

# BROCHURE TECHNIQUE

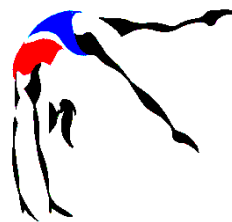
2009-2010

ZONE SUD-EST

TR - TU - GAc



Trampoline



Tumbling



Gymnastique Acrobatique

FEDERATION FRANCAISE DE GYMNASTIQUE



Zone Sud Est

# SECTEUR T.S.A

## GENERALITES

Afin d'accélérer le processus de développement des sections TSA dans les clubs de la zone sud est, il est prévu d'organiser des « regroupements volontaires » sous les thèmes de la découverte ou du perfectionnement.

Ces initiatives peuvent provenir des clubs, mais restent suspendus aux volontés politiques des comités, de prendre les mesures utiles à ce développement.

Elles peuvent avoir lieu sous la responsabilité des départements ou des régions. Il sera possible de réunir sur un même lieu, entraîneurs, adeptes ou futurs pratiquants, présidents de clubs, juges d'autres disciplines, parents motivés, pour approcher les disciplines du TSA, et recevoir tous les conseils utiles pour démarrer une pratique dans les clubs intéressés.

Ces rencontres peuvent avoir lieu avec un matériel adapté à la découverte, piste gonflable, trampo fosse etc... des solutions existent pour mettre en place ces opérations.

Contacts: Christian SCHWERTZ 06 70 48 92 98 pour RHONE ALPES  
[christian.schwertz@wanadoo.fr](mailto:christian.schwertz@wanadoo.fr)

Robert DUCROUX 06 20 69 19 89 pour PACA  
[bobducroux@free.fr](mailto:bobducroux@free.fr)



## LES COMPETITIONS

Les modalités d'engagement mail et papier, pour les compétitions de niveau national 2010, sont précisées dans les premières pages de la brochure technique fédérale 09/10 qu'il est impératif de lire car aucune dérogation ne sera délivrée en cas de retard d'engagement

### Dates de forclusion :

- DN 2009 / 30 Octobre 2009
- Zones TR : 15 Mars 2010
- Interzones TU, GAc : 15 Mars 2010
- Demi - finales : 12 Avril 2010
- Coupe nationale : 21 Février 2010
- Championnats de France : 12 Mai 2010

### L'organisation des compétitions en zone sud est, se fera de la manière suivante :

➤ 6 semaines avant la date de compétition, le dossier technique et celui du comité d'organisation seront disponibles sur le site ZONE SUD EST;

- Par mail, à l'adresse : [engcomptsa@wanadoo.fr](mailto:engcomptsa@wanadoo.fr)
- Par écrit, accompagnés du chèque total des engagements définitifs

Libellé à FFG zone sud est, et expédié  
à Christian Schwertz  
La Grange Buissière  
Montbives  
38330 BIVIERS

Aucun engagement hors délai ne sera pris en compte.



## CALENDRIER TSA 2010

- 24 et 25 Octobre formation juges N3 au CREPS d'Aix en Provence.
- 7 et 8 novembre 2010 lieu à définir.
  - Formation des juges 1 Gymnastique Acrobatique (PACA)
- 12 / 13 Décembre 2009 Formation J2 Gymnastique Acrobatique  
AIX LES BAINS ou AIX en Provence
- 12 / 13 Décembre 2009 Formation et examen TU + RECYCLAGE  
(nouveau code de pointage)\_(Grenoble ?).
- 16 / 17 Janvier 2010 ALBERTVILLE
  - sélective régionale FIR GAc Rhone Alpes
  - Formation des juges 1 (Rhone Alpes) & 2 (Rhone Alpes et PACA) --  
Gymnastique Acrobatique
- 6/7 Février 2010 à Tain l'Hermitage ou 6/7 mars 2010 à Seyssinet
  - sélective régionale FIR GAc Rhone Alpes
- 6/7 mars 2010 (lieu à définir)
  - sélective régionale FIR GAc PACA
- 13 / 14 Mars 2009 à CUSSET
  - COUPE NATIONALE TSA
- 27/28 mars 2010
  - FINALE ZONE SUD EST FIR Gymnastique Acrobatique
  - FINALE ZONE SUD EST « challenge national gym acro »
  - INTER ZONE TU Gac (rotation en Zone Sud Est)
- 1<sup>er</sup> et 2 mai 2010
  - DEMI FINALE Sud TSA
- 15 et 16 mai 2010
  - Challenge National Gym acro
- 28 / 29 Mai 2010 à ISSY LES MOULINEAUX
  - CHAMPIONNAT DE France TSA
- 30 Mai 2010 à ISSY LES MOULINEAUX
  - Trophée national des programmes découverte Gymnastique Acrobatique







Toute participation à une compétition sélective dans la filière Fédérale (individuelle) ou Nationale (individuelle et synchronisée) interdit la sélection au Trophée National.

### 3.2 Entraîneurs Pareurs

Le Juge Arbitre veille à faire respecter la tenue des entraîneurs / pareurs.  
Port de bijoux interdit (ex : grandes boucles d'oreilles, bracelet en métal, montres etc.).  
Survêtement et chaussures de sport ou claquettes (t-shirt – pantalon de survêtement autorisés).  
Au cours d'une série, le Juge Arbitre peut autoriser exceptionnellement un juge en tenue à la parade pour le passage de son compétiteur dans le cas où il n'a pas le temps d'aller se changer.

## 4 . Juges

**Pour le Trophée National un jury complet est constitué.**

### Réunion des juges (obligatoire)

- Le tirage au sort des jurys est effectué avant le début de la compétition.
- La présence des juges lors du tirage au sort n'est pas obligatoire.
- La réunion des juges précédant la compétition est obligatoire
- Les jurys sont constitués avec les seuls juges présents.
  
- En cas de non présentation de juge; l'amende de 305 € doit être réglée au Responsable national des compétitions avant le début de la compétition.
- En cas d'absence ou de retard d'un juge à la réunion ou pendant la compétition, c'est le juge « réserve » qui le remplace, et l'amende doit être réglée.
  
- Chaque club doit présenter un ou plusieurs juges de niveau 2 minimum, en respectant les exigences du tableau ci-dessous.

Nombre de compétiteurs	Nombre de juges en Trampoline
de 1 à 5	1 juge mini 2 maxi
de 6 à 10	
de 11	2 juges mini 3 maxi

**TABLEAUX DES EXERCICES DE LA FILIERE INTER-REGIONALE (F.I.R.)**

FIR Benjamin	FIR Minime	FIR Cadet	FIR Junior	FIR Senior
<b>Accès au Trophée National</b>				
nés en 2000 et 2001	nés en 98 et 99	nés en 96 et 97	nés en 93 94 95	nés en 93 et avant
<b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>	<b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>	<b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>	<b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>	<b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>
10 sauts dont maximum 1 avec 360° de rotation transversale	10 sauts différents dont maximum 3 avec 360° de rotation transversale	10 sauts différents dont maximum 5 avec 360° de rotation transversale	10 sauts différents dont maximum 8 avec 360° de rotation transversale	10 sauts différents dont maximum 9 avec 360° de rotation transversale
Un saut avec réception sur le dos ou sur le ventre	Un saut avec réception sur le dos	Un saut avec réception sur le dos	Autorisation d'exécuter 1 rotation avec 450° de rotation transversale au maximum	Autorisation d'exécuter jusqu'à 2 rotations avec 450° de rotation transversale au maximum
Un ou plusieurs sauts avec réception assise	Un saut avec réception sur le ventre	Un saut avec réception sur le ventre		
Chaque figure peut être répétée une fois				

maxima des exercices Libres à exigences				
Filles = 1.2	Filles = 2.2	Filles = 3.6	Filles = 4.8	Filles = 5.5
Garçons = 1.2	Garçons = 2.2	<b>Garçons = 3.6</b>	<b>Garçons = 4.8</b>	Garçons = 6.0

**FORMATION DES CADRES :**

la formation Initiateur est organisée au niveau des régions, mais les

Inscriptions (en ligne) et la validation de l'examen par la zone

Le Moniteur au niveau National



## Secteur JUGES

### Formation et Examen Niveau 3

**Formation et examen :** -

**24 et 25 Octobre formation juges N3 au CREPS d'Aix en Provence.**

**Horaires :** Samedi de 9H00 à 12H00 et de 14H00 à 18H00

Dimanche de 9H00 à 12H00 et de 14H00 à 16H00

**Inscription** : en ligne et envoi des documents suivant avant le 10 Octobre Novembre 2009  
à Cathy BERETTI DTZ - 31, traverse des Mamelucks - 13008 - Marseille

- 1 fiche d'inscription (voir annexe de la brochure)
- Recyclage 55€
- Examen juge niveau 3 – 75€, à envoyer à la zone par chèque - à l'ordre FFG Zone Sud Est (frais inscription -pédagogiques - examen)

Pour que votre demande soit prise en en compte

- **Tous les renseignements sont EN LIGNE sur les sites des régions**

La convocation et tous les renseignements sur le site de la zone en temps utile

Vous devez fournir votre licence FFGYM 2010 et votre carnet de juge



# TUMBLING

- La première sélective fédérale et nationale TU/ Gac change d'appellation : inter zone TU/Gac à la place de championnat de zone. Le fonctionnement reste identique.
- Les années d'âges sont décalées d'une année : consulter la brochure nationale
- Les intitulés de catégories pour la filière jeunesse ont changé de nom, et sont désormais : ESPOIR et AVENIR par soucis d'identification au fonctionnement des trois disciplines.

## Règlement TUMBLING - DIR SAISON 2009 2010

Le Tumbling est une discipline dont l'objectif est de mettre en évidence une succession d'éléments acrobatiques sans rupture de rythme, ni pas intermédiaire. Seules sont autorisées les liaisons pieds-mains ou pieds-pieds. Sauf pour Rondade, Flip et Tempo, les répétitions ne sont pas autorisées.

Le trophée national Découverte se déroulera pendant le Festigym National. A l'issue des finales de zone DIR, les 3 meilleurs gymnastes par catégorie seront sélectionnés pour la finale du Trophée. Les quotas seront révisables si les catégories sont incomplètes à l'issue des épreuves sélectives.

La finale de Zone DIR pour la zone Sud Est : 27 ET 28 Mars 2010 en même temps que la Gac, et le Trampoline.

### 1. Les règles de compétition :

- Cette compétition est destinée aux débutants et initiés.
- Le programme de compétition consiste en la réalisation de deux exercices libres de 5 éléments enchaînés. La construction de ces séries est à réaliser à partir exclusivement de la grille d'éléments figurant ci-dessous.
- Si le 5<sup>ème</sup> élément n'est pas un salto, il doit être un saut extension qui est évalué dans sa tenue et son amplitude.
- Les deux exercices peuvent être identiques ou différents.
- En cas de chute survenue avant la fin du deuxième élément, un second essai est accordé. Le compétiteur est pénalisé d'un point.
- Le juge Arbitre de la compétition se réserve le droit de faire changer un exercice ou interdire la participation à un gymnaste, si la sécurité de celui-ci est mise en cause

### 2. Notation :

Note de chaque exercice : 3 x notes d'exécution + note de difficulté

- **Note d'exécution** : la note de base est de 10 Points (1 point par touche réalisée + 5 points). Les pénalités d'exécution de chaque figure (tenue du corps, axe, rythme, amplitude) sont déduites jusqu'à 0.5 Pt par éléments.







# GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

## Programme

### A) Généralités :

Il existe 3 filières de compétition :

- La filière inter régionale destinée aux acrosportifs débutants et initiés dont la finalité est le trophée national des programmes découverte. Elle est basée sur un principe d'accès au plus grand nombre à la discipline.
- La filière Fédérale destinée aux acrosportifs initiés et confirmés dont la finalité est le Championnat de France Fédéral. Il s'agit ici d'une logique compétitive.
- La filière Nationale destinée aux acrosportifs confirmés et experts dont la finalité est le Championnat de France National. C'est la filière d'accès au haut niveau.

Se référer également à la brochure technique Fédérale pour les généralités.

**Un nouveau programme d'accès à la discipline vient d'être créé : c'est le challenge national acro. Il est basé sur le code UNSS et a pour objectif de favoriser les passerelles avec l'UNSS en mettant un place une compétition mixte regroupant des pratiquants UNSS et des pratiquants fédéraux.**

### Les catégories 2009 2010 :

	<b>Gymnastique Acrobatique</b>	
Filière Nationale	NA Elite	2000 et avant (10 ans et +)
	NA Espoir	2002 à 94 (8 à 16 ans)
Filière Fédérale	FE Senior	2000 et avant (10 ans et +)
	FE Avenir 1 et 2	2002 à 95 (8 à 15 ans)
Filière Inter-Régionale	Découverte 1, 2 et 3 et trio	2003 et avant (7 ans et +)
<b>CHALLENGE</b>		<b>2003 et avant (7 ans et +)</b>

Pour toutes les compétitions, le nombre et le niveau des juges doit respecter la réglementation fédérale.

### Le programme technique 2009 2010 :

Mis à part l'ajout d'une compétition « challenge national gym acro » (cf chapitre C) les catégories n'ont pas subi de modifications majeures (voir règlement technique TSA 2009 2010)

Néanmoins les programmes correspondant à ces catégories (programmes découverte et programmes avenir) ont été modifiés dans leur contenu. Il faut donc se référer aux nouvelles grilles imposées et à leurs clarifications qui sont disponibles sur le site fédéral [www.ffgym.com](http://www.ffgym.com) / extranet / base documentaire / technique et sportif / Gymnastique acrobatique

Le code de pointage et les tables de difficultés pour le cycle 2009-2012 sont entrés en vigueur le 1<sup>er</sup> janvier 2009 et sont appliqués pour toutes les compétitions de toutes les catégories (sauf pour le challenge national gym acro, dans ce cas c'est le code UNSS qui s'applique).



## B) LA FILIERE INTER REGIONALE :

Le programme est détaillé dans le règlement technique fédéral TSA 2009-2010.

### Rappels des principaux points du règlement

Ce programme s'adresse aux duos:

- Duos féminins
- Duos masculins
- Duos mixtes (une porteuse et un voltigeur, ou un porteur et une voltigeuse)

et aux trios :

- Trios féminins
- Trios masculins
- Trios mixtes, toutes combinaisons autorisées

Les compétiteurs doivent avoir au minimum 7 ans dans l'année civile de compétition (être nés en 2002 et avant). Aucune limite d'âge n'est exigée entre les compétiteurs.

Pour les duos, il existe 3 niveaux de compétition :

- Découverte 1 duo
- Découverte 2 duo
- Découverte 3 duo

Pour les trios, il existe 2 niveaux de compétition :

- Découverte 1 trio
- Découverte 2 trio

Les duos / trio doivent présenter un enchaînement de niveau découverte 1, 2, ou 3 répondant aux exigences suivantes :

- Comprendre 4 éléments collectifs, choisis dans le tableau correspondant au niveau de compétition.
- Ces 4 éléments doivent appartenir à des familles différentes. Chaque famille correspond à une ligne du tableau.
- Comprendre 4 éléments individuels : Les partenaires d'un duo ou d'un trio peuvent choisir un élément individuel différent dans la même famille. Dans tous les cas, chaque élément individuel doit être réalisé simultanément par les partenaires ou en succession immédiate.
- Pour chaque famille, il existe 3 degrés de difficulté ; le degré de difficulté choisi peut être différent selon les familles
- L'ordre des éléments collectifs et individuels est libre. Les éléments sont reliés entre eux par de la Chorégraphie.

Les enchaînements peuvent être présentés avec ou sans musique. L'organisateur peut passer une musique de fond si les compétiteurs n'ont pas de musique. La durée maximale de l'exercice est de 2 minutes.

Les enchaînements sont présentés sur un praticable dynamique ou sur une surface de tapis d'au minimum 6 mètres sur 8.

Les cartes de compétition remplies doivent être remises au Juge Arbitre à la date indiquée dans la fiche technique de la compétition ou lorsque rien n'est indiqué au plus tard une heure avant le début de la compétition. Seules les cartes de compétitions jointes avec le règlement technique fédéral sont utilisées en compétition.

La note finale se calcule de la façon suivante :

Note moyenne à l'exécution + note de difficulté - pénalités

La note d'exécution de l'exercice, est sur 10



## Zone Sud Est



Une valeur en difficulté est donnée selon le degré de difficulté de l'élément :

Difficulté A : 0.1 - Difficulté B : 0.2 - Difficulté C : 0.3

Une note de difficulté est attribuée à l'exercice de la façon suivante : somme des valeurs en difficulté des 4 éléments collectifs et des 4 éléments individuels

Pour les éléments individuels le calcul de la difficulté se fait de la façon suivante :

Somme des valeurs de tous les éléments réalisés

-----  
Nombre de partenaires

Le résultat est arrondi au chiffre à une décimale le plus proche avec .05 arrondi à la décimale supérieure.

Exemple : en trio les partenaires réalisent les éléments suivants

Maintien : A + A + B

Souplesse : C + C + A

Agilité : B + B + B

Tumbling : A + B + C

= (0.1+0.1+0.2+0.3+0.3+0.1+0.2+0.2+0.2+0.1+0.2+0.3) / 3

= 2,3 / 3 = 0,766

Le total des éléments individuels de ce trio est 0,8

Les fautes artistiques suivantes sont pénalisées par le Juge arbitre (ou son assistant) :

Pauvreté dans la variété des liaisons chorégraphiques	- 0.1 - 0.2
Finition gestuelle insuffisante	- 0.1 - 0.2
Fin de l'exercice asynchrone avec la fin de la musique	- 0.1

Toutes les fautes concernant la tenue et la coiffure (Cf précision § 1.10) sont pénalisées par le juge arbitre à hauteur de 0.1 point maximum.

### Les compétitions de la filière inter régionale

*Les compétitions régionales (voir brochures régionales) .*

Participation obligatoire à l'une des 2 compétitions régionales en Rhône Alpes ou en PACA pour accéder à la finale de zone :

Rhône Alpes :

- 16 et 17 janvier 2010 à Albertville
- 6 février 2010 à Tain l'hermitage ou 6/7 mars 2010 à Seyssinet (voir brochure régionale)

PACA :

- Date à confirmer : championnat départemental 06 « open » (accès aux clubs des autres départements de la région)
- 6/7 mars 2010 : championnat régional



## Finale de zone

Finale de zone les 27 et 28 mars 2010

Elle permet la qualification éventuelle au trophée national des programmes découvertes

NOUVEAUTE : Le trophée national des programmes découverte est reconduit en 2010. IL se déroulera à l'issue et sur le lieu des championnats de France le 30 mai 2010

Les modalités de sélection sont organisées de la façon suivante, pour la FFG :

Les duos ou trios sont sélectionnés à partir des seules finales de zone de la filière inter-régionale et en fonction du nombre de participants ayant reçu une note :

- 50% des participants en Découverte 1 duo et Découverte 2 duo
- 60% des participants en Découverte 1 trio et Découverte 2 trio
- 70% des participants en Découverte 3 duo

(Avec arrondi au nombre entier le plus proche et 0.5 arrondi au nombre entier supérieur).

**Chaque Zone pourra sélectionner au minimum 1 Duo ou 1 Trio lorsque la catégorie est représentée à la finale de Zone, et au maximum 7 duos ou trios**

## C « CHALLENGE NATIONAL "GYM ACRO" »

**NOUVEAUTE**

Le programme est détaillé dans le règlement technique fédéral (brochure générale) 2009-2010.

### Explications des principaux points du règlement

La 1<sup>ère</sup> édition du « **Challenge National Gym Acro** » se déroulera lors du Festigym national 2010. Ce challenge est une compétition d'équipe mixte «FFG-UNSS» catégorie « Duo-Trio». Cette compétition regroupera environ 60 équipes - une trentaine issue de la FFG et une trentaine issue de l'UNSS -.

A l'instar des programmes découverte GAc, le contenu de la catégorie « Duo-trio » est accessible à tous.

L'équipe « Duo-trio » est composée de 5 gymnastes qui présentent une succession de 2 enchaînements, le premier réalisé par un duo, le second par un trio. L'équipe peut être mixte garçons/ filles (toutes combinaisons autorisées) mais les gymnastes composant le duo doivent être différents de ceux composant le trio.

La durée totale de la prestation est de 3' maximum. La sortie du duo et l'entrée du trio, doivent faire partie intégrante de la chorégraphie, et s'enchaînent sans interruption de la musique.

Le règlement de référence est le Code UNSS Gym Acro 2008-2012, téléchargeable sur le site [www.unss.org](http://www.unss.org), puis accès à « l'accueil de l'ancien site » puis « documentation » puis « documentation sportive », et enfin « code de pointage gymnastique acrobatique ».



La notation, les exigences de composition ainsi que les grilles de difficultés sont présentées dans le code UNSS et constitueront la référence pour le déroulement du « Challenge National Gym Acro ».

La composition du jury est :

- 1 Juge Arbitre (et éventuellement 1 assistant au Juge Arbitre)
- 2 juges à la difficulté
- 5 juges à l'exécution
- 5 juges à la qualité artistique

La note finale se calcule de la manière suivante :

Note de difficulté (/ 8 points) + note artistique (/ 2 points) + note d'exécution (/ 10 points) - pénalités.

Les notes d'exécution et artistique sont obtenues en calculant les moyennes des 3 notes médianes (après retrait de la plus haute et de la plus basse)

Chacun des partenaires de l'équipe doit être âgé de 7 ans au minimum (né en 2003 ou avant)

Les cartes de compétition remplies doivent être remises à l'accueil au plus tard 1 heure avant le début de la compétition. Seule la carte de compétition UNSS est à utiliser en compétition. Celle-ci est téléchargeable sur le site [www.unss.org](http://www.unss.org), puis accès à « l'accueil de l'ancien site » puis « documentation » puis « documentation sportive » et enfin « tableaux récapitulatifs et fiches de compétitions » ou bien sur le site fédéral [www.ffgym.com](http://www.ffgym.com) / extranet / base documentaire / technique et sportif / Gymnastique acrobatique

**Le « Challenge National Gym Acro » n'est pas soumis aux règles de changement de catégorie : un duo ou un trio peut concourir lors de la même compétition à la fois dans une catégorie des programmes découverte et dans la catégorie « duo - trio ». Un compétiteur peut appartenir à 2 formations différentes en FIR et à la catégorie « duo - trio ». Il est possible pour un compétiteur ou une formation de participer à la fois au « Challenge National Gym Acro » et au « trophée national ».**

### Les compétitions sélectives au challenge

La finale de zone accueillera la sélection au challenge nationale gym acro.  
Il n'y a pas d'étape de qualification régionale.

Accès direct à la sélection de zone les 27 et 28 mars 2010

Les 5 premières équipes seront qualifiées pour le challenge national.

Les clubs sélectionnés doivent engager leurs équipes catégorie « duo-trio » pour le Challenge national avant la date limite du 19 avril 2010.

