

Brochure Technique

TUM

Saison 2022-2023



COMITÉ
RÉGIONAL
HAUTS-DE-FRANCE



COMMISSION RÉGIONALE

TUM/TRA

Membre du Comité Directeur en charge des disciplines

FAIT Jocelyne

06 14 44 89 92

a-g-p2@wanadoo.fr

Responsable Technique TUM

Mathilde LENSEL

06 03 52 36 63

mathilde.lensel@gmail.com

Membres élus de la commission technique TUM/TRA

(commission incomplète : 3 postes vacants)

Mathilde LENSEL

06 03 52 36 63

mathilde.lensel@gmail.com

FAIT Philippe

06 14 44 89 92

a-g-p2@wanadoo.fr

PIECHOWIAK Jérémy

06 78 98 84 74

jepiech@gmail.com

FOURNY Sébastien

06 43 83 54 48

sebfourny@orange.fr



SECTEUR COMPÉTITION

Responsable	Mathilde LENSEL
Type de compétition	<ul style="list-style-type: none">- Compétition individuelle régionale- Compétition par équipe
Programme	Cf ci-dessous

Actions	Date	Lieu	Droit d'engagement	Date limite d'engagement
Compétition individuelle	05/02/2023	HERMES	12 €	19/01/2023
Compétition individuelle	12/03/2023	FOURMIES	12 €	19/02/2023
Compétition par équipe	12/03/2023	FOURMIES	19 €	19/02/2023

La compétition se déroulera sur une piste gonflable de 15m ou 25m ou piste de Tumbling de 25 m sous réserve du club Organisateur.

Généralités

Organisation de la Finale Régionale Individuelle

1. Engagement des athlètes avant la date indiquée sur la 1^{ère} page en ligne sur le site de gestion des licences. Paiement directement au comité régional avant cette date.
2. L'ordre de passage se fera de la plus petite catégorie à la plus grande.
3. Le passage des athlètes sera fixé par tirage au sort, lors de la réception des engagements.

Organisation de la Finale Régionale Équipe

1. Engagement des athlètes avant la date indiquée en 1^{ère} page en ligne sur le site de gestion des licences. Paiement directement au comité régional avant cette date.
2. Le passage des équipes sera fixé par tirage au sort, lors de la réception des engagements.
3. L'ordre des athlètes au sein d'une équipe est à renseigner lors de l'engagement en ligne. Si pas possible, envoyer un mail à mathilde.lensel@gmail.com pour indiquer l'ordre de passage.
4. Chaque équipe est composée au maximum de 5 gymnastes masculins ou féminins, toutes catégories confondues.
5. Seules les 3 meilleures notes de chaque série donneront le total de l'équipe.

Programme de compétition individuelle

1. Stabilité : Uniquement en Régional C et D

- a. Réaliser un salto arrière groupé depuis la rondade ou la rondade flip et maîtriser la réception
 - i. Seule la réception finale sera évaluée sur 1 point par chaque juge à l'exécution.
 - ii. Formule de Notation : Moyenne des notes de juges à l'exécution – pénalités du JA

2. Acrobatie : Uniquement en Régional A et B

- i. 1 passage de 2 ou 3 éléments
- ii. Seul le dernier élément est évalué en difficulté avec application des pénalités d'exécution et de réception évaluées sur 2 points.
- iii. Formule de notation : Moyenne des notes de juges à l'exécution + Valeur de Difficulté – pénalités du JA

3. Mouvements 1 et 2

1. Formule de Notation :

Nombre de touches - Moyenne des pénalités d'exécution et de réception + Valeurs de difficulté de la série – pénalités du JA

Ex 1ère série: Rondade flip flip flip salto arrière groupé

- Nb de touches : 5
- pénalité exécution : 1.4 point
- Valeur de difficulté : 1.3 point
- Pénalité JA : 0,1
- Note finale : $5 - 1.4 + 1.3 - 0,1 = 4.8$ points

Ex 2ème série : Roue roue roue rondade salto arrière groupé

- Nb de touches : 5
- Pénalité exécution : 1.1 point
- Valeur de difficulté : 0.5 point, le salto arrière groupé ne compte pas car répétition avec la série précédente
- Pénalité J1 : 0
- Note finale : $5 - 1.1 + 0.5 - 0 = 4.4$ points

4. La présence de l'entraîneur sur le corps de série ou sur la dernière touche ainsi qu'une parade est autorisée.

Le Juge Arbitre décidera de la pénalité à appliquer par les juges à l'exécution, pénalité entre 0 et 1 point.

5. L'élément est considéré comme avant s'il part et ou arrive vers l'avant.

6. L'élément est considéré comme arrière s'il part et arrive vers l'arrière.

7. La rondade et le barani par exemple seront considérés comme des éléments mixtes.

8. A l'exception des éléments suivants : rondade, flip, tempo, vrille arrière, aucun autre élément ne peut être répété dans une même phase de compétition.

9. Tous les éléments doivent être des rotations aériennes avec ou sans rotation longitudinale ou costale au minimum de 360° avec ou sans passage sur les mains.

10. Tous les exercices doivent être ponctués par une rotation aérienne au minimum de 360°.

11. Pour l'élément de sortie, le passage entre 90° et 180° validera la position du corps qui donnera la valeur de l'élément. La position ayant la valeur la plus basse en double rotation sera pris en compte.

12. En cas d'ex aequo, le plus jeune gagne.

Catégories et exigences

Individuelles

	Nb d' éléments	Stabilité	Acrobatie	Mouvement 1	Mouvement 2
Régional D	3 à 4 sur les Mouvements 1 et 2	Salto arrière groupé depuis la rondade ou la rondade flip et maîtriser la réception		Composé d'éléments AVANT	Composé d'éléments ARRIERE
Régional C	5 à 8 sur les Mouvements 1 et 2	Salto arrière groupé depuis la rondade ou la rondade flip et maîtriser la réception		Composé d'éléments AVANT	Composé d'éléments ARRIERE
Régional B	9 à 12 sur les Mouvements 1 et 2		2 ou 3 éléments sur 1 passage	- Débuter par une rotation aérienne avant - 2 rotations aériennes dans la série	2 rotations aériennes dans la série
Régional A	13 à 16 sur les Mouvements 1 et 2		2 ou 3 éléments sur 1 passage	Série salto avec au moins 3 salti	- 3 rotations aériennes dans la série - Dernier élément avec au moins 180 °vrille

REMARQUE : saison 2022 – 2023 : la compétition peut se dérouler sur une piste gonflable de 25m ou une piste de tumbling de 25m.

Programme de compétition Équipes

1. Tous les éléments doivent être des rotations aériennes avec ou sans rotation longitudinale ou costale au minimum de 360° avec ou sans passage sur les mains.
2. Le 1^{er} mouvement sera une série composée que d'élément en avant.
3. Le 2^{ème} mouvement s'exécutera vers l'arrière.
4. Le 3^{ème} mouvement sera une série sans pose de main.
5. Il y aura arrêt d'exercice si le mouvement ne répond pas aux critères des points 2, 3, 4.
6. A l'exception des éléments suivants : rondade, flip, tempo, vrille arrière, aucun autre élément ne peut être répété dans une même phase de compétition.
7. Tous les exercices doivent être ponctués par une rotation aérienne au minimum de 360°.
8. Pour l'élément de sortie, le passage entre 90° et 180° validera la position du corps qui donnera la valeur de l'élément. La position ayant la valeur la plus basse en double rotation sera prise en compte.

Equipe

1 ^{er} Mouvement	2 ^{ème} Mouvement	3 ^{ème} Mouvement
Composé d'éléments AVANT	Composé d'éléments ARRIERE	Composé d'éléments SANS pose de mains

REMARQUE : saison 2022 – 2023 : la compétition peut se dérouler sur une piste gonflable de 25m ou une piste de tumbling de 25m.

En compétition par équipe ou individuelle, **la difficulté que l'athlète exécutera est à la vigilance de l'entraîneur.**

Un élément dangereusement exécuté, sera pénalisé comme arrêt d'exercice, et ne sera pas comptabilisé par le juge arbitre.

Nom de l'élément	Symbole	Valeur	Bonus		
			Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Eléments avants					
Roue	X	0,1	0,15	0,2	0,3
Rondade *	(0,1	0,15	0,2	0,3
Saut de mains Jambes décalées	S	0,3	0,45	0,6	0,9
Saut de mains 2 pieds	Sd	0,3	0,45	0,6	0,9
Flic flac avant	.f	0,3	0,45	0,6	0,9
Salto avant groupé	.-o	0,6	0,9	1,2	1,8
Salto avant carpé	.-<	0,7	1,05	1,4	2,1
Salto avant tendu	.-/	0,7	1,05	1,4	2,1
Barani *	.1	1,1	1,65	2,2	3,3
Vrille avant	.2	1,3	1,95	2,6	3,9
Rudy *	.3	1,5	2,25	3,0	4,5
Eléments de liaison					
Flic flac	f	0,3	0,45	0,6	0,9
Tempo	^	0,4	0,6	0,8	1,2
Eléments simples arrière					
Salto arrière groupé	-o	0,5	0,75	1	1,5
Salto arrière carpé	-<	0,6	0,9	1,2	1,8
Salto arrière tendu	-/	0,6	0,9	1,2	1,8
Twist *, ½ vrille tendue *	1	1	1,5	2,0	3,0
Vrille	2	1,2	1,8	2,4	3,6
Vrille 1/2 *	3	1,4	2,1	2,8	4,2
Double vrille	4	1,6	2,4	3,2	4,8
Double rotations					
Double arrière groupé	--o	2,6	3,9	5,2	7,8
Double arrière carpé	--<	2,8	4,2	5,6	8,4
Double arrière tendu	--/	3,0	4,5	6,0	9,0
Double rotations avec vrille					
Back in full out groupé	-2o	3,0	4,5	6,0	9,0
Full in back out groupé	2-o	3,0	4,5	6,0	9,0
Full in full out groupé	22o	3,8	5,7	7,6	11,4

* Elément mixte

BONUS : les bonus ne sont pas cumulatifs

Niveau 1	La valeur des éléments augmente de la moitié de sa valeur après une vrille 360° de salto + 360° de vrille.
Niveau 2	La valeur des éléments est doublée après une double rotation 2 x 360° de salto ou de vrille
Niveau 3	La valeur des éléments est triplée après une triple rotation 3 x 360° de salto ou de vrille (triple salto ou triple vrille) ou 360° de salto et de vrille (full in back out).

Sélective FEDERALE

06/03/2022

Responsable	Mathilde LENSEL
Type de compétition	Sélective pour le Trophée Fédéral
Programme	Cf le document fédéral

Actions	Date	Lieu	Droit d'engagement	Date limite d'engagement
Sélective FIR	12/03/2022	FOURMIES	20 €	19/02/2023

Organisation de la Sélective FEDERALE

1. Engagement des athlètes avant la date indiquée précédemment en ligne sur le site de gestion des licences. Paiement directement à la région avant cette date.
2. Le programme est celui indiqué dans le règlement technique TR-TU de l'année en cours.