

# 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 Aérobie 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<sup>er</sup> 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](http://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 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, ...

**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](http://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](http://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

### ∞ TROPHEE INTER REGIONAL - Finalité Zone

#### D'Jumpy / Aérobie / Hi-Lo / Step

Les enchaînements Basic D'Jumpy, Aérobie, Hilo et Step sont présentés sur le DVD vidéo des "Programmes Imposés Aérobie 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	imposé
		7-9 ans										Groupe Mixte 5 à 8	D'Jumpy	
					10-14 ans								Aérobie Hi-Lo Step	
											12 ans et +			

### ∞ TROPHEE FEDERAL - Finalité Nationale

#### Aérobie / Hi-Lo / Aéro-Step

Ce sont des enchaînements **imposés** ou **libres**, composés de pas de base de l'aérobie traditionnelle.

Règlementation (cf : **brochure nationale**)

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

07	06	05	04	03	02	01	00	99 et avant	Catégorie	Programmes	Musique
									Groupe Mixte 5 à 8	Imposé	imposé
										Libre	1'15 +/- 5

# 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									S F / 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 +											
		12 ans et +					HILO STEP	Groupe (5 à 8)	Libre	1'15 +/- 5		

## NATIONAL A : Règlementation (cf brochure nationale)

07	06	05	04	03	02	01	00	99 et avant	Catégorie	Programmes	Temps	Finalité
10-11 ans									S F Trio	Libre	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)	1'20 +/- 5			
				15-17 ans		18 ans et +		SF				
				15 ans et +				SH 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.