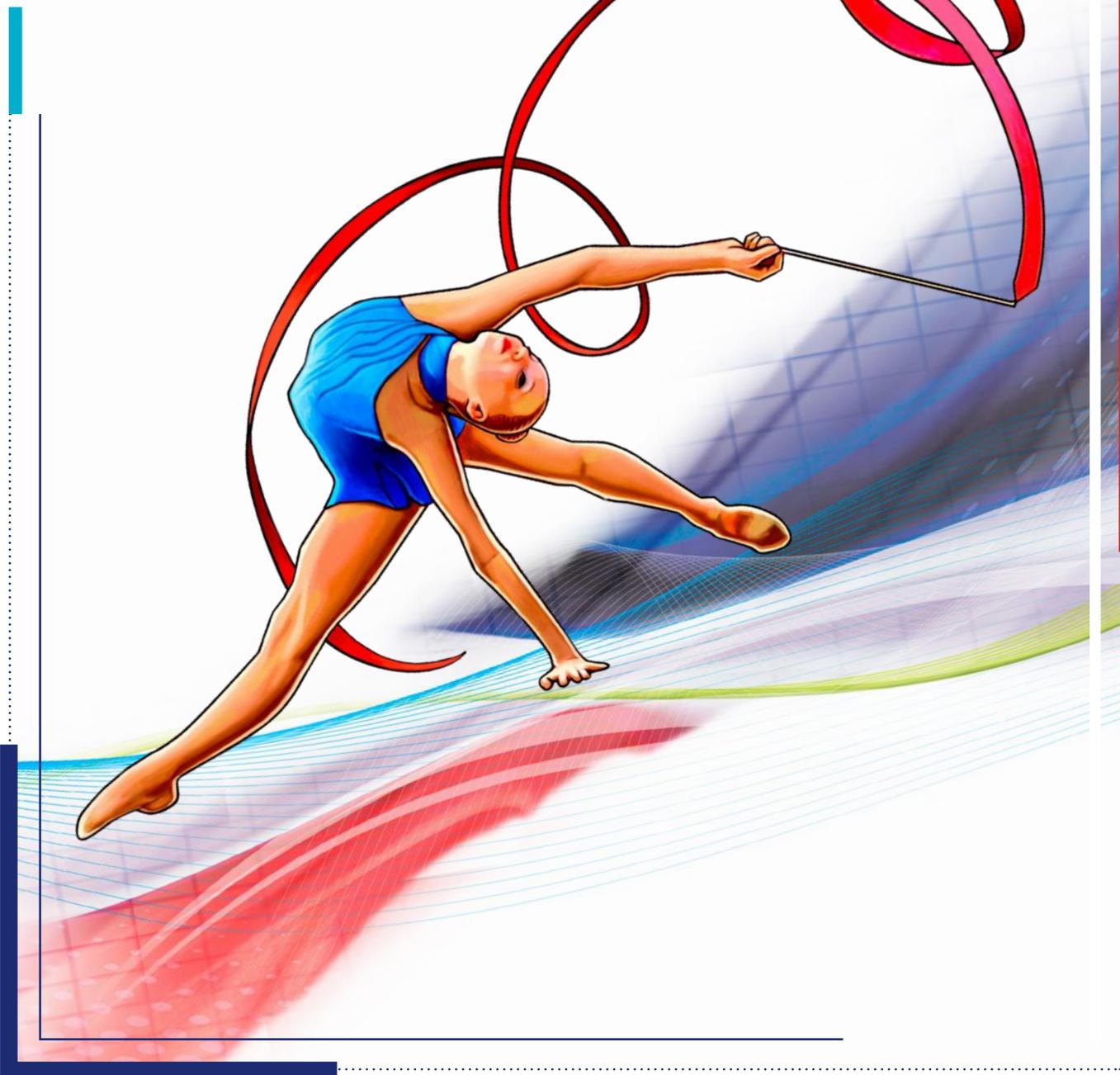


LETTRE FFGYM

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

2018-2019



ENSEMBLE,
CRÉONS LE MOUVEMENT.



GÉNÉRALITÉS

DOCUMENTS

Cette lettre précise et complète le règlement technique 2018-2019.

Les autres documents de référence à prendre en compte sont :

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

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

DATE LIMITE D'ENGAGEMENT

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

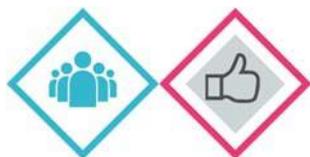
- Au 15 septembre 2018 en individuel ;
- Au 21 décembre 2018 en équipe et en ensemble, ainsi qu'en Coupe Formation.

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

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

ORDRES DE PASSAGE - RÈGLES DE GESTION

Pour toutes les finales nationales, la répartition des gymnastes est effectuée par tirage au sort en utilisant OrdoGym.



FÉDÉRAL ET PERFORMANCE

Les musiques avec paroles sont autorisées, pour un enchaînement, dans toutes les catégories des niveaux de pratique Fédéral et Performance.

Le positionnement des engins de remplacement est laissé à l'initiative des clubs (en respectant le cadre du code FIG).

Les bandages ou dispositifs de soutien doivent être de couleur peau, aucune autre couleur n'étant admise, ainsi que les tatouages doivent être recouverts.

0,30 de pénalité pour non-respect de ces règles.

COUPE FORMATION (CF)

LIENS ENTRE LA CF ET L'ACCÈS AUX PROGRAMMES COMPÉTITIFS :

Pour les 7-9 ans :

En Ensemble :

Ouverts aux 7-8-9 ans préparant la CF2-3 ou 4 en parallèle, ou ayant déjà obtenu le ruban bleu ou jaune, argent ou doré.

En individuel :

Pour les 7-8 ans : Il faut présenter en parallèle les programmes CF3 ou CF4 dans leurs intégralités durant la même saison ou avoir déjà validé au moins un de ces niveaux.

Pour les 9 ans : Il faut avoir validé la CF3 (Ruban Bleu) ou la CF4 (Ruban Jaune, Argent ou Doré).

Pour les 10-11 ans :

Pas de niveau CF exigé pour être engagé dans les programmes régionaux.

En Ensemble :

Pas de niveau CF exigé pour être engagé dans les programmes Ensembles.

En individuel :

Pour se présenter dans le niveau de pratique Fédéral individuel, il est nécessaire en amont :

- Soit d'avoir validé la CF2 (Ruban Vert).
- Soit d'avoir présenté la totalité de la CF3 ou de la CF4.

Pour se présenter dans le niveau de pratique Performance individuel, il est nécessaire en amont :

- Soit d'avoir validé la CF3 (Ruban Bleu).
- Soit d'avoir validé le Ruban Jaune, Argent ou Doré de la CF4.

Pour les 12-13 ans :

La validation du ruban argent ou doré de la CF4 permet d'accéder à la catégorie Nationale A 12-13 ans.

PROGRAMMES CF2 ET CF3 :

L'engin « surprise » est choisi par l'équipe technique régionale.

Le choix de l'engin « programmé » est national :

ENGIN PROGRAMMÉ	
CF2	CF3
BALLON	Imposé CORDE

PROGRAMMES CF4 :

Les tests techniques de la CF4 sont :

- L'improvisation
- 3 enchaînements imposés engins.
- 1 ML libre comprenant 4 difficultés issues de la liste des difficultés 10-11 ans dont un saut par battement tendu, un équilibre (pied plat autorisé pour tous les équilibres), un pivot et une difficulté aux choix. Il est ainsi plus facile de basculer sur les programmes compétitifs de cette tranche d'âge. Sur un demi-praticable. Musique avec ou sans parole, de 45 secondes à 1 minute.

CF4
ML-CORDE-MASSUES-RUBAN

PROGRAMMES COMPÉTITIFS 7-9 ANS

La priorité est toujours donnée à la préparation de la CF pour les gymnastes qui souhaitent s'engager dans un programme compétitif.

Les 7-9 ans qui veulent uniquement faire du loisir sans passer par la CF peuvent être orientées vers le programme Access Gym.

LES PROGRAMMES 7-9 ANS				
		7 ans (2012)	8 ans (2011)	9 ans (2010)
PERFORMANCE	Individuel	ML		
	Ensemble	LIBRE (choisi par la région <u>ou</u> le regroupement)		
FÉDÉRAL	Ensemble	LIBRE (choisi par la région <u>ou</u> le regroupement)		

En individuel:

Performance 7-9 ans

Durée : 1'15 à 1'30, musique avec ou sans paroles.

Main Libre avec 6 difficultés corporelles de la liste proposée pour les 10-11 ans (nombre maximum de DC validées, possibilité d'en présenter plus) avec 2 sauts dont un en battement tendu, 2 équilibres (pied à plat autorisé pour tous les équilibres), 2 rotations dont un pivot.

Programme décliné du programme individuel Nationale B 10-11 ans ; les règles sont identiques. Possibilité de faire un classement par année d'âge.

En ensemble:

Performance 7-9 ans : Ensemble à 4 ou 5 gymnastes : Engin choisi par la région ou le regroupement. Durée : 1'15 à 1'30, musique avec ou sans paroles.

3 DC (non limitées, 1 de chaque GC) et 2 Échanges, Max D = 5,00 points. Maximum 1 risque, minimum 4 Collaborations, minimum 1 pas de danse. Programme décliné du Nationale Ensemble 10-11 ans ; les règles sont identiques.

Il est conseillé d'engager les individuelles Performance 7-9 ans dans ce niveau d'ensemble. Ce niveau prépare à la catégorie Nationale Ensemble 10-11 ans.

Fédéral 7-9 ans :

Ensemble de 4 à 7 gymnastes : Engin choisi par la région ou le regroupement. Durée : 1'15 à 1'30, musique avec ou sans paroles.

3DC (limitées à 0.10 point, 1 de chaque GC) et 2 Échanges, Max D = 3,00 points. Risque interdit, minimum 4 Collaborations, CR et CRR interdites, minimum 1 pas de danse. Programme décliné du Fédérale B Ensemble 10-11 ans ; les règles sont identiques.

TABLEAUX SYNOPTIQUES DES CATÉGORIES AVEC LES ENGIN CORRESPONDANTS

LES PROGRAMMES INDIVIDUELS						
		10-11 ans	12-13 ans	14-15 ans	16-17 ans	18 ans et +
		2009-2008	2007-2006	2005-2004	2003-2002	2001 et avant
PERFORMANCE	NATIONALE A	ML MAS				
			CER COR			
				MAS RUB		
					LIBRE COR	
						LIBRE RUB
	NATIONALE B	ML MAS				
			ML CER			
				BAL COR		
					MAS CER	
						LIBRE MAS
	NATIONALE C	MAS				
			CER			
				RUB		
					CER	
						BAL
FÉDÉRAL	FÉDÉRALE	CER				
			COR			
				CER		
					BAL	
						RUB

LES PROGRAMMES ÉQUIPES ET ENSEMBLES

			10-11 ans	12-13 ans (et moins)	14-15 ans (et moins)	16-17 ans (et moins)	18 ans et + (et moins)	
			2009- 2008	2007- 2006	2005- 2004	2003- 2002	2001 et avant	
PERFORMANCE	NATIONALE PAR ÉQUIPE	Nationale 1 2 3 4	3 CERCEAUX/4 MASSUES					
	NATIONALE ENSEMBLE	Nationale Ensemble	BALLONS					
			CORDES					
			3 CERCEAUX/4 MASSUES					
			MASSUES					
			3 CERCEAUX/2 BALLONS					
			Nationale Duo	BALLON/CORDE				
			BALLON/RUBAN					
	FÉDÉRAL	FÉDÉRALE	Fédérale A	CORDES				
				BALLONS				
CORDES/BALLONS								
RUBANS								
CERCEAUX/MASSUES								
Fédérale B			CERCEAUX					
			RUBANS					
			CERCEAUX/BALLONS					
			BALLONS/MASSUES					
			BALLONS					
Fédérale C			COR CER BAL					
			MULTI ENGINES CER BAL MAS RUB					

LES PROGRAMMES INDIVIDUELS



FÉDÉRAL

FILIÈRE RÉGIONALE INDIVIDUEL

	RÉGIONALE INDIVIDUEL	CONTENU
Catégories	10-11 ans 12-13 ans 14-15 ans 16-17 ans 18 ans et +	Le nombre de catégories peut être variable en fonction du nombre de gymnastes engagées
Programme	Code FIG Aménagé Exécution sur 12 points 1 Engin	Engin au choix des régions. Difficultés à 0,10 autorisées (maximum 3) + éléments corporels. Total point obligatoirement 1 pt en dessous du total de la finale fédérale
Jury	13 juges par jury	
Engagement	Au niveau du département	
Étapes	Département / Inter-département / Région <u>ou</u> Département / Région / Regroupement	
Qualification	Selon les quotas établis à chaque niveau compétitif	

Ce programme s'adresse à des gymnastes qui ne peuvent s'engager qu'en ensemble Fédérale B ou Fédérale C ou Régionale Ensemble.



FILIÈRE FÉDÉRALE INDIVIDUEL

Le nombre de difficultés corporelles indiquées est un nombre de difficultés maximum présentées : les x plus hautes.

Pour les Fédérales 10-11 ans, 12-13 ans :

Possibilité de valider à 0.10 des risques R avec une seule rotation sous l'engin lié à une autre rotation. Dans ce cas, il n'y a pas de valorisation du changement d'axe ou niveau, ni des critères au rattrapé.

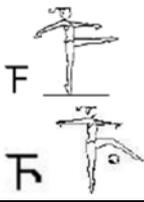
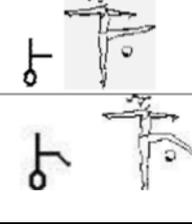
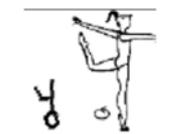
FÉDÉRALE INDIVIDUEL			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés limitée, Min 3 Diff dont 1 de chaque GC 0,10 + liste de difficultés autorisées. Pas de danse : Min 2 R : Min 1 - Max 3 DE pas de Min, pas de Max	Note E Sur 12 points
10-11 ans	CER	CODE FIG aménagé 4 difficultés corporelles max, MAX D = 3.50 points	CODE FIG
12-13 ans	COR	CODE FIG aménagé 5 difficultés corporelles max, MAX D = 4.00 points	CODE FIG
14-15 ans	CER	CODE FIG aménagé 5 difficultés corporelles max, MAX D = 4.00 points	CODE FIG
16-17 ans	BAL	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles max, MAX D = 4.50 points	CODE FIG
18 ans et +	RUB	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles max, MAX D = 4.50 points	CODE FIG

Les régions ou regroupement ont la possibilité de créer une filière Fédérale Individuel à finalité régionale (ces gymnastes ne peuvent s'engager qu'en ensemble Fédérale A).



LISTE DES DIFFICULTÉS AUTORISÉES EN FÉDÉRALE INDIVIDUEL ET FÉDÉRALE A ENSEMBLE

Obligation de présenter une difficulté de chaque Groupe Corporel.
Toutes les difficultés à 0,10 sont autorisées + les difficultés à 0,20 ci-dessous.

SAUTS	N°9-11 Cabriole avec rotation AV ou AR		EQUILIBRES	N°2 Devant jambe libre à l'horizontal (tendue ou pliée)		ROTATIONS	N°5 Devant : jambe libre à l'horizontal (tendue ou pliée)	
	N°12 Saut cambré avec rotation			N°6 Jambe libre à l'horizontal al de coté			N°7 De coté jambe libre à l'horizontal	
	N°13 Ciseau avec changement de jambe au dessus de l'horizontal			N°8 Arabesque : Jambe libre à l'horizontal			N°10 Arabesque : jambe libre à l'horizontal	
	N°15 Cosaque, jambe tendue devant à l'horizontal avec rotation			N°10 Attitude			N°14 Attitude	
	N°29 Biche avec boucle							
	N°30 Biche avec changement de jambe (passage jambe pliées)							



PERFORMANCE



Le nombre de difficultés corporelles indiquées correspond au nombre maximum de difficultés validées : les x plus hautes.

SPÉCIFICITÉS DU PROGRAMME INDIVIDUEL NATIONALE 10-11 ANS

Pour engager une gymnaste en Nationale C 10-11 ans, il est nécessaire d'engager au moins une gymnaste en Nationale B 10-11 ans.

Le nombre d'engagés en nationale C 10-11 ans ne doit pas dépasser le nombre d'engagés en Nationale B 10-11 ans.

ÉTAPES QUALIFICATIVES

Département : Engagement en catégorie « Nationale C 10-11 ans » avec un seul enchaînement « engin » ou en Nationale B 10-11 ans (engin +ML).

Inter-département ou région : idem département.

Région ou regroupement : idem inter-département ou région.

A l'issue de la compétition Nationale B 10-11 ans, la Responsable Régionale PAS (parcours d'accès sportif) déterminera l'orientation des gymnastes en Nationale A 10 ans et en Nationale A 11 ans en fonction d'un classement coefficienté (tests + compétition).

Finale :

Nationale A 10 ans : ML+engin

Nationale A 11 ans : ML+engin

Nationale B 10-11 ans : ML+engin

Nationale C 10-11 ans : engin

PROGRAMMES :

Engin : 6 difficultés corporelles issues de la liste (ci-dessous).

ML : 7 difficultés corporelles issues de la liste (ci-dessous) en Nationale B 10-11 ans et 8 difficultés corporelles issues de la liste (ci-dessous) en finale Nationale A et Avenir.

Il est possible de présenter davantage de DC (code FIG) mais seront comptabilisés :

Dans un premier temps, contrat de base :

- o 2 sauts (valeurs les plus hautes)
- o 2 équilibres (valeurs les plus hautes)
- o 2 rotations (valeurs les plus hautes)

Dans un second temps, les difficultés au choix pour le ML (valeurs les plus hautes).

Les difficultés au choix ne seront pas comptabilisées si le contrat de base n'est pas respecté.

LES RISQUES R :

Un risque minimum obligatoire. Il faut travailler 2 rotations sous l'engin. Il faut chercher des rattrapés et des lancés particuliers.

Pour les Nationale B et C 10-11 ans : Possibilité de valider à 0.10 des risques R avec une seule rotation sous l'engin liée à une autre rotation. Dans ce cas, il n'y a pas de valorisation du changement d'axe ou niveau, ni des critères au rattrapé.

LES DIFFICULTÉS ENGIN DE :

Une DE minimum obligatoire. Il est important de mettre des DE, manipulations difficiles et risquées pour leur âge.

LES DIFFICULTÉS CORPORELLES DC :

Obligation de choisir les difficultés corporelles qui sont dans le tableau ci-dessous.

Lorsque les difficultés se trouvent dans une même case, il n'est possible de choisir qu'un seul de ces éléments dans chaque enchaînement.

Il est interdit de choisir un pivot et un équilibre de forme identique (0.30 de pénalisation).

Exemple :

Possibilité de réaliser dans le même enchaînement : ( et ) ou ( et ) mais cumuler la même forme est interdit ; ( et ) ou ( et ) non autorisés.

Exception : tour en I  et équilibre I dos plat autorisé .

Les équilibres de moyenne amplitude (jambe libre au niveau de l'horizontale, en grisé) doivent être réalisés obligatoirement sur ½ pointe.

Les sauts peuvent être réalisés en appel un pied ou 2 pieds (même saut).

L'enjambé et le manège peuvent être déclassés en sauts de petite amplitude même s'ils n'existent pas dans le code :  à 0.10 (sauf en Nationale A 10-11 ans et en Avenir),  à 0.20.

Chaque difficulté (base) prend la valeur code FIG (code de pointage 2017-2020) sauf les I : ne prennent pas la valeur du code systématiquement. Les 3 premiers I se font avec un départ « mains au sol ». Les 2 derniers I doivent être réalisés avec un départ sans pause des mains au sol ou immédiatement après une rotation sur les mains. Excepté le premier I (pied plat ou ½ pointe même valeur, 0.10), tous les autres cas peuvent être réalisés pied à plat (valeur : 0.10 en moins).

Un seul type de I est autorisé dans le même enchaînement.

PÉNALITÉS :

0.30 point à chaque fois qu'une règle n'est pas respectée, mais on compte la difficulté si elle est bien réalisée..

Si 2 difficultés de la même case, on compte les 2 difficultés si elles sont bien réalisées mais pénalisation de 0.30 pour règle non respectée.

Exemples :

1/ Si la gymnaste exécute un saut en développé alors qu'il devrait être en battement (groupe 1 ou 2), on compte le saut s'il est bien exécuté mais on considère que le saut par battement n'est pas présent : pénalisation de 0.30.

2/ A l'engin, s'il y a 3 sauts : biche, manège biche boucle et manège biche cambré, on comptabilisera les 2 sauts aux valeurs les plus hautes soit les 2 manèges mais on pénalisera de 0.30 pour le manque de saut par battement tendu.

3/ A l'engin, s'il y a 3 sauts : enjambée par battement, manège biche boucle et manège biche cambré, on comptabilisera les 2 sauts aux valeurs les plus hautes soit les 2 manèges mais pas de pénalisation car présence du saut par battement tendu.

4/ S'il y a 2 rotations dans l'enchaînement mais qu'il manque le pivot, on comptera les 2 rotations mais pénalité de 0.30 pour pivot manquant.

**LISTE DES DIFFICULTÉS
EN NATIONALE INDIVIDUEL 10-11 ANS ET AVENIR**

Lorsque les difficultés se trouvent dans une même case, il n'est possible de choisir qu'un seul de ces éléments dans chaque enchaînement. En grisé, les équilibres se faisant obligatoirement sur ½ pointe. Il est interdit de choisir un pivot et un équilibre de forme identique.

2 ROTATIONS OBLIGATOIRES DONT 1 PIVOT	Groupe 1 (Pivots 4 ^{ème} devant)					
	Groupe 2 (Pivots seconde)					
	Groupe 3 (pivots « derrière »)					
	Groupe 5 (autres rotations)					
2 ÉQUILIBRES OBLIGATOIRES	Groupe 1 (4 ^{ème} devant)					
	Groupe 2 (seconde)					
	Groupe 3 (derrière)					
	Groupe 4 (l, écart)					
		Les mains restent au sol = 0.10 (pied plat ou sur ½ pte)	Départ mains au sol = 0.30 (sur ½ pte)	Départ mains au sol = 0.40 (sur ½ pte)	Départ d'en haut = 0.40 (sur ½ pte)	Départ d'en haut = 0.50 (sur ½ pte)
Groupe 6 (autres équilibres)						
2 SAUTS OBLIGATOIRES DONT 1 PAR BATTEMENT TENDU (groupe 1 ou 2)	Groupe 1 (sauts droits par battement)	 = 0.10				
	Groupe 2 (manèges tendus devant)	 = 0.20				
	Groupe 3 (base biche)					
	Groupe 4 (base biche boucle)					



Les gymnastes Nationale B 10-11 ans qualifiées en région ou regroupement devront passer les tests physiques et morphologiques. Les gymnastes qualifiées en finale Nationale A 10-11 ans devront se présenter aux tests de la Ranking List (voir les tests sur la base documentaire du site Internet fédéral, rubrique Compétition).

NATIONALE INDIVIDUEL

Une liste nominative de gymnastes est établie en fonction du classement et du total point de la finale Fédérale 2018. Ces gymnastes doivent obligatoirement concourir en Nationale B ou C pour la saison 2018-2019 :

- Trophée Fédéral 10-11 ans : les 6 premières
- Trophée Fédéral 12-13 ans : les 6 premières
- Trophée Fédéral 14-15 ans : les 6 premières
- Trophée Fédéral 16-17 ans : les 6 premières
- Trophée Fédéral 18 ans et plus : les 6 premières

Les Nationales C accédant à la finale nationale doivent obligatoirement être engagées dans une catégorie supérieure l'année suivante.

NATIONALE A			
Catégorie d'âge	Programme : 2 enchainements	Note D	Note E
10-11 ans	ML MAS	Voir chapitre « spécificités 10-11 ans »	CODE FIG
12-13 ans	CER COR	CODE FIG JUNIOR	CODE FIG
14-15 ans	MAS RUB	CODE FIG JUNIOR	CODE FIG
16-17 ans	LIBRE COR	CODE FIG SENIOR	CODE FIG
18 ans et +	LIBRE RUB	CODE FIG SENIOR	CODE FIG

NATIONALE B			
Catégorie d'âge	Programme : 2 enchainements	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des DC non limitée. Min 3 Diffs dont 1 de chaque GC (sauf spécificité 10-11 ans) Le nombre de DC indiqué est le nombre Max validé Pas de danse : Min : 2 R- et DE : Min 1, pas de Max	Note E
10-11 ans	ML MAS	Voir chapitre « spécificité 10-11 ans » En finale : CODE FIG aménagé MAX D = 5.00 points	CODE FIG
12-13 ans	ML CER	CODE FIG aménagé MAX D = 5.00 points 6 difficultés corporelles à l'engin, 7 difficultés corporelles sur le ML	CODE FIG
14-15 ans	BAL COR	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 5.50 points	CODE FIG
16-17 ans	MAS CER	CODE FIG aménagé 7 difficultés corporelles, MAX D = 6.00 points	CODE FIG
18 ans et +	LIBRE MAS	CODE FIG aménagé 7 difficultés corporelles, MAX D = 6.00 points	CODE FIG



Le podium Nationale B doit monter en Nationale A. Pour les gymnastes classées de 4 à 10, possibilité de monter en Nationale A.

NATIONALE C			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchainement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés non limitée. Min 3 Diffs dont 1 de chaque GC (sauf spécificités 10-11 ans) Min : 2 pas de danse- 1R-1DE	Note E
10-11 ans	MAS	Voir chapitre « spécificités 10-11 ans » CODE FIG aménagé MAX D = 5.00 points	CODE FIG
12-13 ans	CER	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 5.00 points	CODE FIG
14-15 ans	RUB	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 5.50 points	CODE FIG
16-17 ans	CER	CODE FIG aménagé 7 difficultés corporelles, MAX D = 6.00 points	CODE FIG
18 ans et +	BAL	CODE FIG aménagé 7 difficultés corporelles, MAX D = 6.00 points	CODE FIG

LES PROGRAMMES ÉQUIPES ET ENSEMBLES



FÉDÉRAL

Les clubs classés dans les 5 premiers en Trophée Fédéral A et Trophée Fédéral B lors de la finale 2018 doivent obligatoirement présenter un ensemble dans le niveau supérieur la saison suivante, dans la catégorie d'âge équivalente ou supérieure. Cette règle est valable pour chaque ensemble classé dans les 5 premiers :

- De Trophée Fédéral B en Trophée Fédéral A ;
- De Trophée Fédéral A en Nationale Ensemble ou Nationale par Équipe.

Adaptation des Collaborations pour les catégories Ensembles Fédéraux A, B, C, et Trophées Régionaux

VALEUR			TYPE DE COLLABORATION Toutes les Collaborations suivantes peuvent être réalisées en sous-groupes
0,10	0,20	0,30	
Sans lancer d'engin			
C			Passage de l'engin ou de la gymnaste par-dessus, ou par-dessous ou à travers les mouvements de l'engin ou les partenaires.
Avec lancer ou transmission d'un engin ou plus			
	CC		Par lancer (petit, moyen ou grand) d'un ou plusieurs engins Transmission de(s) engin(s) aux partenaires par différentes techniques : roulements, rebonds, glissements...
Avec un lancer simultané, moyen ou grand, ou reprise d'un lancer moyen ou grand, de deux engins ou plus par la même gymnaste			
			Un minimum de 3 massues doit être lancé, ou 1 (ou 2 massues assemblées) plus un engin supplémentaire. L'action de lancer doit être faite par une gymnaste
			Pas valable quand 2 engins ou plus sont reliés ensemble, dans une position serrée. Si la reprise par une gymnaste est faite en très rapide succession (1 sec), c'est valable. Les 2 engins doivent arriver de 2 partenaires différentes, ou d'une partenaire et de soi-même.

Pour les CR et CRR, suivre les règles du code en vigueur.

RÉGIONALE ENSEMBLE

	RÉGIONALE ENSEMBLE	CONTENU
Catégories	10-11 ans 13 ans et moins 15 ans et moins 17 ans et moins TC	Le nombre de catégories peut être variable en fonction du nombre de gymnastes engagées. Interdit aux individuelles du niveau de pratique Fédéral.
Programme	Code FIG Aménagé 1 enchaînement de 3 à 8 gymnastes (à définir dans chaque région)	Engin au choix des régions. Difficultés corporelles à 0,10 autorisées (maximum 3) + éléments corporels. Nombre d'échanges inférieur aux TFB. Total point obligatoirement 1 pt en dessous du total de la finale fédérale TFB.
Jury	13 juges par jury	
Engagement	Au niveau du département	
Étapes	Département / Inter-département / Région <u>ou</u> Département / Région / Regroupement	
Qualification	Selon les quotas établis à chaque niveau compétitif	

RÉGIONALE DUO

	RÉGIONALE DUO	CONTENU
Catégories	<ul style="list-style-type: none"> - Moins de 13 ans - 13 ans et plus Possibilité de créer plus de catégories d'âges en fonction des engagés de chaque région <u>ou</u> regroupement	Autorisé aux gymnastes engagées en Fédérale Individuel.
Programme	Code FIG Aménagé 1 enchaînement de 2 gymnastes Pour les 13 ans et moins, Max D=4.50 pts Pour les TC, Max D = 5.00 points	Engin au choix des régions <u>ou</u> regroupement Difficultés corporelles à 0,10 + liste de difficultés autorisées en Fédérale Individuel. Moins de 13 ans : 3 DC - 2E. TC : 3 DC - 3E
Jury	13 juges par jury	
Engagement	Au niveau du département	
Étapes	Département / Inter-département / Région <u>ou</u> Département / Région / Regroupement	
Qualification	Selon les quotas établis à chaque niveau compétitif	

FÉDÉRALE ENSEMBLE

Le nombre de difficultés corporelles indiquées est un nombre de difficultés maximum présentées ; elles doivent être isolées et réalisées simultanément. Des DC supplémentaires peuvent être utilisées en revalorisation d'un ECH, à conditions qu'elles soient différentes des DC isolées. Toute réalisation d'une DC interdite (même par une gymnaste, en décor), sera pénalisée de 0,30 pts.

ENSEMBLE FÉDÉRALE A (durée 1'30 à 2')			
Ensemble de 4 à 5 gymnastes +0,20 pt pour la 5 ^{ème} gymnaste qui passe sur le praticable (+ 1 remplaçante, possibilité d'engager 6 gymnastes si 5 passent, 0.30 de pénalité si non respect de la règle)			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des difficultés limitée, 0,10 + liste de difficultés autorisées (1 de chaque GC). Min 1 pas de danse - Max 1 R.- Min 4 Coll	Note E
10-11 ans	CORDES	Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D= 5,00 pts	CODE FIG
13 ans et moins	BALLONS	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D = 5,50 pts	CODE FIG
15 ans et moins	CORDES/ BALLONS	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,00 pts	CODE FIG
17 ans et moins	RUBANS	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,50 pts	CODE FIG
Toutes catégories	CERCEAUX MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,50 pts	CODE FIG

ENSEMBLE FÉDÉRALE B (durée 1'15 à 1'45) Ensemble de 4 à 6 gymnastes (pas de remplaçante supplémentaire autorisée) + 0,20 pt par gymnaste supplémentaire sur le praticable au-dessus de 4 (possibilité d'engager 6 gymnastes si 5 passent ; 0,30 de pénalité si non-respect de la règle)			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés limitée, 0,10 (1 de chaque GC) Min 1 pas de danse - Min 4 Coll - R Interdits - 1 CR ou CRR autorisée (-0,30 pt si non-respect)	Note E
10-11 ans	CERCEAUX	Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D= 4,00 pts	CODE FIG
13 ans et moins	RUBANS (4m autorisé)	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D = 4,50 pts	CODE FIG
15 ans et moins	CERCEAUX/ BALLONS	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 5,00 pts	CODE FIG
17 ans et moins	BALLONS/ MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 5,50 pts	CODE FIG
Toutes Catégories	BALLONS	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 5,50 pts	CODE FIG



ENSEMBLE FÉDÉRALE C (durée 1'45 à 2')			
Il s'agit d'un programme combiné libre de 6 à 10 gymnastes avec plusieurs engins +0,20 pt par gymnaste supplémentaire sur le praticable au-dessus de 6			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés limitée, 0,10 (1 de chaque GC) Min 1 pas de danse - Min 4 Coll - R Interdits E : Nombre (dont 1 avec toutes les gyms) et Engins (1 Mixte) différents à chaque E. C : Nombre et Engins différents à chaque C (3 répétitions autorisées)	Note E
13 ans et moins	Multi engins COR CER BAL	Code FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 4.50 pts	CODE FIG
Toutes catégories	Multi engins CER BAL MAS RUB	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 4 échanges, MAX D = 5.50 pts	CODE FIG

Spécificités du programme Fédérale C :

Pas de remplaçante autorisée pour cette catégorie.

Une revalorisation de 0,20 point est attribuée (par les juges D1 D2) par gymnaste : 0.20 pour 7 gymnastes, 0.80 pour 10 gymnastes.

La chorégraphie doit mettre en évidence le développement d'un thème, d'une histoire.

La durée de l'enchaînement doit être comprise entre 1'45 et 2 min.

Les musiques avec paroles sont autorisées.

C'est une composition d'ensemble, il faut minimum 4 gymnastes sur le praticable. Pas de séquence complète au ML (sans engin sur le tapis), il est obligatoire que toutes les gymnastes aient un engin pour valider des difficultés, pas de danse, échanges. Le nombre d'engins sur le praticable doit être identique au nombre de gymnastes au début et à la fin (règle non respectée = -0,30 pt).

Pour les E et C, valeur du code FIG, revalorisation avec tous les critères du code FIG.

Pour les E, toutes les gymnastes présentes sur le praticable doivent obligatoirement y participer.

Si répétition du même nombre ou du même engin, l'échange n'est pas validé (pas de pénalité). 1 répétition autorisée en cas de 6 gymnastes.

Pour les C, si plus de 3 C avec le même nombre de gymnastes ou même engins, la C n'est pas validée (pas de pénalité).

Lors des collaborations toutes les gymnastes sur le praticable doivent y participer sauf lors des entrées et sorties de gymnastes.

Chaque engin (obligatoire) doit être utilisé de manière varié (tous les groupes techniques).



PERFORMANCE

NATIONALE PAR ÉQUIPE			
Équipe	Catégorie d'âge	Programme	Coefficient pour classement
Ensemble	À partir de 10 ans 2009	CODE FIG SENIOR 1 enchaînement	Coefficient 4
2 individuelles	À partir de 10 ans 2009	CODE FIG SENIOR 1 engin au choix pour chaque gymnaste	Coefficient 1

Les équipes qualifiées en 2019 en Nationale 1 et Nationale 2 :

NATIONALE 1	NATIONALE 2
SOCIÉTÉ MUNICIPALE ORLÉANS	UNION GYMNIQUE DU CANTON DES SOLLIÈS
UNION GYMNIQUE DU CANTON DES SOLLIÈS	AEB GYM CHAMBÉRY
GRENOBLE GYM	ASPTT NICE GR
STRASBOURG GRS	CLUB GYMNIQUE RILLIEUX
VARS LILLE MÉTROPOLÉ	ASS. SPORTIVE ET CULTURELLE BONSECOURS
GRS PARIS CENTRE	CALAIS GRS
UNION SPORTIVE DE CRÉTEIL	STRASBOURG GRS
ESPERANCE PFASTATT	LYON GR
AEB GYM CHAMBÉRY	AT GRS THIONVILLE
ASSOCIATION SPORTIVE BELFONTAINE	STADE LAURENTIN GRS
CORBAS GR	ISSY GRS
SCA 2000 EVRY	CLUB GYMNIQUE BONNEVEINE MARSEILLE



NATIONALE ENSEMBLE			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchainement	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des Difficultés non limitée (1 de chaque GC) Min 1 pas de danse - 4 Coll - Max 1 R	Note E
10-11 ans	BALLONS	Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,00 pts	CODE FIG
13 ans et moins	CORDES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 7,00 pts	CODE FIG
15 ans et moins	3 CERCEAUX/ 4 MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 4 échanges, MAX D = 7,50 pts	CODE FIG
17 ans et moins	MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 4 difficultés corporelles, 4 échanges, MAX D = 8,00 pts	CODE FIG
Toutes Catégories	3 CERCEAUX/ 2 BALLONS	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 4 difficultés corporelles, 4 échanges, MAX D = 8,00 pts	CODE FIG

NATIONALE DUO (durée 1'30 à 2')			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchainement	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des Difficultés non limitée (1 de chaque GC) Min 1 pas de danse - 4 Coll - Max 1 R	Note E
13 ans et moins	BAL/COR	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,00 pts	CODE FIG
Toutes Catégories	BAL/RUB	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 4 échanges, MAX D = 7.00 pts	CODE FIG



ÉLITE



INDIVIDUEL

Catégorie d'âge	Revue d'effectif 2018	Championnat de France Élite 2019	Notation
AVENIR (2009-2008)	/	En juin : ML Massues Cerceau	Code FIG Junior aménagé, Voir chapitre spécificités 10-11 ans
ESPOIR (2007)	ML Corde Cerceau	Corde Cerceau Ruban	Code FIG Junior
JUNIOR (2006-2005- 2004)	Corde Ballon Massues Ruban	Corde Ballon Massues Ruban	Code FIG Junior
SENIOR (2003 et avant)	Cerceau Ballon Massues Ruban	Cerceau Ballon Massues Ruban	Code FIG Senior

Avenir :

Même réglementation que pour Nationale A 10-11 ans.

Il y a un classement par année d'âge si le nombre est suffisant : Avenir 10 ans (1^{ère} année) et Avenir 11 ans (2^{ème} année).

Lors du Championnat de France Avenir, les gymnastes passent les tests de la Ranking List Avenir (téléchargeable sur la base documentaire fédérale).

La liste Avenir (niveau Élite) est donnée par la DTN suite au Championnat de France Nationale A et B 10-11 ans.

Les difficultés doivent être issues de la liste proposée par la DTN, avec les mêmes exigences que pour les Nationales A 10-11 ans.

Pour les engins : 6 difficultés, programme identique aux Nationales A 10-11 ans.

Pour le ML : 8 difficultés dont 2 au minimum de chaque groupe corporel.

Espoir :

Pour le ML : 9 difficultés.