



Gymnastique



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 (1995 et avant)
 - 2 Etre licencié FFGym 2010
- Inscription en ligne : www.ffgypaca.com puis envoi des documents suivants avant le 10 Octobre 2009 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 24 et 25 Octobre 2009 lieu à déterminer
- Examen : Les 28 et 29 Novembre 2009 à Aix les Bains (cf Inscription Brochure de Zone)
- Autres renseignements utiles : Licence FFGym 2010, 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 non recyclés 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.ffgypaca.com puis envoi des documents suivants avant le 10 Octobre 2009 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 24 et 25 Octobre 2009 lieu à déterminer
- Autres renseignements utiles : Licence FFGym 2010, 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 6 et 7 Mars 2010**, il y a deux procédures à suivre :

- La fiche d'engagement en ligne : www.ffgympaca.com
 - Inscrire le nombre d'équipes et/ou d'individuels que vous engagez sur la saison 2009-2010 et envoyer au Comité Régional PACA à Marseille **avant le 4 Janvier**
Challenges Aérobiec / Fit step / Gymnastique Aérobiec
Programme d'Animation : Basic Challenge / Basic Step / Basic Aérobiec
- La fiche d'inscription en ligne : www.ffgympaca.com
 - Inscrire les noms des gymnastes (renseignements obligatoires), à envoyer **3 semaines avant la compétition régionale** 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 Aérobiec 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...

REGLEMENTATION FEDERALE

Attention : L'engagement officiel doit se faire directement auprès de la Fédération Française de Gymnastique (voir Brochure Technique Fédérale Aérobiec) **impérativement avant le 4 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 bleu 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 :

Pour éviter tous laisser-aller constaté et en application des 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 0.5 point sera appliquée sur le total de l'équipe pour les compétitions par équipes 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 0.5 point sera appliquée sur le total de l'équipe pour les compétitions par équipes et sur le total individuel de la gymnaste pour les compétitions individuelles.

(Référence Règlement Technique FFG « Aérobic » page 7)



L'ANIMATION

Avec les programmes " BASIC "

Les programmes « BASIC » sont déclinés en 3 pratiques :

- BASIC CHALLENGE
- BASIC AEROBIC
- BASIC STEP

Ce sont des enchaînements imposés, composés des pas de base de l'aérobic traditionnelle pour les Basics aérobic et les Basics challenge et des pas de base de l'activité step pour le Basic step.

Des éléments de difficultés simples sont imposés pour les basics challenge uniquement.

L'intégralité des enchaînements sont présentés sur le DVD vidéo des "Programmes Imposés Aérobic 2009-2010 "et détaillées dans la Brochure des Programmes Aérobic disponibles auprès de

France Promo Gym
BP 310
73103 Aix les Bains

Ce programme compétitif d'animation est proposé à tous les clubs qui aimeraient découvrir cette nouvelle activité avec une compétition à finalité Zone en passant par le département et la région.

Au niveau de la région, la compétition se déroulera le **6 et 7 Mars 2010** en même temps que le championnat régional.

Règlementation : 1 athlète ne peut présenter au maximum que 2 passages du même basic
Exemple : 1 solo + 1 synchro OU 1 solo + 1 groupe OU 1 synchro + 1 groupe

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

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



Jugement : cf. jury challenge

Engagement Général

PROGRAMME ANIMATION

Solo - Synchro 2, 3, 4 - Groupe 5 à 10

Inscription en ligne (www.ffgypaca.com) avant le

4 Janvier

Nom de l'association :

POUSSINS			BENJAMIN		MINIME		CADET		JUNIOR		SENIOR	Nombre
2003	2002	2001	2000	99	98	97	96	95	94	93	92 et avant	
							BASIC CHALLENGE					
							SOLO					
							SYNCHRO					
							GROUPE					
			BASIC CHALLENGE									
			SOLO									
			SYNCHRO									
			GROUPE									
BASIC CHALLENGE												
SOLO												
SYNCHRO												
GROUPE												
							BASIC STEP + 15 ans					
							BASIC STEP - 15 ans					
							BASIC AEROBIC + 15ans					
							BASIC AEROBIC - 15 ans					

Date

Signature



Engagement Général

GYMNASTIQUE AEROBIC

Fiche d'inscription à retourner avant le :

Gymnastique Aérobic

4 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

CATEGORIES FEDERALES

Solo F / H Benjamin	Trio Benjamin	Solo F / H M / C	Trio M / C	Groupe B / M / C	Solo F Junior	Solo F Senior	Solo H J / S	Duo mixte J / S	Trio J / S	Groupe J / S

CATEGORIES NATIONALES

SOLO F Espoir AG 1	SOLO M Espoir AG 1	Duo Espoir AG 1	Trio Espoir AG 1	Groupe Espoir AG 1	Solo F Junior AG 2	Solo H Junior AG 2	Duo Junior AG 2	Trio Junior AG 2	Groupe Junior AG 2	Solo F Senior	Solo H Senior	Duo Senior	Trio Senior	Groupe Senior

NOM (En MAJUSCULE)		Prénom	Sexe (F ou M)	Date de Naissance	N° de Licence	Benj.	Min.	Cadet	Junior	Senior
1				... / ... / ...						
2				... / ... / ...						
3				... / ... / ...						
4				... / ... / ...						
5				... / ... / ...						
6				... / ... / ...						
7				... / ... / ...						
8				... / ... / ...						
9				... / ... / ...						
10				... / ... / ...						

Indiquer par un X la catégorie où l'athlète est engagé.



Date

Signature

Fiche d'Engagement Aérobie Challenge - Fit Step

Fiche d'inscription à retourner avant le :

Challenges - Fit Step

4 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

Challenge 10 - 13 ans Découverte		Challenge 14 ans et + Junior		Challenge 18 ans et + Senior		Challenge 30 ans et + Passion		Groupe 16 ans + « Fitstep »	
--	--	------------------------------------	--	------------------------------------	--	-------------------------------------	--	-----------------------------------	--

Nom - Prénom	Nationalité	Année de naissance	N° Licence (5 derniers chiffres)
Entraîneur			
Juge IMPERATIF			
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Date

Signature



Fiche d'Engagement Aérobie Animation

Fiche d'inscription à retourner avant le :

Animation

4 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

Basic Challenge Poussin		Basic Challenge B/M		Basic Challenge C / J / S		Basic Step +15 ans		Basic Step -15ans		Basic Aérobie +15 ans		Basic Aérobie -15ans	
-------------------------	--	---------------------	--	---------------------------	--	--------------------	--	-------------------	--	-----------------------	--	----------------------	--

Nom – Prénom	Solo	Synchro	Groupe	Nationalité	Année de naissance	N° Licence (5 derniers chiffres)
Entraîneur						
Juge IMPERATIF						
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Date

Signature



Gym Aérobie FICHE SACEM

CODE INFORMATIQUE

N° Comité N° Département N° Association

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

Nom de l'association _____
Ville _____
Correspondant Nom _____ Prénom _____
Adresse _____
Code Postal _____ Ville _____
Téléphone _____ Fax _____ E-mail _____

CATEGORIES FEDERALES

Solo F / H Benjamin	Trio Benjamin	Solo F / H M / C	Trio M / C	Groupe B / M / C	Solo F Junior	Solo F Senior	Solo H J / S	Duo mixte J / S	Trio J / S	Groupe J / S

CATEGORIES NATIONALES

SOLO F Espoir AG 1	SOLO M Espoir AG 1	Duo Espoir AG 1	Trio Espoir AG 1	Groupe Espoir AG 1	Solo F Junior AG 2	Solo H Junior AG 2	Duo Junior AG 2	Trio Junior AG 2	Groupe Junior AG 2	Solo F Senior	Solo H Senior	Duo Senior	Trio Senior	Groupe Senior

Challenge 10 – 13 ans Découverte		Challenge 14 ans et + Junior		Challenge 18 ans et + Senior		Challenge 30 ans et + Passion		Groupe 16 ans + « Fitstep »	
----------------------------------	--	------------------------------	--	------------------------------	--	-------------------------------	--	-----------------------------	--

Basic Challenge Poussin		Basic Challenge B/M		Basic Challenge C / J / S		Basic Step +15 ans		Basic Step -15ans		Basic Aérobie +15 ans		Basic Aérobie -15ans	
-------------------------	--	---------------------	--	---------------------------	--	--------------------	--	-------------------	--	-----------------------	--	----------------------	--

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		