

Gymnastique Féminine

Correspondants des comités :

44 : LUCAS Béatrice (St Joseph, Nozay) - 06-79-31-57-47

49 : MORILLE Stéphanie (Vihiers) - 06-70-95-31-17

53 :

72 :

85 : POIRAUDEAU Julie (St Joseph Challans) - MOINARD Hervé (Rocheservière)

Correspondante territoriale et nationale :

LUCAS Béatrice (Nozay) - 06-79-31-57-47



<u>Championnats à finalité nationale</u>		<u>Championnats à finalité territoriale</u>	
2024-2025	DATE & LIEU	2024-2025	DATE & LIEU
PROMOTIONNEL	26 mars 2025 à Chemillé (49)	EXCELLENCE	26 mars 2025 à Chemillé (49)
ÉLITE		HONNEUR	14 mai 2025 (44)

National :
4 et 5 juin 2025 à St Quentin (02)

CHAMPIONNATS À FINALITÉ NATIONALE

CHAMPIONNAT PROMOTIONNEL

Cette filière Promotionnelle est exclusivement réservée aux jeunes de nos Associations Sportives. **Ces gymnastes n'auront jamais été classés lors d'une compétition organisée par la F.F.G., la F.F.S.T.B. (twirling bâton) ou une fédération affinitaire, ni inscrits dans une Section Sportive Scolaire ou dans une classe à option sport Gymnastique (horaires aménagés).**

Ce championnat concerne les catégories benjamines, minimes et cadettes/juniors et comprend :

- Un championnat individuel,
- Un championnat par équipe : l'équipe est constituée de 3 à 4 gymnastes + 1 jeune officiel. Le classement équipe est établi par addition des **trois meilleures notes obtenues par les gymnastes composant l'équipe au sol, au trampoline, ainsi que les 3 meilleures notes obtenues entre saut ou barres ou poutre dans la limite de 3 notes par agrès.**

Programme : Sol + Mini-trampoline + 1 agrès au choix (parmi saut, barres asymétriques ou poutre).

Éléments autorisés : difficultés A, B et C (+ 1 élément D en bonus – voir conditions dans le code GAF).

Se référer au programme de Gymnastique Artistique Féminine :
code GAF disponible sur le site de l'UGSEL Nationale.

→ Sol :

- **comité et territoire** : enchaînement libre **sur une ligne** de tapis de 12 m x 2 m avec **musique imposée** (disponible sur le site de l'UGSEL territoire),

- national : sur un praticable de 12m x 12m avec musique libre (durée autorisée 40" à 1'30"). Possibilité d'avoir la même musique et le même enchaînement par équipe ou par établissement pour les individuelles.

→ **Mini-Trampoline** : réaliser 4 sauts différents (**2 familles** devront être représentées) dans l'ordre de difficulté croissante.

→ **Saut** : réaliser 2 sauts identiques ou non, choisis dans les grilles du code GAF.

→ **Barres Asymétriques** : Enchaînement sans arrêt, avec entrée et sortie, alternant les passages en appui et en suspension, **avec changement de face**.

Ou

→ **Poutre** : Enchaînement rythmé, chronométré, alternant éléments acrobatiques, gymniques et chorégraphiques sur l'agrès.

CHAMPIONNAT ÉLITE

La filière Elite comprend une filière "Elite non classée" et une filière "Elite classée".

Ce championnat concerne les catégories benjamines, minimes et cadettes/juniors et comprend :

- Un championnat individuel,
- Un championnat par équipe : l'équipe est constituée de 4 gymnastes + 1 jeune officiel. Les gymnastes concourant en équipe sont également classés en individuel.

Au sein de la filière Elite non-classée :	Au sein de la filière Elite classée :
Toute gymnaste le souhaitant.	
Une gymnaste ayant eu des résultats en F.F.G. ou dans une fédération affinitaire ne pourra participer à la filière Elite non-classée qu'un an après son arrêt dans la-dite fédération.	Une gymnaste déjà classée sur une compétition de GAF organisée par une fédération (F.F.G ou fédération affinitaire) devra participer à cette filière Elite. Une gymnaste ayant des résultats en F.F.G. ou dans une fédération affinitaire pour pratiquer le trampoline ou le tumbling, devra participer à cette filière Elite. Une gymnaste engagée en filière Promotionnelle et terminant parmi les 6 premières gymnastes du concours général (sous réserve d'avoir obtenu 30 points), devra concourir obligatoirement en Elite les années suivantes quelle que soit la catégorie d'âge. Ce changement de filière est alors définitif, même en cas de changement de catégorie d'âge.
Une gymnaste ayant des résultats en F.F.G. ou dans une fédération affinitaire pour la première année, devra participer à la filière Elite de cette même année et pourra choisir d'intégrer soit la filière élite non-classée (avec l'épreuve du mini-trampoline), soit la filière élite classée. Un gymnaste ayant eu des résultats en F.F.G. ou dans une fédération affinitaire ne pourra participer à la filière Elite avec l'épreuve du mini trampoline qu'un an après son arrêt dans ladite fédération.	
Programme : Sol + saut + 2 agrès au choix (barres asymétriques ou poutre ou mini-trampoline).	Programme : Sol + saut + barres asymétriques +poutre.
Éléments autorisés : difficultés B, C, D, E et F.	

Se référer au programme de Gymnastique Artistique Féminine :
code GAF disponible sur le site de l'UGSEL Nationale.

→ Sol :

Enchaînement libre en musique, chronométré, alternant éléments acrobatiques, chorégraphiques et gymniques dans un espace tridimensionnel. Le chronomètre démarre dès que la gymnaste se met en mouvement.

→ Saut : réaliser 2 sauts identiques ou non, choisis dans les grilles du code GAF.

→ Mini-Trampoline : réaliser 4 sauts différents (les 3 familles devront être représentées) dans l'ordre de difficulté croissante.

→ Barres Asymétriques : Enchaînement sans arrêt, avec entrée et sortie, alternant les passages en appui et en suspension, avec changement de barres.

→ Poutre : Enchaînement rythmé, chronométré, alternant éléments acrobatiques, gymniques et chorégraphiques sur l'agrès.

CHAMPIONNATS À FINALITÉ TERRITORIALE

CHAMPIONNAT HONNEUR

Ce championnat est exclusivement réservé aux **gymnastes débutantes** découvrant la gymnastique au sein de l'Association Sportive (maximum 2h/semaine).

Ce championnat concerne les catégories benjamines, minimes et cadettes/juniors et comprend :

- Un championnat individuel,
- Un championnat par équipe : l'équipe est constituée de 3 à 4 gymnastes + 1 jeune officiel. **Le classement équipe est établi par l'addition des 3 meilleures notes au sol + les 3 meilleures notes au mini-trampoline + les 3 meilleures notes aux agrès (saut, barres asymétriques ou poutre).** Les gymnastes concourant en équipe sont également classés en individuel.

Dans le championnat Honneur, 20% des gymnastes de l'année précédente ayant obtenu au moins **25 points** lors d'un championnat territorial, devront obligatoirement changer de championnat et participer au championnat Promotionnel ou Elite l'année suivante.

Programme : Sol + mini-trampoline + 1 agrès au choix parmi saut, barres asymétriques et poutre.

Éléments autorisés : difficultés A et B + 1 élément C en bonus.

Se référer :

- Au code GAF disponible sur le site de l'UGSEL Nationale,
- Aux feuilles de match disponibles sur le site de l'UGSEL Territoire.

→ Sol : enchaînement imposé sur une ligne 12m avec musique imposée (disponibles sur le site UGSEL territoire).

→ Mini-Trampoline : réaliser 4 sauts différents (2 familles devront être représentées) dans l'ordre de difficulté croissante.

→ Saut : réaliser 2 sauts identiques ou non, choisis parmi :

A0 → à genoux-accroupi-saut vertical (/ 6pts)

A1 → accroupi-saut vertical (/ 7pts)

B1 → franchissement écart (/9 pts)

B2 → franchissement groupé (/10 pts).

Saut à 1m20, **bonus +0.50 avec tremplin.**

→ Barres Asymétriques : Enchaînement sans arrêt, avec entrée et sortie, **alternant les passages en appui et/ou en suspension, avec changement de face.**

→ Poutre : Enchaînement rythmé, chronométré, alternant éléments acrobatiques, gymniques et chorégraphiques sur l'agrès.

CHAMPIONNAT EXCELLENCE

Ce championnat est un palier pour le championnat Élite et s'adresse aux licenciées en club (les années précédentes ou l'année en cours) d'un niveau moyen.

Ce championnat concerne les catégories benjamines, minimes et cadettes/juniors et comprend :

- Un championnat individuel,
- Un championnat par équipe : l'équipe est constituée de 3 à 4 gymnastes + 1 jeune officiel. Les gymnastes concourant en équipe sont également classés en individuel.

Pas de changement de championnat obligatoire l'année suivante.

Programme : Sol + saut + barres asymétriques + poutre.

Éléments autorisés : difficultés A, B et C + 1 élément D en bonus.

Se référer :

- Au code GAF disponible sur le site de l'UGSEL Nationale,
- Aux feuilles de match disponibles sur le site de l'UGSEL Territoire.

→ Sol :

Enchaînement libre en musique, chronométré, alternant éléments acrobatiques, chorégraphiques et gymniques dans un espace tridimensionnel. Le chronomètre démarre dès que la gymnaste se met en mouvement.

→ Saut : réaliser 2 sauts identiques ou non, choisis dans les grilles du code GAF.

→ Barres Asymétriques : Enchaînement sans arrêt, avec entrée et sortie, **alternant les passages en appui et/ou en suspension, avec changement de face.**

→ Poutre : Enchaînement rythmé, chronométré, alternant éléments acrobatiques, gymniques et chorégraphiques sur l'agrès.

RÈGLES GÉNÉRALES

1. Le justaucorps est obligatoire pour toutes les gymnastes.

Le même justaucorps est obligatoire pour l'équipe représentant l'établissement au niveau national.

2. La présence d'un professeur (appelé à juger) est obligatoire durant toute la compétition et celui-ci devra être en tenue sportive (tenue sportswear non acceptée) sur le plateau. En cas de non-respect, il sera renvoyé dans les tribunes.

Les gymnastes non accompagnées par un enseignant d'E.P.S. ne seront pas classées.

3. La musique sera sur clé USB (format audio, MP3) en précisant les catégories, noms et prénoms des gymnastes. **Un support par établissement ou un support par gymnaste.**

4. Feuilles de match :

Disponibles sur le site de l'UGSEL Nationale (pour les filières Promotionnelle et Élite) et sur le site de l'UGSEL Territoire (pour les filières Honneur et **Excellence**).

Se référer aux programmes pour constituer les mouvements, connaître la répartition des points et les exigences matérielles de chaque championnat.

5. Juges : Pour tous les championnats, la participation d'une ou plusieurs gymnastes entraîne **la présence obligatoire d'un professeur et d'élèves aptes à juger suivant le nombre de participants.**

Ceux-ci devront se former lors du stage territorial. En cas de manquement, l'équipe ne sera pas classée.

6. Réunions de qualifications :

- Le **jeudi 13 mars 2025** pour les championnats **ÉLITE et PROMOTIONNEL.**

- Le **jeudi 05 mai 2025** pour le championnat **HONNEUR**



STAGE DE JUGE TERRITORIAL

Afin que toutes les gymnastes puissent être jugées équitablement, il est important que tous les juges et les enseignants soient formés au jugement.

Un stage territorial est programmé le mercredi 20 novembre 2024.

Possibilité de faire participer des Benjamines.

1 seul niveau de formation.

Chaque élève devra se munir du code GAF (disponible sur le site de l'UGSEL Nationale).