

Brochure Technique

2016/2017



Gymnastique

Gymnastique

Aérobic

Aérobic

FORMATION DE GYMNASTES

Cette saison, le Comité Régional met en place 3 regroupements de détection :

- **Dimanche 6 Novembre 2016** au CREPS d'Aix en Provence

Ce regroupement s'adresse à tous les pratiquants Aérobic de l'animation à la performance à partir de la catégorie Benjamine

- **Dimanche 15 Janvier 2017** au CREPS d'Aix en Provence
- **Samedi 22 Avril 2017** à Gap

Ces 2 regroupements s'adressent aux gymnastes détectés lors du 1^{er} regroupement

L'objectif de ces actions est de perfectionner leurs enchaînements, l'apprentissage de nouvelles difficultés et échanger entre les clubs les différents savoirs.

FORMATION DE JUGES

Cette année, il n'y aura pas de formation de juges niveaux 1 et 2.

RECYCLAGE OBLIGATOIRE POUR TOUS LES JUGES

Le recyclage est obligatoire pour pouvoir continuer à juger, il se déroulera sur le week end du 19 et 20 novembre 2016 à St Vallier (**horaires et lieu sur le site de la zone**).

Cela concerne tous les juges niveaux 1 / 2 / 3 ainsi que les juges niveau 4 qui souhaiteraient faire une pré formation avant le recyclage de janvier 2017 (7 et 8 à Paris)

COMPETITIONS

GENERALITES

Le Championnat Régional du Dimanche 12 Février 2017 se déroulera à Menton.

Les engagements sont à réaliser via l'interface EngaGym à partir du site www.ffgym.fr en respectant les dates de forclusion :

- ❑ Pour les engagements généraux **avant le 6 Janvier 2017**
 - ❑ Pour les engagements nominatifs **avant le 15 Janvier 2017**

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

Obligation de participer à un championnat départemental pour y accéder.

Pour chaque compétition, tous les clubs PACA en Gym Aérobic 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, ...

Le contrôle des licences n'est pas obligatoire mais possible sur chaque compétition, à l'initiative des responsables. Les participants devront donc être en possession de leur licence pour toutes les compétitions. Pour les compétitions par équipes/ensembles/formations, une vérification de la composition de celles-ci sera réalisée avant l'entrée sur le plateau de compétition, en complément du contrôle de licences.

Information

Trophée Fédéral, National Hilo/Step, National B: AUCUNE modification n'est tolérée entre la qualification de zone et la finale nationale

En Nat B et Nat A: possibilité d'engager un(e) remplaçant(e), 4 en trio et 7 en groupe.

Un gymnaste peut participer dans la même journée ou le même week-end, à 2 compétitions dans 2 disciplines différentes mais les plannings ne seront pas modifiés pour autant.
(cf Règlement Technique FFG)

RAPPEL

Les FORFAITS sont à déclarer via l'interface EngaGym à partir du site www.ffgym.fr en respectant les dates de forclusion : 10 jours maximum avant la compétition, passé ce délai, les droits d'engagements seront dus, excepté pour raison médicale (joindre un certificat)

MUSIQUE :

Pour toutes les compétitions, les musiques des enchaînements devront être transmises via l'interface DJGym à partir du site www.ffgym.fr au format « mp3 ».

Nous vous demanderons tout de même d'emmener une clé USB avec toutes les musiques de vos gymnastes.

NIVEAU FEDERAL

80 **TROPHEE INTER REGIONAL - Finalité Zone**

D'Jumpy / Aérobic / Hi-Lo / Step

Les enchaînements Basic D'Jumpy, Aérobic, Hilo et Step sont présentés sur le DVD vidéo des "Programmes Imposés Aérobic 2014-2015" et sur la chaîne I-Gym Technic accessible à partir de l'espace licencié du site ffgym.com.

Routines imposées : 7-9 ans: D'Jumpy : 2 routines au choix

D'Jumpy avancé: 1 routine solo pour gymnastes nés en 2008

10-14 ans & 12 ans et + : 6 routines au choix

Règlementation : Chaque groupe présente 2 enchaînements identiques ou différents selon les pratiques proposées ci-dessous dans les catégories d'âge suivantes:
Le classement final est donné par l'addition des notes obtenues après les 2 passages.

Tenue : Tenue libre en respectant une allure sportive, proche du corps

Port **OBLIGATOIRE** de chaussons blancs type gymnique ou chaussures souples « type Venturelli », ou pieds nus avec ou sans chaussettes blanches.

10	09	08	07	06	05	04	03	02	01	00	99 et avant	Catégorie	Programme imposé	Temps
		9 ans										Solo	D'Jumpy avancé	
	7-9 ans											Groupe Mixte 5 à 8	D'Jumpy	imposé
			10-14 ans										Aérobic Hi-Lo Step	
							12 ans et +							

30 TROPHEE FEDERAL - Finalité Nationale

Aérobic / Hi-Lo / Aéro-Step

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

2 catégories d'âge : - 10-14 ans
- 12 ans et +

NIVEAU PERFORMANCE

∞ **NATIONAL B** : Règlementation (*cf brochure nationale*)

07	06	05	04	03	02	01	00	99 et avant	Catégorie	Programmes	Temps	Finalité	
10-11 ans									SF / SH	Imposé		ZONE (Nationale pour les SOLO classés 1er de chaque zone)	
	12-14 ans									Libre	1'15 +/- 5		
	15 ans et +												
10-11 ans									Trio Groupe (5 ou 6)	Imposé		NATIONAL	
	12-14 ans									Libre	1'15 +/- 5		
	12 ans et +									Libre	1'15 +/- 5		
	12 ans et +						HILO STEP		Groupe (5 à 8)				

∞ **NATIONAL A** : Règlementation (*cf brochure nationale*)

07	06	05	04	03	02	01	00	99 et avant	Catégorie	Programmes	Temps	Finalité		
10-11 ans									SF Trio Groupe (5 ou 6) SF Trio Groupe (5 ou 6) SF	S F Trio	1'15 +/- 5	NATIONAL		
10-14 ans										SH				
10-14 ans										Groupe (5 ou 6)				
	12-14 ans									S F Trio Groupe (5 ou 6)				
				15-17 ans		18 ans et +				SH	1'20 +/- 5			
							15 ans et +			Trio Groupe (5 ou 6)				
	12 ans et +						HILO STEP		Groupe (5 à 8)		1'15 +/- 5			

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 €** sera à régler avant l'entrée en compétition de l'équipe concernée, sinon celle-ci ne sera pas classée.

JE SUIS ENTRAINEUR

LICENCE:

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