support informatique auprès de leurs comités départementaux.

## PROCÉDURE DE VALIDATION ET CERTIFICATION DES RÉSULTATS

- » Dès l'échelon départemental, pour toutes les compétitions individuelles, par ensembles et par équipes, le logiciel FFGCOMPET doit être utilisé et permet de certifier et d'officialiser les résultats selon les règles FFG.
- » Afin d'assurer la validité des palmarès édités, à l'issue de la compétition, il convient d'éditer le palmarès sous format PDF, puis de l'imprimer.
- » Les résultats officiels sont obligatoirement certifiés et signés par le/les responsable(s) du jury à l'issue de la compétition. Ces palmarès officiels sont considérés comme définitifs 60 minutes après la proclamation des résultats ; aucune réclamation n'est acceptée à l'issue de ce délai. Les palmarès sont systématiquement affichés ; il appartient à chaque club de vérifier ses résultats pendant cette période.
- » Dans le cas d'une infraction aux règles d'engagement ou de composition d'équipe, le palmarès peut être corrigé au-delà du délai de 60 minutes par le gestionnaire de compétition.
- » Les notes et résultats affichés en utilisant les applications Temps Réel et LiveFFGym ont un caractère indicatif et ne peuvent pas être considérés comme étant les résultats officiels d'une compétition.

## TRANSMISSION DES RÉSULTATS PALMARÈS AÉROBIC

- » Dès la fin de la compétition, chaque gestionnaire de compétition doit assurer le téléchargement des palmarès vers la Fédération par l'intermédiaire du logiciel FFGCOMPET.
- » En complément, le responsable informatique doit adresser à son comité de référence (départemental, régional) la sauvegarde de la base de la compétition générée par le logiciel fédéral (procédure sauvegarde de la base), ainsi que les palmarès officiels sous format numérique PDF et papier version signée.
- » Il revient à chaque comité de diffuser les palmarès officiels sous format numérique PDF à tous les acteurs (CTS, CTF, DTG ...).



## AUTORITÉS DÉCISIONNELLES

En amont de chaque compétition, l'entité organisatrice (comité départemental, comité régional, regroupement, fédération) désigne le gestionnaire de la compétition, le responsable du jury, le directeur de la compétition et le délégué fédéral.

Ils assurent les fonctions et responsabilités indiquées dans le tableau suivant :

<b>GESTIONNAIRE DE COMPÉTITION</b>	<b>DIRECTEUR DE LA COMPÉTITION</b>	<b>RESPONSABLE DU JURY</b>	<b>DÉLÉGUÉ FÉDÉRAL</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>» Prépare la compétition</li><li>» Prend et notifie les décisions réglementaires correspondantes après avis du représentant technique de la discipline</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>» Gère le déroulement de la compétition</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>» Responsable du jugement et du jury lors de la compétition</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>» Représente l'entité organisatrice</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>» Qualifie les gymnastes/équipes</li><li>» Gère les réclamations afférentes</li><li>» Etablit l'organigramme</li><li>» Gère les forfaits et les pénalités consécutives</li><li>» Vérifie en amont les obligations réglementaires (liste gymnastes, statut GFL, certificat médical...)</li><li>» Gère les ajustements réglementaires (dérogations, repêchages, modifications de compétition d'équipe ou d'ensemble...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>» A autorité sur le contrôle des licences et prend les décisions réglementaires</li><li>» Décide de la participation des retardataires</li><li>» Réalise et/ou valide les ajustements (horaires, forfaits, compositions d'équipes)</li><li>» S'assure de l'affichage des palmarès et de la transmission des résultats sur le serveur fédéral</li><li>» Contrôle le respect de la réglementation par les gymnastes et les entraîneurs (tenue, discipline...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>» Valide les modifications de la note D sur réclamation</li><li>» Donne les pénalités aux gymnastes et aux entraîneurs prévues par le code de pointage et le règlement technique qui ne sont pas du ressort des juges à l'agrès (tenue, musique, ordre de passage, discipline...)</li><li>» Valide le palmarès pour l'annonce des résultats ainsi que les rectifications dans les 60 minutes</li><li>» Gère le jury et contrôle le respect de la réglementation par les juges (tenue, discipline...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>» Prend les décisions réglementaires pendant la compétition après avis du responsable du jury, du directeur de la compétition et du représentant technique de la discipline ou son représentant</li><li>» Notifie aux clubs les décisions qui n'ont pas d'incidence sur le calcul de la note (par exemple : amendes, exclusion du plateau, application des règles GFL, composition d'équipe...)</li></ul>

» Dans les pages traitant de la réglementation à l'adresse des gymnastes, des entraîneurs et des juges, L'autorité décisionnelle compétente est mentionnée par l'utilisation des pictogrammes suivants :

**GC**

Gestionnaire de Compétition

**DC**

Directeur de la Compétition

**RJ**

Responsable des Juges

**DF**

Délégué Fédéral

**Afin de garantir la protection de l'intégrité physique et psychologique des pratiquants et en accord avec la charte d'éthique et de déontologie et les valeurs et chartes de la Fédération Française de Gymnastique, le directeur de la compétition et le responsable du jury peuvent interdire à un/une gymnaste de présenter un élément ou un mouvement non maîtrisé et évalué comme étant dangereux.**





## RÈGLEMENTATION À L'ADRESSE DES GYMNASTES

Ces obligations et sanctions s'appliquent pour toutes les compétitions, depuis l'échelon départemental jusqu'aux finales nationales, sauf précisions complémentaires indiquées dans cette brochure ou dans une lettre FFGym AÉROBIC.

OBJET	OBLIGATION	MANQUEMENT	SANCTION
LICENCE	» être licencié pour la saison en cours	» fausse déclaration <b>GC DC</b>	» amende de 300 euros et disqualification du gymnaste <b>GC DF</b>
	» être en possession de sa licence (attestation ou e-licence), avec la photo	» absence de licence ou licence sans photo <b>DC</b> » fausse présentation	» pénalité de 1 point en département, 2 points en inter-département ou région, 3 points en région ou regroupement, 4 points en inter-région, 5 points en finale nationale <b>RJ</b> » disqualification du gymnaste ou de la formation et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition <b>DF</b>
CERTIFICAT MÉDICAL	» pour certaines catégories, un certificat médical doit être fourni (cf. page 25)	» absence de certificat médical <b>GC DC</b>	» pas d'engagement ou pas de participation <b>GC DF</b>
DISCIPLINE	» suivre les recommandations de la direction du concours » attitude correcte vis-à-vis des juges et des responsables du déroulement » attitude correcte sur le plateau de compétition	» indiscipline caractérisée lors de la présentation <b>DC</b>	» 1 <sup>ère</sup> remarque : avertissement <b>DC</b>
		» remarques verbales ou faits et gestes déplacés <b>DC</b>	» 2 <sup>ème</sup> remarque : disqualification immédiate par le responsable du déroulement et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition <b>DF</b>
		» attitude incorrecte <b>DC</b>	» à disposition du directeur de compétition <b>DC</b>
	» retard motivé à l'arrivée <b>DC</b>	» retard non motivé à l'arrivée <b>DC</b>	» non-participation <b>DC</b>
» respect des installations sur les plateaux d'entraînement et de compétition	» comportement irrespectueux <b>DC</b>	» utilisation abusive de la magnésie <b>DC</b>	» 1 <sup>ère</sup> remarque : avertissement <b>DC</b> » 2 <sup>ème</sup> remarque : -1 pt sur le total de la formation ou du gymnaste en individuel <b>RJ</b>
	» non-respect des emplacements réservés aux effets personnels <b>DC</b>	» non-respect <b>DC</b>	
» ne pas utiliser d'appareils électroniques smartphones, tablettes, téléphones) et ne pas filmer ni photographier dans les aires d'échauffement et de compétition	» non-respect <b>DC</b>		
MUSIQUE	» fournir un support musical numérique par gymnaste ou formation	» musique non fournie à la date indiquée <b>GC DC</b>	» -0.5 pt sur le total de la formation ou du gymnaste <b>RJ</b>
TENUE	» la tenue doit être conforme à la réglementation nationale ou internationale » tenue de club sans identification du pôle, du centre d'entraînement ou d'une nation (y compris la France)	» tenue de compétition non réglementaire (cf. page 34) <b>RJ</b>	» -0,20 pt pour le gymnaste ou la formation <b>RJ</b> » -0.20 pt sur le score total par erreur reconnue <b>RJ</b>
PALMARÈS	» les gymnastes doivent assister au palmarès en tenue de compétition » synchro : tenue identique pour tous les gymnastes	» absence ou tenue incorrecte <b>DC</b>	» disqualification (sauf si l'absence a été autorisée à l'avance par la direction de la compétition) <b>DF</b>
PUBLICITÉ	» voir page 24 de la brochure	» non conforme <b>DC</b>	» après avertissement, publicité cachée <b>DC</b>



## RÈGLEMENTATION A L'ADRESSE DES ENTRAÎNEURS

Ces obligations et sanctions s'appliquent pour toutes les compétitions, depuis l'échelon départemental jusqu'aux finales nationales, sauf précisions complémentaires indiquées dans cette brochure ou dans une lettre FFGym AÉROBIC.

OBJET	OBLIGATION	MANQUEMENT	SANCTION
LICENCE	» être licencié pour la saison en cours	» fausse déclaration <b>GC DC</b>	» amende de 300 euros et exclusion de l'entraîneur <b>GC DF</b>
	» être en possession de sa licence (attestation ou e-licence), avec la photo	» absence de licence ou licence sans photo » fausse présentation <b>DC</b>	» amende 50 euros » exclusion de l'entraîneur et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition <b>DF</b>
DISCIPLINE POUR LES ENTRAÎNEURS	» attitude correcte vis-à-vis des juges et des responsables du déroulement » attitude correcte sur le plateau de compétition	» remarques verbales ou faits et gestes déplacés <b>RJ</b> » attitude incorrecte <b>DC</b>	» -1 pt sur le total de la formation ou du gymnaste <b>RJ</b> » traduction devant la commission de discipline compétente selon le niveau de la compétition <b>DF</b>
	» déclarer forfait auprès du gestionnaire de compétition	» forfait non signalé <b>DC</b>	» amende : • Formation : 200 euros <b>DF</b> • Individuel : 30 euros <b>DF</b> » application de la sanction concernant l'absence de juge <b>RJ</b>
	» respecter la composition de la formation	» infraction <b>GC DC</b>	» formation disqualifiée <b>DF</b> » entraîneur exclu de la compétition <b>DF</b>
	» respecter les horaires et assurer la discipline des gymnastes	» non-respect <b>DC</b>	» 1 <sup>ère</sup> remarque : avertissement <b>DC</b> » 2 <sup>ème</sup> remarque : -1 pt sur le total de la formation ou du gymnaste en individuel <b>RJ</b>
	» ne pas utiliser d'appareils électroniques (smartphones, tablettes, téléphones) et ne pas filmer ni photographier dans les aires d'échauffement et de compétition	» non-respect <b>DC</b>	
TENUE POUR LES ENTRAÎNEURS	» survêtement et chaussures de sport. <b>Short et/ou pantacourt et débardeurs</b> sont interdits » tenue représentant une nation non autorisée (y compris la France)	» tenue vestimentaire non réglementaire <b>DC</b>	» changement de tenue sinon exclusion du plateau de compétition <b>DC DF</b>
PRÉSENCE EN SALLES D'ÉCHAUFFEMENT ET DE COMPÉTITION	» 1 entraîneur pour 1 gymnaste ; 2 entraîneurs au maximum pour 2 gymnastes et plus par club » 2 personnes maximum (entraîneur, athlète ou personnel médical) sont autorisées à suivre le ou les athlètes dans les zones de pré-compétition (zone d'attente) et post-compétition (kiss & cry). Survêtement obligatoire (facultatif pour le personnel médical) » les entraîneurs et les compétiteurs sont autorisés à pénétrer dans l'aire d'attente <b>UNIQUEMENT</b> à l'appel du speaker ou d'un officiel » les entraîneurs peuvent rester dans l'aire d'attente durant le passage des compétiteurs, à condition d'avoir une attitude correcte avant, pendant et après l'exercice (pas de manifestations verbales et physiques exagérées)	» non-respect <b>DC RJ</b>	» 1 <sup>ère</sup> remarque : avertissement <b>DC</b> » 2 <sup>ème</sup> remarque : -1 pt sur le total individuel de chacun des gymnastes ou de la formation <b>RJ</b> » l'entraîneur supplémentaire est exclu <b>DF</b> » disqualification du compétiteur par le juge arbitre <b>RJ</b> » avertissement, puis exclusion de l'entraîneur de la zone de pré-compétition ou de post compétition <b>DF</b>
	» les entraîneurs et les athlètes ne sont pas autorisés à pénétrer dans l'aire de jugement		» déclassement du compétiteur par le juge arbitre <b>RJ</b>
PUBLICITÉ	» voir page 24 de la brochure	» non conforme <b>DC</b>	» après avertissement, publicité cachée <b>DC</b>

Les réclamations avec vidéo ne sont pas acceptées.



## RÈGLEMENTATION À L'ADRESSE DES JUGES

Ces obligations et sanctions s'appliquent pour toutes les compétitions, depuis l'échelon départemental jusqu'aux finales nationales, sauf précisions complémentaires indiquées dans cette brochure ou dans une lettre FFGYM AÉROBIC.

OBJET	OBLIGATION	MANQUEMENT	SANCTION
LICENCE	» être licencié pour la saison en cours	» fausse déclaration	» amende de 300 euros et exclusion du juge <b>DF</b>
	» être en possession de sa licence (attestation ou e-licence avec la photo) et de son carnet de juge	» absence de licence ou de carnet de juge ou licence sans photo	» amende 50 euros » si impossibilité de prouver sa qualification n'est pas autorisé à juger <b>DF</b>
		» fausse présentation	» exclusion du juge et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition <b>DF</b>
NIVEAU	» être du niveau requis en fonction de la compétition / catégorie » être recyclé	» niveau incorrect » juge non recyclé	» n'est pas autorisé à juger et est considéré comme absent
<b>RJ</b> * DISCIPLINE POUR LES JUGES	» officier lors de la compétition	» absence du juge du club	» amende de 305 euros sinon la formation ou l'individuel ne concourt pas (sauf événement exceptionnel) <b>DF</b>
		» absence du juge convoqué	» indemnité non attribuée et exclusion du jury pour toutes les finales nationales pendant 1 an dès l'infraction commise
	» présence à la réunion des juges	» absence injustifiée ou retard injustifié	» ne juge pas
	» ne pas utiliser d'appareils électroniques (smartphones, tablettes, téléphones) et ne pas filmer ni photographier dans les aires d'échauffement et de compétition	» non-respect	» 1 <sup>ère</sup> remarque : avertissement » 2 <sup>ème</sup> remarque : exclusion du jury
TENUE VESTIMENTAIRE	» <u>femme</u> : tailleur, jupe ou pantalon bleu marine ou noir, chemise blanche » <u>homme</u> : Veste bleue marine ou noire, pantalon gris, chemise claire, cravate	» tenue vestimentaire non réglementaire	» n'est pas autorisé à juger et est considéré comme absent

\* Le responsable des juges est l'autorité décisionnelle compétente pour tout ce qui relève du jury et du jugement. Le délégué fédéral intervient en complément pour l'application de certaines sanctions, en particulier les amendes.



## TENUES

		<b>FÉDÉRALE B</b>		<b>FÉDÉRALE A AÉROBIC</b>		<b>NATIONALE B, NATIONALE A, ÉLITE</b>		<b>FÉDÉRALE A FITNESS NATIONALE HILO/STEP</b>	
		Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes	Hommes
CHAUSSURES	Chaussures de sport Chaussons Rythmiques	Type training ou aérobic Couleur identique		Type training ou aérobic Couleur blanche		Type training ou aérobic Couleur blanche		Type training ou aérobic Couleur blanche	
CHAUSSETTES	Obligatoires	Blanches visibles		Blanches visibles		Blanches visibles		Blanches visibles	
CHEVEUX	Attachés près de la tête	Attachés près de la tête		Attachés près de la tête		Attachés près de la tête		Attachés près de la tête	
MAQUILLAGE	Modéré	Modéré		Modéré		Modéré		Modéré	
HAUT	Tenue sportive identique	Tee shirt moulant Brassière courte ou longue	Tee shirt moulant Débardeur Léotard		Tee shirt moulant Débardeur Léotard	Tee shirt moulant Brassière courte ou longue	Tee shirt moulant Débardeur Léotard		
MANCHES		Non obligatoires Manches longues terminées aux poignets Tissu transparent autorisé	Manches longues interdites	Non obligatoires Manches longues terminées aux poignets Tissu transparent autorisé	Manches longues interdites	Non obligatoires Manches longues terminées aux poignets Tissu transparent autorisé	Manches longues interdites	Non obligatoires Manches longues terminées aux poignets Tissu transparent autorisé	
BAS		Pantalon type fitness Corsaire Legging Cuissard Short			Corsaire Legging Cuissard Short Sokol	Pantalon type fitness Corsaire Legging Cuissard Short			
ENSEMBLE		Justaucorps* Académique*	Combishort** Académique**	Justaucorps* Académique*	Combishort** Académique**	Académique*	Combishort** Académique**		
COLLANT	Non obligatoire	Couleur chair Non obligatoire		Couleur chair Obligatoire (sauf NB 10-11 )					
COULEUR	Différente autorisée	Différente autorisée	Différente autorisée	Identique	Identique	Différente autorisée	Différente autorisée		
SEQUINS STRASS	Autorisés	Autorisés	Interdits	Autorisés	Interdits	Autorisés	Interdits		

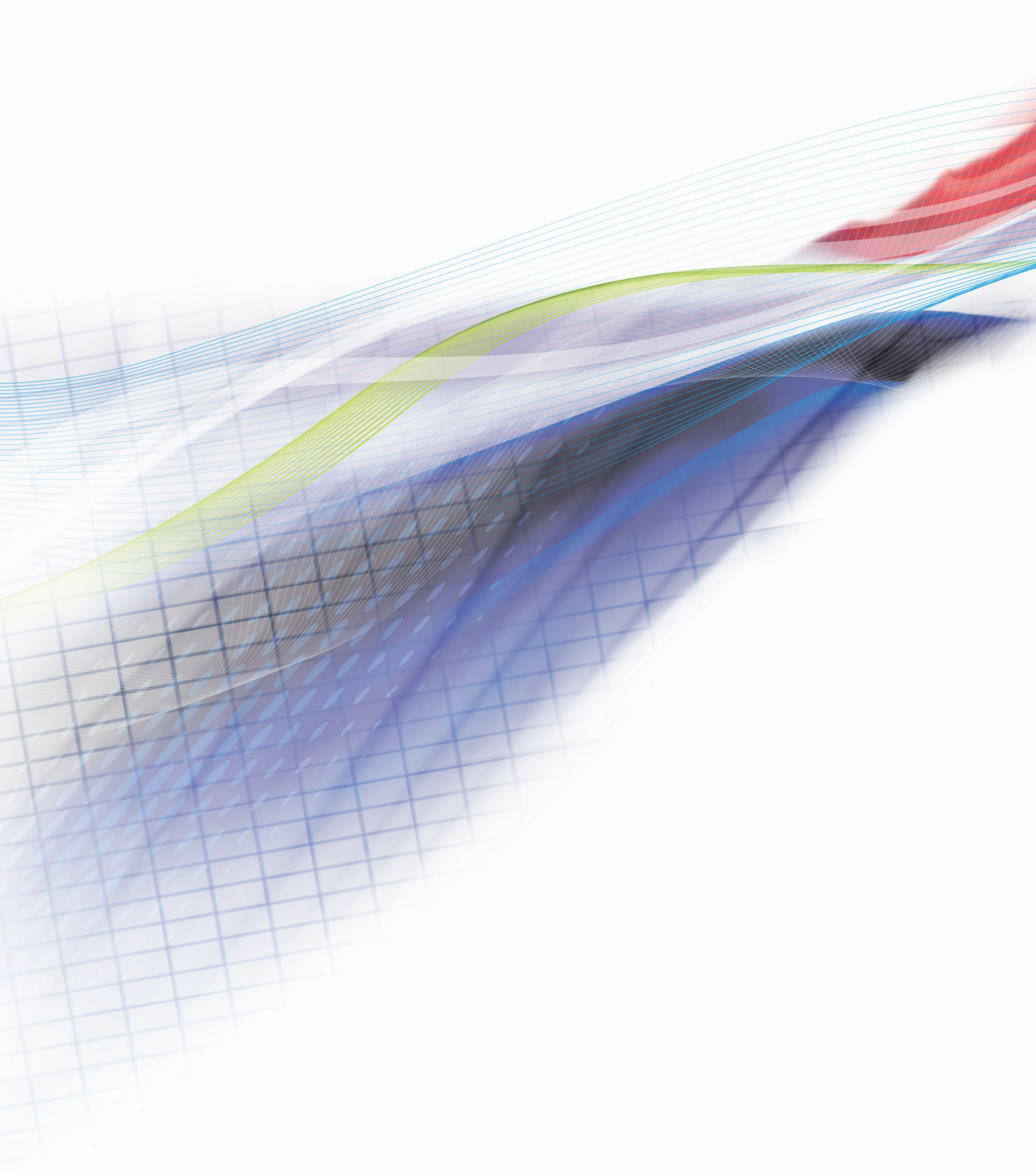
\* Ouvertures interdites, échanture du haut du dos maximale au dessus des omoplates, échanture du haut de la jambe maximale à la crête iliaque

\*\* Ouvertures interdites

ATTENTION : tissus transparents doublés en dessous de la poitrine et/ou des omoplates

Les reproductions identiques de vêtements (gilet, cravate, tablier...) et d'animaux sont interdites. L'aspect visuel doit suggérer et non recopier la réalité





**ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT.**

LETTRE FFGYM

# AÉROBIC

2019-2020



ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT.




# GÉNÉRALITÉS

## CALENDRIER DES COMPÉTITIONS NATIONALES

DATE	COMPÉTITION
15-17 mai 2020	Festi Aéro
13-14 juin 2020	Championnat de France & Trophée Fédéral

Se référer au calendrier des compétitions 2020 pour les dates limites des compétitions qualificatives, sauf dérogation accordée par le représentant technique fédéral de la discipline et le DTN adjoint chargé des pratiques compétitives.

## DROITS D'ENGAGEMENT

COMPÉTITION	INDIVIDUEL (SOLO)	FORMATION DE DEUX À QUATRE GYMNASTES (DUO - TRIO)	ENSEMBLE / GROUPE DE CINQ GYMNASTES ET PLUS
 ÉLITE Championnat de France	47 €	46 €	46 €
 PERFORMANCE Championnat de France	27,50 €	32,50 €	46 €
 FÉDÉRAL Trophée Fédéral	20,50 €	25,50 €	41 €

» Pour les autres compétitions, les assemblées générales des comités départementaux et régionaux ont le pouvoir de fixer les droits d'engagements de la façon suivante :

- Comité départemental : échelon départemental ;
- Comité régional : échelon interdépartemental et régional.

» Pour les compétitions interrégionales ainsi que celles organisées au niveau d'un regroupement de comités régionaux, les droits d'engagements sont fixés à 80% des droits des finales nationales.





## CLASSEMENT DES CLUBS

Un classement des clubs par discipline est mis en place sur la saison sportive.

Le total points de chaque club est réalisé en tenant compte du nombre de licenciés dans la discipline et de la participation aux rencontres de proximité et aux compétitions. Le barème est accessible sur le site internet fédéral.

Compte tenu des modalités de gestion de ce classement et des ajustements à réaliser, seul le classement final édité en fin de saison sportive fait foi.

## DOCUMENTS

Cette lettre précise et complète le règlement technique 2019-2020.

Les autres documents de référence à prendre en compte sont :

- Les lettres FFGym publiées en cours de saison sportive ;
- Le code de pointage FIG 2017-2020 (version en vigueur disponible sur le site internet de la FIG) ;
- Les newsletters FIG.

Dans le cas d'une contradiction entre le code de pointage FIG en vigueur et la réglementation technique FFGym, c'est cette dernière qui prévaut pour les compétitions françaises.

## DATE LIMITE D'ENGAGEMENT

Pour toutes les catégories compétitives à finalité nationale des niveaux de pratique Fédéral et Performance, la date limite d'engagement est fixée au 6 janvier 2020.

Ces engagements sont à réaliser pour la première étape compétitive : compétition de niveau départemental ou interdépartemental en fonction des catégories.

Les comités départementaux et régionaux sont chargés de la gestion de ces engagements et sont libres de définir la période correspondante, sous réserve de respecter la date limite nationale.

## ORDRES DE PASSAGE - RÈGLES DE GESTION

Pour les finales nationales, la répartition des gymnastes est effectuée ainsi :

- les podiums des compétitions interrégionales en fin de passages ;
- le début des passages selon le classement vertical .



## INFORMATIONS SUR LE SITE INTERNET FÉDÉRAL

De nombreux outils sont à la disposition des clubs sur le site fédéral dans l'espace « Mon compte FFGym ».

### **CONTENUS ACCESS GYM**

Pour les consulter : mon compte FFGym>Emploi/Formation>I-Gym Technic>Vidéos Aérobie

### **IMPOSÉS**

Voici la liste des imposés pour la saison 2019/2020.

#### Fédérale B :

- D'jumpy 1 / D'jumpy 2 / D'jumpy 3 / D'jumpy avancé 9 ans - version Homme et version Femme
- Fédérale B AER 1 / Fédérale B AER 2 / Fédéral B AER 3
- Fédérale B Hilo 1 / Fédérale B Hilo 2 / Fédéral B Hilo 3
- Fédérale B Step 1 / Fédérale B Step 2 / Fédéral B Step 3

#### Fédérale A :

- Fédérale A 10-14 ans AER
- Fédérale A 10-14 ans Hilo

#### Nationale B :

- Nationale B 10-11 ans

Pour les consulter : mon compte FFGym>Emploi/Formation>I-Gym Technic>Vidéos Aérobie

### **FEUILLES DE JUGEMENT**

Pour les consulter : mon compte FFGym>Compétition>Base documentaire>Aérobie

### **DOCUMENTS POUR LES JUGES (ET ENTRAÎNEURS)**

- Tableau récapitulatif des programmes
- Grille des éléments de difficultés code FIG
- Fédérale A : Didacticiels A et E, ETM
- Nationale A et B : Didacticiels A et E, ETM

Pour les consulter : Mon compte FFGym>Compétition>Base documentaire>Aérobie.

### **INFORMATIONS SUR LA FINALE NATIONALE**

Toutes les informations au sujet du Festi Aéro championnat de France & Trophée fédéral sont consultables sur le mini-site de la compétition. Les mises à jour sont fréquentes.

Pour les consulter : Calendrier>Festi Aéro ou Championnat de France AER.



## DÉROGATIONS

Toute demande de dérogation est à effectuer en envoyant un message à l'adresse [cnsaer@ffgym.fr](mailto:cnsaer@ffgym.fr).

Il convient de préciser : la compétition, le club, la catégorie ainsi que la nature de la dérogation. Les dérogations sont traitées par la CNS après avis de l'élu et du DTN en charge des pratiques compétitives.

Les demandes suivantes peuvent être étudiées :

- Transformation d'un groupe en trio, suite à blessure et en l'absence de remplaçant,
- Remplacement d'un blessé par un compétiteur de groupe d'âge identique mais de niveau de pratique inférieur. Par exemple : remplacement d'un compétiteur Nationale B par un compétiteur Fédérale A.
- Un compétiteur peut être autorisé à concourir dans une 4<sup>ème</sup> catégorie en cas de blessure d'un compétiteur en trio ou en groupe au sein de son club.

## MONTÉE DE FILIÈRE OBLIGATOIRE

Les gymnastes médaillés en solo Nationale B au championnat de France 2019, quel que soit le groupe d'âge, doivent, s'ils souhaitent continuer le solo, s'engager en Nationale A en 2019-2020.

Il en sera de même pour les médaillés 2019-2020.

## CIRCONSTANCES EXTRAORDINAIRES

Sont considérées comme des circonstances extraordinaires les cas suivants :

- La musique n'est pas celle du compétiteur en lice,
- Un mauvais fonctionnement des équipements sonores,
- Les dérangements causés par la défectuosité de l'équipement, lumière, scène, locaux,
- La présence d'objets étrangers sur l'aire de compétition indépendante de la volonté du compétiteur,
- Les circonstances extraordinaires qui ne peuvent être imputées au compétiteur et qui provoquent un forfait.

Il est de la responsabilité du compétiteur d'arrêter son exercice immédiatement si une circonstance extraordinaire survient. Toute réclamation présentée une fois l'exercice terminée sera rejetée.

Sur décision du Juge Arbitre, le compétiteur peut recommencer son exercice, une fois le problème écarté. Toutes les notes préalablement attribuées sont annulées.

Toutes situations non mentionnées ci-dessus qui pourraient se présenter, sont examinées par le Jury Supérieur. La décision du Jury Supérieur est sans appel.



# CHAMPIONNAT DE FRANCE ET TROPHÉE FÉDÉRAL

## QUALIFICATIONS

Les qualifications se font lors de la compétition inter-régionale, si le circuit compétitif a été respecté (participation aux étapes précédentes).

Les podiums de chaque catégorie sont qualifiés d'office sous réserve de validation des minima. Le reste des qualifiés est annoncé selon un classement vertical national sur quotas. Les quotas sont établis suite à la date de clôture des engagements.

De façon générale, pour prétendre à la qualification, les gymnastes doivent valider des minima selon le tableau suivant.

			MINIMA TOTAL DIFFICULTÉ	MINIMA NOTE FINALE	
	FÉD. A	10 -14 ans	X	9 pts	
		12 ans et +	Aéro Fitness	X X	10 pts 9 pts
	NATIONALE B	10 -11 ans	Solo	X	11 pts
Trio			X	10 pts	
Groupe			X	10 pts	
12 - 14 ans		Solo	1,2 pt	13 pts	
		Trio	1,2 pt	12 pts	
Groupe		1,2 pt	12 pts		
15 ans et +	Solo	1,2 pt	13 pts		
12 ans et +	Trio	1,2 pt	12 pts		
Groupe	1,2 pt	12 pts			
	NAT	12 ans et +	Hilo	X	13 pts
		Step	X	13 pts	
NATIONALE A	10 - 11 ans	Solo F	X	14 pts	
		Trio	X	13 pts	
	12 - 14 ans	Solo F	1 pt	15 pts	
		Trio	1 pt	14 pts	
		Groupe	1 pt	14 pts	
	10 - 14 ans	Solo H	1 pt	14 pts	
		Groupe	X	13 pts	
	15 - 17 ans	Solo F	1,25 pt	15 pts	
18 ans et +	Solo F	1,25 pt	15 pts		
15 ans et +	Solo H	1,25 pt	15 pts		
	Trio	1,25 pt	14 pts		
Groupe	1,25 pt	14 pts			



## ENTRAÎNEMENT PARQUET

Les compétiteurs des Filières Nationale A et Élite peuvent réaliser un entraînement parquet le vendredi précédent le championnat de France.

Les inscriptions se font via le lien sur le programme général de la compétition, consultable sur le mini-site. Aucune inscription ne sera prise en compte passée la date de clôture.

Les entraînements se déroulent par groupe de compétiteurs. Lorsqu'un athlète passe en musique, le parquet doit être libre. Un temps de travail d'une durée de 5 min sera attribué pour l'ensemble du groupe.

# PORTER / COLLABORATION / COMBINAISON

## PORTER



### FILIERE FÉDÉRALE A

De façon générale, un porter est reconnu comme tel quand le voltigeur quitte le sol quelle que soit la position du porteur.

Exemples de porters :



### FILIERES NATIONALES ET ÉLITE



Un porter est reconnu lorsque le porteur en position debout élève le voltigeur au-dessus de la ligne de ses épaules. Le porter doit être mis en place après le début de la musique.

Le porter sera évalué par le Juge Arbitre selon 5 critères en Nationale A 15 ans et + uniquement

	CRITÈRES D'ÉVALUATION D'UN PORTER	Absent 0 pt	Présent 0.1 pt
1	Complexité de mise en place du porter et niveau d'élévation du voltigeur		
2	Capacités physiques : force, équilibre, souplesse		
3	Changement de niveau avec changement de forme		
4	Dynamisme du compétiteur : vitesse d'exécution et/ou présence de rotation		
5	Phase aérienne du voltigeur		
	TOTAL SUR 0.5 PT		

Élite : se reporter au Code de Pointage FIG.



## COLLABORATION

La collaboration concerne les filières Nationales et Élite.

Une collaboration est reconnue dans les cas suivants :

- Si le porteur en position debout soulève un voltigeur sans dépasser la ligne de ses épaules ;
- Si le porteur assis, à genoux, allongé soulève le voltigeur quelle que soit la position de ce dernier

Elle n'est pas obligatoire et entrera dans l'évaluation du critère « contenu général » de la note A.



## COMBINAISON

COMBINAISONS	2 éléments	3 éléments
Nationale B	1	
Nationale 10/11, 10/14, 12/14 ans	1	
Nationale A 15 ans et +	2	
Elite junior	2	
Elite senior	2	

Pour le format des combinaisons autorisées et valorisées par groupe d'âge, se référer aux tableaux des programmes.

### Combinaison d'éléments de difficulté.

2 ou 3 éléments (selon les catégories d'âges) peuvent être enchaînés directement sans arrêt ni hésitation, ni transition. Ces éléments peuvent être du même groupe ou de groupes différents mais ne peuvent pas se répéter. Ils sont comptabilisés dans le nombre maximal d'éléments autorisés. ATTENTION les éléments imposés ne peuvent pas être combinés.

- Si les 2 éléments remplissent les Exigences Techniques Minimales, la combinaison est valorisée de +0.1 pt,
- Si les 3 éléments remplissent les Exigences Techniques Minimales, la combinaison est valorisée de +0.2 pt,
- Si au moins 1 des éléments ne remplit pas les Exigences Techniques Minimales, la combinaison ne reçoit aucune valeur.

### Combinaison d'élément acrobatique et de difficulté

Les éléments acrobatiques et de difficulté peuvent être enchaînés directement sans arrêt ni hésitation, ni transition. Les éléments de difficultés sont comptabilisés dans le nombre maximal d'éléments autorisés.

- Si l'élément de difficulté remplit les Exigences Techniques Minimales, la combinaison est valorisée de +0.1 pt,
- Si l'élément acrobatique est réalisé avec une chute la combinaison n'est pas valorisée.

Combinaisons	Note D	
	Valeur	Déduction
D+D	0.1 pt	0 pt
D+A	0.1 pt	0 pt
A+D	0.1 pt	0 pt
A+A	0 pt	1 pt
D+A+D	0.2 pt	0 pt
A+D+A	0.2 pt	0 pt
D+D+A	0.2 pt	0 pt
D+D+D	0.2 pt	0 pt
A+D+D	0.2 pt	0 pt
A+A+D	0 pt	1 pt
D+A+A	0 pt	1 pt

Les combinaisons à +0.2 pt sont réservées aux gymnastes engagés en Nationale A 15 ans et Élite senior.

Pour les autres catégories, elles recevront la bonification +0,1 point au maximum conformément au tableau des programmes.



# PROGRAMMES COMPÉTITIFS



## FILIÈRE FÉDÉRALE B

	7-9 ans		10-14 ans	12 ans et +
Catégorie	7-9 ans Groupe 3 à 8	9 ans Solo	10-14 ans Groupe 3 à 8	12 ans et + Groupe 3 à 8
Programme	D'jumpy 1 ou D'Jumpy 2 ou D'Jumpy 3	D'jumpy avancé version homme ou femme	Imposés au choix : 3 AER, 3 Hilo, 3 Step	Imposés au choix : 3 AER, 3 Hilo, 3 Step
Musique / Durée	Imposée	Imposée	Imposée	Imposée
Passage	2 identiques ou différents	2	2 identiques ou différents	2 identiques ou différents
Bonus	+ 1 pt si réalisation du D'Jumpy 2 ou 3 + 0,5 pt pour équipe de 5 gymnastes ou plus		+0,5 pt pour équipe de 5 gymnastes ou plus	+0,5 pt pour équipe de 5 gymnastes ou plus
Note Synchro	10 pts		10 pts	10 pts
Note Exécution		10 pts		
Note finale	10 pts (ou 11,5 pts)	10 pts	10 pts (ou 10,5 pts)	10 pts (ou 10,5 pts)



# FILIÈRE FÉDÉRALE A

Catégorie	10-14 ans		12 ans et +	
	10-14 ans HILO	10-14 ans Aérobie	12 ans et + Fitness HILO ou STEP	12 ans et + Aérobie
Programme	Imposé		Libre	Libre
Musique / Durée	Imposée		Libre 1'15 +/-5"	Libre 1'15 +/-5"
Nombre d'éléments max	0	4	0	6
Exigences	0	Descente pompe 1 jambe Saut droit Saut Air Jack 1/2 pivot	3 passages au sol max (HILO) 3 déplacements de step max	0
Valeur des éléments		Imposé		0,1 à 0,2 pt dont 1 élément possible à 0,3 pt (grille fédérale A)
Nombre de groupes présentés	0	Imposé	0	Libre
Éléments au sol max	0	Imposé	0	Libre
Éléments acro max	0	Imposé (Roue)	1 cf tableau des élts acro	1 cf tableau des élts acro
Réception pompe max	0	0	0	1
Réception grand écart max	0	0	0	1
Élément sur 1 bras	0	0	0	0
Combinaison	0	0	0	Libre (non valorisée)
Porter*	0	0	0	1 optionnel propulsion interdite
Note D max (Difficulté)**	0	0	0	1,3 pt (+0,2 pt bonus porter)
Note E (Exécution)	10 pts	10 pts	10 pts	10 pts
Déd max synchro	-3 pts	-3 pts	-3 pts	-3 pts
Note A (Artistique)	3	3	3	3
Note finale	13	13	13	14,5

\*Le porter est reconnu lorsque le voltigeur perd le contact avec le sol. Si le porter est placé au début de la routine, il doit être mis en place après le début de la musique.

\*\*La note D est obtenue par addition des valeurs des éléments autorisés.



## FILIÈRE NATIONALE HILO et STEP

	<b>12 ans et +</b>
Catégorie	12 ans et +
Programme	Libre
Musique / Durée	Libre 1'15 +/-5"
Nombre d'éléments max	2
Exigences	0
Valeur des éléments	0,1 à 0,5 pt (grille Nationale B)
Nombre de groupes présentés	Libre
Éléments au sol max	Libre
Éléments acro max	2 Cf. tableau des éléments acrobatiques
Réception pompe max	1
Réception grand écart max	1
Élément sur 1 bras	0
Combinaison	Libre (non valorisée)
Porter*	1 optionnel (propulsion autorisée)
Collaboration	Valorisée en artistique
Note D (Difficulté)	0
Note E (Exécution)	10
Déd max synchro	- 3 pts
Note A (Artistique)	7,5 pts
Note finale	17,5 pts
<b>Éléments interdits</b>	Sauts de step en step Lancer de steps Empilement de step avant la pause finale

\* Le porter est reconnu lorsque le voltigeur passe au-dessus de la ligne des épaules du porteur. Si le porter est placé au début de la routine, il doit être mis en place après le début de la musique.



## FILIÈRE NATIONALE B

	10-11 ans	12-14 ans	12 ans et +	
Catégorie	10-11 ans	12-14 ans Solo / Trio / Groupe	15 ans et + Solo	12 ans et + Trio / Groupe
Programme	Imposé 2x8 tps libres début fin	Libre		
Musique / Durée	Imposée	1'15 +/- 5"		
Nombre d'éléments max	5	6		
	Les éléments doivent être identiques, réalisés en même temps ou consécutivement GROUPE : possibilité de présenter 2 éléments différents une seule fois et en même temps. La valeur la plus basse entre dans la note D			
Exigences	B 102 ou 132 Equerre A 101 Pompe C 182 Saut Groupé D 142 Pivot 1 tour	0		
Valeur des éléments	0,1 à 0,3 pt	0,1 à 0,3 pt dont 1 élément à 0,4pt ou 0,5 pt (grille Nationale B)		
Minima difficulté*	X	1,2 pt		
Nombre de groupes présentés min	4	Libre		
Éléments au sol max	Libre	Libre		
Éléments acro max	Imposé (roue)	2 Cf. tableau des éléments acrobatiques		
Réception pompe max	0	1		
Réception grand écart max	0	1		
Élément sur 1 bras	0	0		
Combinaison	0	Libre (non valorisée)		
Porter**	0	1 optionnel (propulsion autorisée)		
Collaboration	x	Valorisée en artistique		
Note D max (Difficulté)***	1 pt	2 pts		
Note E (Exécution)	10 pts	10 pts		
Déd max synchro	- 2 pts	- 2 pts		
Note A (Artistique)	5 pts	5 pts		
Note finale	16 pts	17 pts		

\* Le minima difficulté correspond à la note D minimale à atteindre pour prétendre à la qualification au championnat de France.

\*\* Le porter est reconnu lorsque le voltigeur passe au-dessus de la ligne des épaules du porteur. Si le porter est placé au début de la routine, il doit être mis en place après le début de la musique.

\*\*\*La note D est obtenue par addition des valeurs des éléments autorisés.



# FILIÈRE NATIONALE A

	10-11 ans	10-14 ans		12-14 ans	15 ans et +	
Catégorie	10-11 ans Solo F / Trio	10-14 ans Groupe	10-14 ans Solo H	12-14 ans Solo F / Trio / Groupe	15-17 ans Solo F 18 ans et +	15 ans et + Solo H / Trio / Groupe
Programme	Libre	Libre	Libre	Libre	Libre	Libre
Musique / Durée	1'15 +/- 5"	1'15 +/- 5"	1'15 +/- 5"	1'15 +/- 5"	1'20 +/- 5"	
Nombre d'éléments max	6	6	8	8	8	
	Les éléments doivent être identiques, réalisés en même temps ou consécutivement GROUPE : possibilité de présenter 2 éléments différents une seule fois et en même temps. La valeur la plus basse entre dans la note D					
Exigences	A 101 pompe B102 Equerre écartée C103 Tour en l'air D121 Gd écart vertical	A 101 pompe B102 Equerre écartée C103 Tour en l'air D121 Gd écart vertical	A364 Hélicoptère B102 ou 104 Equerre écartée avec ou sans tour C184 Saut groupé 1 tour D153 Pivot au gd écart vertical	A364 Hélicoptère B102 ou 104 Equerre écartée avec ou sans tour C184 Saut groupé 1 tour D153 Pivot au gd écart vertical	Libre	
	Les éléments imposés ne peuvent pas être réalisés en combinaison					
Valeur des éléments	0,1 à 0,4 dont 1 elt à 0,5 pt max	0,1 à 0,4 dont 1 elt à 0,5 pt max	0,1 à 0,6 pt dont 1 elt à 0,7 pt max	0,1 à 0,6 pt dont 1 elt à 0,7 pt max	de 0,1 à 1,0 pt	
Minima Difficulté*	X	X	1 pt	1 pt	1,25 pt	1,25 pt
Nombre de groupes à présenter min	4	4	4	4	3	3
Éléments au sol max	4	4	5	5	Libre	Libre
Éléments acro max	2 cf tableau des éléments acrobatiques					
Réception pompe max	0	0	1 (interdit en Solo H 10-11 ans)	1	3	3
Réception grand écart max	1 gd écart antéropostérieur	1 gd écart antéropostérieur	1 gd écart antéropostérieur	1 gd écart antéropostérieur		
Élément sur 1 bras	0	0	0	0	Libre	Libre
Combinaison	Libre non valorisée	Libre non valorisée	1 (cf paragraphe combinaison)	1 (cf paragraphe combinaison)	2 (cf paragraphe combinaison)	2 (cf paragraphe combinaison)
Porter**	0	0	X	1 (propulsion autorisée)	X	1 (propulsion autorisée)
Collaboration	valorisée en artistique	valorisée en artistique	valorisée en artistique	valorisée en artistique	valorisée en artistique	valorisée en artistique
Note D max (Difficulté)***	0,8 pt	0,8 pt	2,05 pts	2,05 pts	4,20 pts	4,20 pts + 0,5 pt de porter
Note E (Exécution)	10 pts	10 pts	10 pts	10 pts	10 pts	10 pts
Déd max synchro	- 2 pts	- 2 pts	- 2 pts	- 2 pts	- 2 pts	- 2 pts
Note A (Artistique)	7,5 pts	7,5 pts	7,5 pts	7,5 pts	7,5 pts	7,5 pts
Note finale	18,30 pts	18,30 pts	19,55 pts	19,55 pts	21,70 pts	22,20 pts

\* Le minima difficulté correspond à la note D minimale à atteindre pour prétendre à la qualification au championnat de France.

\*\* Le porter est reconnu lorsque le voltigeur passe au-dessus de la ligne des épaules du porteur. Si le porter est placé au début de la routine, il doit être mis en place après le début de la musique.

\*\*\* La note D est obtenue par addition des valeurs des éléments autorisés puis divisée par 2.



# ÉLITE



	Junior		Senior	
Catégorie	15-17 ans Solo F / Solo H	15-17 ans Duo / Trio / Groupe	18 ans + Solo F / Solo H	18 ans et + Duo / Trio / Groupe
Programme	Libre		Libre	
Musique / Durée	1'20 +/- 5"		1'20 +/- 5"	
Nombre d'éléments max	10	9	10	9
	Les éléments doivent être identiques, réalisés en même temps ou consécutivement <i>GROUPE : possibilité de présenter 2 éléments différents une seule fois et en même temps. La valeur la plus basse entre dans la note D</i>			
Exigences	Hélicoptère au grand écart (A374) ou Wenson (A365) Equerre écartée 2 tours max (B102 ou 104 ou 106) Saut carapé écarté C314 Illusion libre ou non au gd écart vertical (D265 ou 286)		Libre	
	Les éléments imposés ne peuvent pas être réalisés en combinaison			
Valeur des éléments	0,2 à 0,7 pt dont 1 élt à 0,8 pt max		à partir de 0,3 pt	
Nombre de groupes à présenter min	4		3	
Éléments au sol max	5		Libre	
Éléments acro max	2		2	
Réception pompe max	3		3	
Réception grand écart max				
Élément sur 1 bras	Libre		Libre	Libre
Combinaison	2 (cf paragraphe combinaison)		2 (cf paragraphe combinaison)	2 (cf paragraphe combinaison)
Porter*	X	1 obligatoire (propulsion autorisée)	X	1 obligatoire (propulsion autorisée)
Collaboration	valorisée en artistique	valorisée en artistique	valorisée en artistique	valorisée en artistique
Note D max (Difficulté)**	3,3 pts	2,95 pts	5,2 pts	4,7 pts ou 5,2 pts + 1 pt de porter
Note E (Exécution)	10 pts	10 pts	10 pts	10 pts
Déd max synchro	- 2 pts	- 2 pts	- 2 pts	- 2 pts
Note A (Artistique)	10 pts	10 pts	10 pts	10 pts
Note finale	23,30 pts	22,95 pts	25,2 pts	25,7 pts ou 26,2 pts

\* Le porter est reconnu lorsque le voltigeur passe au-dessus de la ligne des épaules du porteur. Si le porter est placé au début de la routine, il doit être mis en place après le début de la musique

\*\* La note D est obtenue par addition des valeurs des éléments autorisés. Elle est ensuite divisée :  
- par 2 pour les catégories suivantes : Junior SH, SF, Duo, Trio, Groupe / Senior SH, SF, Duo, Trio à 3 hommes, Groupe à 5 hommes par 1,8 pour les catégories suivantes : Senior Trio et Groupe comportant au minimum une femme

# ÉLÉMENTS ACROBATIQUES ET ÉLÉMENTS INTERDITS

Éléments autorisés  
Éléments interdits

		ÉLÉMENTS ACROBATIQUES											
		A1	A2	A3		A4	A5	A6	A7				
		roue	rondade	souplesse avant	souplesse arrière	saut de tête	saut de mains	flic-flac	salto costal	salto facial	salto avant	salto arrière	
PERFORMANCE	ÉLITE												
	NATIONALE A	18 ans et + SF											
		15-17 ans SF											
		15 ans et + SH / Trio / Groupe											
		12-14 ans SF/trio/groupe											
		10-14 ans SH											
		10-14 ans groupe											
		10-11 ans SF / trio											
	STEP HILO	12 ANS ET +											
	NATIONALE B	12 ANS ET + trio/groupe											
		12-14 ANS trio/groupe											
		10-11 ANS trio/Groupe	I M P O S É										
		15 ANS ET + solo	I M P O S É										
		12-14 ANS solo	I M P O S É										
10-11 ANS solo		I M P O S É											
FÉDÉRAL	FÉD. A	12 ANS ET +											
		10-14 ANS	I M P O S É										
	FÉD. B	12 ANS ET +	I M P O S É										
		10-14 ANS											
		7-9 ANS											
		9 ANS											

## ÉLÉMENTS INTERDITS

Équilibre sur les mains (>2sec) 	Souplesse extrême du dos 	Combinaison d'éléments acrobatiques 	Salto de +/- 360° avec ou sans rotation longitudinale 
Saut de l'ange avec rotation longitudinale 	Hyperextension statique du dos 		

## PRÉCISIONS SUR LES ÉLÉMENTS ACROBATIQUES :

Adaptation du code FIG pour les catégories fédérales et nationales.

La filière Élite n'est pas concernée par ce paragraphe et reste sur la réglementation FIG.

### Comptabilisation :

- Une acrobatie sera comptabilisée si le départ et l'arrivée sont réalisés en position debout sur 1 ou 2 pieds, en appui sur 1 ou 2 mains, La forme doit être celle présentée dans le tableau des éléments acrobatiques page 16.  
Toute modification de la forme de base sera évaluée dans le contenu général artistique (G).

Exemple : départ au siège + souplesse arrière = transition.

Exemple : roue départ sur 1 genou et 1 pied = acrobatie.



- Un élément acrobatique peut être répété.  
Un gymnaste présentant 2 sauts de mains ne sera pas pénalisé si son programme autorise 2 acrobaties ;
- Reconnaissance d'une acrobatie :  
Acrobaties reconnues comptabilisées  
1-Acro en entrée de porter  
2-Acro en interaction Ex : roue en se donnant la main  
  
Acrobaties reconnues non comptabilisées  
3-Acro réceptionnée par le porteur  
4-Acro en collaboration

### Réalisation :

Tout élément acrobatique réalisé sur les coudes, sera reconnu et comptabilisé comme tel. Il recevra une pénalité de -0.5 pt dans la note E (exécution).

## PROGRAMME DE DIFFICULTÉS 2020 - PRÉCISIONS CONCERNANT LA POMPE LATÉRALE :

- Les gymnastes ont le choix de réaliser la pompe latérale avec pieds serrés ou écartés. Pour être reconnu, l'élément doit être réalisé de la même façon par tous les membres d'un trio ou d'un groupe.
- Dans le cas contraire,
  - L'élément recevra la valeur 0.0 pt en trio Nationale B et groupe Fédérale A,
  - L'élément recevra la valeur 0.2 pt en groupe Nationale B en comptant comme élément différent.


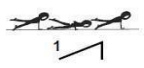



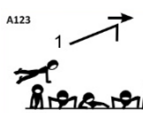

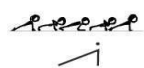

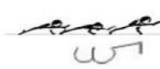
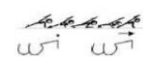

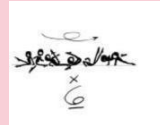
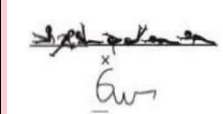
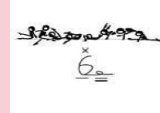


# PROGRAMME DE DIFFICULTÉS 2020

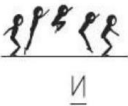
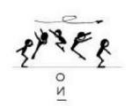

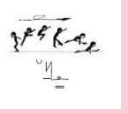

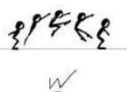

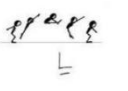


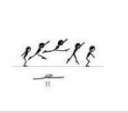
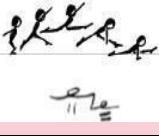



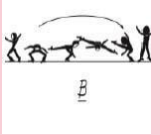


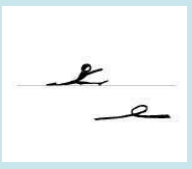
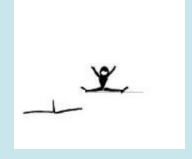
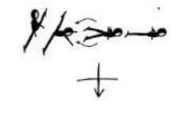


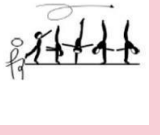


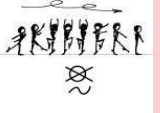

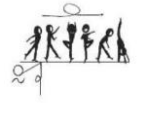
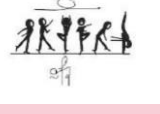
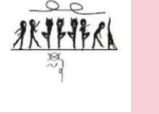
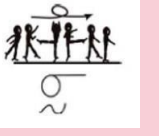
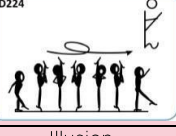
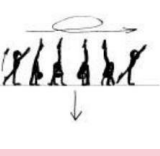

Filière Fédérale A et Filière Nationale B



FILIÈRE NATIONALE B 6 éléments de 0.1 à 0.3 ou 5 éléments de 0.1 à 0.3 + 1 élément à 0.4 OU 0.5				
FILIÈRE FÉDÉRALE A 6 éléments de 0.1 à 0.2 ou 5 éléments de 0.1 à 0.2 + 1 élément à 0.3				
0.1	0.2	0.3	0.4	0.5
<b>GROUPE A</b>				
Pompe 	Pompe 1 jambe 			
Remontée pompe 1 jambe 	Pompe latérale écartée A122  Pompe latérale A122 	Pompe latérale 1 jambe A123 		
Descente pompe 1 jambe 	Pompe charnière 	Pompe charnière 1 jambe 		
	Pompe wenson 	Pompe wenson latérale Pompe wenson charnière 		
			Explosive Aframe 	
			Hélicoptère 	Hélicoptère wenson 
			Hélicoptère au grand écart 	

GROUPE B				
	Equerre écartée 		Equerre écartée 1 tour 	
	Equerre L 		Equerre L 1 tour 	
		Equerre V 		Equerre V 1 tour 
		Wenson statique 		
GROUPE C				
Saut droit 	Saut ½ tour 	Saut 1 tour 		
			Saut 1 tour au grand écart 	
		Chute pompe 	Chute pompe ½ tour 	Chute pompe 1 tour 
			Gainer ½ tour 	

	Saut groupé 		Saut groupé 1 tour 	
		Saut groupé grand écart 	Saut groupé ½ tour au grand écart 	Saut groupé 1 tour au grand écart 
		Saut cosaque 		Saut cosaque 1 tour 
			Saut carpé serré 	
Air Jack 			Saut carpé écarté 	
			Saut au grand écart antéropostérieur 	
				Saut antéropostérieur au grand écart 
High Kick 	Saut ciseau 		Saut changement de jambe 	
			Butterfly 	

GROUPE D				
Grand écart 				
Grand écart facial 	Pancake 			
Grand écart vertical 	Grand écart vertical libre 		Grand écart vertical 1 tour 	
1/2pivot 	Pivot 1 tour 		Pivot 2 tours 	
Maintien sur 1/2 pointe 		Pivot au grand écart vertical 	Pivot au grand écart vertical libre 	Pivot 2 tours au grand écart vertical 
				Pivot 1 tour jambe à l'horizontale 
			Pivot pied dans la main D224 	
			Illusion 	Illusion au grand écart vertical 

				Illusion libre 
2 battements 	4 battements 			

	<u>Les éléments sur fond blanc sont autorisés :</u> - en filière Fédérale A - en filière Nationale B
	<u>Les éléments sur fond bleu :</u> - sont autorisés en filière Fédérale A - ne sont pas reconnus comme éléments de difficultés en filière Nationale B
	<u>Les éléments sur fond rouge :</u> - sont interdits en filière Fédérale A - sont autorisés en filière Nationale B

Tous les éléments doivent être de lignes différentes.  
 Si une équipe présente une routine avec 2 éléments de la même ligne,  
 elle recevra une pénalité de 1 point pour répétition de famille.



# FESTI AÉRO

Weekend de rencontre aérobic ouvert à tous les licenciés FFGym pratiquant ou non la discipline ainsi qu'aux licenciés scolaires

Lieu : En alternance sur les 5 inter-régions

Edition 2019-2020 : 15-17 mai 2020

Tous les renseignements sont mis en ligne sur le mini-site de l'événement

## Compétition OPEN

Compétition sans sélection préalable

### Public

FEDERAL B  
FEDERAL A  
PERFORMANCE B  
PERFORMANCE A

### Droits d'engagements

à définir

### Jugement

chaque club amène un juge diplômé dans sa catégorie.

### Palmarès

remise de récompenses sans titre décerné

## Compétition par équipe

Classement selon résultats à la compétition OPEN

### Public

FEDERAL B  
FEDERAL A  
PERFORMANCE B  
PERFORMANCE A

### Droits d'engagements

pas d'engagements supplémentaires à la compétition OPEN

### Format d'une équipe

FA / FB : 3 groupes de catégories différentes  
NA / NB : 1 solo + 1 trio + 1 groupe

### Palmarès

remise de récompenses sans titre décerné selon un total point établi par addition des places obtenues lors de la compétition OPEN

## Colloques à thèmes

Ateliers proposés sur tout le week-end par groupe de 30 personnes

Ateliers ouverts aux gymnastes, entraîneurs et juges quel que soit le thème

### Inscription obligatoire

sur lien mini-site en amont de l'évènement

### Droit d'entrée

Gratuit pour les compétiteurs et les entraîneurs engagés sur la compétition

### Thèmes proposés

Les thèmes seront indiqués dans le programme prévisionnel, sur le mini-site de l'évènement

## Rencontres USEP / UNSS

Rencontre le vendredi en amont la compétition

### USEP

Démonstration suite à un travail avec la mallette D'jumpy existante au sein des écoles sur un cycle de 6 semaines.

### UNSS

Compétition en parallèle de la démonstration USEP le vendredi.

### Droits d'engagements

à définir