

LETTRE FFGYM

AÉROBIC

2019-2020



ENSEMBLE,
CRÉONS LE MOUVEMENT.




GÉNÉRALITÉS

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS NATIONALES

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

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

DROITS D'ENGAGEMENT

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

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

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

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



CLASSEMENT DES CLUBS

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

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

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

DOCUMENTS

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

Les autres documents de référence à prendre en compte sont :

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

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

DATE LIMITE D'ENGAGEMENT

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

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

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

ORDRES DE PASSAGE – RÈGLES DE GESTION

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

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



INFORMATIONS SUR LE SITE INTERNET FÉDÉRAL

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

CONTENUS ACCESS GYM

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

IMPOSÉS

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

Fédérale B :

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

Fédérale A :

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

Nationale B :

- Nationale B 10-11 ans

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

FEUILLES DE JUGEMENT

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

DOCUMENTS POUR LES JUGES (ET ENTRAÎNEURS)

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

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

INFORMATIONS SUR LA FINALE NATIONALE

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

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



DÉROGATIONS

Toute demande de dérogation est à effectuer en envoyant un message à l'adresse cnsaer@ffgym.fr.

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

Les demandes suivantes peuvent être étudiées :

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

MONTÉE DE FILIÈRE OBLIGATOIRE

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

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

CIRCONSTANCES EXTRAORDINAIRES

Sont considérées comme des circonstances extraordinaires les cas suivants :

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

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

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

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

CHAMPIONNAT DE FRANCE ET TROPHÉE FÉDÉRAL

QUALIFICATIONS

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

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

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

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



ENTRAÎNEMENT PARQUET

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

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

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

PORTER / COLLABORATION / COMBINAISON

PORTER



FILIERE FÉDÉRALE A

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

Exemples de porters :



FILIERES NATIONALES ET ÉLITE



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

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

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

Élite : se reporter au Code de Pointage FIG.



COLLABORATION

La collaboration concerne les filières Nationales et Élite.

Une collaboration est reconnue dans les cas suivants :

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

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



COMBINAISON

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

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

Combinaison d'éléments de difficulté.

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

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

Combinaison d'élément acrobatique et de difficulté

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

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

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

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

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

PROGRAMMES COMPÉTITIFS



FILIÈRE FÉDÉRALE B

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



FILIÈRE FÉDÉRALE A

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

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

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



FILIÈRE NATIONALE HILO et STEP

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

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



FILIÈRE NATIONALE B

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

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

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

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



FILIÈRE NATIONALE A

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

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

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

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



ÉLITE



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

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

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

ÉLÉMENTS ACROBATIQUES ET ÉLÉMENTS INTERDITS

Éléments autorisés
Éléments interdits

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

ÉLÉMENTS INTERDITS

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

PRÉCISIONS SUR LES ÉLÉMENTS ACROBATIQUES :

Adaptation du code FIG pour les catégories fédérales et nationales.

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

Comptabilisation :

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

Exemple : départ au siège + souplesse arrière = transition.

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



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

Acrobaties reconnues non comptabilisées
3-Acro réceptionnée par le porteur
4-Acro en collaboration

Réalisation :

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

PROGRAMME DE DIFFICULTÉS 2020 - PRÉCISIONS CONCERNANT LA POMPE LATÉRALE :


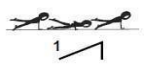



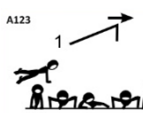

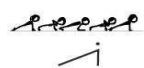

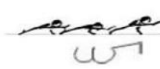
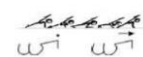

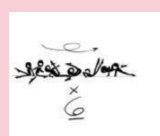
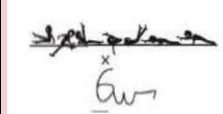
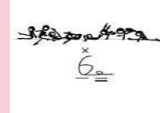
- Les gymnastes ont le choix de réaliser la pompe latérale avec pieds serrés ou écartés. Pour être reconnu, l'élément doit être réalisé de la même façon par tous les membres d'un trio ou d'un groupe.
- Dans le cas contraire,
 - L'élément recevra la valeur 0.0 pt en trio Nationale B et groupe Fédérale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

PROGRAMME DE DIFFICULTÉS 2020

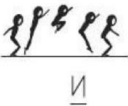
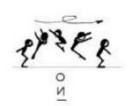

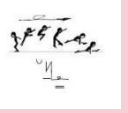

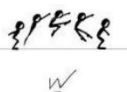

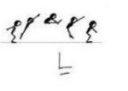


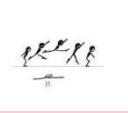
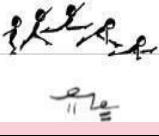



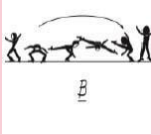


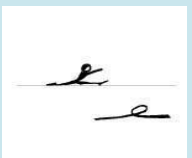
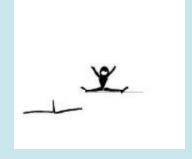
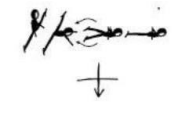







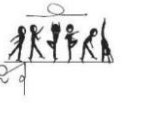


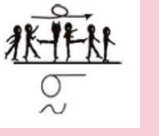
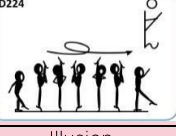
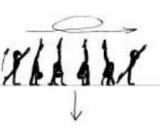

Filière Fédérale A et Filière Nationale B



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

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

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

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

| | | | | |
|------------------|------------------|--|--|--------------------|
| | | | | Illusion libre |
| 2 battements | 4 battements | | | |

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

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



FESTI AÉRO

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

Lieu : En alternance sur les 5 inter-régions

Edition 2019-2020 : 15-17 mai 2020

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

Compétition OPEN

Compétition sans sélection préalable

Public

FEDERAL B
FEDERAL A
PERFORMANCE B
PERFORMANCE A

Droits d'engagements

à définir

Jugement

chaque club amène un juge diplômé dans sa catégorie.

Palmarès

remise de récompenses sans titre décerné

Compétition par équipe

Classement selon résultats à la compétition OPEN

Public

FEDERAL B
FEDERAL A
PERFORMANCE B
PERFORMANCE A

Droits d'engagements

pas d'engagements supplémentaires à la compétition OPEN

Format d'une équipe

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

Palmarès

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

Colloques à thèmes

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

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

Inscription obligatoire

sur lien mini-site en amont de l'évènement

Droit d'entrée

Gratuit pour les compétiteurs et les entraîneurs engagés sur la compétition

Thèmes proposés

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

Rencontres USEP / UNSS

Rencontre le vendredi en amont la compétition

USEP

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

UNSS

Compétition en parallèle de la démonstration USEP le vendredi.

Droits d'engagements

à définir