



Brochure Technique 2011/2012



Volker Minkus

Gymnastique
Gymnastique

Aérobic
Aérobic



JUGES

FORMATION NIVEAUX 1 ET 2

La Fédération Française de Gymnastique organise une session d'examen niveaux 1 et 2 ouverte à tous. Afin de préparer au mieux ces examens, le Comité Régional PACA organise un week-end de formation de juges.

Rappel : Engagement obligatoire d'un juge breveté par équipe (application de la réglementation FFG)

- **Candidature** :
 - 1 Avoir 15 ans dans l'année de l'examen
 - 2 Etre licencié FFGym 2011-2012
- **Inscription en ligne** : **www.ffgympaca.com** puis envoi des documents suivants **avant le 1^{er} Octobre 2011** au Comité Régional PACA à Toulon – Secteur Jugement :
 - 1 Fiche de candidature (**voir chapitre « GENERALITES »**)
 - 2 Chèque de **30 €** à l'ordre du Comité Régional PACA (inscription à la formation)
 - 3 Autorisation parentale pour les mineurs (**voir chapitre « GENERALITES »**)
- **Formation** : **Les 22 et 23 Octobre 2011** lieu à déterminer
- **Examen** : **Les 10 et 11 Décembre 2011** à Aix les Bains (cf Inscription Brochure de Zone)
- **Autres renseignements utiles** : Licence FFGym 2012, Carnet de Juge, Brochure Technique, sont à fournir à chaque action (formation, examen), référence Brochure technique de Zone + site pour d'autres renseignements

FORMATION CONTINUE NIVEAUX 1 ET 2

Le Comité Régional PACA organise une formation continue pour les juges diplômés niveaux 1 et 2.

Les juges n'ayant pas suivi cette formation ne pourront juger sur les compétitions régionales.

Rappel : Engagement obligatoire d'un juge breveté par équipe (application de la réglementation FFG)

- **Inscription en ligne** : **www.ffgympaca.com** puis envoi des documents suivants **avant le 1^{er} Octobre 2011** au Comité Régional PACA à Toulon – Secteur Jugement :
 - 1 Fiche de candidature (**voir chapitre « GENERALITES »**)
 - 2 Chèque de **10 €** à l'ordre du Comité Régional PACA (Inscription à la formation)
 - 3 Autorisation parentale pour les mineurs (**voir chapitre « GENERALITES »**)
- **Formation** : **Les 22 et 23 Octobre 2011** lieu à déterminer
- **Autres renseignements utiles** : Licence FFGym 2012, Carnet de Juge, Brochure Technique, sont à fournir à chaque action (formation, examen), référence Brochure technique de Zone + site pour d'autres renseignements



COMPETITIONS

GENERALITES

Pour participer au **Championnat Régional du 18 Février 2012**, il y a deux procédures à suivre :

- La fiche d'engagement **en ligne : www.ffgypaca.com**
 - Inscrire le nombre d'équipes et/ou d'individuels que vous engagez sur la saison 2011-2012 et envoyer au Comité Régional PACA à Marseille **avant le 5 Janvier**
Les Basics / les Challenges / les Fédéraux / les Nationaux B / les Nationaux A
(tableau synoptique)
- La fiche d'inscription **en ligne : www.ffgypaca.com**
 - Inscrire les noms des gymnastes (renseignements obligatoires), à envoyer **avant le 27 janvier** au Comité Régional PACA à Marseille

Toute équipe ou individuel non inscrit aux dates ci-dessus ne pourra concourir.

Pour chaque compétition, tous les clubs PACA de Gym Aérobie pourront consulter sur le site du Comité Régional :

- ✓ 15 jours avant la compétition régionale, le dossier (comprenant l'organigramme, les jurys, les hôtels, la restauration, le plan, ...)

Les compétitions régionales sont placées sous l'autorité de l'équipe Technique PACA.

La brochure technique fédérale fait référence pour les règlements compétitifs généraux, les règles d'ordre vestimentaire, discipline, ...

Forfait

Les FORFAITS sont à déclarer 10 jours maximum avant la compétition.

Passé ce délai, les droits d'engagements seront dus, excepté pour raison médicale (joindre un certificat)

REGLEMENTATION FEDERALE

Attention : L'engagement officiel doit se faire directement auprès de la Fédération Française de Gymnastique (voir Brochure Technique Fédérale Aérobie) **impérativement avant le 5 janvier** ainsi qu'à la Zone SUD-EST. L'engagement régional est une précaution, les délégués régionaux pourront ainsi vérifier si votre inscription est effective.

JURY DE COMPETITION

Les juges sont désignés par la responsable régionale en fonction des compétences.

Tenue : La tenue conforme est obligatoire, veste et jupe bleue marine, chemisier blanc, dans le cas contraire, le juge ne pourra officier.

Absence de juge : Une amende de **150 €** est à régler avant l'entrée en compétition de l'équipe concernée, sinon celle-ci n'est pas classée.



JE SUIS ENTRAINEUR

Réglementation sur les tenues vestimentaires et devoirs de l'entraîneur (décisions prises lors du Comité Directeur du 02/10/2009 : la réglementation Fédérale sera appliquée de manière stricte).

↳ TENUES VESTIMENTAIRES SUR LES PLATEAUX DE COMPETITION:

✦ Bas de survêtement + Tee-shirt ou veste de survêtement à l'effigie du club (obligatoire) et chaussures de sport (basket).

Une pénalité de 1 point sera appliquée sur le total de l'équipe pour les compétitions par équipe et sur le total individuel de la gymnaste pour les compétitions individuelles.

✦ Tout accessoire : téléphone portable, lunettes de soleil, etc. sont interdits et y subiront la même pénalité pour les entraîneurs.

Une pénalité de 1 point sera appliquée sur le total de l'équipe pour les compétitions par équipe et sur le total individuel de la gymnaste pour les compétitions individuelles.

(Référence Règlement Technique FFG)

↳ LICENCE:

Je me dois de vérifier que mes gymnastes sont en possession de leur licence et d'une pièce d'identité.



L'ANIMATION

PROGRAMME DEVELOPPEMENT A FINALITE DE ZONE

LES BASICS (changement 2011)

Aérobic / Hi-Lo / Step

Ce sont des enchaînements imposés, composés des pas de base de l'aérobic traditionnelle.
(cf brochure nationale)

L'intégralité des enchaînements sont présentés sur le DVD vidéo des "Programmes Imposés Aérobic 2011-2012" et détaillés dans la Brochure des Programmes Aérobic disponibles auprès de

France Promo Gym - BP 310
73103 Aix les Bains

Au niveau de la région, la compétition se déroulera le **18 Février** en même temps que le championnat régional.

Règlementation : 1 athlète ne peut présenter au maximum que 2 mouvements différents dans les 3 proposés.
Pour les poussins, le basic step est interdit.

Tenue : Pour le basic aérobic, le port des chaussures d'aérobic type running ou fitness est **INTERDIT**, il est remplacé par le port **OBLIGATOIRE de chaussons blancs type gymnique ou chaussures souples « type Venturelli »**, avec chaussettes blanches.

Tenue libre en respectant une allure sportive, proche du corps

Pour les filles Justaucorps ou
Brassières longues ou courtes + cycliste ou de pantalons fitness
Collant chair non obligatoire

Pour les garçons Combi short ou
T-shirt près du corps ou Léotard + cycliste ou short

05	04	03	02	01	00	99	98	97	96	95	94	93 et avant	Cat	Sexe	Programmes	Tps	Fin
Poussins													Groupe de 4 à 8	F M	Aérobic Hi-Lo	1'10 "	ZONE
			BMC							Aérobic Hi-Lo Step							
						CJS											

PROGRAMME DEVELOPPEMENT A FINALITE NATIONALE

LES CHALLENGES (*changement 2011*)

Aérobic / Hi-Lo / Step

De 5 à 10 athlètes

Ce sont des enchaînements **libres**, composés des pas de base de l'aérobic traditionnelle

Règlementation : (*cf brochure nationale*)

02	01	00	99	98	97	96	95	94	93 et avant	Age	Sexe	Programmes	Tps	
CHALLENGE AEROBIC BMC										Moy inf ou = à 13 ans	MIXTE	Imposé sur musique imposée	1'15''	
				CHALLENGE AEROBIC CJS						Moy inf ou = à 17 ans		Libre	1'30''	
								CHALLENGE AEROBIC PASSION		Libre				
CHALLENGE STEP BMC										Moy inf ou = à 13 ans			Imposé sur musique imposée	1'20
				CHALLENGE STEP CJS									Libre	1'30
CHALLENGE HI-LO BMC										Moy inf ou = à 13 ans			Imposé sur musique imposée	1'20
				CHALLENGE HI-LO CJS									Libre	1'30

LES FEDERAUX

Règlementation : *(cf brochure nationale)*

02	01	00	99	98	97	96	95	94	93 et avant	Catégorie	Programmes	Tps			
BENJAMIN		CADET								Solo F et H	Mouvement <u>imposé</u> sur musique imposée	1'05			
										Trio mixte					
		ESPOIR								Solo F et H	Mouvement <u>libre</u> sur musique imposée	1'05			
										Duo / Trio mixte					
										Groupe de 5 à 6					
					JUNIOR					Solo F et H	Libre	1'30			
										SENIOR			Solo F et H		
					JUNIOR / SENIOR								Duo / Trio mixte		

LES NATIONAUX B

Gymnastes de clubs

Règlementation : *(cf brochure nationale)*

02	01	00	99	98	97	96	95	94	93 et avant	Catégorie	Programmes	Tps
										Solo F et H	PROGRAMMES FIG	1'15"
										Trio mixte		
		NATIONAL B Espoir								Solo F		
										Solo H		
										Duo Mixte Trio		
										Groupe (5-6)		
				NATIONAL B Junior						Solo F		1'30"
										NATIONAL B Junior		
				NATIONAL B Junior / Senior					Solo H			
				Duo Mixte Trio Mixte Groupe (6)								



Fiche d'Engagement Nominative Fédéraux - Nationaux

Fiche d'inscription à retourner avant le :

5 janvier

Au Comité Régional PACA
12 rue Raphaël – 13 008 MARSEILLE
Fax : 04.91.77.14.89

CODE INFORMATIQUE

N° Comité N° Département N° Association

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Nom de l'association

Ville

Correspondant

Adresse

Nom

Prénom

Code Postal

Ville

Téléphone

Fax

E-mail

NOM (En MAJUSCULE)		Prénom	Sexe (F ou M)	Date de Naissance	N° de Licence	FED	NAT B	NAT A	CATEGORIE	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										



Fiche SACEM

Fiche d'inscription à retourner avant le :

Au Comité Régional PACA

12 rue Raphaël – 13 008 MARSEILLE

Fax : 04.91.77.14.89

CODE INFORMATIQUE

N° Comité

N° Département

N° Association

--	--	--	--	--	--	--	--

Nom de l'association

Ville

Correspondant

Adresse

.....	
Nom	Prénom
.....	

Code Postal

Ville

Téléphone

Fax

E-mail

.....
-------	-------	-------

CATEGORIE

NOM, PRENOM

UNE FICHE PAR ATHLETE OU FORMATION

Durée de la musique(de la 1^{re} note à la dernière note).

	Titre des morceaux choisis	Auteurs / Interprètes	Maison d'Édition
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			