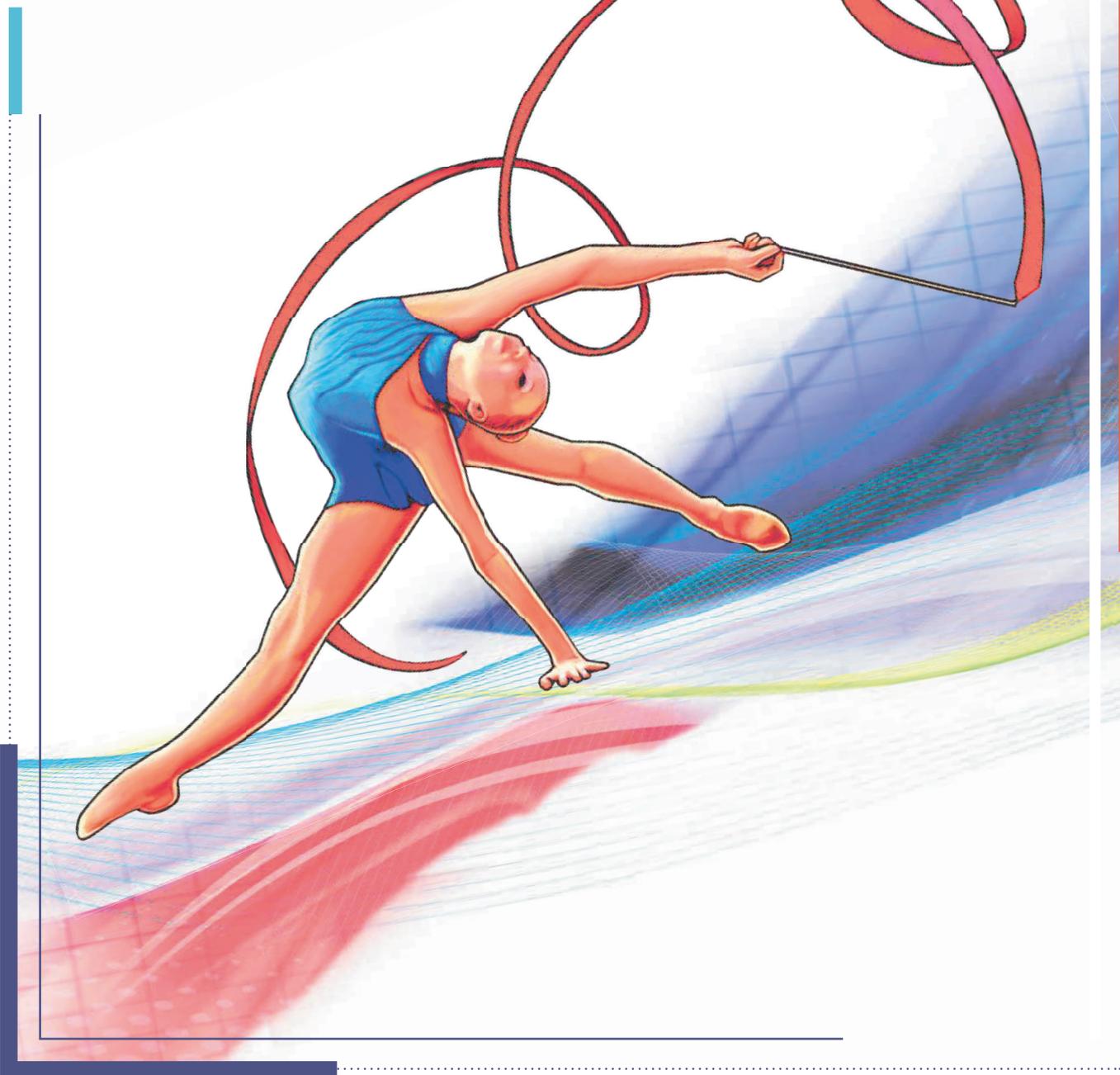


LETTRE FFGYM

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

2024-2025



ENSEMBLE,
CRÉONS LE MOUVEMENT.

GÉNÉRALITÉS

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS NATIONALES

| | DATE | COMPÉTITION |
|---|-----------------------|--|
|  | 24-25-26 Janvier 2025 | Championnat de France Individuel Nationale A , Nationale B et Nationale C. Trophée Fédéral Individuel et Coupe des clubs. |
|  | 17-18 Mai 2025 | Trophée Fédéral des Ensembles B et C |
|  | 23-24-25 Mai 2025 | Championnat de France Équipes et Ensembles Nationaux |
|  | 14-15 Juin 2025 | Championnat de France Ensemble Nationale 10-11 ans & Trophée Fédéral des Duos et Ensembles A |

 Se référer au calendrier des compétitions 2025 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 | 60 € | | |
|  | Performance – Championnat de France | 45 € | 35 € | 50 € |
|  | Fédéral – Trophée Fédéral | 22 € | 27 € | 44 € |

» 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, à l'exception des niveaux de pratique Elite et Performance pour lesquels les droits d'engagement sont fixés à 65 %.



DOCUMENTS

Cette lettre précise et complète le règlement technique 2024-2025.

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 réglementation 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 2024 en individuel ;
- Au 15 février 2025 en équipe et en ensemble ainsi que pour les coupes 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

Un jury complet obligatoire pour les qualifications aux CF.

| | FINALES NATIONALES | | | FINALES REGIONALES (conseillé) | | |
|-----------------------------|-----------------------|-----------------|----------------------------|--------------------------------|-------------------|--|
| | Juges Responsables | Juges convoqués | Juges associations | Juges Responsables | Juges copanvoqués | 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 2023-2024 | | | |
|--|-----|-----|--------------------|
| CF2 | CF3 | CF4 | NATIONAL 7-8-9 ans |
| CERCEAU | | | |

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

PROGRAMMES COMPÉTITIFS 7-8-9 ANS

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



Individuel

NATIONALE 7-9 ans

Rappel : les notes obtenues dans cette catégorie peuvent compter dans le total point de la CF4 (enchaînements et engin « programmé »)

Possibilité de faire un classement par année d'âge.

Accès : Avoir obtenu le Ruban Bleu, Jaune (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 : 1''15 à 1''30

1/ Main Libre :

DB :

6 DC dont 1 combinaison possible (non obligatoire)

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
- 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 possible 1x par enchaînement ou 3 tours plongés. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison).

2/ Engin : CERCEAU

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
- 1 R minimum. Un seul « R aménagé » autorisé, c'est-à-dire avec 1 rotation sous le vol de l'engin (valeur 0,10) avec possibilité de compter les critères additionnels au lancé et/ou au rattrapé.

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 1 combi | 2 dont 1 min par battement tendu | 2 dont 1 pivot minimum | 2 | 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 | 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 5 ^{ème} 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 | BALLONS | Code FIG Junior aménagé Valeur des Difficultés non limitée Contrat obligatoire en DB: 3 difficultés corporelles (1 de chaque GC), 2 échanges, + 1DB ou DE au choix DA : Collaborations : 6 min et 12 max (2 CC, 2 CR isolées, 2 C Double Flèche isolées) 1 de chaque GFS présenté | CODE FIG |

TABLEAUX SYNOPTIQUES DES CATÉGORIES AVEC LES ENGIN CORRESPONDANTS

| LES PROGRAMMES INDIVIDUELS | | | | | | |
|----------------------------|--------------------|------------|---------------|----------------|---------------|---------------|
| | | 10-11 ans | 12-13 ans | 14-15 ans | 16-17 ans | 18 ans et + |
| | | 2015-2014 | 2013-2012 | 2011-2010 | 2009-2008 | 2007 et avant |
| PERFORMANCE | NATIONALE A | ML MASSUES | | | | |
| | | | RUBAN CERCEAU | | | |
| | | | | BALLON CERCEAU | | |
| | | | | | LIBRE CERCEAU | |
| | | | | | | LIBRE MASSUES |
| | NATIONALE B | ML MASSUES | | | | |
| | | | ML RUBAN | | | |
| | | | | BALLON RUBAN | | |
| | | | | | RUBAN MASSUES | |
| | | | | | | LIBRE BALLON |
| | NATIONALE C | MASSUES | | | | |
| | | | MASSUES | | | |
| | | | | CERCEAU | | |
| | | | | | CERCEAU | |
| | | | | | | RUBAN |
| FÉDÉRAL | FÉDÉRALE | CERCEAU | | | | |
| | | | MASSUES | | | |
| | | | | BALLON | | |
| | | | | | RUBAN | |
| | | | | | | BALLON |



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) | |
|----------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|--|
| | | | 2015-2014 | 2013-2012 | 2011-2010 | 2009-2008 | 2007 et avant | |
| PERFORMANCE | NATIONALE PAR ÉQUIPE | Nationale 1 2 3 4 | 3 CERCEAUX/ 2 BALLONS | | | | | |
| | | NATIONALE ENSEMBLE | Nationale Ensemble | CERCEAUX | | | | |
| | BALLONS | | | | | | | |
| | MASSUES / BALLONS | | | | | | | |
| | RUBANS/BALLONS | | | | | | | |
| | CERCEAUX/BALLONS | | | | | | | |
| | NATIONALE DUO | Nationale Duo | CERCEAUX | | | | | |
| | | | CORDE/CERCEAU | | | | | |
| | FÉDÉRAL | FÉDÉRALE | Fédérale A | CORDES | | | | |
| | | | | BALLONS | | | | |
| MASSUES/CERCEAUX | | | | | | | | |
| BALLONS/CERCEAUX | | | | | | | | |
| RUBANS | | | | | | | | |
| Duo Fédérale A | | | BALLON/CERCEAU | | | | | |
| | | | CORDES | | | | | |
| Fédérale B | | | MASSUES | | | | | |
| | | | CERCEAUX | | | | | |
| | | | CORDES/BALLONS | | | | | |
| | | | BALLONS | | | | | |
| | | | CORDES | | | | | |
| Fédérale C | | | CORDES /CERCEAUX | | | | | |
| | | | RUBANS/CERCEAUX | | | | | |
| | | | MASSUES/BALLONS | | | | | |



LES PROGRAMMES INDIVIDUELS



FILIÈRE RÉGIONALE INDIVIDUEL

Un seul « R aménagé » autorisé, c'est-à-dire avec 1 rotation sous le vol de l'engin (valeur 0,10) avec possibilité de compter les critères additionnels au lancé et/ou au rattrapé.

| | 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

| 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 Un seul "R aménagé" autorisé : c'est à dire 1 rotation sous le vol de l'engin (valeur 0,10) avec possibilité de compter les critères additionnels au lancé et/ou au rattrapé | CODE FIG |
| 12-13 ans | MASSUES | CODE FIG aménagé 5 difficultés corporelles validées, MAX D = 5,00 | CODE FIG |
| 14-15 ans | BALLON | CODE FIG aménagé 5 difficultés corporelles validées, MAX D = 5,00 | CODE FIG |
| 16-17 ans | RUBAN | CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles validées, MAX D = 6,00 | CODE FIG |
| 18 ans et + | BALLON | CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles validées, MAX D = 6,00 | CODE FIG |



SPÉCIFICITÉS DU PROGRAMME INDIVIDUEL NATIONALE 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, le référent régional 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 (PASS CF3 ou CF4)

Référence CODE FIG JUNIOR pour la règle de la main moins habile c'est 1 au lieu de 2.

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-acro identiques (Série 1x par enchaînement) ou 3 tours plongés. Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison)

2/ Engin :

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) | 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 |

PÉNALITÉS DE 0.30 pour chaque exigence manquante

Exemples

1/ Si la gymnaste réalise des difficultés non autorisées, elles ne seront pas comptabilisées en DB ; pas de pénalisation supplémentaire.

2/ Si la gymnaste n'a pas d'équilibre réalisé sur ½ pointe (hors dynamique) dans l'enchaînement, pénalisation de 0.30 pour exigence manquante.



NATIONALE INDIVIDUEL

Les 6 premières de la finale nationale du Trophée Fédéral à Boulogne sur mer en Janvier 2024 doivent obligatoirement être engagées dans une catégorie supérieure pour la saison 2024-2025.

| NATIONALE A | | | |
|-----------------|--------------------------------|--|-------------|
| Catégorie d'âge | Programme : 2 enchaînements | Note D | Note A et E |
| 10-11 ans | ML/MASSUES | Voir chapitre « spécificités 10-11 ans » | CODE FIG |
| 12-13 ans | RUBAN /CERCEAU | CODE FIG JUNIOR | CODE FIG |
| 14-15 ans | BALLON/CERCEAU | CODE FIG JUNIOR | CODE FIG |
| 16-17 ans | LIBRE/CERCEAU | CODE FIG SENIOR | CODE FIG |
| 18 ans et + | LIBRE/MASSUES | 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 R : Min 1 - Max 4 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/MASSUES | Voir chapitre « spécificité 10-11 ans » | CODE FIG |
| 12-13 ans | ML/RUBAN | 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 (Série 1x par enchaînement). Pas de rotations identiques (sauf en série sur une même combinaison) | CODE FIG |
| 14-15 ans | BALLON/RUBAN | 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/BALLON | 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.



| 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 | MASSUES | CODE FIG aménagé Un seul "R aménagé" autorisé : c'est à dire 1 rotation sous le vol de l'engin (valeur 0,10) avec possibilité de compter les critères additionnels au lancé et/ou au rattrapé 6 difficultés corporelles MAX D = 6.00 points | CODE FIG |
| 12-13 ans | MASSUES | CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 6.00 points | CODE FIG |
| 14-15 ans | CERCEAU | CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 7.00 points | CODE FIG |
| 16-17 ans | CERCEAU | CODE FIG aménagé 6 difficultés corporelles, MAX D = 7.00 points | CODE FIG |
| 18 ans et + | RUBAN | 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 régional en décembre 2024. 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 qualifiées se présentent sur la Coupe des Clubs avec les gymnastes qui ont constitué la note de l'équipe, aucune gymnaste ne pourra être remplacée.

| COUPE DES CLUBS Équipe composée de 4 gymnastes issues d'un même club Les 3 meilleures notes comptent pour le classement | | | |
|--|-------------------------------|---|-------------|
| Catégorie d'âge | Programme : 1 enchaînement | Note D : CODE FIG aménagé Minimum 3 Diff dont 1 de chaque GC | Note A et E |
| Toutes catégories à partir de 2015 (10 ans et +) | Durée 1'15 à 1'30 | 3 ou 4 enchaînements à présenter Engin Libre | CODE FIG |
| | 1 gymnaste Nationale C | Programme NC 18 ans et + | CODE FIG |
| | 3 gymnastes Fédérales | Programme Fed 18 ans et + | CODE FIG |

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



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 <u>ou</u> 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 <u>ou</u> 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 <u>ou</u> 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 <u>ou</u> Département /Région /Regroupement | |
| Qualification | Selon les quotas établis à chaque niveau compétitif | |



FÉDÉRALE ENSEMBLE

| ENSEMBLE FÉDÉRALE A (durée 1'45 à 2') Ensemble de 4 à 5 gymnastes +0,20 pt pour la 5 ^{ème} gymnaste qui passe sur le praticable 6 engagements max | | | |
|--|-------------------------------|---|-------------|
| Catégorie d'âge | Programme : 1 enchaînement | Note D: CODE FIG aménagé DB: Valeur des difficultés limitée 0,10 / 0,20 1 de chaque GC 2 ondes 1 combinaison de DB autorisée Max 1 R DA: 2 collaborations de chaque type obligatoire hors CL (2 CC, 2 CR isolées, 2 C Double Flèche Isolées) 2 C Double Flèche combinées autorisées 6 coll min – 12 max 2 GF de chaque famille spécifique présentés obligatoires | Note E et A |
| 10-11 ans | CORDES | Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D= 6,00 pts | CODE FIG |
| 13 ans et moins | BALLONS | CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D = 6,00 pts | CODE FIG |
| 15 ans et moins | MASSUES / CERCEAUX | CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 7,00 pts | CODE FIG |
| 17 ans et moins | BALLONS / CERCEAUX | CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 7,00 pts | CODE FIG |
| Toutes catégories | RUBANS | 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 DB: Valeur des difficultés limitée 0,10 / 0,20 1 de chaque GC 2 ondes 1 combinaison de DB autorisée Max 1 R DA: 2 collaborations de chaque type obligatoire hors CL (2 CC, 2 CR isolées, 2 C Double Flèche isolées) Le type de collaboration CFF est limité au nombre de 3. 6 coll min – 12 max 2 GF de chaque famille spécifique présentés obligatoires | Note E et A |
| 13 ans et moins | BALLON / CERCEAU | Code FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, MAX D= 6,00 pts | CODE FIG |
| TC | CORDE | 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 (quel que 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. DB: Valeur des difficultés limitée, 0,10 (1 de chaque GC) +1 onde Combinaison de DB interdit - R Interdits – DA: Min 1 de chaque type de Collabo hors CL (1 CC, 1 CR isolée, 1 C Double Flèche isolée) Max 9 Collabo Interdit aux C Double Flèche combinées 1 GF de chaque famille spécifique présenté obligatoire par toutes les gymnastes | Note E et A |
| 10-11 ans | MASSUES | 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 | CORDES/BALLONS | CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,00 pts | CODE FIG |
| 17 ans et moins | BALLONS | CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6,00 pts | CODE FIG |
| Toutes Catégories | 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 Engins de remplacement non autorisés pour les ensembles TFC | | | |
|--|-------------------------------|---|-------------|
| Catégorie d'âge | Programme : 1 enchaînement | Note D : CODE FIG aménagé. DB: Valeur des difficultés limitée, 0,10 (1 de chaque GC) +1 onde réalisée par toutes les gymnastes (exemple : 1 onde dans la partie 1 et 2 ou 1 onde dans la partie 3) Combinaison de DB interdit - R Interdits DA: 1 collabo max de chaque type dans chaque partie (1 CC, 1 CR isolée, 1 C Double Flèche isolée) Pas d'obligation de présenter chaque type de collaboration dans chaque partie Max 9 Collabo Interdit aux C Double Flèche combinées 1 GF de chaque famille spécifique présenté obligatoire par toutes les gymnastes (exemple : 1 GF dans partie 1 et partie 2 ou les 1 GF à chaque engin en même temps dans la partie 3) | Note E et A |
| 13 ans et moins | CORDES / CERCEAUX | Code FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D= 5,00 pts | CODE FIG |
| 15 ans et moins | RUBANS /CERCEAUX | CODE FIG aménagé 3 difficultés corporelles, 3 échanges, MAX D = 6 pts | CODE FIG |
| Toutes Catégories | BALLONS / MASSUES | 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.

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 avec 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 maximum

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 maximum

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

Chaque partie doit faire 40 sec avec une tolérance de plus ou moins 5 sec.

1 Echange et 1 Difficulté Corporelle - 1 Collaboration de Chaque type maximum

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.
Les engins de remplacement ne sont pas autorisés en TFC.

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 CERCEAUX / BALLONS | À partir de 10 ans 2015 | CODE FIG SENIOR 1 enchaînement | Coefficient 4 |
| 2 individuelles LIBRES | À partir de 10 ans 2015 | CODE FIG SENIOR 1 engin au choix pour chaque gymnaste | Coefficient 1 |

Les équipes qualifiées en 2025 en Nationale 1 et Nationale 2 :

| NATIONALE 1 | NATIONALE 2 |
|---|--|
| STRASBOURG GRS | STADE LAURENTIN GRS |
| ASSOCIATION THIONVILLE ASS. SPORTIVE GYMNIQUE | UNION SPORTIVE DE CRETEIL GYMNASTIQUE RYTHMIQUE |
| SOCIÉTÉ MUNICIPALE ORLÉANS GYMNASTIQUE | STRASBOURG GRS |
| GRS PARIS CENTRE | ASSOCIATION THIONVILLE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE |
| ESPERANCE PFASTATT | MONTPELLIER 3M GRS |
| THIAIS GYMNASTIQUE RYTHMIQUE | RYTHMIQUE CLUB DE NIMES METROPOLE |
| UNION DU CANTON DE SOLLIES | RYTHMIQUE CLUB COMTE DE FOIX-MONTGAILHARD |
| GYMNASTIQUE RYTHMIQUE BOURGOIN JALLIEU | ESPERANCE PFASTATT |
| ASSOCIATION SPORTIVE GYMNIQUE VILLENAVE D'ORNON | GRS FORSCHWIHR |
| GYMNASTIQUE RYTHMIQUE AIX EN PROVENCE | GRS PARIS CENTRE |
| VILLENEUVE D'ASCQ RYTHME ET SPORT LILLE METROPOLE | CALAIS GRS |
| AEB GYM CHAMBERY | RUEIL ATHLETIC CLUB GRS |



| NATIONALE ENSEMBLE (durée 2' à 2'30) 4 à 5 gymnastes +0,20 pt pour la 5 ^{ème} gymnaste qui passe sur le praticable 7 engagements max | | | |
|--|----------------------------|---|-------------|
| Catégorie d'âge | Programme : 1 enchaînement | <p>Note D : CODE FIG Senior aménagé</p> <p>DB: Valeur des Difficultés non limitée (1 de chaque GC) - Max 1 R 2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée</p> <p>DA: 3 CC, 3 CFF isolées et 3 CR isolées minimum obligatoire de présentés . 9 coll min – 15 max</p> <p>3 combinaisons de C Double Flèche combinées max.</p> <p>2 GF de chaque famille spécifique présentés obligatoires par toutes les gymnastes</p> | Note E et A |
| 10-11 ans | CERCEAUX | Code FIG Ouvert aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, + 1DB ou DE au choix | CODE FIG |
| 13 ans et moins | BALLONS | CODE FIG Ouvert : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges + 1DB ou DE au choix | CODE FIG |
| 15 ans et moins | MASSUES/BALLONS | CODE FIG Ouvert : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges + 1DB ou DE au choix | CODE FIG |
| 17 ans et moins | RUBANS/BALLONS | CODE FIG Ouvert : contrat obligatoire 4 difficultés corporelles, 4 échanges + 1DB ou DE au choix | CODE FIG |
| Toutes Catégories | CERCEAUX/BALLONS | 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 | <p>Note D : CODE FIG Senior aménagé</p> <p>DB: Valeur des Difficultés non limitée (1 de chaque GC) - Max 1 R 2 ondes – 1 Combinaison de DB autorisée</p> <p>DA: 2 types de collaboration obligatoire présenté hors CL (2 CC, 2 CR isolées, " C Double Flèches isolées)</p> <p>Le type de collaboration CFF est limité au nombre de 3. 6 coll min – 15 max</p> <p>1 C Double Flèche combinée max.</p> <p>2 GF de chaque famille spécifique présentés obligatoires par toutes les gymnastes</p> | Note E et A |
| 13 ans et moins | CERCEAU | CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 2 échanges, + 1DB ou DE au choix | CODE FIG |
| Toutes Catégories | CORDE/CERCEAU | CODE FIG aménagé : contrat obligatoire 3 difficultés corporelles, 3 échanges, + 1DB ou DE au choix | CODE FIG |



ACCÈS 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 2024 | Championnat de France Élite mai 2025 | Notation |
|--------------------------------|--|---------------------------------------|---------------------------|
| AVENIR 10 ANS 2015 | ML MASSUES | ML CERCEAU MASSUES | Code FIG Junior 2025-2028 |
| AVENIR 11 ANS 2014 | ML MASSUES | ML BALLON-MASSUES-RUBAN | Code FIG Junior 2025-2028 |
| ESPOIR 2013 | CERCEAU BALLON RUBAN | CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN | Code FIG Junior 2025-2028 |
| JUNIOR 13 ANS 2012 | BALLON MASSUES RUBAN | CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN | Code FIG Junior 2025-2028 |
| JUNIOR 2011-2010 | CERCEAU MASSUES RUBAN | CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN | Code FIG Junior 2025-2028 |
| SENIOR 2009 et avant | CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN | CERCEAU BALLON MASSUES RUBAN | Code FIG Junior 2025-2028 |



Avenir

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

Les Avenirs seront sur le nouveau code FIG Junior 2025-2028. Des informations précises sur les contenus seront communiquées en septembre 2024

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 minimums âgés de 10 ans | Nationale 10-11 ans Individuel (programme de la compétition qualificative pour le championnat de France) | Revue d'effectif Élite | 7 et 8 déc. 2024 |

Editer un classement individuel RERJ par année d'âge, soit 10 ans et 11 ans ; avec une récompense pour valoriser les 3 premières.