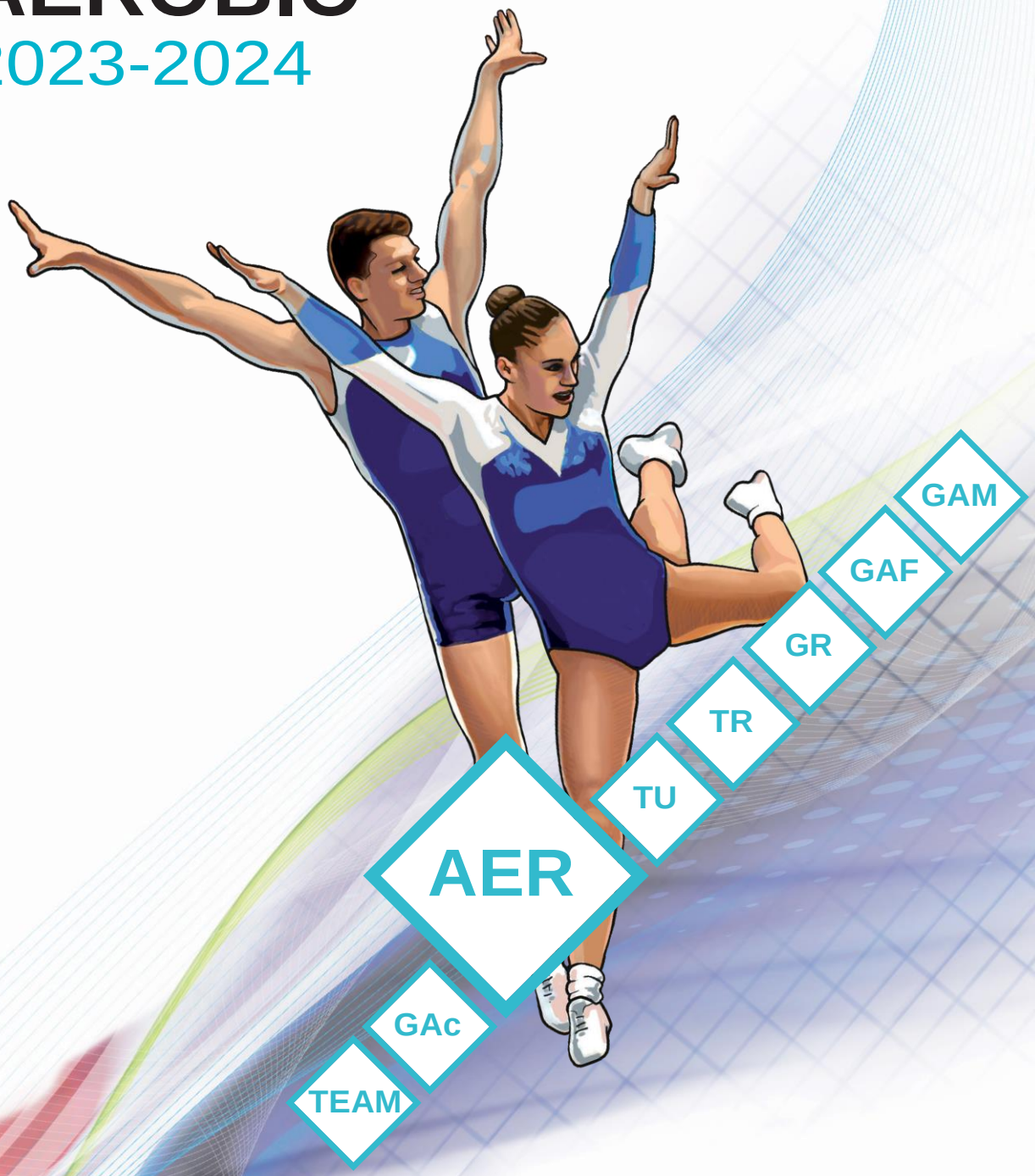
RÈGLEMENT TECHNIQUE

AÉROBIC

2023-2024



FÉDÉRATION FRANÇAISE GYM

ENSEMBLE,
CRÉONS LE MOUVEMENT.

Sommaire

	Pages
1. **Organisation FFGym**	02
LES NIVEAUX DE PRATIQUE	03
L'ORGANISATION TERRITORIALE	04
LES CIRCUITS COMPÉTITIFS TYPES	06
LES PRÉROGATIVES DE LA FFGYM ET DES TERRITOIRES	07
ACCESS GYM & RENCONTRES DE PROXIMITÉ	08
COMPÉTITIONS DE PROXIMITÉ	10
2. **Organisation Compétitive AÉROBIC**	11
TABLEAU SYNOPTIQUE	12
L'ACTIVITÉ AÉROBIC	13
FÉDÉRAL	14
PERFORMANCE	20
ÉLITE	24
3. **Règlementation générale**	25
GÉNÉRALITÉS	26
MÉDICAL	27
ORGANISATION DES COMPÉTITIONS	28
GESTION INFORMATIQUE	30
AUTORITÉS DÉCISIONNELLES	32
GYMNASTES	33
ENTRAÎNEURS	34
JUGES	35
TENUES	36

PRÉAMBULE

Les événements compétitifs prévus au calendrier national 2022-2023 ont tous pu être réalisés et l'ensemble des acteurs concernés ont tout mis en œuvre pour en assurer la réussite : gymnastes, entraîneurs, juges, dirigeants et organisateurs.

La saison 2023-2024 s'annonce être dans la continuité de la précédente, avec peu de modifications règlementaires importantes et seulement quelques ajustements au niveau des programmes compétitifs, dans la continuité des évolutions récentes.

Dès le début 2024, la gestion administrative des juges s'intégrera dans la chaîne des outils FFGym et permettra notamment :

- L'engagement des juges et la définition du responsable des Juges dans EngaGym,
- La constitution des jurys dans un nouvel outil OrdoJuge, lié à OrdoGym
- L'ajustement dans ScoreGym le jour de la compétition
- La mise en ligne du carnet de Juge sur un site internet dédié

Après sa mise en place la saison dernière en GAM, GAF et GR, le déploiement des compétitions de proximité se poursuit en TR, GAC, et AER. Ce nouveau format compétitif, novateur en termes de modalités d'organisation et d'évaluation, permet à un large public d'accéder à la compétition.

Nous vous invitons à lire les pages suivantes pour prendre connaissance plus en détail des nouveaux règlements techniques spécifiques à ces disciplines.

Bonne saison compétitive 2023-2024 à toutes et à tous.

1.

Organisation FFGym

p03 LES NIVEAUX DE PRATIQUE

p04 L'ORGANISATION TERRITORIALE

p06 LES CIRCUITS COMPÉTITIFS TYPES

p07 LES PRÉROGATIVES DE LA FFGYM ET DES TERRITOIRES

p08 ACCESS GYM & RENCONTRES DE PROXIMITÉ

p10 COMPÉTITIONS DE PROXIMITÉ

LES NIVEAUX DE PRATIQUE

3 PROFILS DE GYMNASTES		3 BESOINS POUR LA FFGYM
GYMNASTES HAUT-NIVEAU	ÉLITE	Identifier les collectifs France
GYMNASTES CONFIRMÉS	PERFORMANCE	Afficher une gym avec un niveau d'exigence
GYMNASTES DÉBUTANTS / INTERMÉDIAIRES	FÉDÉRAL	Afficher une gym de proximité/accessible

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

PERFORMANCE
Gymnastes confirmés

FÉDÉRAL
Gymnastes débutants à intermédiaires

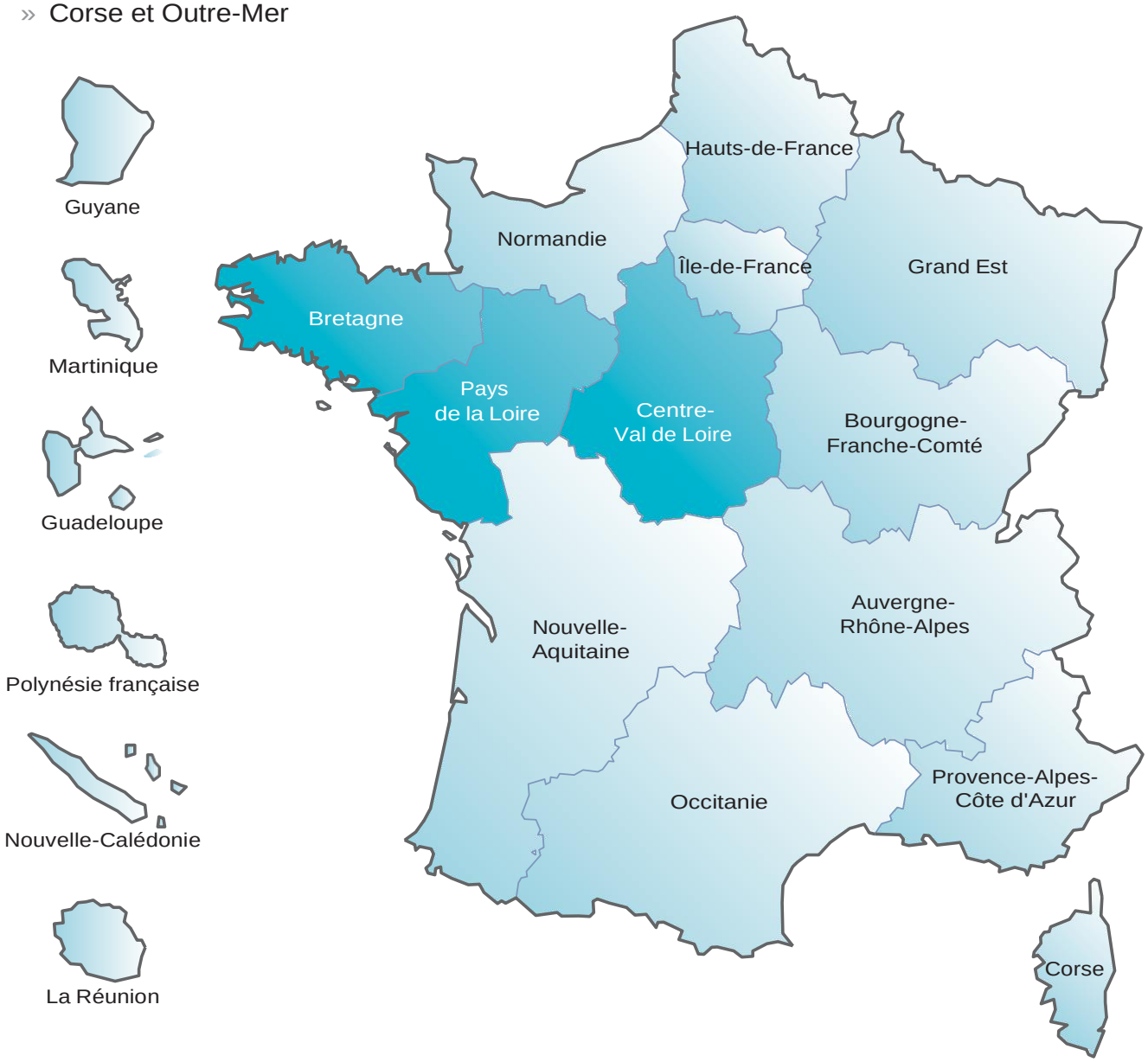
D'où l'importance pour chaque niveau de proposer un environnement qui lui est propre, avec ses spécificités

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

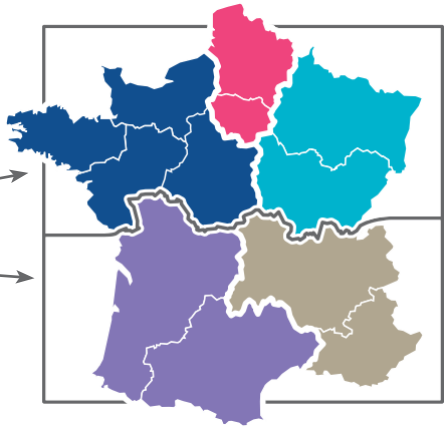
CORSE ET OUTRE-MER

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

L'ÉCHELON INTER-RÉGIONAL

» 2 inter-régions en AÉROBIC

» Périmètre commun pour TR TU GAc : 5 inter-régions

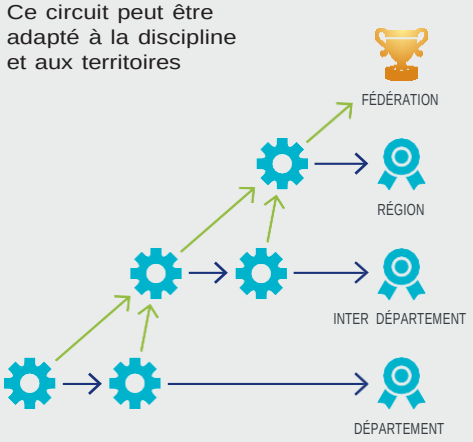


LES CIRCUITS COMPÉTITIFS TYPES

RÉGIONS AVEC FUSION ET PACA

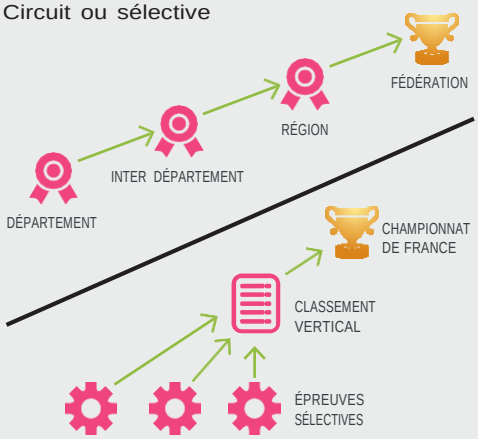
FÉDÉRAL

Ce circuit peut être adapté à la discipline et aux territoires



PERFORMANCE

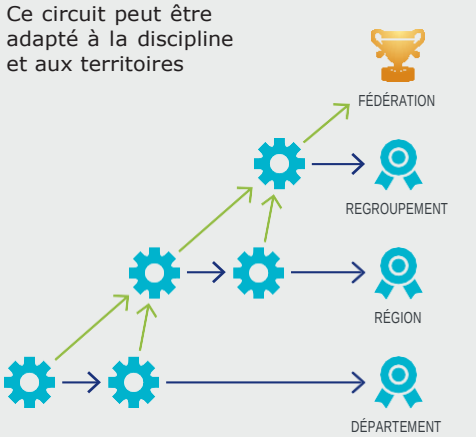
Circuit ou sélective



RÉGIONS SANS FUSION

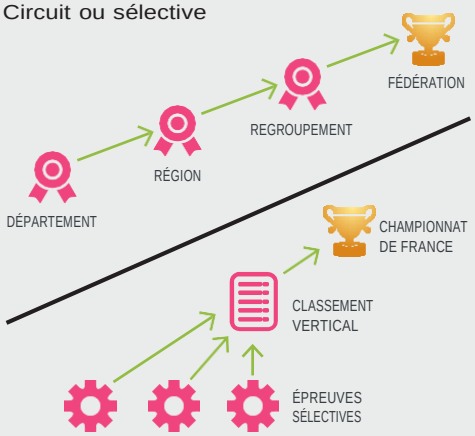
FÉDÉRAL

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 règlementation 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, ScoreGym ;
- 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 & 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

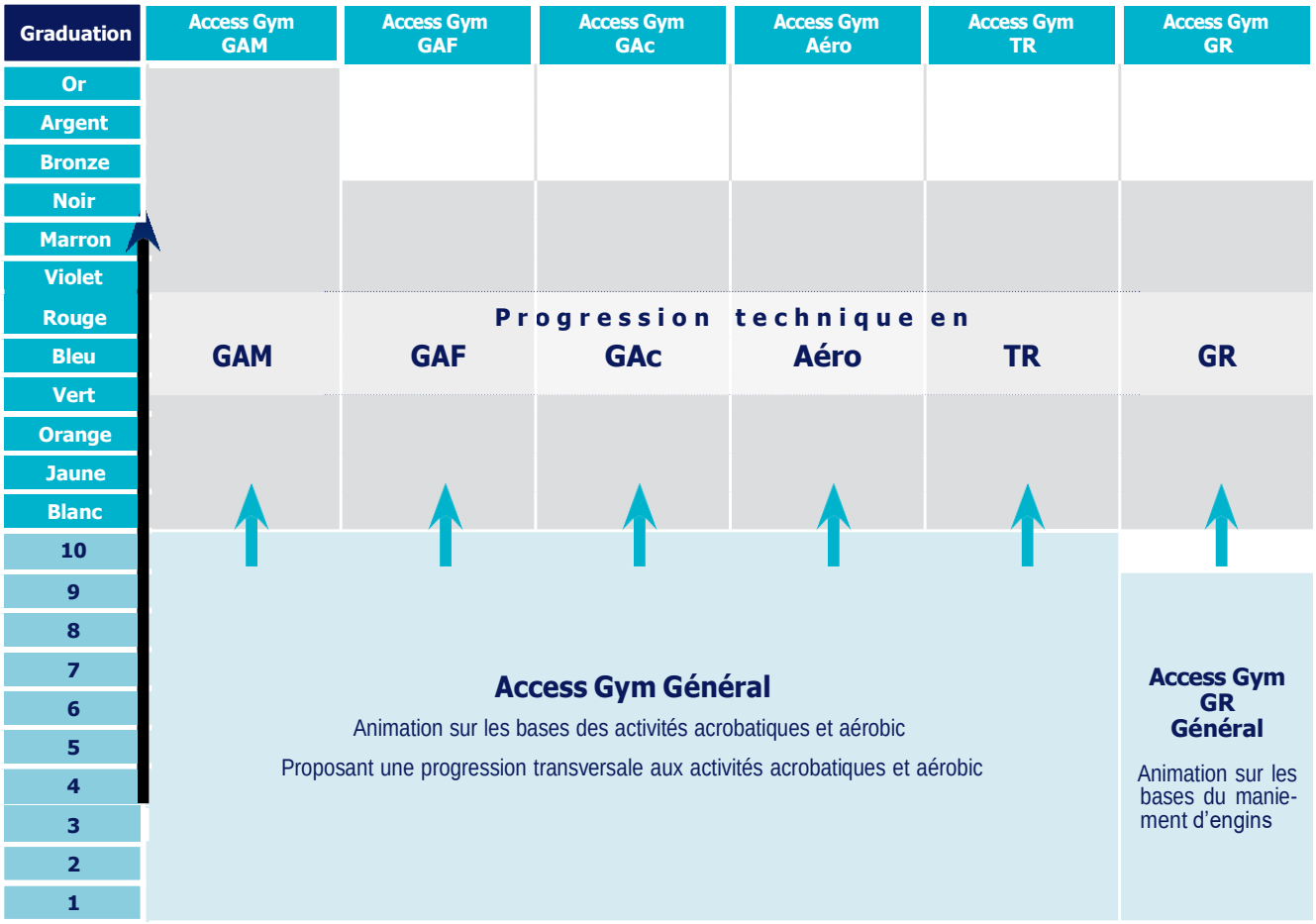
Prolongement du programme Access Gym Général, ce programme d'animation permet la validation de niveaux de compétences techniques, de formation, d'évaluation et de classification des gymnastes.

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 au moins 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 2 manières différentes :

- En téléchargement (version numérique PDF) à partir du site www.ffgym.fr.
- En consultation vidéo à partir du site www.ffgym.fr.

ORGANISATION TECHNIQUE DES PROGRAMMES ACCESS GYM



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 organisé 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.

COMPÉTITIONS DE PROXIMITÉ

PRÉSENTATION

Afin de permettre à tous les licenciés dans une discipline de découvrir la pratique compétitive, la fédération met en place les compétitions de proximité. Premier niveau de compétition destiné aux gymnastes débutants ou pratiquant 1 à 2 séances hebdomadaires, ces animations interclubs permettent aux participants d'évaluer les progrès réalisés lors des séances de gymnastique. Le niveau d'exigences et les modalités de participation simplifiées ont pour objectif d'attirer plus de licenciés vers la compétition. L'organisation en proximité permet de diminuer les contraintes liées au déplacement et au temps passé sur le lieu de l'événement.

L'objectif étant l'accession à la compétition de nouveaux pratiquants, une souplesse importante est prévue au niveau du règlement technique :

- Engagement individuel, non lié à un format d'équipe ;
- Organisation simplifiée pour le club d'accueil ;
- Calendrier au choix des organisateurs (clubs ou comités départementaux)

Ces compétitions indépendantes entre elles, sans faire l'objet d'un système de qualification, permettent à des gymnastes de vivre l'expérience de la compétition dans un environnement adapté à leur niveau d'implication dans l'activité.

Au sein des clubs, ces évènements permettent de valoriser et d'associer de nouveaux acteurs tels que les gymnastes, évaluateurs, animateurs, parents.

Le concept des compétitions de proximité étant commun à l'ensemble des disciplines gymniques, plusieurs aspects sont transversaux :

- Public concerné : débutant ou premier niveau de pratique (1 à 2 séquences hebdomadaires) ;
- Condition de participation : être licencié dans la discipline concernée, avec la possibilité de participer dans plusieurs disciplines au cours de la saison selon les spécialités choisies sur la licence ;
- Organisateur : 1 club FFGym avec le soutien possible du comité départemental (communication, scoring) ;
- Notion de proximité : l'échelon de proximité est variable selon les disciplines et le maillage territorial existant ;
- Intégration au niveau de pratique Fédéral ;
- Catégories d'âges concernées : choisies dans chaque discipline, afin de favoriser l'accession à la compétition ;
- Engagement individuel (sauf en GAc) ;
- Programme : orienté sur les fondamentaux de la discipline ;
- Évaluation : pas de diplôme de juge requis pour les évaluateurs. Âgés de 12 ans minimum dans la saison compétitive, ils sont fournis et formés par le club ;
- Modalités d'organisation simplifiées pour les clubs recevant : peu d'exigences en termes de matériel. L'organisation est possible dans un gymnase d'entrainement ;
- Publication des résultats sur le site FFGym : visibilité et valorisation de la pratique de ces gymnastes.

Pour la saison 2023-2024, les compétitions de proximité sont proposées dans tous les territoires pour les disciplines suivantes : GAM, GAF, GR, TR, GAc et AER.

AER

2.

Organisation Compétitive AÉROBIC

p12 TABLEAU SYNOPTIQUE

p13 L'ACTIVITÉ AÉROBIC

p14 FÉDÉRAL

p20 PERFORMANCE

p24 ÉLITE

TABLEAU SYNOPTIQUE

Des détails sur les programmes sont précisés dans la lettre FFGym AÉROBIC de la saison en cours.

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
ÉLITE	Programme FIG																	Nationale	FIG
PEFORMANCE	NATIONALE A									15-17 ans			18 ans et +	SF / SH ,TR, GR (5 ou 6) 15 ans et +		1'25 : TR / GR 1'20 : SH / SF	FIG aménagé : Routine libre	Nationale	1 JA + 6 juges (2E + 2A + 2D
					10-14 ans		12-14 ans							SF, TR, GR (5 ou 6) SH		1'15	FIG aménagé : Routine libre		
	NAT.				10-11 ans		10-14 ans							GR (5 ou 6) SF, TR		1'15	FIG aménagé : Routine libre		
							12 ans et +							Aérodance STEP	5 à 8	1'25	FIG aménagé : Routine libre	Nationale	
	NATIONALE B						12 ans et +							TR, GR (5 ou 6)		1'15	FIG aménagé : Routine libre	Nationale	
							12-14 ans TR 12-15 ans GR									IMPOSÉ	Imposé NB 11 ans ou libre		
					10-11 ans TR 10-14 ans GR														
										15 ans et +				SOLO H/F		1'15	FIG aménagé : Routine libre		
							12-14 ans									IMPOSÉ	Imposé NB 11 ans ou libre		
					10-11 ans														
FÉDÉRAL	FÉDÉRALE A												18 ans et +		5 à 10	1'15	FFGym : Routine libre	Nationale	1 JA + 1 JAss + 4E
															Solo			Régionale ou regroupement	
															Trio				
							12 ans et +								5 à 10	1'15	FFGym : Routine libre	Nationale	
															Solo			Régionale ou regroupement	
															Trio				
					10-14 ans									AÉRO ou HILO	5 à 10	IMPOSÉ	FFGym : Imposé	Nationale	
															Solo			Régionale ou regroupement	
															Trio				
	FÉDÉRALE B				10 ans et +									AÉRO	3 à 8	IMPOSÉ	FFGym : Imposé (3 routines au choix)	Régionale ou regroupement ou Inter-régionale **	
														HILO					
														STEP					
		7-9 ans												AÉRO OU HILO	3 à 8				
				9 ans										AÉRO avancé	Solo		Imposé D'Jumpy avancé ou libre		

* 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

La filière Nationale Step et Aérodance 12 ans et + est ouverte aux gymnastes concourant en filières Nationale B et Nationale A (et un/une gymnaste de Fédérale A maximum)

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 Aérodance / 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 FFGym)
- Nationale B (grille FFGym)
- Nationale A, code de pointage FIG
- Élite, code de pointage FIG

AER

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 de la saison en cours.

COMPÉTITIONS DE PROXIMITÉ

Règlement technique	
Gymnaste autorisés(ées) à participer	Licenciés(ées) FFGYM
Catégories d'âges	7-9 ans / plus de 10 ans OU par année d'âge en fonction des engagements
Interdiction de participation	Gymnastes engagés (ées) en Fédéral A et Performance
Programme compétitif	Programme Spécifique de 10 Ateliers
Matériel	1 sono, 3 surfaces de 7x7m matérialisées par des plots ou ruban adhésif, une surface pour les 5 ateliers techniques.
Musique	5 ateliers avec musique et 5 ateliers sans musique
Classement	Individuel par catégorie / Challenge club au nombre de participants
Tenue de compétition	Tenue sportive, chaussettes, chaussures de sport ou chaussons rythmique, cheveux attachés
Evaluateurs	12 ans minimum dans la saison compétitive Pas de diplôme de juge requis Fournis et formés par les clubs participants (document support = programme compétitif) Attestation de formation par le club (document type FFGYM) Liste des évaluateurs "Compétition de proximité" diffusée par le comité régional
Jugement présentiel	10 ateliers : Note 1 ou 2 ou 3 points par atelier 1 juge par atelier Total sur 30 points
Jugement Vidéo	1 vidéo par gymnaste réalisant les 10 ateliersjuges en distanciel -1 juge par atelier -les clubs envoient une vidéo par atelier avec tous leurs gymnastes Total sur 30 points

COMPÉTITIONS DE PROXIMITÉ *(Suite)*

	Modalités d'organisation des rencontres	
Organisation	**Structure organisatrice**	1 club FFGYM
	Structure ressource pour l'organisation	Comité départemental : - Ressource pour l'utilisation des outils informatiques (Engagym, Scoregym) - Communique les informations relatives à l'évènement sur le site du CD ou CR
	Calendrier	battle entre clubs (2 ou 3 rencontres vidéo ou présentiel) + une finale régionale en fin de saison
	Engagements **Scoring** **Résultats**	Engagym / Individuelles Score Gym Publication obligatoire sur le site FFGYM
	Type de salle	Gymnase d'entrainement ou gymnase polyvalent
	Accueil de public	Selon les possibilités de l'équipement d'accueil (ERP)
Déroulement	**Modalités de compétition Présentiel**	"Subdivision : 1h30 (possibilité de mettre 4 subdivisions par journée) Echauffement général : 20 min Compétition : 60 min (5min par ateliers - équipes de 5 gymnastes et 1 minute pour le changement d'atelier) Palmarès 10 min"
	Modalités de compétition Vidéo	"Gymnaste : envoi d'une vidéo regroupant les 10 ateliers et d'une photo pour le palmarès en ligne Palmarès en ligne avec affichage des photos des médaillés cf règlementation d'une compétition vidéo
	Palmarès	En présentiel : Diffusion des résultats sur le lieu de compétition à la fin de chaque subdivision: affichage numérique ou papier En distanciel : Diffusion des résultats le jour de la difffusion de la compétiton vidéo Résultats à publier sur site FFGYM en fin de compétition"
	Animation de la compétition (Micro)	Pédagogique pour le public: présentation du concept des compétitions de proximité, présentation du système de notation

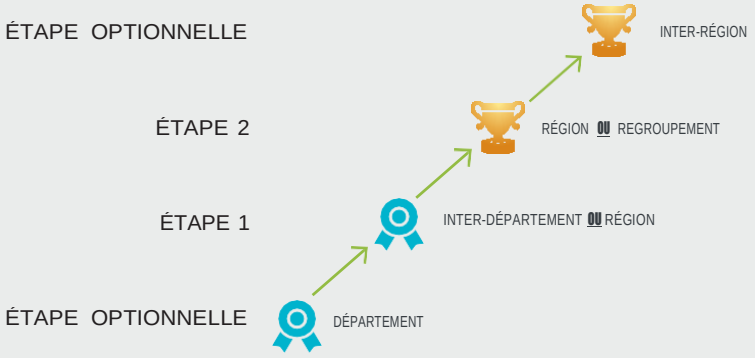
FILIÈRE FÉDÉRALE B

» La Filière FÉDÉRALE B est un enchaînement imposé à réaliser en groupe de 3 à 8 personnes, dès l'âge de 7 ans. Entre 7 et 9 ans, les gymnastes peuvent réaliser un solo et un groupe.

» 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



» 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.

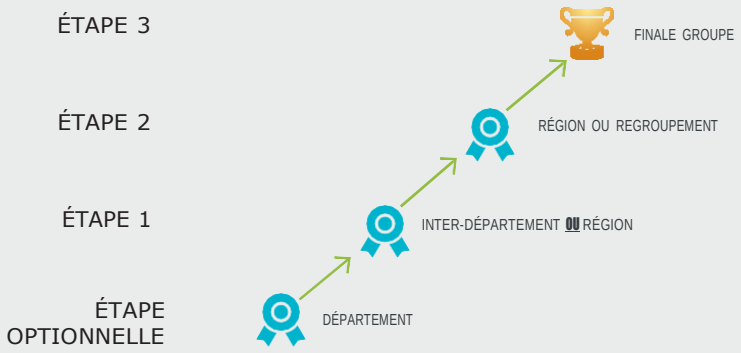
» Mise en place de la finale inter-régionale laissée à l'appréciation des comités régionaux qui composent chaque inter-région.

» Le format de compétition (nombre de gymnastes dans les groupes) est adaptable à l'initiative des comités régionaux. Les routines proposées par la FFGym (se référer aux vidéos sur le site fédéral) doivent être respectées.

FILIÈRE FÉDÉRALE A

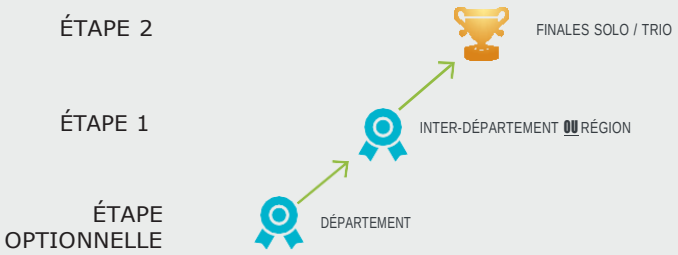
» La filière FÉDÉRALE A est un enchaînement de groupe de 5 à 10 personnes, dès l'âge de 10 ans, de composition libre ou imposée (Fédérale A 10-14 ans), composé des pas de base de l'aérobic traditionnelle ou de Step. Les gymnastes ont également la possibilité de concourir en solo et/ou trio jusqu'à l'étape régionale.

CIRCUIT COMPÉTITIF FILIÈRE FÉDÉRALE A - GROUPE



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

CIRCUIT COMPÉTITIF FILIÈRE FÉDÉRALE A - SOLO/TRIO



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

FILIÈRE FÉDÉRALE B

	7-9 ans		10 ans et +
Catégories	7-9 ans Solo avancé 9 ans		10 ans et +
Programme	Groupe : D'jumpy 1 ou D'Jumpy 2 ou D'Jumpy 3	Solo : D'jumpy avancé version homme ou femme ou libre*	Imposés au choix : 3 AER, 3 Hilo, 3 Step *
Format de compétition	Groupe 3 à 8 mixte ou non **	Solo	Groupe 3 à 8 mixte ou non **
Interdiction de participation	Accès interdit aux gymnastes engagés en filières Fédérale A, Nationale B, Nationale A et Élite, ainsi qu'aux gymnastes listés haut niveau à la date limite nationale des engagements nominatifs		
Temps musique	Imposé		
Étapes compétitives	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région (non obligatoire) ou Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région (non obligatoire)		
Qualifications	Aucune		
Matériel	Surface lisse délimitée par une bande de couleur faisant partie de la surface		
Aire de compétition	10 x 10 m	7 x 7 m	10 x 10 m
Jury	1 juge arbitre 4 juges exécution/synchro		1 juge arbitre 4 juges synchro
Niveau de juge club	Diplômé ou non Juge N1 en Fédérale B solo 9 ans		
Notation	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		
Classement	Addition des notes sur 2 passages Les ex aequo ne sont pas départagés		

* Imposés consultables à partir du site www.ffgym.fr.
** Le nombre de gymnastes dans les groupes est adaptable à l'initiative des comités régionaux. Les routines proposées par la FFGym doivent être respectées.

FILIÈRE FÉDÉRALE A

Précisions :

» En Fédérale A libre (12 ans et + ou 18 ans et +), la routine peut être réalisée avec ou sans step.

	10-14 ans	12 ans et +	18 ans et +
Catégories	10-14 ans	12 ans et +	18 ans et +
Programme	Imposé *	Libre FFGym	Libre FFGym
Format de compétition	Groupe 5 à 10 mixte ou non ou solo et trio à finalité régionale		
Interdiction de participation	Accès interdit aux gymnastes engagés en filières Fédérale B, Nationale B, Nationale A et Élite		
Temps musique	Imposé	1'15 +/- 5"	
Étapes compétitives pour les groupes	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Trophée Fédéral ou Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Trophée Fédéral		
Étapes compétitives pour les solos et les trios	Département (non obligatoire) / Inter-département / région ou Département (non obligatoire) / région / regroupement		
Qualifications	Quota et minima		
Matériel	Surface lisse délimitée par une bande de couleur faisant partie de la surface		
Aire de compétition	10 x 10 m en groupe 7 x 7 m en solo et Trio		
Jury	1 juge arbitre 4 juges exécution	1 juge arbitre 4 juges exécution	1 juge arbitre 4 juges exécution
Niveau de juge club	Niveau 1 minimum		
Notation	Note exécution sur 10 pts	Note exécution sur 10 pts Note de composition sur 5 pts	Note exécution sur 10 pts Note de composition sur 5 pts
Classement	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés		
	Finale des 8 au trophée Fédéral		

* Imposés consultables à partir du site www.ffgym.fr.

PERFORMANCE

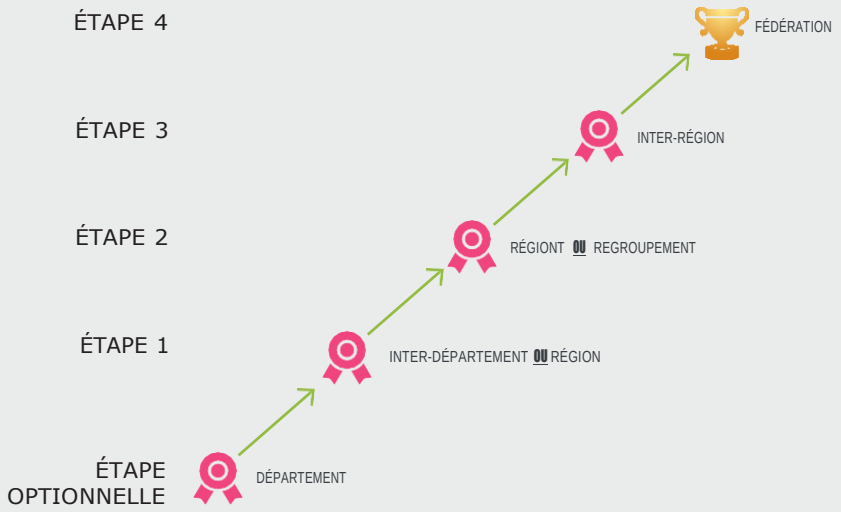
AER

Pour toutes les filières et catégories, les précisions supplémentaires sont détaillées dans la lettre FFGym AÉROBIC de la saison en cours.

» 3 filières :
- Nationale B
- Nationale A
- Nationale Aérodance / 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

» Un gymnaste qui concourt dans 2 catégories (par exemple solo et trio) aura au moins 15 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 gymnastes et leurs entraîneurs se trouvant immédiatement après le gymnaste concourant selon l'ordre de passage.

» La zone de post-compétition ne peut être utilisée que par le gymnaste (ou groupe) et l'entraineur jusqu'à la fin de routine du gymnaste 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

CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPES

- Cette compétition est mise en place lors du championnat de France, en complément des catégories ci-dessous
- Une équipe est composée d'un solo, d'un trio et d'un groupe (Aéro ou Aérodance) d'un même niveau de pratique concourant en filière Nationale B
- Se référer à la lettre FFGym de la saison en cours pour plus de précisions

	10-14 ans		12-14 ans 12-15 ans	12 ans et +	
Catégories	10-11 ans	10-14 ans	12-14 ans Solo et Trio 12-15 ans Groupe	15 ans et +	12 ans et +
Programme	Imposé ou libre*		Libre FIG aménagé		
Format de compétition	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	Solo H/F	Trio mixte ou non Groupe 5 à 6 mixte ou non
Interdiction de participation	Accès interdit aux gymnastes engagés en filières Fédérale B, Fédérale A, Nationale A et Élite, ainsi qu'aux gymnastes listés haut niveau à la date limite nationale des engagements nominatifs				
Temps musique	Imposé		1'15 +/- 5"		
Remplaçant	Possibilité d'inscrire un remplaçant en catégorie trio et groupe				
Étapes compétitives	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région / Championnat de France ou Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région / Championnat de France				
Qualifications	Quota et minima				
Matériel	Parquet dynamique 12 x 12 m Surfaces délimitées par lignes noires de 5 cm de large faisant partie de la surface d'évolution				
Aire de compétition	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	
Jury	1 juge arbitre 2 juges difficulté 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)				
Niveau de juge club	Niveau 2 minimum				
Notation	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 3 pts Note difficulté sur 0,5 pt		Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 5 pts Note difficulté sur 1.3 pts		
Classement	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés				

FILIÈRE NATIONALE A

CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPES

- Cette compétition est mise en place lors du championnat de France, en complément des catégories ci-dessous
- Une équipe est composée d'un solo, d'un trio et d'un groupe (Aéro ou Aérodance) d'un même niveau de pratique concourant en filière Nationale A
- Se référer à la lettre FFGym de la saison en cours pour plus de précisions

	10-11 ans	10-14 ans		12-14 ans	15 ans et +	
Catégories	10-11 ans	10-14 ans		12-14 ans	15-17 ans 18 ans et +	15 ans et +
Programme	Libre FIG aménagé					
Format de compétition	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
Interdiction de participation	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					
Temps musique	1'15 +/- 5"				1'20 +/-5 pour SF et SH 1'25 +/-5 pour TR et GR	
Remplaçant	Possibilité d'inscrire un remplaçant en catégorie trio et groupe					
Étapes compétitives	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région / Championnat de France ou Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région / Championnat de France					
Qualifications	Quota et minima					
Matériel	Parquet dynamique 12 x 12 m Surfaces délimitées par lignes noires de 5 cm de large faisant partie de la surface d'évolution					
Aire de compétition	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	
Jury	1 juge arbitre 2 juges difficulté 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)					
Niveau de juge club	Niveau 3 minimum					
Notation	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 8 pts Note difficulté différente selon les catégories					
Classement	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés					

FILIÈRE NATIONALE AÉRODANCE ET STEP

	12 ans et +
Catégorie	12 ans et +
Programme	Libre FIG aménagé
Format de compétition	Groupe de 5 à 8 mixte ou non
Restriction de participation	Groupe composé de gymnastes engagés en Nationale A ou Nationale B. Possibilité d'avoir un gymnaste engagé en Fédérale A
Temps musique	1'25 +/- 5"
Étapes compétitives	Département (non obligatoire) / Inter-département / Région / Inter-région / Championnat de France ou Département (non obligatoire) / Région / Regroupement / Inter-région / Championnat de France
Qualifications	Quota et minima
Matériel	Parquet dynamique 12 x 12 m Surfaces délimitées par lignes noires de 5 cm d'épaisseur faisant partie de la surface d'évolution
Aire de compétition	10 x 10 m
Jury	1 juge arbitre 2 juges exécution (4 si possible) 2 juges artistique (4 si possible)
Niveau de juge club	Niveau 3 minimum
Notation	Note exécution sur 10 pts Note artistique sur 8 pts
Classement	Note sur 1 passage Les ex aequo ne sont pas départagés

OPEN DE FRANCE

» La filière Élite est ouverte aux gymnastes de pays étrangers, sous forme d'une compétition Open

» Celle-ci comprendra :

- Une phase de qualification associant les gymnastes licenciés FFGym et les gymnastes étrangers, avec qualifications pour les finales Open et classement pour le championnat de France Élite (uniquement pour les licenciés FFGym)
- Les finales Open

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

3.

Règlementation générale

p26 GÉNÉRALITÉS

p27 MÉDICAL

p28 ORGANISATION DES COMPÉTITIONS

p30 GESTION INFORMATIQUE

p32 AUTORITÉS DÉCISIONNELLES

p33 GYMNASTES

p34 ENTRAÎNEURS

p35 JUGES

p36 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 règlementation 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 règlementaires.

» 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.

CLASSEMENT DES CLUBS

» Un classement des clubs sera établit à l'issu de la saison sportive 2023-2024. Les critères appliqués seront : le nombre de licenciés, le Label QualiClub et les labels complémentaires (Baby-Gym et Gym+). Des précisions complémentaires seront mise en ligne dans la base documentaire du site fédéral.

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.

» Sont autorisés sans être considérés comme publicité le logo du club ou le nom du club (en entier ou en abrégé) ou le nom de la ville (uniquement en entier).

» 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 : survêtement, T-shirt, veste, blouson, pantalon, sac de sport.

- Surface : au maximum 200 cm^2, 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^2, fond inclus.
- 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 équipes / ensembles / formations, 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	Pour les mineurs » Pour l'obtention ou le renouvellement d'une licence, le mineur et son représentant légal doivent remplir un questionnaire de santé et donner au club une attestation. Le questionnaire et l'attestation sont fournis par la Fédération. » Si une réponse au questionnaire de santé conduit à un examen médical, l'obtention ou le renouvellement de licence nécessite la production d'un certificat médical, datant de moins de six mois et attestant l'absence de contre-indication à la pratique sportive ou de la discipline concernée. » Pour les licenciés qui font de la compétition, quel que soit leur niveau, ce certificat médical doit indiquer l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline en compétition. Pour les majeurs » Le certificat médical est obligatoire pour l'obtention d'une licence à la FFGym. » Le certificat médical établit l'absence de contre-indication à la pratique du sport (en général) ou d'une discipline gymnique en particulier. S'il est établi pour la pratique du sport, il est valable quelle que soit la discipline pratiquée. » 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. » Le certificat médical doit dater de moins d'un an au moment de la demande de licence. » L'obligation de présenter un certificat médical lors de la demande de licence est exigée tous les 3 ans. Les deux années suivant la délivrance d'une licence accompagnée d'un certificat médical, le licencié devra remplir un questionnaire de santé et donner au club une attestation, en lieu et place de fournir un certificat médical. Cette mesure concerne uniquement les licenciés majeurs qui ont conservé leur licence à la Fédération sans année d'interruption. Le questionnaire et l'attestation sont fournis par la Fédération. » Pour toute pratique de plus de 10 heures hebdomadaires, la commission médicale recommande une visite médicale annuelle.
PERFORMANCE	» Pour les licenciés mineurs et majeurs 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. » Le club récupère le certificat et l'enregistre sur la fiche du licencié dans FFGym Licence, avec mention de la date du certificat. » 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.
ÉLITE	» Le certificat médical élite est obligatoire pour la participation aux compétitions listées ci-dessous. » Le certificat médical élite est délivré annuellement avec une validité ne pouvant excéder un an (ou 365 jours). » Il est délivré par un médecin du sport après établissement d'un dossier médical « Élite » qui comprend un certain nombre d'examens et de données. Le descriptif des examens, le dossier médical et le modèle de certificat médical élite sont disponibles sur le site www.ffgym.fr. » 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. » 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. » En cas de litige le Médecin Fédéral national arrête une décision après avis de la Commission médicale fédérale. » Seuls les gymnastes dont le certificat est enregistré par la fédération sont autorisés à concourir. » PROCÉDURE POUR LES GYMNASTES INSCRITS DANS LE PROJET DE PERFORMANCE FÉDÉRAL ET SOUMIS AU SUIVI MÉDICAL RÈGLEMEMENTAIRE (SMR) : • 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. » PROCÉDURE POUR LES AUTRES GYMNASTES : • Le certificat doit être envoyé par email à l'adresse certificatmedicalelite@ffgym.fr 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 ; • Pour faciliter le classement, nous vous invitons à libeller le fichier de la façon suivante : NOM Prenom.certificatelite (par exemple : DURAND Martine.certificatelite). » COMPÉTITIONS AÉROBIC AVEC CERTIFICAT MÉDICAL ÉLITE OBLIGATOIRE : • Championnat de France Élite en catégories Junior (AG2) et Senior.

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. Se référer au circuit compétitif défini pour chaque niveau de pratique ou filière.

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

DATE BUTOIR

» Une compétition doit être positionnée au calendrier avec un délai de 3 semaines minimum avec la compétition de niveau supérieur.

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 / ensembles / 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 aequo sur la dernière place qualificative pour une compétition de niveau supérieur (par exemple de la région au championnat de France), les gymnastes / équipes / ensembles / formations ex aequo sont tous qualifiés.

DÉROGATIONS

» Toute demande de dérogation prévue par la règlementation technique est à effectuer en envoyant un message à l'adresse 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 équipes / ensembles / formations est réalisée avant l'entrée sur le plateau de compétition, en complément du contrôle des licences.

E-COMPÉTITION

» Dans une situation exceptionnelle et sur décision du bureau de la structure organisatrice (comité départemental, comité régional, fédération), une compétition peut se disputer à distance et en vidéo, selon les modalités définies dans le protocole fédéral de gestion des e-compétitions

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 34).

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 club 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(e) 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(e) 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.

RÉUNION DES JUGES

» Pour les étapes Inter-régionales et le championnat de France, les réunions des juges seront organisées en 2 temps : une réunion en visioconférence dans la semaine de l'évènement et une réunion en présentiel le jour de la compétition.

» >> La participation est obligatoire aux 2 réunions pour les juges de clubs et les juges convoqués.

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 et de juges de clubs.

FEUILLES DE JUGEMENT

» L'ensemble des feuilles de jugement est disponible en téléchargement sur le site 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.

» 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 de la saison en cours.

» 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 vers région ou regroupement : *1 changement de nom autorisé*
- De région ou regroupement vers inter-région : *1 changement de nom autorisé*
- De inter-région vers 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

» Pour les compétitions gérées par les comités départementaux et les comités régionaux, ceux-ci définissent les modalités de règlement des droits d'engagement ;

» Pour les finales nationales :

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

MODALITÉS DE PAIEMENT POUR LES FINALES NATIONALES

» 1ère possibilité : par e-paiement réalisé dans EngaGym.

» 2ème 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

ENGAGEMENT DES JUGES

» Pour toutes les compétitions, les clubs réalisent l'engagement de leurs juges via l'interface EngaGym.

MUSIQUE

» Pour toutes les compétitions les musiques des enchaînements doivent être transmises via l'interface DJGym à partir du site 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 : ScoreGym.

» De la transmission des palmarès au site internet www.ffgym.fr par l'intermédiaire du logiciel ScoreGym dépend l'engagement des qualifiés au niveau supérieur.

» Ce logiciel de gestion informatique des compétitions est mis à la disposition des gestionnaires de compétition par la FFGym.

» Le document intitulé ScoreGym - Aspects réglementaires et principes d'utilisation" fait référence pour les modalités de gestion informatique des compétitions, du niveau départemental au niveau national.

PROCÉDURE DE VALIDATION ET CERTIFICATION DES RÉSULTATS

» Dès l'échelon départemental, pour toutes les compétitions individuelles, par ensembles et par équipes, le logiciel ScoreGym doit être utilisé et permet de certifier et d'officialiser les résultats selon les règles FFGym.

» Les résultats officiels sont obligatoirement validés 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 l'application Direct'Gym 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 l'envoi des palmarès vers la Fédération par l'intermédiaire du logiciel ScoreGym.

» En complément, il revient au responsable informatique de diffuser les palmarès officiels sous format numérique PDF à tous les acteurs (comité départemental ou régional, responsable des juges, 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 :

GESTIONNAIRE DE COMPÉTITION	DIRECTEUR DE LA COMPÉTITION	RESPONSABLE DU JURY	DÉLÉGUÉ FÉDÉRAL
» Prépare la compétition » Prend et notifie les décisions règlementaires correspondantes après avis du représentant technique de la discipline	» Gère le déroulement de la compétition	» Responsable du jugement et du jury lors de la compétition » Collabore avec le gestionnaire de compétition pour réaliser l'organigramme des juges	» Représente l'entité organisatrice
» Qualifie les gymnastes/équipes » Gère les réclamations afférentes » Établit l'ordre de passage des compétiteurs » Collabore avec le responsable des juges pour réaliser l'organigramme des juges » Gère les forfaits et les pénalités consécutives » Vérifie en amont les obligations règlementaires (liste gymnastes, statut GFL, certificat médical…) » Gère les ajustements règlementaires (dérogations, repêchages, modifications de compétition d'équipe ou d'ensemble…)	» A autorité sur le contrôle des licences et prend les décisions règlementaires » Décide de la participation des retardataires » Réalise et/ou valide les ajustements (horaires, forfaits, compositions d'équipes) » S'assure de l'affichage des palmarès et de la transmission des résultats sur le serveur fédéral » Contrôle le respect de la règlementation par les gymnastes et les entraîneurs (tenue, discipline…)	» Valide les modifications de la note D sur réclamation » 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...) » Valide le palmarès pour l'annonce des résultats ainsi que les rectifications dans les 60 minutes » Gère le jury et contrôle le respect de la règlementation par les juges (tenue, discipline…)	» Prend les décisions règlementaires pendant la compétition après avis du responsable du jury, du directeur de la compétition et du représentant technique de la discipline ou son représentant » 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…)

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

GC	DC	RJ	DF
Gestionnaire de Compétition	Directeur de la Compétition	Responsable des Juges	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.

Toutes les pénalités en points mentionnées dans le tableau ci-dessous sont à saisir dans ScoreGym en tant que Pénalité sur Total.

OBJET	OBLIGATION	MANQUEMENT	SANCTION
LICENCE	» être licencié pour la saison en cours	» fausse déclaration GC DC	» amende de 300 euros et disqualification du gymnaste GC DF
	» être en possession de sa licence (attestation ou e-licence), avec la photo	» absence de licence ou licence sans photo » fausse présentation GC DC	» 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 RJ » disqualification du gymnaste ou de la formation et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition DF
CERTIFICAT MÉDICAL	» pour certaines catégories, un certificat médical doit être fourni (cf. page 27)	» absence de certificat médical DC	» pas d'engagement ou pas de participation GC DF
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 » remarques verbales ou faits et gestes déplacés » attitude incorrecte DC	» 1ère remarque : avertissement DC » 2ème remarque : disqualification immédiate par le responsable du déroulement et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition DF
		» retard motivé à l'arrivée DC	» à disposition du directeur de compétiton DC
		» retard non motivé à l'arrivée DC	» non-participation DC
	» respect des installations sur les plateaux d'entraînement et de compétition	» comportement irrespectueux » utilisation abusive de la magnésie » non-respect des emplacements réservés aux effets personnels DC	» 1ère remarque : avertissement DC » 2ème remarque : -1 pt sur le total de la formation ou du gymnaste en individuel RJ
	» 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 GC DC	
MUSIQUE	» fournir un support musical numérique par gymnaste ou formation	» musique non fournie à la date indiquée DC » demande de modification après la date indiquée	» -0.5 pt sur le total de la formation ou du gymnaste RJ
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 (pas de nom de pays, pas de sigle, pas de logo et de drapeau) sauf pour les membres de l'équipe de France » dans toutes les disciplines et pour tous les acteurs, gymnastes, entraîneurs et juges, interdiction de porter un couvre chef sauf contre indication médicale attestée par un certificat médical	» tenue de compétition non réglementaire (cf. page 36) RJ	» -0,20 pt pour le gymnaste ou la formation » -0.20 pt sur le score total par erreur reconnue RJ
PALMARÈS	» les gymnastes doivent assister au palmarès en tenue de compétition ou en survêtement complet du club (haut et bas) » synchro : tenue identique pour tous les gymnastes	» absence ou tenue incorrecte DC	» disqualification (sauf si l'absence a été autorisée à l'avance par la direction de la compétition) DF
PUBLICITÉ	» voir page 24 de la brochure	» non conforme DC	» après avertissement, publicité cachée DC

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.

Toutes les pénalités en points mentionnées dans le tableau ci-dessous sont à saisir dans ScoreGym en tant que Pénalité sur Total.

OBJET	OBLIGATION	MANQUEMENT	SANCTION
LICENCE	» être licencié pour la saison en cours	» fausse déclaration GC DC	» amende de 300 euros et exclusion de l'entraîneur GC DF
	» être en possession de sa licence (attestation ou e-licence), avec la photo	» absence de licence ou licence sans photo » fausse présentation DC	» amende 50 euros » exclusion de l'entraîneur et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition DF
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 RJ » attitude incorrecte DC	» -1 pt sur le total de la formation ou du gymnaste RJ » traduction devant la commission de discipline compétente selon le niveau de la compétition DF
	» déclarer forfait auprès du gestionnaire de compétition	» forfait non signalé DC	» amende : • Formation : 200 euros DF • Individuel : 30 euros DF » application de la sanction concernant l'absence de juge RJ
	» respecter la composition de la formation	» infraction GC DC	» formation disqualifiée DF » entraîneur exclu de la compétition
	» respecter les horaires et assurer la discipline des gymnastes	» non-respect DC	» 1ère remarque : avertissement DC » 2ème remarque : -1 pt sur le total de la formation ou du gymnaste en individuel RJ
	» 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 DC	
TENUE POUR LES ENTRAÎNEURS	» survêtement complet ou pantalon de survêtement et tee-shirt/polo de sport » exigence de tenue sportive (y compris les chaussures) et décente (pas de short, de débardeur, de pantacourt, ni de claquettes) » tenue représentant une nation non autorisée (y compris la France) » dans toutes les disciplines et pour tous les acteurs, gymnastes, entraîneurs et juges, interdiction de porter un couvre chef sauf contre indication médicale attestée par un certificat médical	» tenue vestimentaire non réglementaire DC	» changement de tenue sinon exclusion du plateau de compétition DC DF
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 UNIQUEMENT 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 DC RJ	» 1ère remarque : avertissement DC » 2ème remarque : -1 pt sur le total individuel de chacun des gymnastes ou de la formation RJ » l'entraîneur supplémentaire est exclu DF » disqualification du compétiteur par le juge arbitre RJ » avertissement, puis exclusion de l'entraîneur de la zone de pré-compétition ou de post compétition DF
	» les entraîneurs et les athlètes ne sont pas autorisés à pénétrer dans l'aire de jugement		» déclassement du compétiteur par le juge arbitre RJ
PUBLICITÉ	» voir page 24 de la brochure	» non conforme DC	» après avertissement, publicité cachée DC

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 DF
	» 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 DF » si impossibilité de prouver sa qualification n'est pas autorisé à juger
		» fausse présentation	» exclusion du juge et traduction devant la commission disciplinaire compétente selon le niveau de la compétition DF
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
ENGAGEMENT DES JUGES	» Engagement nominatif via EngaGym	» Juge non engagé pour la date limite	» Juge non identifié dans ScoreGym » Carnet de juge en ligne non complété à l'issue de la compétition
ENGAGEMENT POUR LES FINALES NATIONALES	» engagement obligatoire d'un juge licencié dans le club dès lors qu'un juge est exigé pour la compétition » un club a toutefois la possibilité d'engager un juge licencié dans un autre club sous réserve de l'accord de son Président et du responsable national des juges fédéraux	» engagement d'un juge d'un autre club sans accord de son Président et du responsable national des juges	» le juge n'est pas autorisé à juger et est considéré comme étant absent
RJ * 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) DF » pour les finales nationales, amende de 305 euros par formation ou et par jour de compétition pour les individuels, sinon la formation et/ou l'individuel ne concourt pas (sauf événement exceptionnel)
		» 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, y compris quand une réunion est réalisée en distanciel	» 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	» 1ère remarque : avertissement » 2ème remarque : exclusion du jury
TENUE VESTIMENTAIRE	» femme : tailleur, jupe ou pantalon bleu marine ou noir, chemise blanche » homme : Veste bleu marine ou noire, pantalon gris, chemise claire, cravate » dans toutes les disciplines et pour tous les acteurs, gymnastes, entraîneurs et juges, interdiction de porter un couvre chef sauf contre indication médicale attestée par un certificat médical	» 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

	FÉDÉRALE B	FÉDÉRALE A		NATIONALE B, NATIONALE A, ÉLITE		NATIONALE HILO/STEP	
		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	
CHAUSSETTES	Obligatoires	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	
MAQUILLAGE	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	
BAS		Pantalon type fitness Corsaire Legging Cuissard Short			Short de longueur comprise entre le haut du genou et mi-cuisse	Pantalon type fitness Corsaire Legging Cuissard Short	
ENSEMBLE		Justaucorps* Académique*		Justaucorps* Académique*		Académique*	
COLLANT	Non obligatoire	Couleur chair Non obligatoire		Couleur chair Obligatoire (sauf NB 10-11)			
COULEUR	Différente autorisée	Différente autorisée	Différente autorisée	Différente autorisée	Différente autorisée	Différente autorisée	Différente autorisée
SEQUINS STRASS	Autorisés	Autorisés	Interdits	Autorisés	Interdits	Autorisés	Interdits

* Ouvertures interdites, échancrure du haut du dos maximale au dessus des omoplates, échancrure 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

L'aspect visuel doit suggérer et non recopier la réalité. Les reproductions identiques de vêtements (gilets, cravate, tablier…) et d'animaux sont interdits, sauf en Nationale Hilo et Nationale Step.

Tenue vestimentaire incorrecte :

- Non-respect du tableau et des remarques ci-dessus
- Port de bijoux autres qu'une alliance ou des clous d'oreille
- Cheveux non attachés proches de la tête

FÉDÉRATION FRANÇAISE GYM

ENSEMBLE,
CRÉONS LE MOUVEMENT.

LETTRE FFGYM

AÉROBIC

2023-2024

FÉDÉRATION FRANÇAISE GYM

ENSEMBLE,
CRÉONS LE MOUVEMENT.

GÉNÉRALITÉS

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS NATIONALES

DATE	COMPÉTITION
18 et 19 mai 2024	Championnat de France & Trophée Fédéral

Se référer au calendrier des compétitions 2023 pour les dates des compétitions qualificatives, sauf dérogation accordée par le représentant technique fédéral de la discipline et le DTN adjoint chargé des pratiques compétitives.

DROITS D'ENGAGEMENTS

COMPÉTITION	INDIVIDUEL (SOLO)	FORMATION DE DEUX À QUATRE GYMNASTES (DUO - TRIO)	ENSEMBLE / GROUPE DE CINQ GYMNASTES ET PLUS
ÉLITE Championnat de France	60 €	50 €	50 €
PERFORMANCE Championnat de France	45 €	35 €	50 €
FÉDÉRAL Trophée Fédéral	22 €	27 €	44 €

» 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, à l'exception des niveaux de pratique Elite et Performance pour lesquels les droits d'engagement sont fixés à 65 %.

DOCUMENTS

Cette lettre précise et complète le règlement technique 2023-2024.

Les autres documents de référence à prendre en compte sont :

- Les lettres FFGym publiées en cours de saison sportive ;
- Le code de pointage FIG 2021-2024 (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 règlementation 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 3 janvier 2024.

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.

La CNS et le DTNA se réservent le droit de regrouper 2 catégories d'âge avec des programmes identiques en cas d'engagement inférieur à 3 dans l'une et/ou l'autre.

Montée de filière obligatoire.

Les gymnastes des podiums solos Nationale B au championnat de France 2023, quel que soit le groupe d'âge, doivent, s'ils souhaitent continuer le solo, s'engager en Nationale A en 2023-2024.
NB : les gymnastes des podiums solos Nationale A lors du championnat de France 2023 ne peuvent pas s'engager en solo Nationale B en 2023-2024.

ORDRES DE PASSAGE – RÈGLES DE GESTION

Pour les finales nationales, la répartition des gymnastes sur l'ordre de passage est faite en débutant par le classement des gymnastes de la réserve nationale puis des gymnastes qualifiés d'office.
Cet ordre peut être parfois modifié pour permettre aux gymnastes concourant dans plusieurs catégories de conserver 15 minutes entre chaque passage.
Qualifiés d'office : Gymnastes ayant validé les minima et entrant dans les quotas.
Réserve nationale : Gymnastes dans les quotas n'ayant pas validé 1 ou 2 minima.
NB : les quotas sont établis de façon proportionnelle aux nombres d'engagés dans chaque inter-région.

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 Aérobic*.

IMPOSÉS

Voici la liste des imposés pour la saison 2022-2023.

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
- Séquence miroir

Nationale B :

- Nationale B 10-11 ans

Pour les consulter : *mon compte>Compétition>Base documentaire>Aérobic - paragraphe "aide pour les imposés" lien "Consultez les mouvements de Gymnastique Aérobic"*

- **Vidéos**

Vous trouverez les vidéos (versions en musique et versions comptées) sur Imagym

NB : seules les versions comptées bras et jambes font foi. Les versions en musique sont des aides à la visualisation des déplacements et formations.

- **Musiques et plans de routine**

Tous les documents qui s'y rapportent (musique et plan de routine) sont disponibles sur la base documentaire.

(*Mon compte>Compétition>Base documentaire>Aérobic*)

Précisions concernant l'imposé Fédérale A 10-14 ans

- ½ Pivot

La vidéo montre ½ pivot réalisé en dehors. Afin d'harmoniser les exigences avec les autres niveaux de pratique, le ½ pivot DOIT être réalisé en Dedans.

Précisions concernant l'imposé Nationale B 10-11 ans

- Equerre doit être tenue 2 sec
- Roue

La vidéo montre une roue réalisée départ pied gauche. Ceci est une exigence afin d'amener les gymnastes s'engageant en filière performance à travailler de façon bilatérale pour la préparation des routines de synchronisation. Le non-respect de cette exigence sera pénalisé de 0.2 point en faute de texte.

- Pivot

La vidéo montre un pivot réalisé en dehors. Afin d'harmoniser les exigences avec les catégories d'âge plus élevées, le pivot DOIT être réalisé en Dedans.

FEUILLES DE JUGEMENT

Pour les consulter : *mon compte FFGym>Compétition>Base documentaire>Aérobic*

DOCUMENTS POUR LES JUGES (ET ENTRAINEURS)

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

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

INFORMATIONS SUR LES FINALES NATIONALES

Toutes les informations au sujet des Inter-régions et du championnat de France & Trophée fédéral sont consultables sur le calendrier du site fédéral. Les mises à jour sont fréquentes. Pour les consulter : *Calendrier>Festi Aéro ou Championnat de France AER*.

Le traitement des musiques est assuré par DJ Gym. Le non dépôt des musiques sur DJGym avant la date de forclusion ou la demande de modification après la date de forclusion entrainera une pénalité (Règlement Technique p 31)

Les entraineurs doivent avoir en leur possession une clé USB avec l'ensemble des musiques du club référencées ainsi :
Catégorie – club – noms et prénoms
Ex : NB – Solo HF 15 ans et + - EG Rouen – Dupont Jean
Ex : FA – Groupe 18 ans et + – EG Rouen – Dias, Garcia, Durand, Dupont, Simon
En cas de problème technique, la non-présentation de la musique sur clé USB entrainera la disqualification du ou des gymnaste(s).

DÉROGATIONS

Toute demande de dérogation est à effectuer en envoyant un message à l'adresse 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 4ème catégorie en cas de blessure d'un compétiteur en trio ou en groupe au sein de son club.
- Un compétiteur peut être surclassé d'une année d'âge en cas de blessure d'un compétiteur en trio ou en groupe au sein de son club.
- Intégration d'un(e) gymnaste de 2009 en trio et/ou groupe National A 15 ans et +

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 terminé 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 pour les filières nationales, 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.

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

Les champions régionaux (ou regroupement) 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 les minima suivants :

CATEGORIES			MINIMA	
			TOTAL DIFFICULTE	NOTE FINALE
FED. A	10 -14 ans		X	6,5 pts
	12 ans et +		X	10 pts
	18 ans et +			
NATIONALE B	10 - 11 ans	Solo	X	9 pts
		Trio	X	8 pts
	10 - 14 ans	Groupe		
	12 - 14 ans	Solo	0,75 pt	11 pts
		Trio	0,75 pt	10 pts
	12 - 15 ans	Groupe		
	15 ans et +	Solo	0,9 pt	11 pts
	12 ans et +	Trio	0,75 pt	10 pts
		Groupe		
NAT	12 ans et +	Aérodance	X	13 pts
		Step		
NATIONALE A	10 - 11 ans	Solo F	0,5 pt	14 pts
		Trio	0,5 pt	13 pts
	12 - 14 ans	Solo F	1 pt	14 pts
		Trio	1 pt	13 pts
		Groupe		
	10 - 14 ans	Solo H	1 pt	14 pts
		Groupe	0,5 pt	13 pts
	15 - 17 ans	Solo F	1,50 pt	14 pts
	18 ans et +			
	15 ans et +	Solo H		
		Trio	1,25 pt	13 pts
		Groupe		

ENTRAINEMENT PARQUET

Les compétiteurs des Filières Nationale A et Élite peuvent réaliser un entraînement parquet le vendredi précédant 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. Les gymnastes occupent le parquet par cession de 30 min. Ils peuvent être d'un même club ou de clubs différents.

FINALE FEDERALE A

L'ordre de passage des finales (8 sélectionnés) est réalisé par tirage au sort et annoncé en amont de la compétition. Si le nombre d'équipes engagées dans une catégorie est inférieur ou égal à 8, la compétition se déroulera directement en finale.

INFORMATIONS TECHNIQUES

COLLABORATION

La collaboration concerne tous les niveaux de pratique.

Une collaboration est reconnue lorsque le voltigeur quitte le sol, quelle que soit sa hauteur et quelle que soit la position du ou des porteurs.

Elle est évaluée en artistique dans le critère « contenu général » (G)

COMBINAISON

COMBINAISONS	2 éléments	3 éléments
Nationale B	1	
Nationale A 10/11 et GR 10/14	0	
Nationale A 12/14 ans et SH 10/14	1	
Nationale A 15 ans et + Solo	3	
Nationale A 15 ans et + TR et GR	2	
Elite JUNIOR	1	
Elite Solo SENIOR	3	
Nationale Aérodance / Elite Duo, Trio et Groupe SENIOR	2	

Combinaison d'éléments de difficulté

2 ou 3 éléments (selon les catégories) peuvent être enchaînés directement sans arrêt ni hésitation, ni transition.

Ces éléments doivent être obligatoirement de familles différentes.
Exemples :
Combinaison 1 : saut tour en l'air et saut carpé = pas de pénalité
Combinaison 2 : saut 1 tour groupé et saut carpé = pénalité de – 1pt.

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 difficulté 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.

Catégorie	Combinaisons	Note D Valeur
Toutes catégories	D+D	0.1 pt
	D+A	
	A+D	
UNIQUEMENT POUR : Nationale A : Solo F 15 - 17, Solo H 15 et +, Solo F 18 et + National : Aérodance Elite : Solo Junior et Senior	A+A	non valorisée
UNIQUEMENT POUR : Nationale A : Solo F 15 - 17, Solo H 15 et +, Solo F 18 et + Elite : Solo Senior	D+A+D	0,2 pt
	A+D+A	
	D+D+A	
	D+D+D	
	A+D+D	
	A+A+D	
	D+A+A	

ELEMENTS 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 règlementation FIG.

Éléments autorisés
Éléments interdits

Catégories			Nbre acro autorisé	ÉLÉMENTS ACROBATIQUES A1 rondade	A2 souplesse avant ou souplesse arrière ou tic tac	A3 saut de mains	A4 flic-flac arrière ou flic-flac avant ou Onodi	A5 (salto) costal ou japonnais ou facial ou avant ou arrière
ÉLITE		Senior	5					vrille autorisée
ÉLITE		Junior	2					
PERFORMANCE	NATIONALE A	18 ans et + : SF	5					
PERFORMANCE	NATIONALE A	15 - 17 ans : SF	5					
PERFORMANCE	NATIONALE A	15 ans et + : SH / TRIO / GROUPE	5					
PERFORMANCE	NATIONALE A	12-14 ans : SF / TRIO / GROUPE	2					
PERFORMANCE	NATIONALE A	10-14 ans : SH	2					
PERFORMANCE	NATIONALE A	10-14 ans : GROUPE	2					
PERFORMANCE	NATIONALE A	10-11 ans : SF / TRIO	2					
PERFORMANCE	NAT	HILO	libre					
PERFORMANCE	NAT	STEP	0					
PERFORMANCE	NATIONALE B	15 ans et + : SOLO	2					
PERFORMANCE	NATIONALE B	12 ans et + : TRIO / GROUPE	2					
PERFORMANCE	NATIONALE B	12-14 ans : SOLO / TRIO	2					
PERFORMANCE	NATIONALE B	12-15 ans : GROUPE	2					
PERFORMANCE	NATIONALE B	10 - 11 ans : SOLO / TRIO	1					
PERFORMANCE	NATIONALE B	10-14 ans : GROUPE	1					
FÉDÉRAL	FÉD. A	18 ans et +	1 ou 2		tic-tac non autorisé		flic -flac arrière uniquement	
FÉDÉRAL	FÉD. A	12 ans et +	1 ou 2		tic-tac non autorisé		flic -flac arrière uniquement	
FÉDÉRAL	FÉD. A	10-14 ans	0					
FÉDÉRAL	FÉD. B	10 ans et +	0					
FÉDÉRAL	FÉD. B	9 ans : SOLO	1					
FÉDÉRAL	FÉD. B	7-9 ans : GROUPE	0					

ÉLÉMENTS INTERDITS				
Combinaison d'éléments acrobatiques sauf NAT A SH 15 et + / SF 18 et + / SF 15-17 /NAT HILO / SOLO ELITE	Salto avec rotation de plus de 360°	Équilibre sur les mains (>2sec)	Hyper extension du dos en position statique	Saut de l'ange avec vrille

- **2 éléments de difficulté maximum de même nom de base entre 2 lignes continues.**
- Tous les éléments de difficulté doivent être réalisés à l'identique par l'ensemble de l'équipe en même temps. Ils ne peuvent pas être réalisés en colonne dans les catégories TRIO et GROUPE (à partir de 3 gymnastes alignés)
- La combinaison de 2 éléments est autorisée et valorisée de 0,1 pt. Les 2 éléments combinés doivent être de nom de base différent (entre 2 lignes continues).
  - EXEMPLE
    - Combinaison «saut groupé + saut cosaque» autorisée
    - Combinaison «saut groupé + saut groupé au grand écart» pénalisée

PRECISIONS EN NATIONALE A

Se référer au code de pointage FIG 2021-2024

- Les éléments de difficulté doivent provenir uniquement du code de pointage de la FIG.
- 2 éléments de difficulté maximun par famille de nom de base différent
  - EXEMPLE
    - saut groupé et saut cosaque = autorisé car 2 éléments de la famille 5 de nom de base différent
    - saut groupé au grand écart et un saut groupé 1 tour = pénalisé car 2 élements de même nom de base
    - saut groupé, saut cosaque et saut carpé écarté = pénalisé car 3 élements de la famille 5
- Les éléments imposés ne peuvent pas être réalisés en combinaison.
- En combinaison, les éléments de difficulté doivent provenir de familles différentes
  - EXEMPLE
    - Combinaison « saut groupé + saut cosaque » pénalisée
    - Combinaison saut groupé (famille 5) + tour en l'air (famille 4) autorisée
- Tous les éléments de difficulté doivent être réalisés à l'identique par l'ensemble de l'équipe en même temps. Ils ne peuvent pas être réalisés en colonne dans les catégories TRIO et GROUPE (à partir de 3 gymnastes alignés)
- En Solo Homme
  - Présentation de la Famille 4 obligatoire (sauf NAT B 10-11 et NAT A 10-14)
  - Eléments de la Famille 8 interdits
  - Eléments du Groupe B réception au grand écart interdits

GROUPE A (éléments au sol)			GROUPE B (éléments avec envol)			GROUPE C (éléments de maintien)	
FAMILLE 1	FAMILLE 2	FAMILLE 3	FAMILLE 4 (obligatoire SH 15 ans et +)	FAMILLE 5	FAMILLE 6	FAMILLE 7	FAMILLE 8 (interdit SH)
FORCE EXPLOSIVE	FORCE STATIQUE	CERCLE DE JAMBE	SAUT DYNAMIQUE	SAUT à FORME	SAUT avec ANTERO	PIVOT	SOUPLESSE
A frame	équerre	thomas	saut vertical	groupé	antéro	pivot	Grand écart vertical
Straddle Cut	équerre V	hélicoptère	free fall	cossack	changement de jambe	pivot à l'horizontal	pied dans la main
High V explosive	planche		gainer	carpé serré	saut ciseau		illusion
			butterfly	carpé écarté			
			off axis				

PROGRAMMES COMPÉTITIFS

FILIÈRE FÉDÉRALE B

	7-9 ans		10 ans et +
Catégorie	7-9 ans	9 ans	10 ans et +
	Groupe 3 à 8	Solo	Groupe 3 à 8
Programme	D'jumpy 1 ou D'Jumpy 2 ou D'Jumpy 3	Imposé D'jumpy (avancé version homme ou femme) Ou libre	Imposés au choix : 3 AER, 3 Hilo, 3 Step
Musique / Durée	Imposée	Imposée	Imposée
Exigences	0	Pompe ou pompe Wenson, équerre, Saut ½ tour ou saut 1 tour, élément de souplesse (pancake ou grand écart ou grand écart vertical)	0
Elément acrobatique	0	1 max (A2)	0
Passage	2	2	2
	identiques ou différents		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		
Note Synchro	10 pts (0,1 pt par faute de synchro)		10 pts (0,1 pt par faute de synchro)
Note Exécution		10 pts	
Note finale	10 pts (ou 11,5 pts)	10 pts	10 pts (ou 10,5 pts)

Les gymnastes de 9 ans sont autorisés à concourir en solo et groupe

En solo 9 ans, la partie libre de la routine imposée doit obligatoirement être chorégraphiée

FILIÈRE FÉDÉRALE A

<table>
<tr><th></th><th colspan="2">10-14 ans</th><th colspan="2">12 ans et +</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Catégorie</td><td>10-14 ans</td><td>10-14 ans</td><td rowspan="2">12 ans et +</td><td rowspan="2">18 ans et +</td></tr>
<tr><td>HILO</td><td>Aérobic</td></tr>
<tr><td>Programme</td><td colspan="2">Imposé</td><td>Libre</td><td>Libre</td></tr>
<tr><td>Musique / Durée</td><td colspan="2">Imposée</td><td colspan="2">Libre 1'15 +/-5"</td></tr>
<tr><td>Nombre d'éléments max</td><td>0</td><td>4</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td rowspan="4">Exigences</td><td rowspan="4">0</td><td>Descente pompe 1 jambe</td><td colspan="2" rowspan="2">3 à 10 exigences au choix</td></tr>
<tr><td>Saut droit</td></tr>
<tr><td>Saut Air Jack</td><td colspan="2" rowspan="2">Exigences 8, 9 et 10 obligatoires</td></tr>
<tr><td>1/2 pivot</td></tr>
<tr><td>Note de composition max</td><td>0</td><td>0</td><td colspan="2">5 pts</td></tr>
<tr><td>Note E (Exécution)</td><td>10 pts</td><td>10 pts</td><td>10 pts</td><td>10 pts</td></tr>
<tr><td>Note finale</td><td>10</td><td>10</td><td colspan="2">15</td></tr>
</table>

NB: en FA Aérobic, le ½ pivot doit être réalisé en Dedans

FILIÈRE NATIONALE AERODANCE et STEP

NATIONALE AERODANCE & STEP		
Catégories	AERODANCE	STEP
Programme	Libre	
Musique	1'25 +/- 5”	
Exigences	Thème musical identifiable	
Nombre d'éléments	Libre (non valorisé)	Interdits
Valeurs des éléments	Libre	X
Minima diff	X	
Nombres de familles présentées	Libre	X
Eléments au sol max	Libre	X
Réception pompe max	Libre	X
Réception écart max	Libre	X
Position wenson max	2	
Combinaison	A+A (3 max)	X
Eléments acro max	Libre de A1 à A5	Interdits
Eléments interdits	les vrilles sont interdites	*éléments et acrobaties * empilement de step sauf pause finale * saut de step en step * propulsion de step ou de partenaire
Contenu général - G	3 min en collaboration	3 max en collaboration
Contenu Aérobic - A	Libre	Libre
	1 changement de style de 32 à 64 temps	Avec 1 set de 24 tps min exécutés ensemble sur le step et sans changer de place
Note D max	0	
Note E	10	
Note A	8	
Note finale	18	

A : (ou AMP) Séquence de 8 temps de coordination bras/jambes. La séquence démarre sur le "1" de la phrase musicale et se termine au "8"

G : Séquence de chorégraphie (collaboration, liaison, transition, interaction…) interrompue par un élément de difficulté ou une séquence AMP

Position wenson : ceci comprend la wenson dans les difficultés.

Pas de mise en place de collaboration avant le début de musique.

FILIÈRE NATIONALE B

Catégories	SOLO TR 10-11 GR 10-14	SOLO 12-14 15 et +	SYNCHRO TR 12-14 / 12 et + GR 12-15 / 12 et +
Programmes	Imposé ou libre	Libre	
Musique	Imposée	1'15+/-5	
Exigences	Pompe équerre serrée ou écartée saut groupé Pivot (en dedans), roue à gauche	0	
Nombre d'éléments	5	6	
Valeurs des éléments	0,1 à 0,3 pt	0,1 à 0,4 pt (dont 1 à 0,5 pt possible)	
Minima diff	X	0.75 pt Sauf Solo 15 et + : 0.9 pt	
Nombres de familles présentées	Libre	Libre	
Eléments au sol max	Libre	Libre	
Réception pompe max	0	2 (Gd écart interdit en SH)	2
Réception écart max	1 antéro (interdit SH)		
Position wenson max	1	2	
Combinaison	Non autorisée	1 (2 éléments max)	
Eléments acro max	1 optionnel (A2)	2 (sans répétition A1 à A4)	
Eléments interdits	Eléments hors grille NAT B	Eléments hors grille NAT B Illusion, pied dans la main et acrobatie réception grand écart pour SH	
Contenu général - G	1 optionnelle (A1-A2)	Libre	3 min en collaboration
Contenu Aérobic - A	Imposés	8	9
		dont 1 set de 3 A enchainés	dont 1 set de 4 A enchainés et réalisés en formation groupée
Note D max	1 / 2 = 0,5	2,6 / 2 = 1,30	
Note E	10	10	
Note A	3	5	
Note finale	13,5	16,30	

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

ATTENTION : Tous les éléments de difficulté et acrobatiques doivent être réalisés à l'identique par l'ensemble de l'équipe en même temps. Ils ne peuvent pas être réalisés en colonne dans les catégories TRIO et GROUPE

A : (ou AMP) Séquence de 8 temps de coordination bras/jambes. La séquence démarre sur le "1" de la phrase musicale et se termine au "8"

G : Séquence de chorégraphie (collaboration, liaison, transition, interaction…) interrompue par un élément de difficulté ou une séquence AMP

Position wenson : ceci comprend la wenson dans les difficultés.

Pas de mise en place de collaboration avant le début de musique.

FILIÈRE NATIONALE A

Catégories	SOLO 10-11	TRIO 10-11	GROUPE 10-14	SH 10-14	SF 12-14	TRIO GR 12-14
Programmes	Libre			Libre		
Musique	1'15+/-5			1'15+/-5		
Exigences	pompe ou pompe Wenson équerre écartée tour en l'air			Hélicoptère équerre écartée ou serrée avec 1 tour ou non saut groupé 1 tour double pivot (en dedans)		
Nombre d'éléments	7			7		
Valeurs des éléments	0,1 à 0,4 pt			0,2 à 0,6 pt		
Minima diff	0,5 pt			1 pt		
Réception pompe max	0			1	1	
Réception écart max	1 antéro			0		
Position wenson max	2			2		
Combinaison	Non autorisée			1 de 2 éléments (cf tableau combinaisons)		
Eléments acro max	2 sans répétition (A1 à A2)			2 sans répétition (A1 à A4)		
Eléments interdits	Eléments sur 1 bras			Eléments sur 1 bras Famille 8 pour les SH écart pour les SH Eléments sur 1 bras Famille 8 et acrobatie réception grand écart pour les SH		
Contenu général - G	Libre		3 en collaboration	Libre	3 en collaboration	
Contenu Aérobic - A	8		9	8	9	
	Dont 1 set de 3 A enchainés		Dont 1 set de 4 A enchainés et réalisés en formation groupée	Dont 1 set de 3 A enchainés	Dont 1 set de 4 A enchainés et réalisés en formation groupée	
Note D max	2,3 / 2 = 1,15			3.5 / 2 = 1.75		
Note E	10			10		
Note A	8			8		
Note finale	19,15			19,75		

Catégories	15 17 SF	18 et + SF	15 et + SH	15 et + GR TR
Programmes	Libre			
Musique	1'20+/-5			1'25+/-5
Exigences	0			
Nombre d'éléments	8			
Valeurs des éléments	à partir de 0,3 pt			
Minima diff	1.50 pt			1.25 pt
Réception pompe max	3		3	3
Réception écart max			0	
Position wenson max	2			
Combinaison	3 (de 2 ou 3 éléments)			2 (de 2 éléments)
Eléments acro max	5 (sans repetition de A1 à A5)			
Eléments interdits	Vrilles Famille 8 et acrobatie réception grand écart pour les SH			
Contenu général - G	Libre			3 min en
Contenu Aérobic - A	8			9
	Dont 1 set de 3 A enchainés			Dont 1 set de 4 enchainés et réalisés en formation groupée
Note D max	8,6 / 2 = 4,30			8.2 / 2 = 4.10
Note E	10			
Note A	8			

ATTENTION : Tous les éléments de difficulté et acrobatiques doivent être réalisés à l'identique par l'ensemble de l'équipe en même temps.

Ils ne peuvent pas être réalisés en colonne dans les catégories TRIO et GROUPE

A : (ou AMP) Séquence de 8 temps de coordination bras/jambes. La séquence démarre sur le "1" de la phrase musicale et se termine au "8"

G : Séquence de chorégraphie (collaboration, liaison, transition, interaction…) interrompue par un élément de difficulté ou une séquance AMP

Position wenson max : ceci comprend TOUTES les positions wenson

Pas de mise en place de collaboration avant le début de musique.

ÉLITE

Catégories	JUNIOR SOLO	JUNIOR SYNCHRO	SENIOR SOLO	SENIOR SYNCHRO
Programmes	Libre			
Musique	1'20+/-5			1'25+/-5
Exigences	0			
Nombre d'éléments	Inter : 7 / CF : 8		9	8
Valeurs des éléments	Pour l'international : 4 de 0,2 à 0,6 + 1 ou 2 max à 0,7 + 1 à 0,8 (optionnel) Pour le Championnat de france : à partir de 0.3 pt		à partir de 0,3 pt	
Minima diff	X			
Réception pompe max Réception écart max	inter : 2 réceptions (GE interdit en SH) CF : 3 réceptions (GE interdit en SH)		3 (0 récep grand écart en SH)	3
Position Wenson max	2			
Combinaison	1 de 2 éléments (cf tableau combinaisons)		3 de 3 éléments (cf tableau combinaisons)	2 de 2 éléments (cf tableau combinaisons)
Eléments acro max	2 (sans répétition A1 à A5)		5 ((sans répétition A1 à A5)	
Eléments interdits	Vrilles Famille 8 et acrobatie réception grand écart pour les SH		Famille 8 et acrobatie réception grand écart pour les SH	
Contenu general – G	Libre	3 min en collaboration	Libre	3 min en collaboration
Contenu Aérobic – A	8 Dont 1 set de 3 A enchainés	9 Dont 1 set de 4 A enchainés et réalisés en formation groupée	8 Dont 1 set de 3 A enchainés	9 Dont 1 set de 4 A enchainés et réalisés en formation groupée
Note D max / 2 = JUNIOR et SENIOR IM ,IW , MP, TR (men),GR(men) / 1,8 = TR (mixte)GR (mixte) /1,7 = TR (women) GR (women)	4,7 / 2 = 2,35		9,6 / 2 = 4,8	* 8,2 / 2 = 4,1 8,2 / 1,8 = 4,55 8,2 / 1,7 = 4,82
Note E	10			
Note A	10			
Note finale	22,35		24,8	24,1 ou 24,55 ou 24,82

ATTENTION : Tous les éléments de difficulté et acrobatiques doivent être réalisés à l'identique par l'ensemble de l'équipe en même temps.

Ils ne peuvent pas être réalisés en colonne dans les catégories TRIO et GROUPE

A : (ou AMP) Séquence de 8 temps de coordination bras/jambes. La séquence démarre sur le "1" de la phrase musicale et se termine au « 8 »

G : Séquence de chorégraphie (collaboration, liaison, transition, interaction…) interrompue par un élément de difficulté ou une séquence AMP

Position Wenson : ceci comprend la Wenson dans les difficultés.

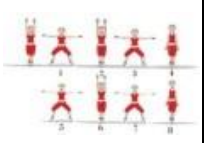
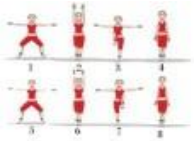
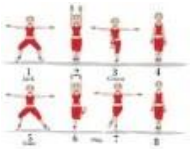
PROGRAMME DE DIFFICULTÉS 2024

GYMNASTIQUE AEROBIC
Compétitions de proximité

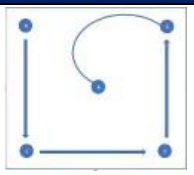
NOM :	**Prénom :**
CLUB :	**Catégorie :**

Ateliers en musique

Zone 1

ATELIER N°1			ATELIER N°2		
TAPER EN RYTHME			*ENCHAINEMENT DE PAS DE BASE*		
Taper sur le temps 1	Taper sur les temps 1,3,5,7	Taper sur les temps 1 et 5	4 pas identiques	2x2 pas indentiques	4 pas différents
					
1 point	**2 points**	**3 points**	**1 point**	**2 points**	**3 points**

Zone 2

ATELIER N°3			ATELIERS N°4		
PHRASE CHOREGRAPHIQUE			*DEPLACEMENT sur 1 bloc musical*		
Je reproduis la séquence miroir*	Je fais deux phrases de chorégraphie simple	Je fais deux phrases de chorégraphie plus complexe			Je me déplace en allant sur chaque point en 8 temps (avant, latéral, arrière)
			1 mode de dpt	2 modes de dpt	3 modes de dpt
1 point	**2 points**	**3 points**	**1 point**	**2 points**	**3 points**

Zone 3

ATELIER N°5		
IMPROVISATION		
Je n'ose pas et ne sais quoi faire	Je fais une bonne improvisation	Je fais le show et tout le monde me regarde
1 point	**2 points**	**3 points**

Tous les ateliers doivent être réalisés sans chute pour recevoir une note

Ateliers 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9 : j'entoure la case que je souhaite présenter à l'évaluateur

Barème :
Totalité des points : très bien réalisé
-0,5 pt: réalisé
-1 pt : élément non reconnu (essai de l'élément de valeur inférieure)

Ateliers 4, 5, 10 : je réalise la consigne

*mon compte>compétiton>base documentaire aérobic>aide pour les imposés> consultez les mouvements de gymnastique aérobic

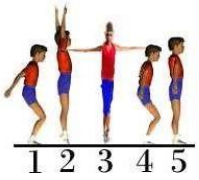
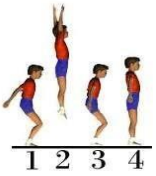
GYMNASTIQUE AEROBIC
Compétitions de proximité

NOM :	**Prénom :**
CLUB :	**Catégorie :**

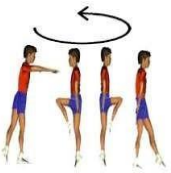
Ateliers sans musique

Zone 4

ATELIER N°6
SAUT

		
Préparation saut droit	Saut droit	Air jack
1 point	**2 points**	**3 points**

ATELIER N°7
PIVOT

		
Maintien pied plat genou placé 2'	Maintien sur 1/2 pte genou placé 2'	Pivot 1 tour
1 point	**2 points**	**3 points**

ATELIER N°8
POMPE

Pompe à genoux	Descente de pompe sur les pieds	Pompe sur les pieds
1 point	**2 points**	**3 points**

ATELIER N°9
EQUERRE 2 secondes (sérrée ou écartée)

Elévation des pieds	Elévation des fesses	Equerre
1 point	**2 points**	**3 points**

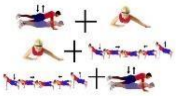
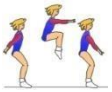
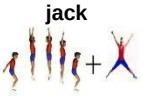
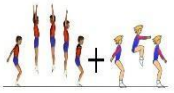
ATELIERS N°10
ROUE

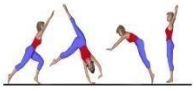
Désaxée	Quelques fautes	Très bien executée
1 point	**2 points**	**3 points**

TOTAL	/ 30 points

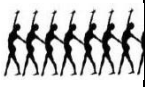
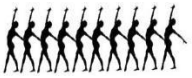
Filière Fédérale A et Filière Nationale B

Les exigences doivent être réalisées sans chute pour recevoir une valeur

*Grille de difficultés						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
3	Difficultés	Pompe	Pompe 1 jambe ou Pompe latérale ou pompe charnière	Pompe latérale 1 jambe ou pompe charnière 1 jbe ou pompe Wenson	2 pompes à 0,1 pt enchainées	**2 pompes à 0,2 pt différentes enchainées** 
4		**Elévation des fesses**	**Elévation des pieds**	**Equerre serrée 1 jambe**	**Wenson statique**	**Equerre serrée ou équerre écartée**
5		**Saut air Jack**	**Saut groupé** 	**Saut 1 tour**	**Saut 1 tour + Saut air jack** 	**Saut 1 tour + Saut groupé** 
6		**Grand écart**	**Grand écart vertical**	**pivot 1 tour (en dedans)**	**i libre**	**pivot 2 tours (en dedans)**

**Grille des acrobaties						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
7	Acro	**Roue**	**Rondade** 	**Souplesse avant/arrière**	**Saut de mains 1 ou 2 pieds**	**Flip arrière**

GRILLE DE COMPOSITION FÉDÉRALE A

Format						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
1	Bonus nombre	6 gymnastes	7 gymnastes	8 gymnastes	9 gymnastes 	10 gymnastes 
2	Formations	**2 ou 3**	**4 ou 5**	**6 ou 7**	**8 ou 9**	**10**

GRILLE DE COMPOSITION FÉDÉRALE A						
Chorégraphie						
exigences		0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
8	Talent artistique	Attitude neutre	Quelques moments captivants	Capacité à captiver l'audience avec enthousiasme et dynamisme partiellement	Bonne capacité d'audience	Capacité à captiver l'audience avec enthousiasme et dynamisme tout au long de la routine
9	Intensité	Routine sans intensité avec difficulté à suivre le rythme	Routine démontrant peu d'intensité	Equipe démontrant une intensité moyenne	Equipe démontrant une réelle intensité pendant une bonne partie de la routine	Equipe démontrant une intensité totale et un réel dynamisme durant toute la routine
10	Nombre AMP	4A	5A	6A	7A	8A
11	Collaboration	Porteur assis voltigeur au dessus des épaules	Porteur à genoux, voltigeur au dessus des épaules	Porteur debout, voltigeur au dessus des épaules	Porteur debout, voltigeur au dessus des épaules avec changement de forme	Porteur debout, voltigeur au dessus des épaules avec changement de forme et rotation
***12	Interaction	Contact simple	Contact avec rotation	Contact avec changement de niveau	Contact avec rotation et changement de niveau	Contact avec acrobatie
****13	Séquence miroir	Séquence miroir imposée		Séquence miroir libre simple		Séquence miroir libre complexe
14	Changement de style	Présence d'un 2ème style musical simple de 4x8 temps minimum		Présence d'un 2ème style musical partiellement complexe de 4x8 temps minimum		Présence d'un 2ème style musical complexe de 4x8 temps minimum
15	Bloc groupe	Présence de 1 bloc de 4x8 temps ou plus de chorégraphie simple en groupe serré		Présence d'un bloc 4x8 temps ou plus de chorégraphie partiellement complexe en groupe serré		Présence d'un bloc 4x8 temps ou plus de chorégraphie complexe en groupe serré

Un élément acrobatique modifié, entrant dans le contenu général artistique (G) ne peut dépasser la valeur maximale autorisée pour les éléments acrobatiques.
Exemple: en NB 10-11 ans, un (e) gymnaste ne peut réaliser un salto réception au siège ou un saut de main réception sur un genou.

*Pour recevoir une valeur, les éléments de difficulté doivent être réalisés :

- à l'identique par l'ensemble de l'équipe en même temps. Ils ne peuvent pas être réalisés en colonne dans les catégories TRIO et GROUPE (à partir de 3 gymnastes alignés) ;
- en respectant les exigences techniques minimales (dans les cases de double éléments les ETM des 2 éléments doivent être validés).

**les acrobaties doivent être réalisées par l'ensemble des gymnastes et en même temps pour recevoir une valeur.

***une interaction est reconue et valorisée, lorsque l'ensemble des gymnastes est en contact au même moment en groupe ou en sous groupes.

****une séquence miroir est une séquence chorégraphique de 8 tps minimum réalisée à droite puis la même séquence réalisée à gauche (ou inversement).

Chorégraphie :
Chorégraphie simple : réalisation de bras et jambes simples sur les temps ou doubles temps
Chorégraphie partiellement complexe : réalisation de bras simples / jambes complexes ou bras complexes / jambes simples sur les temps.
Chorégraphie complexe : réalisation bras complexes / jambes complexes sur les temps ou contre temps. Utilisation des changements de formation et d'orientation.

Note de composition :
La note de composition est établie par addition des valeurs des exigences imposées et des 7 valeurs les plus hautes présentées.
Le nombre minimal d'exigences à présenter est 3 (8, 9 et 10 au risque d'être pénalisé pour exigence imposée manquante).
Il n'y a pas de nombre maximum d'exigences (pas de pénalité pour exigence supplémentaire).

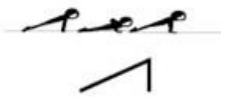
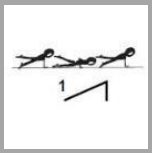
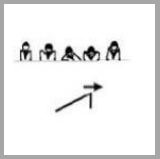
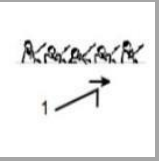
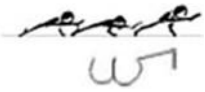
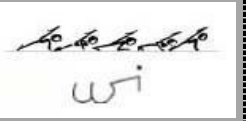
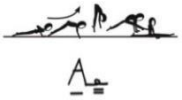
Choix des exigences :
En solo, les gymnastes peuvent choisir deux cases par ligne pour les exigences 3,4,5,6 et 7.
En trio, les gymnastes peuvent choisir deux cases par ligne pour les exigences 11 et 12
Pour le reste des exigences, la réglementation reste d'une une case par ligne (au risque d'être pénalisé pour répétition d'exigence).

En fédéral A libre, si le step est utilisé, les gymnastes doivent respecter ce qui suit :
Les exigences 8,9,10,12,14 et 15 doivent être réalisées majoritairement sur le step.
Les exigences 3,4,5,6,7 et 11 doivent être réalisées obligatoirement au sol.
L'exigence 13 peut être réalisé sur le step et/ou au sol.

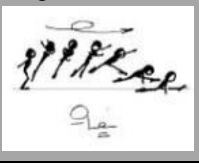
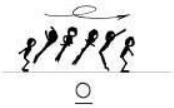
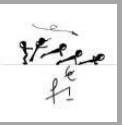
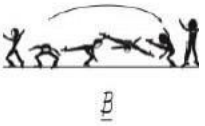
PROGRAMME DE DIFFICULTÉS 2024
Filière Nationale B

Les éléments grisés sont des éléments non répertoriés dans le code FIG mais autorisés en Nationale B.

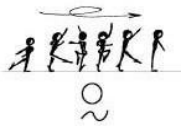
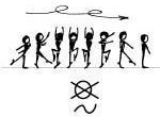
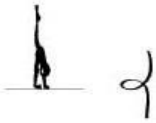
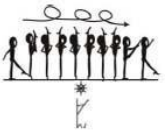
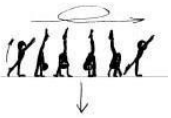
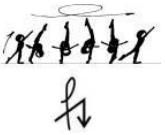
2 difficultés maximum par éléments de même nom de base entre 2 lignes continues

Familles	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
	GROUPE A				
Pompes	Pompe 	Pompe 1 jambe 			
		Pompe latérale 	Pompe latérale 1 jambe 		
		Pompe charnière	Pompe charnière 1 jambe		
		Pompe wenson 	Pompe wenson latérale		
			Pompe wenson charnière 		
				Pompe frame	Pompe frame wenson
				Pompe frame grand écart 	

Forces statiques		Equerre écartée		Equerre écartée 1 tour	Equerre écartée 1 bras
					Moldovan
		Equerre serrée		Equerre serrée 1 tour	
					Equerre V jambes serrées
Cercles de jambes					Cercle Thomas
					Cercle Thomas grand écart
				Hélicoptère	Hélicoptère demi tour
				Hélicoptère grand écart	Hélicoptère 1/2 tour au grand écart
					Hélicoptère wenson

GROUPE B					
Sauts dynamiques			Saut demi tour au grand écart	Saut tour en l'air au grand écart 	
			Saut tour en l'air 		Saut deux tours en l'air
				Saut droit réception pompe	Saut demi tour réception pompe 
					Gainer demi tour
					Butterfly 

Sauts avec forme		Saut groupé		Saut groupé un tour	
			Saut groupé au grand écart	Saut groupé demi tour au grand écart	Saut groupé un tour au grand écart
				Saut groupé réception pompe	Saut groupé demi tour réception pompe
			Saut cosaque		Saut cosaque un tour
				Saut cosaque au grand écart	Saut cosaque demi tour au grand écart
					Saut cosaque réception pompe
				Saut carpé sérré	Saut carpé sérré au grand écart
				Saut carpé écart	Saut carpé écart au grand écart
Sauts écart				Saut antéro-postérieur	Saut antéro-postérieur au grand écart
				Saut changement de jambe	Saut changement de jambe au grand écart
					Saut ciseaux demi tour

	GROUPE C				
Pivots		Pivot un tour 		Pivot deux tours 	
					Pivot jambe à l'horizontale
Souplesse	Grand écart vertical 		Grand écart vertical libre		Grand écart vertical libre avec un tour
					Pivot pied dans la main 
Illusion				Illusion 	Illusion libre 

CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPE

L'édition 2023 propose un Championnat de France par équipe dans les catégories Nationale B et Nationale A.

CRÉER UNE ÉQUIPE DE CLUB

Prérequis : avoir participé à la compétition par catégories dans la même filière que celle choisie pour composer l'équipe.

2 filières d'engagement possibles :

- en Nationale B : 1 solo, 1 trio et 1 aéro ou aérodance toutes catégories d'âges confondues
- en Nationale A : 1 solo, 1 trio et 1 aéro ou aérodance toutes catégories d'âges confondues

NB : Un athlète peut concourir dans une équipe uniquement.

PALMARÈS

Le classement est établi par addition des places obtenues par chaque entité lors de la compétition. L'équipe ayant le score le plus bas est classée championne de France.

Exemple :

Équipe A :
Le solo se classe 3ème, le trio se classe 1er et le groupe se classe 4è : 3ème = 3 points, 1er = 1 point et 4ème = 4 points.
Total équipe : 3+1+4= 8 points

Équipe B :
Le solo se classe 1er, le trio se classe 1er et le groupe se classe 2ème.
Total équipe : 1+1+2= 4 points.

L'équipe B est classée 1ère.