



## PROGRAMME « OPEN SAVOIE 2018/2019 »

**Session 1 : Samedi 08 décembre 2018 (Albertville)**  
GAM - GAF - AERO - TR - GAC

**Session 2 : Dimanche 26 mai 2019 (La Rochette)**  
GAM - GAF - AERO – TR - GAC

**Session « GR/GAC/AERO » : 2/3 février (Chambéry)**

➤ Engagements à effectuer via « Engagym » sur le site de la fédération

Comité départemental de gymnastique de la Savoie Fédération Française de Gymnastique

41 Clos le Verger - 73290 LA MOTTE SERVOLEX

Contact courriel : [cdffgym73@orange.fr](mailto:cdffgym73@orange.fr) - Tél : 06.86.08.53.48

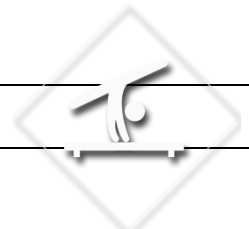


LE DÉPARTEMENT

COMITÉ DÉPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET SPORTIF

D D C S P P  
SAVOIE - JEUNESSE SPORTS  
ET VIE ASSOCIATIVE

# PROGRAMME GAF



Ce programme est ouvert aux gymnastes nées à partir de 2012. Il est accessible aux licences loisirs dans vos structures. C'est une compétition d'animation.

**Le programme de l'Open Savoie s'appuie sur les programmes « fédéral B 7/9 ans » et « fédéral B »** basés sur un système de grilles d'éléments à choisir pour composer son mouvement.

Pour chaque agrès vous trouverez une grille avec des éléments de différents groupes.

## Programme « Fédéral B 7/9 ans »

Mouvement libre de quatre éléments avec des exigences de groupes d'éléments à respecter.

Cf. Programme « Fédéral B 7-9 ans » Brochure des programmes GAF - Edition juin 2017 en se connectant via les identifiants club sur le site ffgym.fr, rubrique « Compétition » puis « Base documentaire GAF »

[https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base\\_documentaire\\_competition/GAF](https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base_documentaire_competition/GAF)

### **Catégories d'âges concernées :**

7 ans (nées en 2012)

8 ans (nées en 2011)

9 ans (nées en 2010)

## Programme « Fédéral B »

Mouvement libre de cinq éléments avec des exigences de groupes d'éléments à respecter.

Cf. Programme « Fédéral B » Brochure des programmes GAF - Edition juin 2017 en se connectant via les identifiants club sur le site ffgym.fr, rubrique « Compétition » puis « Base documentaire GAF »

[https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base\\_documentaire\\_competition/GAF](https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base_documentaire_competition/GAF)

### **Catégories d'âges concernées :**

10/11 ans (nées en 2009/2008)

12/13 ans (nées en 2007/2006)

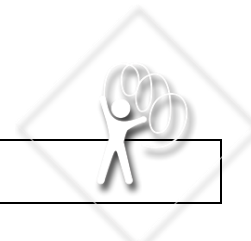
14/15ans (nées en 2005/2004)

16 ans et + (nées en 2003 et avant)

Régine poly

Responsable technique GAF

## PROGRAMME GR



Programme organisé sur les Open GR le samedi 8 décembre 2018 à Chambéry (Savoie) et les 2/3 février 2019 et possibilité de participer au grand prix Auvergne Rhône Alpes le 8/9 Juin.

### Trophée Régional « Individuelles B »

Ce programme est interdit aux gymnastes ayant participées à un autre programme individuelle et/ou des ensembles fédéral A, B et C .Interdit aux gymnastes participant à un programme Trophée régional A.

**Autorisé aux gymnastes loisirs. Licence compétitive non obligatoire.**

Des vidéos avec des enchainements pour chacune des catégories individuelles vous sont proposées sur [la chaine YouTube](#) du comité départemental.

Vous pouvez réutiliser les enchainements tels qu'ils vous sont présentés ou vous pouvez les modifier (sachant que les contenus des enchainements sont strictement liés au programme).  
Vous avez aussi la possibilité de créer des enchainements libres.

| <b>TROPHÉE REGIONAL INDIVIDUEL</b><br><b>Musique avec paroles autorisées - Temps : 1' à 1'30 (dès le mois d'octobre)</b> |           |  |          |
|--|-----------|--|----------|
| Catégorie d'âge  | Programme | <b>Note D</b><br><b>CODE FIG aménagé.</b><br>Valeur des difficultés limitée, 0,10<br>Min 3 Diff ou éléments corporelles dont 1 de chaque GC<br>Min : 2 pas de danse<br>R - DE pas de Min, pas de Max.<br>R possible une rotation 0.10pts | Note E   |
| 7-9 ans  | ML        | CODE FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, MAX D = 1.00 points   | CODE FIG |
| 10-11 ans  | BAL       | CODE FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, MAX D = 1.50 points   | CODE FIG |
| 12-13 ans  | MAS       | CODE FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, MAX D = 2.00 points   | CODE FIG |
| 14-15 ans  | CER       | CODE FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, MAX D = 2.50 points   | CODE FIG |
| 16 ANS et +  | Libre     | CODE FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, MAX D = 2.50 points   | CODE FIG |

## Trophée Régional « Duo ou Trio B »

Ce programme est interdit aux gymnastes ayant participées à un programme individuelle Fédérale ou Trophée Régional A et/ou des ensembles fédéral A, B et C.

**Autorisé aux gymnastes loisirs. Licence compétitive non obligatoire.**

**Possible aussi pour des gymnastes engagées en individuelle Trophée Régional B**

| <b>TROPHÉE REGIONAL B DUO ou TRIO</b><br>Autorisée aux gymnastes des programmes TROPHÉE REGIONAL B INDIVIDUEL<br>Musique avec paroles autorisées - Temps : 1' à 1'30 |                            |   |          |
|--|----------------------------|---|----------|
| Catégorie d'âge  | Programme : 1 enchaînement | Note D<br>CODE FIG aménagé<br>Valeur des difficultés limitée, 0,10 + liste de difficultés autorisées.<br>Min 1 pas de danse – Min 4 Coll<br>Interdit R - CR - CRR | Note E   |
| 7-9 ans  | CER                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=2.00 points  |          |
| 10-11 ans  | MAS                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=2.50 points  | CODE FIG |
| 13 ans et moins  | COR                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=3.00 points  | CODE FIG |
| 15 ans et moins  | BAL                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=3.50 points  | CODE FIG |
| 16 ans et PLUS   | RUB                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=3.50 points  | CODE FIG |

## Trophée Régional « Ensemble B »

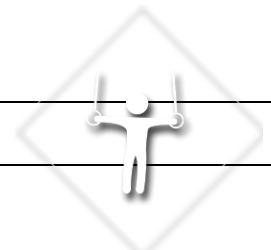
Ce programme est interdit aux gymnastes ayant participées à un programme individuelle Fédérale ou Trophée Régional A et/ou des ensembles fédéral A, B et C.

**Autorisé aux gymnastes loisirs. Licence compétitive non obligatoire.**

**Possible aussi pour des gymnastes engagées en individuelle Trophée Régional B**

| <b>TROPHÉE REGIONAL B ENSEMBLE 4 à 7 Gymnastes</b><br>Autorisée aux gymnastes des programmes TROPHÉE REGIONAL B INDIVIDUEL<br>Musique avec paroles autorisées - Temps : 1' à 1'30 |                            |   |          |
|---|----------------------------|---|----------|
| Catégorie d'âge   | Programme : 1 enchaînement | Note D<br>CODE FIG aménagé<br>Valeur des difficultés limitée, 0,10 + liste de difficultés autorisées.<br>Min 1 pas de danse – Min 4 Coll<br>Interdit R - CR – CRR | Note E   |
| 7-9 ans   | CER                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=2.00 points  |          |
| 10-11 ans   | MAS                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=2.50 points  | CODE FIG |
| 13 ans et moins   | COR                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=3.00 points  | CODE FIG |
| 15 ans et moins   | BAL                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=3.50 points  | CODE FIG |
| 16 ans et PLUS  | RUB                        | Code FIG aménagé<br>3 difficultés ou éléments corporelles, 1 échange, OBLIGATOIRE<br>MAX D=3.50 points  | CODE FIG |

# PROGRAMME GAM



2 programmes vous sont proposés :

## NIVEAU « ACCESS GYM DEPARTEMENTAL »

Le programme Access Gym s'appuie sur un système de couleur : du niveau blanc au niveau marron. 18 éléments composent un niveau de couleur. Les 6 agrès sont représentés sur chaque niveau de couleur.

**L'Access Gym GAM départemental s'appuie sur 4 agrès minimum : Sol, Saut, Barres parallèles, Barre fixe (arçons et anneaux si le lieu de compétition le permet).**

**Le matériel et le système de notation restent identiques à ceux indiqués dans le programme Access Gym :** Chaque atelier vaut 1 point, 2 points s'il est réalisé avec le bonus. Il faut obtenir un total minimum de 18 points pour valider son niveau de couleur.

**Catégorie : 7 ans et + (gymnastes nés en 2012 et avant)**

**Pas de classement par catégorie d'âge. Chaque gymnaste dispose de son livret du pratiquant et obtient son diplôme et un bracelet de couleur quand son niveau est validé.**

Cf. « Access Gym GAM » en se connectant via les identifiants club sur le site ffgym.fr, rubrique « Evolugym » : [https://moncompte.ffgym.fr/Evolugym/Access\\_Gym](https://moncompte.ffgym.fr/Evolugym/Access_Gym)

## NIVEAU « FEDERAL DEPARTEMENTAL »

Le programme fédéral s'appuie sur les grilles d'éléments FFG.

**Le Fédéral GAM départemental s'appuie sur 4 agrès uniquement (pas d'arçons ni d'anneaux) : Sol, Saut, Barres parallèles, Barre fixe**

**Catégories et programme :**

**7/9 ans (gymnastes nés en 2012/2011/2010) : programme Fédéral B uniquement**

**10 ans et + (gymnastes nés en 2009 et avant) : programme Fédéral A et B**

**Notation et classement :**

Le jugement et la notation se font conformément au programme Fédéral B :

- 5 éléments par agrès pour les 7/9 ans

- 7 éléments par agrès pour les 10 ans et + (tous les éléments de la grille FFG sont autorisés, avec valeur de difficulté)

**Au saut :** 2 passages différents doivent être réalisés.

- 7/9 ans : Les sauts avec la table de saut sont autorisés (Cf. grilles d'éléments FFG)

Tous les sauts peuvent être réalisés avec trampo-tremp, mini-trampoline ou tremplin.

- 10 ans et plus : saut avec ou sans table de saut (Cf. grilles d'éléments FFG)

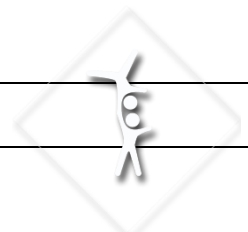
Seulement tremplin et trampo-tremp autorisés (pas de mini-trampoline).

Note de départ : 10 points. 2 points en moins par élément ou saut manquant.

**Classement individuel par catégorie.**

Cf. Brochure des programmes GAM - Edition juin 2017 en se connectant via les identifiants club sur le site ffgym.fr, rubrique « Compétition » puis « Base documentaire GAM » [https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base\\_documentaire\\_competition/GAM](https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base_documentaire_competition/GAM)

## PROGRAMME GAC



Tous les Open 73 sont ouverts aux départements voisins Isère et Haute-Savoie. Ils sont accessibles aux licences « loisirs ». Nous proposons 2 niveaux de pratique – Access Gym ou Fédéral – sur les Open de décembre et février, et uniquement le niveau Fédéral (un mouvement de 2 min) sur l'Open de Juin. Cette organisation permet une connaissance progressive des exigences de la discipline pour l'encadrement, et une progression adaptée pour des acro-gymnastes débutants.

Pour les clubs « loisirs GAC » (quelque soit le niveau présenté – Access ou Fédéral-) : la présence d'un juge est facultative.

Des stages d'une demi-journée seront proposés pour découvrir les programmes et échanger sur les techniques de bases.



### Open du 8 décembre – lieu à définir

| Access gym<br>BLANC – JAUNE – ORANGE – VERT   | Fédéral B ou Fédéral A   |             |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |
|---|--|-------------|-------------|-------------|-----------|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|---------------|-----------|-----------|
| <p>Equipe de 3 à 5 gymnastes</p> <p><b>3 pyramides de duo</b></p> <p><b>3 pyramides de trio</b></p> <p><b>2 pyramides de quatuor</b></p> <p><i>Chaque gymnaste choisi <b>une seule couleur</b> (niveau) pour toutes les pyramides qu'il présente.</i></p> <p><i>Dans le cas où un quatuor est impossible (équipe de 3), les gymnastes présenteront 1 pyramide de duo et 1 pyramide de trio supplémentaires.</i></p> | <p><u>Présentation de pyramides uniquement</u></p> <p><b><u>Fédéral B :</u></b></p> <p>Chaque unité (duo, trio ou quatuor) présente 2 pyramides imposées + 1 pyramide de chaque famille (une par grille) différentes de celles imposées.</p> <p><b><u>Fédéral A :</u></b></p> <p>Chaque unité (duo, trio ou quatuor) présente 2 pyramides imposées + 1 pyramide de chaque famille STATIQUE et 2 pyramides DYNAMIQUE différentes de celles imposées.</p> <p><b><u>PYRAMIDES IMPOSEES :</u></b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>Famille ATR</th> <th>Famille DYN</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Fed B DUO</td> <td><b>B4</b></td> <td><b>B3</b></td> </tr> <tr> <td>Fed B TRIO</td> <td><b>B1</b></td> <td><b>C1</b></td> </tr> <tr> <td>Fed B QUATUOR</td> <td><b>B2</b></td> <td><b>B4</b></td> </tr> <tr> <td>Fed A DUO</td> <td><b>E4</b></td> <td><b>E3</b></td> </tr> <tr> <td>Fed A TRIO</td> <td><b>E3</b></td> <td><b>E2</b></td> </tr> <tr> <td>Fed A QUATUOR</td> <td><b>E4</b></td> <td><b>E3</b></td> </tr> </tbody> </table> |             | Famille ATR | Famille DYN | Fed B DUO | <b>B4</b> | <b>B3</b> | Fed B TRIO | <b>B1</b> | <b>C1</b> | Fed B QUATUOR | <b>B2</b> | <b>B4</b> | Fed A DUO | <b>E4</b> | <b>E3</b> | Fed A TRIO | <b>E3</b> | <b>E2</b> | Fed A QUATUOR | <b>E4</b> | <b>E3</b> |
|   | Famille ATR  | Famille DYN |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |
| Fed B DUO   | <b>B4</b>  | <b>B3</b>   |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |
| Fed B TRIO  | <b>B1</b>  | <b>C1</b>   |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |
| Fed B QUATUOR   | <b>B2</b>  | <b>B4</b>   |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |
| Fed A DUO   | <b>E4</b>  | <b>E3</b>   |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |
| Fed A TRIO  | <b>E3</b>  | <b>E2</b>   |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |
| Fed A QUATUOR   | <b>E4</b>  | <b>E3</b>   |             |             |           |           |           |            |           |           |               |           |           |           |           |           |            |           |           |               |           |           |

### Open du 3 février-lieu à définir

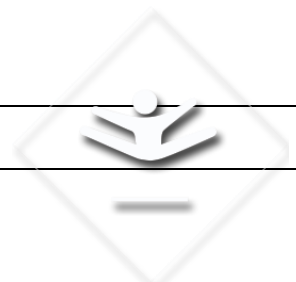
| Loisirs<br>Access gym<br>BLANC – JAUNE – ORANGE – VERT   | Fédéral B ou Fédéral A  |
|--|---|
| <p>Equipe de 3 à 5 gymnastes</p> <p><b>3 pyramides de duo</b></p> <p><b>3 pyramides de trio</b></p> <p><b>2 pyramides de quatuor</b></p> <p><i>Chaque gymnaste choisit <b>une seule couleur</b> (niveau) pour toutes les pyramides qu'il présente.</i></p> <p><i>Dans le cas où un quatuor est impossible, les gymnastes présenteront 1 pyramide de duo et 1 pyramide de trio supplémentaires.</i></p> | <p><b>Programme fédéral</b> : mouvement de 2 min en musique sur les exigences du niveau.</p> <p>Programmes sur le site FFGYM ou auprès de Claudine, RT GAC 73, <a href="mailto:gacalbertville@gmail.com">gacalbertville@gmail.com</a></p> |

**Open du 2 juin- lieu à définir**

| Fédéral B ou Fédéral A  |
|---|
| <p><b>Programme fédéral</b> : mouvement de 2 min en musique sur les exigences du niveau.</p> <p>Programmes sur le site FFGYM ou auprès de Claudine, RT GAC 73, <a href="mailto:gacalbertville@gmail.com">gacalbertville@gmail.com</a></p> |

Claudine MARCHAL  
Responsable technique GAC

## PROGRAMME AEROBIC



Cette saison comprendra 2 sessions au niveau de l'Open de Savoie.  
Pour participer, le gymnaste doit être licencié. Les loisirs peuvent aussi participer à ces 2 sessions.

### Catégories d'âges :

- Catégorie 7/9ans : enfant de 2012/2011/2010
- Catégorie 10/11 ans : enfant de 2009/2008
- Catégorie 12/14 ans : enfant de 2007/2006
- Catégorie + de 15 ans : enfant à partir de 2005

### Programme :

Pour la catégorie 7/9 ans, le mouvement proposé est le « D'jumpy 1 » ([voir vidéo YouTube](#)).

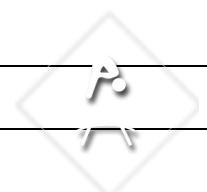
Pour toutes les autres catégories, le mouvement proposé est le « Basic Aérobic » ([voir vidéo YouTube](#)).

En respectant les années d'âges, il est **possible de concourir en solo et/ou en formation de 2 à 6 athlètes.**

Mathieu DELIERS  
Responsable technique aérobic



# PROGRAMME TRAMPOLINE



2 sessions : une session 1 au « mini trampoline » (8/12/2018) et une session 2 au « trampoline » (2/06/2019)

## Programme individuel et catégories d'âges :

### Session 1 : « Mini trampoline »

| Catégorie                  | 7/8 ans  | 9/10 ans  | 11/12 ans   | 13/14 ans  | 15/16 ans   | 17 ans et +   |
|----------------------------|--|---|---|--|---|---|
| Années                     | 2012/2011  | 2010/2009   | 2008/2007   | 2006/2005  | 2004/2003   | 2002 et avant   |
| <b>Figures à présenter</b> | Chandelle<br>Saut groupé<br>Saut écart<br>Saut carpé | Saut groupé<br>Saut écart<br>Saut carpé<br>Tour complet | Saut groupé<br>Saut écart<br>Saut carpé<br>Salto avant gp | Saut carpé<br>Tour complet<br>Salto avant gp<br>Salto avant cp | Tour complet<br>Salto avant gp<br>Salto avant cp<br>Barani gp | Tour complet<br>Salto avant gp<br>Salto avant cp<br>Barani cp |

### Session 2 : « Trampoline »

Le programme au trampoline s'appuie sur le programme individuel de la filière « fédérale » : **réalisation d'un libre à exigences de 10 touches avec respect des exigences et maxima de difficulté ci-dessous en fonction de la catégorie d'âges.** Les rotations transversales > à 450° sont interdites

## TABLEAUX DES EXERCICES DE LA FILIÈRE FÉDÉRALE

| 7-8 ans   | 9-10 ans   | 11-12 ans  | 13-14 ans  | 15-16 ans  | 17 ans et +   |
|---|--|--|--|--|---|
| <b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>  | <b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>   | <b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>   | <b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>   | <b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>   | <b>LIBRE À EXIGENCE (L*)</b>  |
| Au plus 1 élément comportant :<br>• 360° de rotation transversale maximum<br>• 180° de rotation longitudinale maximum | Au plus 2 éléments comportant :<br>• 360° de rotation transversale maximum<br>• 180° de rotation longitudinale maximum | 10 éléments différents<br>Au plus 4 éléments comportant :<br>• 360° de rotation transversale maximum<br>• 360° de rotation longitudinale maximum | 10 éléments différents<br>Au plus 6 éléments comportant :<br>• 450° de rotation transversale maximum<br>• 360° de rotation longitudinale maximum | 10 éléments différents<br>Au plus 8 éléments comportant :<br>• 450° de rotation transversale maximum<br>• 540° de rotation longitudinale maximum | 10 éléments différents, comportant :<br>• 450° de rotation transversale maximum<br>• 720° de rotation longitudinale maximum |
|   | Un élément avec réception sur le dos ou sur le ventre  | Un élément avec réception sur le dos   | Un élément avec réception sur le dos   |  |   |
| Un ou plusieurs éléments avec réception assise  | Un ou plusieurs éléments avec réception assise   | Un élément avec réception sur le ventre  | Un élément avec réception sur le ventre  |  |   |
| Chaque élément peut être répété une fois avec prise en compte de la difficulté  | Chaque élément peut être répété une fois avec prise en compte de la difficulté   |  |  |  |   |

## TABLEAUX DES EXERCICES ET MAXIMA DE LA FILIÈRE FÉDÉRALE

| 7-8 ans               | 9-10 ans              | 11-12 ans             | 13-14 ans             | 15-16 ans           | 17 ans et +             |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|-------------------------|
| Nés en<br>2012 - 2011 | Nés en<br>2010 - 2009 | Nés en<br>2008 - 2007 | Nés en<br>2006 - 2005 | Nés en<br>2004-2003 | Nés en<br>2002 et avant |
| Filles = 1.0          | Filles = 1.6          | Filles = 2.8          | Filles = 4.0          | Filles = 5.7        | Filles = 5.9            |
| Garçons = 1.0         | Garçons = 1.6         | Garçons = 2.8         | Garçons = 4.4         | Garçons = 5.8       | Garçons = 6.0           |

### **Conditions matérielles :**

Session 1 : Mini trampoline avec réception sur tapis à hauteur du mini trampoline, possibilité d'un tremplin placé devant le mini trampoline pour les catégories 7/8 et 9/10 ans. Piste d'élan de 10 mètres maximum. Présence obligatoire d'un entraîneur en parade.

Session 2 : Trampoline de compétition et tapis de parade. Présence de pareurs obligatoire autour du trampoline et de l'entraîneur avec tapis de parade.

### **Tenue de compétition :**

Chaussettes blanches ou chaussons

Justaucorps pour les filles

Léotard, short de gymnastique ou sokol pour les garçons

### **Notation et classement :**

Classement individuel filles et garçons par catégorie d'âge

Notation mini trampoline : 4 éléments notés sur 5 points - Total sur 20 points

1 pt pour la réception (arrêt maîtrisé et maintenu 3 secondes), et 4 pts pour l'exécution (qualité du saut). Un seul essai par figure.

Notation trampoline :

Notation en exécution de l'exercice (Note E) et en difficulté (Note D). Total général = E+D

**Carte de compétition à transmettre au jury pour le calcul de la note D à télécharger sur le site internet FFGym via l'extranet** rubrique « compétition / base documentaire trampoline tumbling / documents compétition / carte compétition fichier Excel »

## ADAPTATION DU CODE POUR CETTE FILIÈRE

La chandelle intermédiaire n'entraîne pas l'interruption de l'exercice.

Une pénalité de 2 pts est appliquée par le juge arbitre par chandelle intermédiaire.

En cas d'interruption de l'exercice avant le 5<sup>ème</sup> élément (maximum 4 éléments réalisés), le gymnaste est autorisé à recommencer 1 seule fois, immédiatement, sur indication du juge arbitre.

Une pénalité de 2 pts est appliquée par le juge arbitre,

Une arrivée, pieds décalés, n'entraîne pas l'interruption de l'exercice.

Si un gymnaste réalise un nombre de rotations transversales supérieur au nombre indiqué dans le tableau des exigences, une pénalité de 2 pts est appliquée par le juge arbitre.