LETTRE FFGYM

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

2022-2023

FÉDÉRATION FRANÇAISE GYM

ENSEMBLE,
CRÉONS LE MOUVEMENT.

GÉNÉRALITÉS

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS NATIONALES

DATE	COMPÉTITION
14-15 janvier 2023	Championnat de France Individuel Nationale C, Trophée Fédéral Individuel et Coupe des clubs
27-28-29 Janvier 2023	Championnat de France Individuel Nationale A et Nationale B
13-14 mai 2023	Trophée Fédéral des Ensembles B et C
27-28-29 mai 2023	Championnat de France Élite & Championnat de France Équipes et Ensembles
10 et 11 juin 2023	Championnat de France Ensemble Nationale 10-11 ans & Trophée Fédéral des Duos et Ensembles A

Se référer au calendrier des compétitions 2023 pour les dates limites des compétitions qualificatives, sauf dérogation accordée par le représentant technique fédéral de la discipline et le DTN adjoint chargé des pratiques compétitives.

DROITS D'ENGAGEMENTS

COMPÉTITION	INDIVIDUEL	DUO	ÉQUIPE / ENSEMBLE
Élite – Championnat de France	47 €		
Performance – Championnat de France	27,50 €	32,50 €	46 €
Fédéral – Trophée Fédéral	20,50 €	25,50 €	41 €

» Pour les autres compétitions, les assemblées générales des comités départementaux et régionaux ont le pouvoir de fixer les droits d'engagements de la façon suivante :

- Comité départemental : échelon départemental ;
- Comité régional : échelon interdépartemental et régional.

» Pour les compétitions interrégionales ainsi que celles organisées au niveau d'un regroupement de comités régionaux, les droits d'engagements sont fixés à 80% des droits des finales nationales.

DOCUMENTS

Cette lettre précise et complète le règlement technique 2022-2023.

Les autres documents de référence à prendre en compte sont :

- Les lettres FFGym publiées en cours de saison sportive ;
- Le code de pointage FIG 2022-2024 (version en vigueur pour les pratiques fédérales; disponible sur le site internet de la FIG) ;
- Les newsletters FIG.

Dans le cas d'une contradiction entre le code de pointage FIG en vigueur et la règlementation technique FFGym, c'est cette dernière qui prévaut pour les compétitions françaises.

DATE LIMITE D'ENGAGEMENT

Pour toutes les catégories compétitives à finalité nationale des niveaux de pratique Fédéral et Performance, la date limite d'engagement est fixée :

- Au 15 octobre 2022 en individuel ;
- Au 1er février 2023 en équipe et en ensemble, ainsi qu'en Coupe Formation.

Ces engagements sont à réaliser pour la première étape compétitive, quel que soit le territoire dont l'outremer : compétition de niveau départemental ou inter-départemental ou régional en fonction des catégories.

Les comités départementaux et régionaux sont chargés de la gestion de ces engagements et sont libres de définir la période correspondante, sous réserve de respecter la date limite nationale.

ORDRES DE PASSAGE – RÈGLES DE GESTION

Pour toutes les finales nationales, la répartition des gymnastes est effectuée par tirage au sort en utilisant OrdoGym.

ORGANISATION DU JUGEMENT

	FINALES NATIONALES			FINALES REGIONALES (conseillé)		
	Juges Responsables	Juges convoqués	Juges associations	Juges Responsables	Juges convoqués	Juges associations
Individuelles NAT et FED	1 juge Niv 5 par jury	Juges N4	1 juge par association N4	1 juge Niv 4 par jury	Juges N4	1 juge par association
Ensembles FED	1 juge Niv 5 par jury	Juges N4	Uniquement juges convoqués	1 juge Niv 4 par jury	Juges N4	1 juge par association
Ensembles NAT Equipe NAT	1 juge Niv 5 par jury	Juges N4	Uniquement juges convoqués	1 juge Niv 4 par jury	Juges N4	1 juge par association, N3 Minimum en D et A

FÉDÉRAL ET PERFORMANCE

Les musiques avec paroles sont autorisées dans toutes les catégories des niveaux de pratique Fédéral et Performance.

Le positionnement des engins de remplacement est laissé à l'initiative des clubs (en respectant le cadre du code FIG).

Les bandages ou dispositifs de soutien doivent être de couleur peau, aucune autre couleur n'étant admise.

0,30 de pénalité pour non-respect de ces règles.

Justaucorps de compétition : Les normes du code FIG 2017-2021 tolérées sans pénalité, se diriger vers les nouvelles normes FIG pour les nouvelles créations.

PROGRAMMES COUPE FORMATION

Le choix de l'engin est NATIONAL. Il change par rotation régulière chaque saison.
L'engin choisi est identique pour les niveaux 2, 3 et 4 de la CF et pour la catégorie National 7-8-9 ans individuel.

ENCHAINEMENT LIBRE ENGIN SAISON 2022-2023			
CF2	CF3	CF4	NATIONAL 7-8-9 ans
BALLON			

Les tests techniques ENGIN de la CF 2, 3 et 4 sont à présenter aux 4 autres engins : Corde, cerceau, massues et ruban ; avec une évaluation par ateliers des Eléments Essentiels.

PROGRAMMES COMPÉTITIFS 7-8-9 ANS

	Filières	Catégories	Conditions d'accès	Programmes
INDIVIDUEL	PERFORMANCE	NATIONAL 7-8-9 ans	CF3 / CF4 en parallèle	ML, BALLON
ENSEMBLE	TOUS NIVEAUX	ENSEMBLE 7-8-9 ans (4 à 5 gymnastes)	CF2 / CF3 / CF4 en parallèle	MASSUES
DUO	TOUS NIVEAUX	DUO 7-8-9 ans	CF2 / CF3 / CF4 en parallèle	MASSUES

Individuel

NATIONALE 7-9 ans

Rappel : les notes obtenues dans cette catégorie peuvent compter dans le total point de la CF4 (enchainements libres ML et engin « programmés »)
Possibilité de faire un classement par année d'âge.
Accès : Avoir obtenu le Ruban Bleu, Jaune ou Doré (PASS CF3 ou CF4) ou suivre le programme CF3 ou CF4 en parallèle.
Programme national décliné du programme individuel Nationale 10-11 ans ; les règles sont identiques ; référence CODE FIG JUNIOR.
Durée : 45 sec à 1 min

1/ Main Libre :

DB :
6 DC comptabilisées dont 2 combinaisons possibles (non obligatoires)
Exigences :

- 2 sauts dont 1 minimum par battement tendu (appel un pied)
- 2 rotations dont 1 pivot minimum (sur un pied et sur ½ pointe)
- 2 équilibres dont 1 minimum sur ½ pointe (non dynamique)
- 2 R « ML » maximum comptabilisées : séries de 3 rotations avec critères additionnels, + 0.10 pour changement d'axe et/ou de niveau, + 0.20 pour série de 3 pré accro identiques ou 3 tours plongés. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison).

2/ Engin : BALLON

DB :
4 DC comptabilisées dont 1 combinaison possible (non obligatoire)
Exigences :

- 1 saut par battement tendu (appel 1 pied)
- 1 pivot (sur un pied et sur ½ pointe)
- 1 équilibre sur ½ pointe (non dynamique)
- 1 R minimum. Un seul « R aménagé » autorisé, c'est-à-dire avec 2 rotations enchainées dont une sous l'envol de l'engin (valeur 0.10) ; dans ce cas, le changement d'axe ou de niveau et les autres critères additionnels ne comptent pas.

Etant donné que les enchainements sont plus courts (max 1 min), l'Exécution et l'Artistique seront évalués sur 8 au lieu de 10.
Certaines difficultés corporelles ne sont pas autorisées pour cette catégorie ; voir programmes 10-11 ans

	NOMBRE DC	SAUTS	ROTATIONS	EQUILIBRES	R
ML 7-8-9 ans	6 DC dont 2 combi	2 dont 1 min par battement tendu	2 dont 1 pivot minimum	2 dont 1 min sur ½ pointe	Max : 2 R « ML » Série de 3 rotations
ENGIN 7-8-9 ans	4 DC dont 1 combi	1 par battement tendu	1 pivot	1 min sur ½ pointe	1 R minimum

Ensemble / Duo

NATIONALE ENSEMBLE 7-9 ans
NATIONALE DUO 7-9 ans

Accès : Suivre le programme CF2, CF3 ou CF4 en parallèle.
Durée : 1'45 à 2'00

Programme décliné du programme Nationale Ensemble/Duo 10-11 ans.

NATIONALE ENSEMBLE 7-9 ans 4 à 5 gymnastes +0,20 pt pour la 5ème gymnaste qui passe sur le praticable 6 engagements max			
NATIONALE DUO 7-9 ans			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	NOTE D	Note E et A
7-9 ans	MASSUES	Code FIG Ouvert aménagé Valeur des Difficultés non limitée Contrat obligatoire : 3 difficultés corporelles (1 de chaque GC), 2 échanges, + 1DB ou DE au choix - Max 1 R 2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée Min 1 de chaque type de Collabo Max 18 collabo	CODE FIG

TABLEAUX SYNOPTIQUES DES CATÉGORIES AVEC LES ENGINS CORRESPONDANTS

LES PROGRAMMES INDIVIDUELS						
		10-11 ans	12-13 ans	14-15 ans	16-17 ans	18 ans et +
		2013-2012	2011-2010	2009-2008	2007-2006	2005 et avant
PERFORMANCE	NATIONALE A	ML CERCEAU				
			CER BALLON			
				MASSUES RUBAN		
					LIBRE RUBAN	
						LIBRE CERCEAU
	NATIONALE B	ML CERCEAU				
			ML CERCEAU			
				CERCEAU BALLON		
					RUBAN MASSUES	
						LIBRE CERCEAU
	NATIONALE C	CERCEAU				
			CERCEAU			
				MASSUES		
					RUBAN	
						BALLON
FÉDÉRAL	FÉDÉRALE	CERCEAU				
			MASSUES			
				CORDE		
					BALLON	
						RUBAN

LES PROGRAMMES ÉQUIPES ET ENSEMBLES

			10-11 ans	12-13 ans (et moins)	14-15 ans (et moins)	16-17 ans (et moins)	18 ans et + (et moins)
			2013-2012	2011-2010	2009-2008	2007-2006	2005 et avant
PERFORMANCE	NATIONALE PAR ÉQUIPE	lationale 1 2 3 4	2 BALLONS / 3 RUBANS				
	NATIONALE ENSEMBLE	Nationale Ensemble	BALLONS				
			MASSUES				
			CERCEAUX / CORDES				
			CERCEAUX / BALLONS				
			RUBANS				
		Nationale Duo	CERCEAU / BALLON				
			CERCEAU / RUBAN				
FÉDÉRAL	FÉDÉRALE	Fédérale A	BALLONS				
			CERCEAUX				
			MASSUES				
			CERCEAUX / CORDES				
			CERCEAUX				
		Duo Fédérale A	CORDES				
			CERCEAU/MASSUES				
		Fédérale B	CERCEAUX				
			CERCEAUX				
			BALLONS /MASSUES				
			MASSUES				
			BALLONS / CORDES				
		Fédérale C	CERCEAUX / MASSUES				
			BALLONS / RUBANS				
			CERCEAUX / BALLONS				

LES PROGRAMMES INDIVIDUELS

FÉDÉRAL

FILIÈRE RÉGIONALE INDIVIDUEL

Un seul « R aménagé » autorisé, c'est-à-dire avec 2 rotations enchainées dont une sous l'envol de l'engin (valeur 0.10) ; dans ce cas, le changement d'axe ou de niveau et les autres critères additionnels ne comptent pas.

	RÉGIONALE INDIVIDUEL	CONTENU
Catégories	10-11 ans 12-13 ans 14-15 ans 16-17 ans 18 ans et +	Le nombre de catégories peut être variable en fonction du nombre de gymnastes engagés
Programme	Code FIG Aménagé 1 Engin	Engin au choix des régions. Difficultés à 0,10 autorisées (maximum 3) + éléments corporels. R autorisées seulement avec les rotations verticales Total point obligatoirement 1 pt en dessous du total de la finale fédérale
Jury	12 juges par jury Minimum 8 juges (2 par secteur)	
Engagement	Au niveau du département	
Étapes	Département / Inter-département / Région Ou Département / Région / Regroupement	
Qualification	Selon les quotas établis à chaque niveau compétitif	

Ce programme s'adresse à des gymnastes qui ne peuvent s'engager qu'en ensemble Fédérale B ou Fédérale C ou Régionale Ensemble.

FILIÈRE FÉDÉRALE INDIVIDUEL

Un seul « R aménagé » autorisé, c'est-à-dire avec 2 rotations enchainées dont une sous l'envol de l'engin (valeur 0.10) ; dans ce cas, le changement d'axe ou de niveau et les autres critères additionnels ne comptent pas.

FÉDÉRALE INDIVIDUEL			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés limitée, Min 3 Diff dont 1 de chaque GC Difficultés à 0,10 et 0,20 autorisées. Le nombre de DC indiqué est le nombre Max validé R : Min 1 - Max 3 DA Max 10 1 Combinaison autorisée 2 ondes obligatoires	Note A et E
10-11 ans	CERCEAU	CODE FIG aménagé 4 difficultés corporelles validées, MAX D = 5,00	CODE FIG
12-13 ans	MASSUES	CODE FIG aménagé 5 difficultés corporelles validées, MAX D = 5,00	CODE FIG
14-15 ans	CORDE	CODE FIG aménagé 5 difficultés corporelles validées, MAX D = 5,00	CODE FIG
16-17 ans	BALLON	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles validées, MAX D = 6,00	CODE FIG
18 ans et +	RUBAN	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles validées, MAX D = 6,00	CODE FIG

SPÉCIFICITÉS DU PROGRAMME INDIVIDUEL NATIONAL 10-11 ANS

ÉTAPES QUALIFICATIVES

Département : Engagement en Nationale 10 ans et en Nationale 11 ans (engin +ML).
Inter-département ou région : idem département.
Les tests physiques des gymnastes Nationales 10-11 ans qualifiées en Région devront se faire avant la compétition régionale. Les résultats devront être envoyés à la responsable Nationale PAS.
Région ou regroupement : idem inter-département ou région.
A l'issue de la compétition Nationale 10 ans et 11 ans, la Responsable Régionale PAS (parcours d'accession sportif) déterminera l'orientation des gymnastes en Nationale A 10 ans et en Nationale A 11 ans en fonction du classement et des notes obtenues (tests + compétition) et en fonction de quotas NAT A. Les x premières restantes seront orientées en Nationale B 10 ans et 11 ans en fonction des quotas NAT B. Les responsables régionales PAS peuvent proposer des gymnastes supplémentaires en Nat A à la responsable nationale PAS. Les propositions seront étudiées et des repêchages pourront être envisagés en NAT A et B.
Finale :
Nationale A 10 ans : ML+engin
Nationale A 11 ans : ML+engin
Nationale B 10 ans : ML+engin
Nationale B 11 ans : ML+engin

PROGRAMMES

Accès : Avoir obtenu le Ruban Bleu, Jaune ou Doré (PASS CF3 ou CF4)
Référence CODE FIG JUNIOR.

1/ Main Libre :

DB : 9 DC comptabilisées dont 2 combinaisons possibles (non obligatoires)
Exigences :
- 2 sauts dont 1 minimum par battement tendu (appel un pied)
- 2 pivots minimum (sur un pied et sur ½ pointe)
- 2 équilibres dont 1 minimum sur ½ pointe (non dynamique)
- 2 R « ML » maximum comptabilisées : séries de 3 rotations max avec critères additionnels, + 0.10 pour changement d'axe et/ou de niveau, + 0.20 pour série de 3 pré accro identiques ou 3 tours plongés. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison)

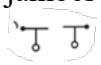
2/ Engin : CERCEAU

DB : 7 DC comptabilisées dont 1 combinaison possible (non obligatoire)
Exigences :
- 2 sauts dont minimum 1 saut par battement tendu (appel 1 pied)
- 2 rotations dont minimum 1 pivot (sur un pied et sur ½ pointe)
- 2 équilibres dont 1 minimum sur ½ pointe (non dynamique)
- 1 R minimum (CODE FIG)

RECAP	NOMBRE DC	SAUTS	ROTATIONS	EQUILIBRES	R
ML 10-11 ans	9 DC dont 2 combi	2 dont 1 min par battement tendu	2 Pivots minimum	2 dont 1 min sur ½ pointe	Max : 2 R « ML » Série de 3 rotations
ENGIN 10-11 ans	7 DC dont 1 combi	2 dont 1 min par battement tendu	2 dont 1 pivot minimum	2 dont 1 min sur ½ pointe	1 R minimum

DIFFICULTES CORPORELLES AUTORISEES EN NATIONALE 7-11 ANS

Le choix des DC autorisées en DB pour les catégories Nationale 7-11 ans a été fait pour privilégier l'apprentissage des DC de grande amplitude, complexifiables et incontournables dans la filière de Haut-Niveau.
Seules les difficultés corporelles de la première ligne du tableau ci-dessus sont autorisées en DB.

DC NAT 7-11 ans	SAUTS	ROTATIONS	EQUILIBRES
AUTORISEES EN DB	**Tous les sauts du code FIG des familles suivantes :** **Enjambées** (Lignes 23 et 26) **Sauts de biche** (Ligne 32) **Manèges** (Lignes 42 et 45) **Battus** par passage tendu (Lignes 28, 35, 44 et 46) *Les sauts doivent être réalisés par battement de jambe tendu (sauf biche)*	**Tous les pivots du code FIG** (sur 1 seul pied et sur ½ pointe) Seules 2 rotations (hors pivots) sont autorisées : **Les tours plongés** (Ligne 25) **Les tours « penchés » en I** (Lignes 26, 27)	**Tous les équilibres non dynamiques du Code FIG réalisables sur un seul pied** Seuls 2 équilibres dynamiques sont autorisés : **Les fouettés et U2** « Utyascheva » (Lignes 29 et 30)
NON AUTORISEES EN DB	Toutes les autres familles de sauts	Les pivots « planche » sans amplitude de jambes  Les pivots cosaques Les autres familles de rotations	Equilibres « planche » sans amplitude de jambes Equilibres « cosaques » Autres équilibres dynamiques que « fouettés » et U2

PRECISIONS POUR LE JUGEMENT :

Si le contrat de base est présenté, les X plus hautes DC seront comptabilisées.
Si le contrat de base n'est pas présenté, les DC au choix ne seront pas comptabilisées.

PÉNALITÉS DE 0.30 pour chaque exigence manquante

Exemples

1/ Les sauts doivent être réalisés par battement de jambe tendu (sauf biche) ; si la gymnaste développe la jambe, le saut compte mais 0.30 de pénalisation pour exigence manquante
2/ Si la gymnaste réalise des difficultés non autorisées, elles ne seront pas comptabilisées en DB ; pas de pénalisation supplémentaire.
3/ Si la gymnaste n'a pas d'équilibre réalisé sur ½ pointe (hors dynamique) dans l'enchainement, pénalisation de 0.30 pour exigence manquante.

NATIONALE INDIVIDUEL

Les 6 premières Trophées Fédérales de la finale nationale à Boulogne sur Mer en Janvier 2022 doivent obligatoirement être engagées dans une catégorie supérieure pour la saison 2022-2023.

NATIONALE A			
Catégorie d'âge	Programme : 2 enchaînements	Note D	Note A et E
10-11 ans	ML/CERCEAU	Voir chapitre « spécificités 10-11 ans »	CODE FIG
12-13 ans	CERCEAU /BALLON	CODE FIG JUNIOR	CODE FIG
14-15 ans	MASSUES/RUBAN	CODE FIG JUNIOR	CODE FIG
16-17 ans	LIBRE/RUBAN	CODE FIG SENIOR	CODE FIG
18 ans et +	LIBRE/CERCEAU	CODE FIG SENIOR	CODE FIG

NATIONALE B			
Catégorie d'âge	Programme : 2 enchaînements	Note D : CODE FIG Junior aménagé. Valeur des DC non limitée. Min 3 Diffs dont 1 de chaque GC (sauf spécificité 10-11 ans) Le nombre de DC indiqué est le nombre Max validé Les 2 DC de la main la moins habile ne sont pas obligatoires pour les Nat B évoluant sur le code junior. DA 15 Max	Note E
10-11 ans	ML/CERCEAU	Voir chapitre « spécificité 10-11 ans »	CODE FIG
12-13 ans	ML/CERCEAU	CODE FIG JUNIOR aménagé 7 difficultés corporelles 2 R « ML » maximum comptabilisées : séries de 3 rotations max avec critères additionnels, + 0.10 pour changement d'axe et/ou de niveau, + 0.20 pour série de 3 pré accro identiques ou 3 tours plongés. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison)	CODE FIG
14-15 ans	CERCEAU/BALLON	CODE FIG JUNIOR aménagé 7 difficultés corporelles	CODE FIG
16-17 ans	RUBAN/MASSUES	CODE FIG JUNIOR aménagé 7 difficultés corporelles	CODE FIG
18 ans et +	LIBRE/CERCEAU	CODE FIG JUNIOR aménagé 7 difficultés corporelles	CODE FIG

Le podium Nationale B doit monter en Nationale A. Pour les autres gymnastes l'accès en nationale A est libre.

Un seul « R aménagé » autorisé, c'est-à-dire avec 2 rotations enchainées dont une sous l'envol de l'engin (valeur 0.10) ; dans ce cas, le changement d'axe ou de niveau et les autres critères additionnels ne comptent pas.

NATIONALE C			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés non limitée. Min 3 Diffs dont 1 de chaque GC DA : 15 Max R : Min 1, Max 4 1 Combinaison autorisée 2 ondes obligatoires	Note A et E
10-11 ans	CERCEAU	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles MAX D = 6.00 points	CODE FIG
12-13 ans	CERCEAU	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 6.00 points	CODE FIG
14-15 ans	MASSUES	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 7.00 points	CODE FIG
16-17 ans	RUBAN	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 7.00 points	CODE FIG
18 ans et +	BALLON	CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 8.00 points	CODE FIG

COUPE DES CLUBS

Catégorie positionnée lors du Championnat de France Individuel Nationale C et Trophée fédéral Individuel

Une équipe est composée de 4 gymnastes concourant en individuel. Avec au maximum 1 Nationale C (NC) et au minimum 3 Fédérales (FED), peu importent les années d'âge.

Pour pouvoir participer, le club doit engager une équipe pour la Coupe des Clubs lors de son championnat regional en décembre 2022. Seuls les clubs présentant plus de 3 gymnastes Fédérales sur le championnat régional peuvent engager une équipe pour la Coupe des Clubs.

Suite au championnat régional individuel et après la réalisation des repêchages nationaux, la CNS détermine le total point de chaque équipe engagée en récupérant la meilleure note de la NC du club (non qualifiée en finale) ou de la meilleure FED si pas de NC, + les 3 meilleures notes FED (toujours de gymnastes non qualifiées en finale nationale).

Un classement de la Coupe des Clubs pour chaque région est donc établi. Un quota de qualification est attribué pour chaque région en fonction du pourcentage d'équipes engagées. Les équipes dans les quotas se présentent sur la Coupe des Clubs avec les gymnastes qui ont constitué la note de l'équipe.

<table>
<tr><th colspan="4">COUPE DES CLUBS
Équipe composée de 4 gymnastes issues d'un même club
Les 3 meilleures notes comptent pour le classement</th></tr>
<tr><td>Catégorie d'âge</td><td>Programme :
1 enchaînement</td><td>Note D : CODE FIG aménagé
Minimum 3 Diff dont 1 de chaque GC</td><td>Note A et E</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Toutes catégories à partir de 2013
(10 ans et +)</td><td>Durée 1'15 à 1'30</td><td>3 ou 4 enchainements à présenter
Engin Libre</td><td>CODE FIG</td></tr>
<tr><td>1 gymnaste
Nationale C</td><td>Programme NC 18 ans et +</td><td>CODE FIG</td></tr>
<tr><td>3 gymnastes
Fédérales</td><td>Programme Fed 18 ans et +</td><td>CODE FIG</td></tr>
</table>

Si une gymnaste n'a pas pu être qualifiée en NC, l'entraîneur doit choisir une gymnaste de son équipe à mettre sur le programme NC, et il doit transmettre son nom en amont de la compétition nationale.

LES PROGRAMMES ÉQUIPES ET ENSEMBLES

FÉDÉRAL

RÉGIONALE ENSEMBLE

Revalorisation de +0,20 pt pour le critère de 8 mètres sur les échanges (quelque soit la hauteur).

	RÉGIONALE ENSEMBLE	CONTENU
Catégories	10-11 ans 13 ans et moins 15 ans et moins 17 ans et moins TC	Le nombre de catégories peut être variable en fonction du nombre de gymnastes engagées. Interdit aux individuelles du niveau de pratique Fédéral.
Programme	Code FIG Aménagé à préciser selon chaque région 1 enchaînement de 3 à 8 gymnastes (à définir dans chaque région)	Engin au choix des régions. Difficultés corporelles maximum 3 à 0,10 autorisées et /ou éléments corporels. Nombre d'échanges inférieur aux TFB. 1 onde Interdit aux combinaisons de collaborations Obligatoire min 1 collabo de chaque type. R interdite Total point obligatoirement 1 pt en dessous du total de la finale fédérale TFB.
Jury	8 juges par jury minimum	
Engagement	Au niveau du département	
Étapes	Département / Inter-département / Région ou Département /Région /Regroupement	
Qualification	Selon les quotas établis à chaque niveau compétitif	

RÉGIONALE DUO

Revalorisation de +0,20 pt pour le critère de 8 mètres sur les échanges (quelque soit la hauteur).

	RÉGIONALE DUO	CONTENU
Catégories	- 13 ans et moins - TC Possibilité de créer plus de catégories d'âges en fonction des engagés de chaque région ou regroupement	Autorisé aux gymnastes engagées en Régionale Individuel
Programme	Code FIG Aménagé selon chaque région 1 enchaînement de 2 gymnastes	Engin au choix des régions ou regroupement Difficultés corporelles maximum 3 à 0,10 autorisées (maximum 3) + et /ou éléments corporels Nombre d'échanges inférieur aux Duo TFA. 1 onde Interdit aux combinaisons de collaborations Obligatoire min 1 collabo de chaque type. R interdite Total point obligatoirement 2 pts en dessous du total des Duos TFA
Jury	8 juges par jury minimum	
Engagement	Au niveau du département	
Étapes	Département / Inter-département / Région ou Département /Région /Regroupement	
Qualification	Selon les quotas établis à chaque niveau compétitif	

FÉDÉRALE ENSEMBLE

Revalorisation de +0,20 pt pour le critère de 8 mètres sur les échanges (quelle que soit la hauteur).

ENSEMBLE FÉDÉRALE A (durée 1'45 à 2') Ensemble de 4 à 5 gymnastes +0,20 pt pour la 5ème gymnaste qui passe sur le praticable 6 engagements max			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des difficultés limitée, 0,10 + 0,20 (1 de chaque GC). 2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée - Max 1 R.- Min 9 collabo – Max 12	Note E et A
10-11 ans	BALLONS	Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D= 6,00 pts	CODE FIG
13 ans et moins	CERCEAUX	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D = 6,00 pts	CODE FIG
15 ans et moins	MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 7,00 pts	CODE FIG
17 ans et moins	CERCEAUX / CORDES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 7,00 pts	CODE FIG
Toutes catégories	CERCEAUX	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 7,00 pts	CODE FIG

DUO FÉDÉRALE A (durée 1'30 à 1'45) Ensemble de 2 gymnastes 1 remplaçante autorisée			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des difficultés limitée, 0,10 + 0,20 (1 de chaque GC). 2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée - Max 1 R.- Min 9 collabo – Max 12	Note E et A
13 ans et moins	CORDES	Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D= 6,00 pts	CODE FIG
TC	CERCEAU/MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 7,00 pts	CODE FIG

Revalorisation de +0,20 pt pour le critère de 8 mètres sur les échanges (quelque soit la hauteur).

ENSEMBLE FÉDÉRALE B (durée 1'30 à 1'45) Ensemble de 4 à 6 gymnastes + 0,20 pt par gymnaste supplémentaire sur le praticable au-dessus de 4			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés limitée, 0,10 (1 de chaque GC) +1 onde Combinaison de DB interdit R Interdits – Min 1 de chaque type de Collabo – Max 9 Collabo Interdit aux combinaisons de Collabo	Note E et A
10-11 ans	CERCEAUX	Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D= 5,00 pts	CODE FIG
13 ans et moins	CERCEAUX	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D = 5,00pts	CODE FIG
15 ans et moins	BALLONS/MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,00 pts	CODE FIG
17 ans et moins	MASSUES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,00 pts	CODE FIG
Toutes Catégories	BALLONS/CORDES	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6.00 pts	CODE FIG

ENSEMBLE FÉDÉRALE C (durée 1'45 à 2') Ensemble de 6 à 10 gymnastes 10 engagements max + 0,20 pt par gymnaste supplémentaire sur le praticable au-dessus de 6			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé. Valeur des difficultés limitée, 0,10 (1 de chaque GC) +1 onde Combinaison de DB interdit R Interdits – Min 1 de chaque type de Collabo – Max 9 Collabo Interdit aux combinaisons de Collabo	Note E et A
13 ans et moins	CERCEAUX/MASSUES	Code FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D= 5,00 pts	CODE FIG
15 ans et moins	BALLONS/RUBANS	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6 pts	CODE FIG
Toutes Catégories	CERCEAUX/BALLONS	CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6.50 pts	CODE FIG

SPÉCIFICITÉS DU PROGRAMME FÉDÉRALE C :

10 gymnastes engagées au maximum, seules les gymnastes blessées le jour J ne concourent pas, le but de ce programme est de faire participer toutes les gymnastes.

Une revalorisation de 0,20 point est attribuée (par les juges DB) par gymnaste évoluant sur le praticable : 0.20 pour 7 gymnastes / 0.40 pour 8 gymnastes / 0.60 pour 9 gymnastes / 0.80 pour 10 gymnastes

La durée de l'enchaînement doit être comprise entre 1'45 et 2 min.

Toutes les gymnastes doivent passer dans la première partie ou la deuxième partie, et dans la troisième partie.

C'est une composition d'ensemble 3 parties distinctes :

A) Première partie avec un des deux engins, avec le premier groupe de gymnastes.

Environ 30-40 secondes
1 Echange et 1 Difficulté Corporelle - 1 Collaboration de Chaque type minimum obligatoire

B) Deuxième partie avec l'autre engin avec le deuxième groupe de gymnastes.

Environ 30-40 secondes
1 Echange et 1 Difficulté Corporelle - 1 Collaboration de Chaque type minimum obligatoire

C) Troisième partie avec les 2 engins avec toutes les gymnastes (1ère partie et 2ème partie)

Environ 30-40 secondes
1 Echange et 1 Difficulté Corporelle - 1 Collaboration de Chaque type minimum obligatoire

Toutes les gymnastes restent sur le praticable jusqu'à la fin.

- Il faut minimum 2 gymnastes sur le praticable sur les parties A et B
- Le nombre d'engins sur le praticable doit être identique au nombre de gymnastes.
- Maximum 2 gymnastes d'écart entre la partie A et la partie B.
- Pas de séquence en Main Libre sur le tapis, il est obligatoire que toutes les gymnastes participent et manipulent un engin pour valider des difficultés, pas de danse, échanges.
- Pour les échanges : valeur du code FIG, revalorisation avec tous les critères du code FIG.
- Pour les collaborations : suivre les critères des Collaborations du Code FIG 2022-2024
- Aucun engin ne doit inter-agir avec les gymnastes basées à l'extérieur du praticable.

Il faut soigner les liaisons de façon à respecter la construction chorégraphique, et permettre un changement de groupe harmonieux, pas de directives suite aux entrées et aux sorties, opter pour quelque chose de visuel et en rapport avec le niveau des gymnastes, possibilité de faire des relations lors des entrées et sorties (non évaluées).

Lors des collaborations toutes les gymnastes sur le praticable doivent y participer sauf lors des entrées et sorties de gymnastes.

Pas d'évaluation du travail extérieur sur le praticable, mais il ne faut pas gêner le déroulement de l'enchaînement, ni la vision des juges et du public.

Chaque engin (obligatoire) doit être utilisé de manière variée sinon pénalisation en Artistique.

Pour toutes les règles non respectées - pénalité du jury coordinateur = -0,30 pt pour chaque règle.

PERFORMANCE

NATIONALE PAR ÉQUIPE			
Équipe	Catégorie d'âge	Programme	Coefficient pour classement
Ensemble 2 BALLONS/3 RUBANS	À partir de 10 ans 2013	CODE FIG SENIOR 1 enchaînement	Coefficient 4
2 individuelles LIBRES	À partir de 10 ans 2013	CODE FIG SENIOR 1 engin au choix pour chaque gymnaste	Coefficient 1

Les équipes qualifiées en 2023 en Nationale 1 et Nationale 2 :

NATIONALE 1
CALAIS GRS
STRASBOURG GRS
SOCIÉTÉ MUNICIPALE ORLÉANS GYMNASTIQUE
ASSOCIATION THIONVILLE GRS
UNION GYMNIQUE DU CANTON DES SOLLIES
UNION SPORTIVE DE CRÉTEIL GR
THIAIS GYMNASTIQUE RYTHMIQUE
GRS PARIS CENTRE
GYMNASTIQUE RYTHMIQUE BOURGOIN JALLIEU
ESPERANCE PFASTATT
ASS. SPORTIVE GYMNIQUE VILLENAVE D'ORNON
GRS FORTSCHWIHR

NATIONALE 2
STRASBOURG GRS
ASSOCIATION THIONVILLE GRS
UNION GYMNIQUE DU CANTON DES SOLLIES
THIAIS GYMNASTIQUE RYTHMIQUE
ESPERANCE PFASTATT
MONTPELLIER 3M GRS
RYTHMIQUE CLUB DE NIMES METROPOLE
ISSY GRS
UNION SPORTIVE DE CRÉTEIL GR
RYTHMIQUE CLUB COMTE DE FOIX-MONTGAILHARD
STADE LAURENTIN GRS
ATELIER D'EXPRESSIONS CORPORELLES MARNE LA VALLEE

NATIONALE ENSEMBLE (durée 2' à 2'30) 4 à 5 gymnastes +0,20 pt pour la 5ème gymnaste qui passe sur le praticable 6 engagements max			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des Difficultés non limitée (1 de chaque GC) - Max 1 R 2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée Min 9 collabo – Max 18	Note E et A
10-11 ans	BALLONS	Code FIG Ouvert aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, + 1DB ou DE au choix	CODE FIG
13 ans et moins	MASSUES	CODE FIG Ouvert : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges + 1DB ou DE au choix	CODE FIG
15 ans et moins	CERCEAUX/CORDES	CODE FIG Ouvert : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges + 1DB ou DE au choix	CODE FIG
17 ans et moins	CERCEAUX/BALLONS	CODE FIG Ouvert : contrat obligatoire 4 difficultés corporelles, 4 échanges + 1DB ou DE au choix	CODE FIG
Toutes Catégories	RUBANS	CODE FIG Ouvert : contrat obligatoire 4 difficultés corporelles, 4 échanges + 1DB ou DE au choix	CODE FIG

NATIONALE DUO (durée 1'45 à 2')			
Catégorie d'âge	Programme : 1 enchaînement	Note D : CODE FIG aménagé Valeur des Difficultés non limitée (1 de chaque GC) - Max 1 R 2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée Min 9 collabo – Max 18	Note E et A
13 ans et moins	CERCEAU/BALLON	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, + 1DB ou DE au choix	CODE FIG
Toutes Catégories	CERCEAU/RUBAN	CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 4 échanges, + 1DB ou DE au choix	CODE FIG

ÉLITE

ACCÉS AUX COMPÉTITIONS - LISTE DTN

La revue d'effectif et le championnat de France Élite sont accessibles aux gymnastes mentionnées dans la liste DTN, qui comprend :

- Les gymnastes identifiées dans les pôles espoirs et dans les DRA ;
- Les gymnastes sélectionnées par la responsable PAS et la DHN sur leurs résultats sportifs au championnat de France Nationale ;
- Les gymnastes étrangères licenciées dans un club français et s'entraînant en France. La sélection prend en compte le niveau de performance obligatoire pour la catégorie Élite ;
- Les gymnastes françaises licenciées dans un club français et s'entraînant à l'étranger, sous conditions qu'elles aient un niveau suffisant pour la catégorie Élite.

INDIVIDUEL

Catégories d'âge	Revue d'effectif novembre ou décembre 2022	Championnat de France Élite mai 2023	Notation
AVENIR 2013-2012	RERJ : ML CERCEAU	Pour les 10 ans : ML CERCEAU BALLON Pour les 11 ans : ML CERCEAU RUBAN	Code FIG Junior Voir chapitre spécificités 10-11 ans
ESPOIR 2011	CERCEAU BALLON	CERCEAU BALLON RUBAN	Code FIG Junior
JUNIOR 2010-2009-2008	CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN	CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN	Code FIG Junior
SENIOR 2008 et avant	CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN	CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN	Code FIG Senior

Avenir

La liste Avenir (niveau Élite) est donnée par la DTN suite au Championnat de France Nationale A et Nationale B 10-11 ans.

Programmes identiques aux Nationales A 10 et 11 ans avec un enchainement supplémentaire.

Voir chapitre « spécificités du programme individuel 10-11 ans ».

RECAP	NOMBRE DC	SAUTS	ROTATIONS	EQUILIBRES	R
ML 10-11 ans	9 DC dont 2 combi	2 dont 1 min par battement tendu	2 Pivots minimum	2 dont 1 min sur ½ pointe	Max : 2 R « ML » Série de 3 rotations
ENGIN 10-11 ans	7 DC dont 1 combi	2 dont 1 min par battement tendu	2 dont 1 pivot minimum	2 dont 1 min sur ½ pointe	1 R minimum

R « ML » : séries de 3 rotations avec critères additionnels, + 0.10 pour changement d'axe et/ou de niveau, + 0.20 pour série de 3 pré accro identiques ou 3 tours plongés. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison)

ÉQUIPE – REVUE D'EFFECTIF RÉGIONALE DES JEUNES

Les équipes sont constituées par les comités régionaux.

ÂGE	FORMAT ÉQUIPE	PROGRAMME TECHNIQUE	ACTION SUPPORT	DATE
10-11 ans	4 gymnastes, dont 2 minimum âgées de 10 ans	Nationale 10-11 ans Individuel (programme de la compétition qualificative pour le championnat de France)	Revue d'effectif Élite	26-27 novembre 2022 ou 3-4 décembre 2022