Brochure Technique

TUM

Saison 2023-2024

FÉDÉRATION FRANÇAISE GYM

COMITÉ RÉGIONAL HAUTS-DE-FRANCE

Version DEFINITIVE

COMMISSION RÉGIONALE

TUM

Responsable Technique TUM

Mathilde LENSEL 06 03 52 36 63 mathilde.lensel@gmail.com

SECTEUR COMPÉTITION

I - Compétition Régionale

Responsable	Mathilde LENSEL
Type de compétition	- Compétition régionale individuelle - Compétition régionale par équipe
Programme	Cf ci-dessous

Actions	Date	Lieu	Droit d'engagement	Date limite d'engagement
Compétition individuelle	18/02/2024	Grande Synthe	13 €	21/01/2024
Compétition par équipe	18/02/2024	Grande Synthe	20 €	21/01/2024

La compétition se déroulera sur

- une piste gonflable de 15m ou 25m
- ou piste de Tumbling de 25 m

sous réserve du club Organisateur.

Un mail confirmant le matériel sera envoyé aux clubs dès que le club organisateur sera validé.

1.1 - Généralités

1.1.1 - Organisation de la Finale Régionale Individuelle

1. Engagement des athlètes avant la date indiquée sur la 1ère 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.

1.1.2 - Organisation de la Finale Régionale Équipe

1. Engagement des athlètes avant la date indiquée en 1ère 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.

NOUVEAUTE SAISON 2023 – 2024 : Equipe mixte

4. Les équipes sont mixtes.
   - Equipe mixte 9 – 14 ans
   - Equipe mixte 9 ans et +

5. Chaque équipe est composée au maximum de 5 gymnastes masculins ou féminins.

6. Seules les 3 meilleures notes de chaque série donneront le total de l'équipe.

1.2 - 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'entraineur 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.

13. Une série de tumbling doit comporter au maximum 8 éléments.

Catégories et exigences

	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

1.3 - 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 1er mouvement sera une série composée que d'élément en avant.

3. Le 2ème mouvement s'exécutera vers l'arrière.

4. Le 3ème 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.

9. Une série de tumbling doit comporter au maximum 8 éléments.

Exigences

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

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.

1.3 - DIFFICULTES : SYMBOLES et VALEURS et BONUS

Nom de l'élément	Symbole	**Valeur**		Bonus Niveau 1	Bonus Niveau 2	Bonus 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 (ex : triple salto ou triple vrille) • ou 2 x 360° de salto et 360 °de vrille (ex : full in back out).

II - Sélective FEDERAL

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	18/02/2024	Grande Synthe	20 €	21/01/2023

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.

SECTEUR STAGE GYMNATES

Stage Tous niveaux

- Date : 16 ou 17 décembre 2023. A définir avec les engagés.
- Lieu : Arques.
- Niveaux : Tous niveaux
- Experts : intervention de 2 experts (membres ETR).
- Tarifs :
  Coûts pédagogiques pris en charge par le Comité régional.
  Déplacement à la charge du club.
  Prévoir le repas du midi (micro-onde disponible sur place)