


PRATIQUE COMPETITIVE - FILIERE "REGIONALE INDIVIDUELLE"

FILIERE	AGE/ENGINS	CONTENU note D : Max 3 BD dont 1 de chaque groupe corporel BD à 0,10 max / 2 ondes obligatoires / 2 R autorisées max seulement avec les rotations verticales (R aménagé à 0,1 autorisé) / <u>5 DA max / 1 GFS et 1 GF de chaque obligatoire</u>	ACCES	PROGRAMMES	ETAPES
REGIONALE INDIVIDUELLE	10-11 ans / CERCEAUX	CODE FIG aménage 3 BD + éléments corporels - MAX = 4 points	programme pour les gymnastes de niveau ENSEMBLE FEDERAL B / C et REGIONALE ENSEMBLE	enchaînement LIBRE de 1' à 1'30 paroles autorisées	Département Inter département Région
	12-13 ans / MASSUES	CODE FIG aménage 3 BD + éléments corporels - MAX = 4 points			
	14-15 ans / BALLON	CODE FIG aménage 3 BD + éléments corporels - MAX = 4 points			
	16-17 ans / RUBAN	CODE FIG aménage 3 BD + éléments corporels - MAX = 5 points			
	18 ans et plus / BALLON	CODE FIG aménage 3 BD + éléments corporels - MAX = 5 points			
<p>R aménagé (max 1), 1 seule rotation verticale sous le vol de l'engin, crièteres au lancé et/ou au rattrapé sont pris en compte = R aménagé 0,10 + critères - pour toutes les catégories ⚠ d'âges</p>			<p>GNSF = Groupe Fondamental Spécificique/ GF = Groupe Fondamental</p>		

PRATIQUE COMPETITIVE - FILIERE "REGIONALE ENSEMBLE ET DUO"

FILIERE	AGE/ENGINS	CONTENU	ACCES	PROGRAMMES	ETAPES
		note D : Max 3 BD dont 1 de chaque groupe corporel BD à 0,10 max / 1 onde obligatoire / min 1 Collaboration de chaque type obligatoires mini 6 et max 9 / pas de R, pas de combi de collab / <u>CR autorisée avec rotations verticales uniquement</u>			
REGIONALE ENSEMBLE	10-11 ans / BALLONS	CODE FIG aménagement 3 BD max, 1 DE - MAX = 4 points	programme pour les gymnastes de niveau REGIONALE INDIVIDUELLE	ENSEMBLE de 3 à 8 gyms enchaînement LIBRE de 1'15 à 1'45 (paroles autorisées)	Département Inter département Région
	13 ans et moins / CERCEAUX	CODE FIG aménagement 3 BD max, 1 DE - MAX = 4 points			
	15 ans et moins / MASSUES / CERCEAUX	CODE FIG aménagement 3 BD max, 2 DE - MAX = 5 points			
	TC / RUBAN + LIBRE (parmi les 4 autres engins, soit tous sauf RUBAN)	CODE FIG aménagement 3 BD max, 2 DE - MAX = 5 points			
FILIERE	AGE/ENGINS	CONTENU	ACCES	PROGRAMMES	ETAPES
		note D : Max 3 BD dont 1 de chaque groupe corporel BD à 0,10 max / 1 onde obligatoire / min 1 Collaborations de chaque type obligatoires mini 9 et 12 max / pas de R, pas de combi collab / <u>CR autorisée avec rotations verticales uniquement</u>			
REGIONALE DUO	13 ans et moins / CORDES	CODE FIG aménagement 3 BD max, 1 DE - MAX = 4 points	programme pour les gymnastes de niveau REGIONALE INDIVIDUELLE	DUO de 2 gyms (1 remplaçant(e) possible) enchaînement LIBRE de 1'15 à 1'45 paroles autorisées	Département Inter département Région
	TC / RUBAN + LIBRE (parmi les 5 engins)	CODE FIG aménagement 3 BD max, 2 DE - MAX = 5 points	Catégorie 13 ans et moins = MAX 1 DUO par Club et Catégorie TC = MAX 2 DUOS par Club		

PRATIQUE COMPETITIVE - FILIERE "7/9 ANS INDIVIDUELLE"

FILIERE	AGE/ENGINS	CONTENU	ACCES	PROGRAMMES	ETAPES
NATIONALE 7-9 ans	7-9 ans ML	Programme décliné du programme individuel Nationale 10-11 ans ; les règles sont identiques. Réf CODE FIG JUNIOR Classement par année d'âge. <i>Rappel : les notes obtenues dans cette catégorie peuvent compter dans le total point de la CF4</i> 6 BD comptabilisées dont 1 combinaison possible (non obligatoires) Exigences : - 2 sauts dont 1 minimum par battement tendu (appel un pied) - 2 rotations dont 1 pivot minimum (sur un pied et sur ½ pointe) - 2 équilibres - 2 R « ML » maximum comptabilisées : séries de 3 rotations avec critères additionnels, + 0.10 pour changement d'axe et/ou de niveau, + 0.20 pour série de 3 pré accro identiques ou 3 tours plongés. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison).	Avoir obtenu PASS CF3 ou CF4 ou suivre le programme CF3 ou CF4 en parallèle	Enchaînement LIBRE de 1'15 à 1'30 (paroles autorisées)	Département Inter département Région
	7-9 ans CERCEAU	4 BD comptabilisées dont 1 combinaison possible (non obligatoire) Exigences : - 1 saut par battement tendu (appel 1 pied) - 1 pivot (sur un pied et sur ½ pointe) - 1 équilibre - 1 R minimum. Un seul « R aménagé » autorisé (1 max), c'est-à-dire avec 1 rotation sous l'envol de l'engin (valeur 0.10) ;possibilité de mettre les autres critères additionnels au lancé et/ou au rattrapé pour augmenter la R. (R aménagé = 0,10 + critères) 			

PRATIQUE COMPETITIVE - FILIERE "7/9 ANS ENSEMBLES"

FILIERE	AGE/ENGINS	CONTENU	ACCES	PROGRAMMES	ETAPES
ENS REGIONAL 7-9 ans	7-9 ans / CERCEAUX	CONTRAT : Max 3 BD dont 1 de chaque groupe corporel et 1 DE CONDITIONS : BD à 0,10 max / 1 onde obligatoire / min 1 Collaboration de chaque type obligatoires max 10 / pas de R / CR autorisée avec rotations verticales uniquement / 1 GFS de chaque présenté ⚠	Etre engagée en CF2 minimum	ENSEMBLE de 3 à 8 gymnastes enchaînement LIBRE de 1'15 à 1'45 paroles autorisées	Département Inter département Région
DUO REGIONAL 7-9 ans				Enchaînement LIBRE de 1'15 à 1'45 (paroles autorisées)	
ENS NATIONALE 7- 9 ans	7-9 ans / BALLONS	CONTRAT : Max 3 BD dont 1 de chaque groupe corporel, 2 DE + 1 DB ou DE au choix CONDITIONS : BD non limitées / 1 combi max autorisée (non obligatoire)/ 2 ondes obligatoires / 2 Collaborations de chaque type obligatoires mini 6 et max 12 / max 1 R / 1 GFS de chaque présenté ⚠	Etre engagée en CF2 minimum. Ce niveau est décliné de la catégorie Nationale Ensemble 10-11 ans	ENSEMBLE de 4 à 5 gymnastes enchaînement LIBRE de 1'45 à 2'00 paroles autorisées	
DUO NATIONALE 7-9 ans				Enchaînement LIBRE de 1'45 à 2'00 (paroles autorisées)	