

G.R.S.

(GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE)

PROGRAMMES

2015 - 2016

Sommaire

GÉNÉRALITÉS		p.3
	La C.N.S. G.R.S.	p.4
	Responsables régionaux	p.5
	Règlement des compétitions	p.6
	Circuits et rencontres	p.10
	Les degrés	p.11
	Niveaux de pratique	p.12
	Normes des engins, années d'âge et programmes	p.13
	Catégories et Engins CJ et CN Individuels	p.14
	Catégories et Engins CN Ensembles	p.15
CIRCUIT JEUNESSE	Objectifs, étapes et évolution	p.16
	Orientation	p.17
	Rencontres	p.18
	Musique, jugement	p.19
	Débutant et Initié	p.20
	Confirmé Ensemble	p.22
	Espoir Ensemble	p.23
	Confirmé Individuel	p.24
	Espoir Individuel	p.25
CIRCUIT NATIONAL INDIVIDUEL	Généralités, jury et musique	p.27
	Honneur et Excellence	p.28
	Nationale, Nationale B et A	p.29
	"Uforever"	p.30
	Valeur technique	p.31
	Valeur artistique	p.32
CIRCUIT NATIONAL ENSEMBLE	Généralités, jury et musique	p.33
	Masse-Chorégraphié	p.34
	Pré-Collectif	p.35
	Préexcellence	p.36
	Excellence	p.37
	Nationale et Nati38	p.38
	Duo Excellence	p.39
	Duo Nationale et Duo Nationale A	p.40
	Valeur technique	p.41
	Valeur artistique	p.42
CIRCUIT NATIONAL FESTIVAL	Jury	p.43
	Festi'jeunes	p.44
	Festival	p.45
ANNEXE	Fiches d'engagement	p.48

Généralités

L'Union Française des Œuvres Laïques et de l'Éducation Physique

propose entre autres activités sportives, la pratique de la Gymnastique Rythmique Sportive (G.R.S.).

La Commission Nationale Sportive (C.N.S.) G.R.S.,

a pour charge d'organiser les rencontres sportives nationales, la formation d'officiels et d'animateurs, et d'élaborer les programmes et les outils nécessaires aux rencontres, ainsi qu'à la formation de gymnastes et de cadres.

Elle cherchera également à promouvoir l'activité, voire, créer de nouvelles formes d'activités et à diffuser l'information nécessaire pour le bon développement de la G.R.S. à l'UFOLEP.

Les Responsables Techniques Régionaux

ont pour mission d'animer leurs régions (regroupant des départements ou des régions limitrophes suivant les zones d'activités des clubs affiliés à l'UFOLEP).

Ils organisent à leur échelon, à l'aide de leur Commission Technique Régionale et en coordination avec l'écu et le délégué régional UFOLEP concerné, suivant le plan d'action qu'ils se fixent :

- Les phases qualificatives aux Championnats Nationaux et aux finales de zone.
- La formation des officiels et des animateurs ainsi que celles des gymnastes.

Les Responsables Techniques Départementaux

opèrent de la même façon à leur échelon, à l'aide de leur Commission Technique Départementale et coordonnent leur action avec le Responsable Technique GRS de la région dont ils dépendent et leur délégué départemental UFOLEP.

Adresse du siège de l'UFOLEP :

UFOLEP Nationale
3 rue Récamier
75341 PARIS Cedex 07

Le site pour tout renseignement est :

<http://www.ufolep.org>

Le site d'information de la CNS GRS :

<http://www.cns.ufolep.org/grs/>

Commission Nationale Sportive G.R.S.

Les membres

Désignations et rôles :

Les candidatures sont individuelles et transmises avec l'avis motivé du comité départemental. Un appel à candidature est lancé au niveau national, lors de la vacance d'un poste.

Ils sont désignés par le comité directeur UFOLEP NATIONAL

La CNS, sous le contrôle du comité directeur national et en conformité avec les idées philosophiques et les axes de développement de l'UFOLEP, doit en particulier :

- Proposer toutes les mesures utiles au développement de la G.R.S. (relations avec les comités départementaux et régionaux, réunions élargies aux responsables des commissions départementales et régionales, le suivi des relations avec les autres fédérations).
- Elaborer un contenu et un calendrier spécifique de formation des cadres et officiels.
- Veiller au développement de la G.R.S.
- Favoriser les liens avec l'USEP et avec les autres commissions nationales sportives UFOLEP.
- Informer les pratiquants sur les activités et l'évolution de la discipline, via les responsables techniques régionaux ou les délégations départementales.

Chaque réunion donne lieu à un compte-rendu transmis à l'échelon national (à destination des Responsables Régionaux), et diffusé dans « Contact », accessible sur le site UFOLEP (voir p. 3).

La C.N.S organise les compétitions nationales :

Elle élabore les règlements. Elle établit les calendriers des phases qualificatives, homologue les résultats et en assure la diffusion. Elle règle les litiges techniques. Elle confie l'organisation des épreuves qu'elle dirige, à un comité départemental ou régional avec, pour les phases finales, la signature d'un cahier des charges définissant les conditions techniques. Elle tient informé le comité directeur national du déroulement des compétitions et lui adresse son bilan.

Missions et coordonnées

Isabelle JACQUET	Référent Administratif, Sportif et Financier	7, allée des Blancs Caillos 59260 LEZENNES	03 20 47 26 13/06 11 10 93 20 i.jacquet@free.fr
Stéphanie DARROU	Pôle Législation	10 impasse de la Grand Font 34980 MONTFERRIER SUR LEZ	06 95 06 41 05 stephanie.darrou@gmail.com
Belinda ROCHETTE	Pôle Communication	2 rue de la Messe - Cidex 1525 71390 Saint Desert (à partir de décembre 2015)	06 07 78 28 52 belinda.cnsgrs@gmail.com
Elisabeth LEBECQUE	Pôle Développement	4, rue des Trois Lieux-dits 16440 MOUTHIER/BOËME	06 10 45 11 11 elisabethlebecque@yahoo.fr

Le représentant du comité directeur national

Il est le garant de l'esprit et de la déontologie de l'UFOLEP, ainsi que du respect de la politique définie par la fédération.

Annie KREMPF	Membre élu au Comité Directeur UFOLEP	3 rue Maurice Féaux 24000 PÉRIGUEUX	05 53 53 39 93/06 15 90 29 38 annie.krempf@gmail.com
---------------------	---	--	---

Responsables techniques régionaux 2015 - 2016

AQUITAINE	Stéphanie BILLE	42 route des Palus 33450 ST LOUBES	06 11 91 41 32 stephanie.bille@wanadoo.fr
AUVERGNE	Elodie RIGAUD	27 rue des Chambrettes 63000 CLERMONT-FERRAND	06 89 86 05 06 elo1506@hotmail.com
BOURGOGNE	Belinda ROCHETTE	2 rue de la Messe - Cidex 1525 71390 Saint Desert (à partir de décembre 2015)	06 07 78 28 52 belinda.cnsgrs@gmail.com
BRETAGNE	Jean-Luc KERMAREC	13 rue Auguste Renoir 29800 LANDERNEAU	06 12 78 98 73 jean-luc.kermarec@neuf.fr
CENTRE	Catia LIGER	1, rue Claude Bernard 45100 ORLÉANS	Tél. /fax : 02 38 69 31 02 cltogrs@free.fr
CHAMPAGNE ARDENNES	Karine HUSSON	27, rue des Caves 51150 PLIVOT	03 26 54 35 68/06 84 49 13 18 nicolas_husson@bbox.fr
ILE DE FRANCE	Marion MAUDUIT	19 place Ste Bernadette 94370 SUCY EN BRIE	06 74 83 64 22 marion.grs@free.fr
LANGUEDOC- ROUSSILLON	Patricia NACARLO	17 rue Olivier Arnaud 34160 SUSSARGUES	06 17 53 25 00 nacarlo.patricia@neuf.fr
LIMOUSIN	Mathilde ALAIS	4/6 rue Neuve des Carmes 87000 LIMOGES	06 73 52 83 35 mathilde.alais@hotmail.fr
MIDI-PYRÉNÉES	Laurence BOUSQUET	69, rue de la Figo 31590 VERFEIL	07 77 39 09 61 laurenceb31@yahoo.fr
NORD PAS-DE-CALAIS	Emilie ANQUEZ	21, Avenue Belle Isles 62360 SAINT LÉONARD	06 88 58 78 85 eanquez@yahoo.fr
PACA	Patricia NACARLO	17 rue Olivier Arnaud 34160 SUSSARGUES	06 17 53 25 00 nacarlo.patricia@neuf.fr
PAYS DE LOIRE	Elodie GORIOU	9, rue des Olivettes BP 74107 44041 NANTES CEDEX 01	06 14 16 18 88 ufolep44@fal44.org
POITOU- CHARENTES	Elisabeth LEBECQUE	4 rue des Trois lieux-dits 16440 MOUTHIER SUR BOËME	06 10 45 11 11 elisabethlebecque@yahoo.fr
RHÔNE-ALPES	Evelyne LOPEZ	10, rue du Souvenir 38070 SAINT QUENTIN FALLAVIER	09 75 85 74 84/06 22 16 34 75 evelyne.lopez065@orange.fr
INTER RÉGIONS			
ALPC	Mathilde ALAIS	4/6 rue Neuve des Carmes 87000 LIMOGES	06 73 52 83 35 mathilde.alais@hotmail.fr

Règlement des compétitions nationales

Admission

Les membres des associations UFOLEP qui ont participé aux épreuves départementales et régionales (ou interrégionales pour les régions à faibles effectifs) qualificatives.

Qualification

En fonction du nombre des participants engagés au niveau départemental dans les différentes catégories des programmes proposés, des quotas sont établis. Leur calcul précise le nombre de qualifiés par région ou inter région. Le principe de regroupement s'impose lorsqu'une région représente un faible effectif.

Actuellement les régions (ou regroupement de régions) organisant des phases qualificatives sont les suivantes (en gras, la région coordonnatrice) :

AQUITAINE - LIMOUSIN - POITOU-CHARENTES (ALPC).

AUVERGNE - BOURGOGNE - LORRAINE - **RHÔNE-ALPES** (RA/BOUR/AUV/LOR)

BRETAGNE - NORMANDIE - PAYS DE LOIRE (BRE/NOR/PDL)

CENTRE - **ILE DE France** (IDF/CEN)

CHAMPAGNE ARDENNES - **NORD-PAS DE CALAIS** - PICARDIE (NPDC/CA)

LANGUEDOC-ROUSSILLON - PACA (LR/PACA)

MIDI-PYRÉNÉES (MP)

Si, lors des compétitions précédant la rencontre à l'échelon supérieur, le nombre de gymnastes ou d'équipes dans une catégorie est conséquent (supérieur à 25), les départements, les régions ou les inter régions doivent constituer des séries de niveau pour les qualifications. La répartition dans les séries sera dictée, soit par une répartition des gymnastes suivant l'indication de l'entraîneur (inscription à la première rencontre), soit suivant les résultats obtenus lors de la rencontre précédent la rencontre qualificative. La meilleure série sera donc qualifiable pour l'échelon supérieur, l'autre série aura comme finalité cet échelon là. Afin de pouvoir offrir à toutes les gymnastes un espoir de qualification à l'échelon supérieur, l'exemple ci-après est à suivre : les deux premiers tiers de la série A participeront en série A avec le premier tiers de la série B et le troisième tiers de la série A participera à la série B avec les trois derniers tiers de la série B.

A l'issue des épreuves qualificatives (échelon régional ou interrégional) en vue des championnats nationaux, les responsables régionaux en accord avec les représentants des clubs concourant, proposeront, si les conditions l'imposent, des repêchages. Ceux-ci accompagneront les résultats qui seront envoyés à la responsable de la CNS.

Ces demandes seront étudiées lors de la réunion de C.N.S. traitant de la préparation des championnats nationaux. Il se peut que des équipes n'entrant pas dans les quotas et non demandées en repêchage soient inscrites dans les listes des qualifiées aux championnats nationaux, en revanche, les équipes entrant dans les quotas, peuvent ne pas être sélectionnées, compte tenu des notes ou/et des prestations.

En cas de forfait, d'un individuel ou d'une équipe, lors d'une phase précédant l'épreuve qualificative, ou lors de l'épreuve qualificative, (que le gymnaste ou l'équipe soit ou non dans les quotas de qualification), il (elle) doit, pour prétendre à un repêchage éventuel, présenter un justificatif daté et signé par l'organisme ou un certificat médical, suivant la raison de son absence.

Droits d'inscription

Ils doivent être versés au comité départemental selon les dispositions communes générales (Cf. règlements financiers 2015).

Conditions de participation

Pour prendre part aux différentes épreuves organisées par l'UFOLEP, il faut être amateur et titulaire de la licence UFOLEP de la saison en cours.

Licences

Validité de la licence :

Elle doit être homologuée 8 jours avant la première compétition et doit comporter la signature de l'intéressé et sa photo.

Contrôle des licences :

Avant chaque rencontre et quel que soit le niveau de la rencontre, un officiel (membre de la Commission Technique concernée ou son représentant) vérifie les licences de toutes les personnes inscrites (gymnastes, juges et responsables) sur la feuille d'engagement et/ou sur la feuille d'indemnisation des déplacements.

Si un compétiteur ou un responsable ne peut présenter sa licence :

Vérifier son identité en se faisant présenter une pièce officielle avec photo,

Enregistrer cette absence de licence qui entraînera la perception d'une amende,

Les licences manquantes doivent être envoyées par lettre recommandée à la Responsable Administrative de la CNS GRS dans les 24 h suivant la rencontre, sous peine d'élimination.

Un compétiteur ne pouvant présenter ni sa licence, ni une pièce d'identité, se verra interdire la participation à la rencontre.

Toute absence de licence entraînera une amende de 31€ pour un adulte et 16€ pour un jeune

Toute licence incomplète entraînera une amende de 31€ pour un adulte et 16 € par gymnaste.

Un responsable ne pouvant présenter la licence ne pourra figurer sur la feuille de rencontre ou sur la feuille d'indemnisation que s'il a réglé l'amende correspondante.

Tout comité ou club ayant fait participer un non-licencié (ou un sportif non qualifié à la date de la rencontre) ou ayant fraudé sur la personnalité, sera sanctionné conformément au règlement disciplinaire.

Contrôle du programme

Afin d'éviter des incohérences ultérieures, dès la première phase de compétition, lors du contrôle de la validité des licences, **les Responsables Techniques Départementaux ou Régionaux ont l'obligation de vérifier le programme de la gymnaste ou de l'équipe en fonction de l'âge, du niveau, des dérogations acceptées et des directives de changement de programme formulées par la C.N.S.**

Jugement

Présence des juges : chaque juge doit être en possession de sa licence lors de la compétition..

Chaque club est tenu de présenter au moins un juge pour chacune des journées ou le club a des gymnastes qualifiés.

En cas d'absence partielle ou totale de juge, le(les) gymnaste(s) du club concerné sera(ont) disqualifié(s).

En cas d'absence ou de désistement de dernière minute d'un juge sans raison valable, le(les) gymnaste(s) du club concerné sera(ont) pénalisée de 0.50 pt par le Juge arbitre composition VA.

A noter que le prêt de juge est autorisé entre les clubs. L'amende prévue totale ou partielle du juge est de 55 euros (cf. règlement financier national).

Pour toute autre information, se référer au règlement administratif, sportif et financier de l'UFOLEP.

Finalités nationales :

Notation en individuel, les mouvements imposés seront jugés sur 10 points : une note d'exécution sur 10 points.

Les mouvements libres seront jugés sur 20 points : une note d'exécution sur 10 points et une note de composition sur 10 points (valeur technique sur 4 et valeur artistique sur 6).

Suivant le contenu du programme individuel, la note finale sera sur 20 points (2 imposés ou note moyenne de 2 ou 3 libres), ou sur 30 points (1 libre et 1 imposé).

Notation en ensemble, note sur 10 points pour le masse chorégraphié et le pré-collectif, sur 20 points pour tous les autres programmes à l'exception des nationales A, dont la note finale sera sur 40 points (2 enchaînements).

Pour le **Festival**, note sur 20 points, exécution sur 8 points et composition sur 12 points.

Pour le **Festi'jeunes** note sur 50 points, exécution sur 25 et composition sur 25 points.

Finalités de zone :

Notation, voir chapitre Circuit jeunesse p.19 de cette brochure.

Composition des jurys

Jury du circuit jeunesse : pages 20 à 26 de cette brochure.

Jury des individuels du circuit national : page 27 de cette brochure.

Jury des ensembles du circuit national : page 33 de cette brochure.

Juges de lignes et juge secrétaire :

Le bon fonctionnement d'un jury nécessite un juge secrétaire, et 2 juges de lignes sont prévus par praticable.

Rappel des écarts tolérés dans les notes des juges : Cf. code de pointage

Note sur	Entre les notes extrêmes			Entre les notes centrales	Entre la note moyenne et la note du juge-arbitre
	4 juges	3 juges	2 juges		
10 points	1,00	0,60	0,50	0,40	0,50
6 points	0,60	0,50	0,50	0,40	0,40
4 points		0,30	0,30		0,30

Support audio

Suivant les directives du dossier de la compétition, les musiques de passage seront à télécharger lors des confirmations d'engagement aux phases finales sur la plate forme en ligne dédiée au format mp3 avec pour titre le numéro de dossard et d'engin (exemple : E157 Libre Corde). L'entraîneur prévoira un CD des musiques des enchaînements libres de son club.

IMPORTANT : pour une meilleure lecture des supports, quelles que soient les installations, il faudra préférer une gravure la plus lente possible (x2 ou x4).

Demande de dérogation

Tout changement de programme, lié à un problème d'âge, de niveau insuffisant ou à une situation particulière, doit obligatoirement faire l'objet d'une demande de dérogation.

En aucun cas un individuel ou une équipe ne peut changer de programme pour une catégorie inférieure sans dérogation d'une saison à l'autre.

Il est indispensable de respecter scrupuleusement la procédure ci-après.

Le Responsable du club remplit en ligne la fiche de dérogation "individuel" ou "équipe" suivant le cas. Il reçoit immédiatement une confirmation par email et la transfère informatiquement à son responsable technique départemental, qui, après étude avec les membres de la CTD donne son avis, puis la transmet informatiquement au responsable technique régional. Celui-ci donne son avis après étude de la demande avec les membres de la CTR.

Le mail avec tous les avis sera envoyé à **Isabelle JACQUET** (i.jacquet@free.fr) par le responsable régional :

du 1er septembre au 1^{er} octobre 2015 pour les individuels et jusqu'au 15 novembre 2015 pour les équipes. Dans le cas où cette procédure ne serait pas respectée, la dérogation ne sera pas étudiée par la CNS et sera donc considérée comme refusée.

Formulaire "individuels" : <http://goo.gl/forms/ePIRqDLaod>

Formulaire "ensembles" : <http://goo.gl/forms/1yxGrqpWI4>

Changement de programme

A la suite des Championnats Nationaux, la Commission Nationale décide de certains passages dans les programmes supérieurs (diffusion de ces passages par les Responsables Techniques Régionaux et par le bulletin national « Contact »). Toutefois, des exceptions peuvent être faites sur demande de dérogation (formulaire en ligne uniquement, voir p.8).

Engagements

Dans l'attente du développement de la procédure d'engagement par internet, applicable pour les manifestations nationales depuis 2012, vous utiliserez les feuilles d'engagements pour vos gymnastes individuels et en équipes (Cf. Annexe 2 et fiches d'engagements version.doc). Nous vous remercions de bien vouloir respecter les consignes suivantes concernant leur utilisation :

Pour les clubs :

La ou les feuille(s) d'engagement doit(vent) être renseignée(s) par ordinateur et non de façon manuscrite, dans l'ordre alphabétique (par catégorie en individuel) et en prenant soin de remplir également les dates de compétition et envoyée(s) dès la première compétition, à la personne concernée dans le département ou la région suivant les délais impartis par le département ou la région.

Pour les équipes, Il vous est demandé, de remplir une fiche par équipe sur les feuilles adéquates. Lorsque plusieurs équipes sont engagées sur une même catégorie, vous veillerez à donner à chaque équipe le nom de la première gymnaste inscrite, afin de faciliter la tâche lors des sélections.

Pour tous les échelons de rencontres :

Lors des différentes rencontres et au moment de la vérification des licences en présence des gymnastes, ceux-ci devront obligatoirement signer le document qui atteste de leur présence et de la validité des licences. Ce même document papier devra être réutilisé pour l'échelon suivant, afin de regrouper toutes les rencontres et donc l'ensemble des signatures.

Pour les responsables techniques départementaux :

- Ces feuilles d'engagement sont à vérifier avant la compétition et à apporter le jour de la compétition au contrôle des licences. Une fois vérifié, un exemplaire des engagements sera envoyé par chaque responsable départemental accompagné de l'enquête "Quotas" (envoyée par formulaire).

par mail à belinda.cnsgrs@gmail.com

Avant le 1^{er} novembre 2015 pour les individuels et entre le 15 et le 29 février 2016 pour les équipes.

- Après le tour départemental, ce document original sera envoyé sous forme papier par chaque Responsable Départemental, en même tant que le palmarès, au Responsable Régional.

Pour les responsables régionaux :

- Après le tour régional, les fiches d'engagement des équipes qualifiées en version papier avec les signatures des échelons départemental et régional seront envoyées par courrier par chaque Responsable Régional, en même temps que le palmarès, à :

Isabelle JACQUET, CNS GRS - 7, allée des Blancs Caillos - 59260 LEZENNES,

Pour les vérificateurs de licences :

Vérifier l'adéquation des renseignements fournis sur les fiches d'engagement avec ceux des licences déposées par les clubs le jour de la compétition.

Apposer dans la case grisée correspondant au niveau concerné (département, région, inter région) la date de la compétition.

A la fin du passage de l'individuel ou de l'équipe, vérifier la corrélation entre la (les) gymnaste(s), la (les) photo(s) et les renseignements de la licence (date de naissance...) et faire signer le document de vérification.

A la fin de la rencontre départementale ou régionale ces documents doivent être transmis dans leur intégralité, avec les problèmes rencontrés mis en évidence, au Responsable Départemental ou Régional concerné.

2 circuits sont proposés aux pratiquants G.R.S. à l'UFOLEP :

Le circuit jeunesse

Il est ouvert aux gymnastes âgés de 9 et 10 ans et propose la pratique individuelle et/ou par équipes. Il débouche sur la finale de zone « Circuit Jeunesse » (en mai ou juin).

Date butoir des rencontres qualificatives 3 semaines minimum avant la finale de zone.

Le circuit national

Il est ouvert aux gymnastes à partir de 11 ans et propose la pratique individuelle et/ou par équipes. Il débouche sur :

- le Championnat National Individuel (en janvier).
- le Championnat National Equipes et Festival (en mai/juin).

Dates butoirs du championnat régional ou interrégional, qualificatif au championnat national :

- le 6 décembre 2015 pour le Championnat national individuel.
- le 10 avril 2016 pour le championnat national « Équipes et Festival »

Autres rencontres :

Les régions peuvent proposer des rencontres ou compétitions parallèles à finalité régionale pour le public ne relevant pas des rencontres à finalité de zone ou nationale.

Règlement

Surclassements, déclassements :

Quelle que soit la catégorie, les déclassements et les sur classements ne sont pas autorisés (sauf dérogation exceptionnelle accordée par la C.N.S. pour les sur classements).

Forfait :

Tout forfait (départemental, régional ou national) doit être accompagné de la présentation d'un justificatif (certificat médical, attestation de voyages scolaires) sous peine d'amende (50€ pour une équipe et de 35€ pour un individuel jeune ou adulte, Cf. règlement financier).

Port d'une genouillère :

Toute gymnaste ayant besoin de genouillère devra en justifier le port par un certificat médical (à remettre à chaque compétition au contrôle des licences).

Équivalences entre les programmes UFOLEP et FFGym

INDIVIDUELS

UFOLEP	Honneur	Excellence	Nationale	Nationale A
FFGym		Trophée Interrégional	Trophée Fédéral Nationale C non qualifié	Nationale A, B, C

ENSEMBLES

UFOLEP	Masse- chorégraphié	Pré-collectif	Préexcellence	Excellence	Nationale	Nationale A
FFGym	Trophée Interrégional	Trophée Interrégional	Trophée interrégional, Trophée Fédéral B et C	Trophée Fédéral B et C, Trophée Fédéral A non qualifié	Trophée Fédéral A	Catégories Nationale

Les degrés permettent l'évaluation de la valeur d'une gymnaste par rapport à l'ensemble de ses capacités, quel que soit son âge.

Ils ont été conçus pour répondre aux interrogations de l'entraîneur :

- Comment et sur quoi baser la formation d'une gymnaste ?
- Comment choisir son programme sportif en fonction de son âge, de son niveau, de son temps d'entraînement ?
- Pour motiver et ponctuer le parcours des gymnastes ne participant pas à la compétition.

Ce tableau rappelle donc les correspondances entre les degrés et l'ensemble des programmes à finalité de zone et nationale, pour aider l'entraîneur à faire le choix du programme, tant en Circuit Jeunesse qu'en Circuit National.

Le document peut être demandé à i.jacquet@free.fr ou consulté sur le site UFOLEP (voir p. 3).

DEGRÉS (pas de limite d'âge)	LIEUX DE PASSAGE	ACCÈS AUX PROGRAMMES			
		Circuit Jeunesse		National	
	OBTENTION EN COMPÉTITION	9-10 ans		A partir de 11 ans	
		Individuels	Ensembles	Individuels	Ensembles
1	Club		Débutants		Masse-Cho
2	Interclubs				
3	Club		Initiés		Pré-Collectif
4	Département		Confirmés	Honneur	Pré-Collectif Ou Préexcellence
		Confirmés		Honneur	Préexcellence Ou Excellence* ¹
5	Régional ou finale de zone ou National		Finale de zone Avis de la CTR	Championnat Interrégional (non qualifiés au CN) avec avis de la Commission Régionale Championnat National avec avis de la CNS	
6	Département		Espoirs		Préexcellence Ou Excellence
		Espoirs		Excellence	Excellence National* ¹
7	Régional ou National		Finale de zone Avis de la CTR	Championnat Interrégional (non qualifiés au CN) avec avis de la Commission Régionale Championnat National Avis de la CNS	
8	Région			National National B	
9	Région				
10	Régional ou National			National A	National A* ²
	Obtention			Championnat National Avis de la CNS	

*¹ : Suivant le niveau d'ensemble des gymnastes.

*² : Participation au championnat national. Niveaux de pratique

Niveaux de pratique

Pratiquer la GRS à l'UFOLEP suppose d'avoir choisi un enjeu éducatif et culturel.

L'entraîneur doit pouvoir reconnaître et valoriser les exigences afférentes à chaque niveau de pratique.

Ces tableaux de correspondance entre les programmes et les niveaux de compétences des gymnastes, ainsi que le tableau des degrés, permettent à la gymnaste comme à l'entraîneur de se situer et de faire le meilleur choix de pratique par rapport à son niveau et son passé.

CIRCUITS	ÉQUIPES	INDIVIDUELS	CARACTÉRISTIQUES
JEUNESSE 9 -10 ans	DÉBUTANTS	Pas de correspondance	Enfant débutant l'activité
	INITIÉS	Niveau initié.	Maîtrise du maniement de base Maîtrise des divers aspects chorégraphiques
	CONFIRMÉS	Niveau bon initié et confirmé	Capacités physiques en évolution Maîtrise des paramètres du programme « initiés »
	ESPOIRS	Niveau bon confirmé et espoir	Travail propre, des qualités de souplesse. Capable de sortir de l'axe vertical sans déséquilibre.
NATIONAL 11 ans et +	MASSE CHOREGRAPHIÉ	Pas de correspondance	Débutant, travail de technique simple. Recherche chorégraphique
	PRÉ-COLLECTIF	Honneur débutant ou non qualifié au National de l'année précédente.	Maîtrise du maniement de base Maîtrise des divers aspects chorégraphiques
	PRÉEXCELLENCE	Honneur	Capacités physiques en évolution. Maîtrise des paramètres du pré-collectif
	EXCELLENCE	Honneur confirmé Excellence débutant	Domaine de la moyenne performance. Travail propre. Des qualités de souplesse. Capable de sortir de l'axe vertical sans déséquilibre.
	NATIONALE 2	Excellence confirmé ou National débutant	Nombre d'heures d'entraînement important Travail en petit volume Maîtrise corporelle et technique des engins
	NATIONALE 3 et 4	Excellence confirmé ou National	Nombre d'heures d'entraînement important (plus de 5 heures). Aborde le travail en grand volume
	NATIONALE A	National, National A et B	Domaine de la performance.

Normes des engins

NORMES	ADAPTÉES	CODE UFOLEP
CORDE	Pas de norme adaptée	Longueur au choix en fonction de la taille de la gymnaste (+ ou – 10 cm des aisselles corde sous les pieds) ou en fonction de la taille moyenne en équipe
CERCEAU	70 à 90 cm, poids libre	80 à 91 cm de diamètre intérieur. 300 gr minimum.
BALLON	16 à 20 cm, poids libre	18 à 20 cm 400 g minimum.
MASSUES	35 à 50 cm, poids libre	40 à 50 cm. 150 g minimum chacune.
RUBAN	5 m minimum, 4 m en « Circuit Jeunesse »	Baguette de 50 à 60 cm 6 m minimum et 4 à 6 cm de large.
PROGRAMMES ET CATÉGORIES	Circuit jeunesse : Toutes les catégories	Toutes les autres catégories
	Circuit national Individuel : <i>Honneur</i> 11/12 ans – 13/14 ans <i>Excellence</i> 11/12 ans – 13/14 ans <i>National</i> 11/13 ans	
	Circuit national Ensemble : Masse Chorégraphié, Pré collectif 1 et 2, Préexcellence 1, Excellence 1 et 2, Nationale 2	

Les normes adaptées sont une tolérance, mais pas une obligation.

Les engins utilisés par une équipe sont tous identiques en poids, dimension (dans la même fourchette) et forme. Seule la couleur peut être différente (cf. code de pointage page 10).

Années d'âge et programmes

CIRCUIT JEUNESSE		CIRCUIT NATIONAL INDIVIDUELS ET ÉQUIPES										
9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19...	23...	
2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999	1998	1997	1994	1992	
		11/12 ans IH11/12 - IE11/12 - E1				15/16 ans IH15/16 - IE15/16				19 et + IE19 et +		
			13/14 ans IH13/14 - IE13/14					17/18 ans IE17/18			23 et + Uforever	
		11/13 ans IN11/13			14/16 ans IN14/16							
		14 et - MC - PC1 - PE1 - E2 - N2 - Festi'jeunes										
			13/16 ans INB13/16 - E3 - DE1 - N3									
		11 et + FESTIVAL										
		13 et + INA - PC2 - PE2 - NA										
		14 et + DN										
							15 et + E4 - DE2 - N4					
								16 et + DNA				
									17 et + IH17+ - IN 17+ - INB17+			

IN = Individuel National - IE=Individuel Excellence - IH =Individuel Honneur

Programmes, catégories et engins

Circuit jeunesse - 2015/2016

PROGRAMMES		ÂGE	ANNÉES	ENGINS ENSEMBLES	ENGINS INDIVIDUELS	
Débutants	<i>Ensemble</i>	9-10 ans	2006-2005	Imposé Corde		
Initiés	<i>Combiné</i>	9-10 ans	2006-2005	Imposé Ruban	Imposé Ballon	
Confirmés	<i>Ensemble</i>	9-10 ans	2006-2005	Semi-libre Cerceau		
Confirmés	<i>Individuel</i>				Semi-libre Corde	
Espoirs	<i>Ensemble</i>	9-10 ans	2006-2005	Libre Ballon		
Espoirs	<i>Individuel</i>				Imposé ML 2015	Libre Corde

Circuit national - Individuels - 2015/2016

PROGRAMMES	ÂGE	ANNÉES	ENGIN 1	ENGIN 2	
HONNEUR	11-12 ans	2004-2003	Imposé ML	Imposé Ruban	
	13 -14 ans	2002-2001	Imposé Corde	Imposé Ballon	
	15-16 ans	2000-1999	Imposé Cerceau	Imposé Ballon	
	17 ans et +	1998 et avant	Semi libre Ballon	Libre au choix *	
EXCELLENCE	11-12 ans	2004-2003	Imposé ML 11-12 ans	Libre Massues	
	13 -14 ans	2002-2001	Imposé ML 13-16 ans	Libre Ballon	
	15-16 ans	2000-1999	Imposé ML 13-16 ans	Libre Corde	
	17-18 ans	1998-1997	Libre Cerceau	Libre au choix *	
	19 ans et +	1996 et avant	Libre Massues	Libre au choix *	
NATIONAL	11-13 ans	2004 - 2003-2002	Libre Ballon	Libre Ruban	
	14 -16 ans	2001-2000-1999	Libre Cerceau	Libre au choix *	
	17 ans et +	1998 et avant	Libre Massues	Libre au choix *	
NATIONAL B	13-16 ans	2002-2001-2000-1999	Libre Cerceau	Libre au choix *	
	17 ans et +	1998 et avant	Libre Ruban	Libre au choix *	
NATIONAL A	13 ans et +	2002 et avant	L1 Libre Massues	L2 Libre au choix*	L3 Libre au choix*
UFOREVER	23 ans et +	1992 et avant	Libre au choix		

* En cas d'engin(s) libre(s) au choix, il(s) doit être différent(s) de l'engin imposé.

Circuit national - Ensembles - 2015/2016

PROGRAMMES et CATÉGORIES		ÂGE	ANNÉES	ENGINS	
MASSE-CHORÉGRAPHIÉ		14 et moins	2004-2003-2002-2001	Imposé Ballon	
PRÉ-COLLECTIF	1	14 et moins	2004-2003-2002-2001	Semi-libre Cerceau	
	2	13 et plus	2002 et avant	Semi-libre Cerceau	
PRÉEXCELLENCE	1	14 et moins	2004-2003-2002-2001	Semi-libre Massues (Séquences imposées)	
	2	13 et plus	2002 et avant	Semi-libre Massues (Séquences imposées)	
EXCELLENCE	1	11-12 ans	2004-2003	Libre Ballon	
	2	14 et moins	2004-2003-2002-2001	Libre Ruban	
	3	13-16 ans	2002-2001-2000-1999	Libre Cerceau/ Massues*	
	4	15 et plus	2000 et avant	Libre Corde + libre* **	
DUO EXCELLENCE	1	13-16 ans	2002-2001-2000-1999	Libre Cerceau	
	2	15 et plus	2000 et avant	Libre Ballon + libre**	
NATIONALE	2	14 et moins	2004-2003-2002-2001	Libre Massues	
	3	13-16 ans	2002-2001-2000-1999	Libre Cerceau/Corde*	
	4	15 et plus	2000 et avant	Libre Ballon + libre* **	
	A	13 et plus	2002 et avant	Libre 1 Massues	Libre 2 Cerceau*/Libre***
DUO NATIONALE		14 et plus	2001 et avant	Libre Massues	
DUO NATIONALE A		16 et plus	1999 et avant	Libre Ballon + libre	
FESTI'JEUNES		14 et moins	2004-2003-2002-2001	Thème et musique libres	
FESTIVAL		11 et plus	2004 et avant	Mythes et légendes	

* Les engins majoritaires sont marqués en gras. En cas d'équipes à : 4 (2 ou 3) - à 5 (3) à 6 (4)

** En cas d'engins mixtes, l'engin libre doit être différent de l'engin imposé.

*** En Nationale A, l'engin libre en plus du cerceau doit être différent de l'engin du libre 1

Circuit Jeunesse

Destiné aux enfants de 9 à 10 ans, le Circuit Jeunesse propose deux types de pratique :

L'un ouvert sur la découverte de la discipline et l'initiation sportive dans les programmes « Débutant » et « Initié ». Il doit permettre à l'enfant d'acquérir les bases de l'activité tout en aménageant une approche ludique et récréative.

L'autre, axé sur le perfectionnement dans les programmes « Confirmé » et « Espoir », préparant aux programmes de moyenne performance du Circuit National. Ces programmes sont destinés aux gymnastes ayant le goût de la performance et en possédant les qualités.

Objectifs

Etablir les bases de la GRS tout en respectant l'intégrité physique et psychologique des gymnastes.

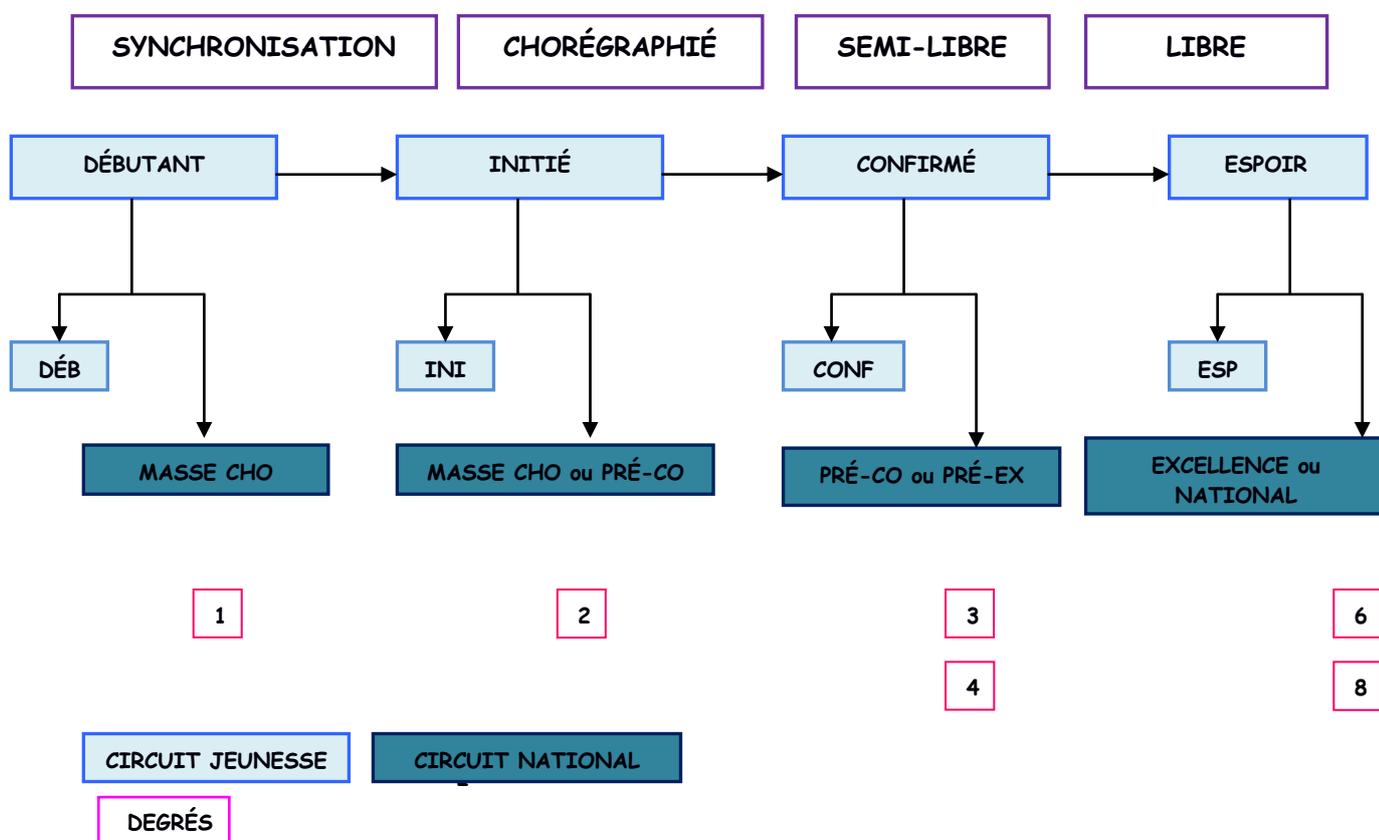
Favoriser l'épanouissement de l'enfant.

Privilégier le caractère ludique de l'activité.

Initier à la pratique sportive.

Déboucher sur une rencontre de Zone, à caractère compétitif et festif.

Étapes et évolution



Légende 1, 2 : Année de présence de la gym dans le circuit

Le Circuit Jeunesse en plus de l'ouverture à la pratique éducative, sportive et compétitive des jeunes de 9 et 10 ans ouvre de nouvelles pistes dans les cadres de la formation des officiels "juges" et animateurs.

En effet, les animateurs en formation ou récemment brevetés, pourront avec le soutien de leur tuteur apporter à ces jeunes en formation une bonne connaissance de la pratique de la GRS compte tenu des programmes (4 niveaux). Par ailleurs, ils auront à cœur de les initier, en valorisant la richesse de la vie du groupe, en veillant à l'apprentissage des fondamentaux et non à la copie de formes de pratiques compétitives strictes, qui engagerait ces jeunes sur de mauvaises pistes.

De même la préparation et la participation aux rencontres propres au Circuit Jeunesse, se doivent d'engendrer un état d'esprit particulier.

Il s'agit de faire comprendre aux jeunes et à leurs parents, l'intérêt de cette étape de deux ans, au cours de laquelle, l'apprentissage prime sur la réussite, l'ouverture à l'autre et les interactions entre les individus du groupe, ou celles de différents groupes entre eux (lors des rencontres), sur la seule progression individuelle.

C'est, sans aucun doute, un excellent terrain pour que les jeunes pratiquants évoluent dans une pratique sportive en se basant sur l'apprentissage des fondamentaux et le respect de l'intégrité physique, mais aussi en abordant la rencontre sportive sous l'aspect enrichissant de l'expression, de la connaissance de soi, de la découverte et de l'échange avec l'autre.

Au cours des regroupements (départementaux et/ou régionaux) et plus particulièrement celui de la finale de zone, les commissions, responsables de l'organisation, veilleront à préserver un esprit ludique, à favoriser l'échange au lieu de reproduire les formes traditionnelles de rencontres ou seuls comptent, notation et classement strict.

Jugement

Au regard de ces orientations sur la pratique, des axes sont privilégiés :

- le jugement par appréciation est préféré à la notation en points.
- L'attribution d'un niveau se fait toujours au regard des acquis.
- Le résultat s'exprime dans chaque rubrique sur une échelle de cinq niveaux. Chaque appréciation de rubrique est collectée sur une fiche, qui servira de fiche récapitulative au coordonnateur et que l'on retrouvera dans le logiciel informatique.

NOUVEAUTÉ : LES JUGES JEUNESSE (JJ)

- Cette année, une ouverture au jugement du circuit jeunesse est offerte aux jeunes à partir de 11 ans. Les Juges Jeunesse (JJ) bénéficient d'une possibilité d'entrer dans la formation dès onze ans et d'un terrain idéal d'expérimentation au jugement. Cette étape leur offrira un temps privilégié pour engranger les pré-requis pour entrer en formation BF10 "Juges" et "Organisateurs" dès leur quatorzième année.
- Cette étape du Circuit Jeunesse peut-être aussi la porte d'entrée dans le jugement pour toutes les personnes désirant se former au jugement.
- Seul le coordonnateur du jury sera nécessairement Juge Arbitre. Les juges composition seront eux du niveau BF10C (voir détail dans les différentes catégories).
- Le principe de 2 juges par groupes de rubriques offre l'avantage à chaque juge d'apprécier sa rubrique, de confronter son appréciation avec celle de l'autre juge, afin d'entériner leurs décisions ou d'en donner une nouvelle après concertation. C'est cette dernière appréciation qui sera transmise au JA. En conséquence, la mise en place des juges est à prévoir afin de permettre la concertation entre 2 juges pour la décision finale.
- Ce type de jugement offre un terrain de mise en pratique du jugement **mais en aucun cas celui d'une évaluation pratique dans la formation BFO.**

Échelons départemental et régional

Suivant l'organisation départementale et régionale, les rencontres départementales et/ou régionales seront organisées au cours d'une journée propre à ce programme ou associées aux rencontres du circuit national.

Chaque structure peut proposer en plus du programme technique, des animations sportives, ludiques et créatives (passage des degrés, ateliers divers), pour donner à chaque regroupement le caractère récréatif, festif et sportif adapté à l'âge des gymnastes.

Finales de zones

Elles se déroulent dans 3 secteurs :

Zone Nord : Centre, Champagne-Ardenne, IDF Est et IDF Ouest, Nord-Pas de Calais.

Zone Ouest : Aquitaine, Bretagne, Limousin, Midi-Pyrénées, Pays de Loire, Poitou-Charentes.

Zone Sud : Auvergne, Bourgogne, Languedoc-Roussillon, Lorraine et Rhône-Alpes.

Qualification à la Zone

Il est souhaité qu'un maximum d'équipes puisse participer aux finales de Zone. Si l'accueil de toutes les équipes n'est pas possible pour des raisons de logistique, les Responsables Techniques des Régions seront amenés à établir la liste des qualifiées en se concertant sur les critères de qualification.

Programme de la finale de Zone

Les organisateurs de la finale de Zone, selon les possibilités de la région ou du département concerné, pourront mettre en place, en plus du programme technique, des ateliers divers (création avec une équipe interclubs, parcours, défis...).

Autour de ce programme gymnique, l'organisateur veillera à offrir, en illustration de notre sigle «Tous les sports autrement », des activités diverses favorisant la rencontre, la détente, la découverte locale et celle d'autrui.

Classement et Récompenses

Les juges évaluent l'acquisition des différentes compétences en Gymnastique Rythmique et Sportive suivant plusieurs critères établis. L'ensemble des appréciations données par le jury déterminera le niveau dans lequel l'équipe ou l'individuel sera récompensé : Or, Argent, ou Bronze.

Chaque gymnaste recevra un diplôme de fin de parcours, avec une couleur correspondant à chaque catégorie (ex : débutante = diplôme bleu). Une pastille or argent ou bronze sera appliquée sur le diplôme suivant le résultat de l'individuel (confirmés et espoirs) et des ensembles débutants, confirmés et espoirs ainsi que du combiné Initié

Suivant les ressources des organisateurs, coupes, breloques ou cadeaux souvenirs peuvent être offerts.

Lors du palmarès, les gymnastes sont appelés selon leur groupe de classement, dans l'ordre alphabétique des clubs.

Musique

Exercices imposés et semi-libres

Les musiques des imposés et des semi-libres peuvent être téléchargées sur le site de l'UFOLEP National (voir p. 3), ou transmises par mail ou CD, aux Responsables Techniques Régionaux, qui en assurent la diffusion.

Exercice libres

Pour les exercices libres, attention à respecter les consignes suivantes :

- Choisir des musiques adaptées à l'âge des enfants.
- Le « pot pourri » est interdit
- Les paroles sont interdites, quelle que soit la langue, mais les voix sont autorisées.

Texte des exercices imposés

Les textes des exercices imposés et des semi-libres peuvent être téléchargés sur le site de l'UFOLEP Nationale (voir p. 3), ou transmises par mail ou CD, aux Responsables Techniques Régionaux, qui en assurent la diffusion.

Jugement

Le jugement s'effectue sur la base de différents critères appréciés par les juges, non pas en points, mais à l'aide d'un tableau d'évaluation précisé pour chaque catégorie dans les fiches de juges "Circuit Jeunesse 2015/2016" et dans la fiche récapitulative par équipe située dans le logiciel de notes Circuit Jeunesse 2015/2016.

Les 2 Juges répondent à la question posée et donnent après concertation une seule appréciation par rubrique.

Ex : les 2 juges Exécution Fondamentaux inscriront une croix dans la colonne "Souvent" pour le corporel et une croix dans la colonne "Presque toujours" pour l'engin.

Rôle du coordonnateur

Le coordonnateur applique les pénalités s'il y a lieu (fautes de texte et pénalités diverses) et entérine les appréciations données par les juges. Il réunit les juges concernés, si l'appréciation des juges est à 2 niveaux au-dessus ou au-dessous de son appréciation.

Ex : En fondamentaux corporel, les juges indiquent "Toujours" et le coordonnateur est à "Souvent".

Après justification donné par chacun, il s'accorde avec eux sur une réponse commune.

Fautes de texte

La faute de texte est comptabilisée par le coordonnateur pour chaque mouvement ne correspondant pas au texte imposé et réalisé par au moins la moitié des gymnastes. Dans ces programmes il s'agit de compter le nombre de fautes de texte.

Jugement de l'exécution des Ensembles

EXÉCUTION	2 Juges Jeunesse	FONDAMENTAUX	Corporel	Les fondamentaux sont-ils respectés ?
			Engin	Les fondamentaux sont-ils respectés ?
	2 Juges Jeunesse	HARMONIE	Espace	L'espace est-il précis ?
			Musique	Les gymnastes sont-ils en accord avec la musique ?
			Ensemble	Les gymnastes sont-ils ensemble ?

Résultat : comment déterminer la couleur, or, argent ou bronze ?

Pour déterminer la couleur représentant le classement de l'équipe ou de l'individuel, c'est la couleur qui est en plus grand nombre qui permet d'attribuer la couleur or, argent ou bronze.

S'il y avait le même nombre de points entre or et argent, c'est l'or qui l'emporterait, idem pour argent et bronze, c'est l'argent qui l'emporterait.

S'il y a égalité de points dans les 3, l'argent est attribué, s'il y a égalité entre or et bronze, l'argent est attribué.

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes abordant la gymnastique rythmique et sportive pour la première année. Travail visant à accéder au programme Masse Chorégraphié lors du passage au circuit national.

Orientation de travail

C'est l'étape de SYNCHRONISATION qui permet aux gymnastes d'acquérir les fondamentaux et de viser la synchronisation d'actions.

Descriptif

Mouvement	Imposé
Musique	Imposée
Composition	Libre
Engin	Imposé cf. tableau des catégories et engin p.14
Nombre de gymnastes	4 à 8 - 2 remplaçants autorisés

C'est un enchaînement de type « Masse chorégraphié » qui doit être réalisé entièrement par l'ensemble des gymnastes, avec 4 formations et 2 relations et sans échange d'engin par lancer.

Jugement de l'ensemble Débutant

EXÉCUTION : se référer au jugement des Ensembles Circuit Jeunesse p.19

COMPOSITION*	2 Juges Jeunesse	EXIGENCES TECHNIQUES	Formations	Les 4 formations sont-elles réalisées ?
			Relations	Les 2 relations sont-elles réalisées ?
	2 juges BF1OC	COMPOSITION	Évolutions et Équilibre	Richesse et répartition équilibrée de la composition.
			Exploitation partie libre	La partie libre est-elle exploitée sur le plan musical, spatial ?
	1 Coordonnateur	Fautes de texte	Le contrat technique est-il respecté ?	

*¹ Voir tableau des exigences techniques" Ensembles CJ" p.24.

Initié

Dans le but d'initier les jeunes gymnastes aux 2 types de pratiques qu'offre l'UFOLEP et de créer un esprit d'équipe, le niveau « initié » propose un programme combiné des exercices « ensembles et individuels ».

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes abordant la gymnastique rythmique et sportive pour la deuxième année, ou présentant un vécu corporel leur permettant d'aborder plus rapidement la discipline.

Travail visant à accéder aux programmes Masse Chorégraphié ou Pré-Collectif lors du passage au circuit national, éventuellement au programme individuel honneur.

En ensemble, c'est l'étape de la CHORÉGRAPHIE

La trame technique sera exploitée dans le but de créer des relations spatiales et relationnelles variées.

L'exercice individuel imposé permettra à chaque gymnaste de parfaire les fondamentaux GRS.

Participation

L'équipe composée de 4 à 8 gymnastes présentera son exercice d'ensemble et les exercices individuels suivant les précisions ci-après :

- Pour les équipes de 4 : 2 à 4 gymnastes peuvent présenter l'individuel " Initié" :
- Pour les équipes de 5 à 8 gymnastes : 4 à 8 gymnastes peuvent présenter l'individuel " Initié" :

Un gymnaste d'une équipe « Débutants », « Confirmés » ou « Espoirs », ne pourra concourir en catégorie individuel « Initié », réservée au combiné. De même, un gymnaste seul ne pourra concourir dans cette catégorie, et devra se présenter en individuel « Confirmé » ou « Espoir » s'il possède le niveau requis.

Attention : Tout engagement ne respectant pas ces particularités (public visé ou orientations de travail) sera considéré, après accord de la CTR concernée, comme un engagement à finalité régionale. L'équipe ou l'individuel engagé ne pourra donc pas se présenter lors de la rencontre de zone.

Résultats du combiné

Il se fera à partir du résultat de l'exercice d'ensemble (coefficient 2) et des résultats des exercices individuels.

- Pour une équipe de 4, présentant de 2 à 4 individuels, les 2 meilleurs résultats sont pris en compte.
- Pour une équipe de 5 à 8 gymnastes, présentant de 5 à 8 individuels, les 4 meilleurs résultats sont pris en compte.

Résultat final : Voir page 19 "Comment déterminer la couleur "or, argent ou bronze".

Exemples de fiches récapitulatives du combiné initié :

Dossard 11	Résultat Équipe	IND	11/1	11/2	11/3	11/4					Résultat final
		or	3	4	1	0					OR
	OR	ar	2	2	4	3					
		br	2	0	2	3					
Résultat	OR	OR	or	or	ar	ar					
Dossard 12	Résultat Équipe	IND	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5	12/6	12/7		Résultat final
		or	2	0	1	0	1	2	4		AR
	OR	ar	3	2	4	3	3	3	2		
		br	2	4	2	3	2	4	4		
Résultat	OR	OR	ar	br	ar	ar	ar	br	ar		
Dossard 13	Résultat Équipe	IND	13/1	13/2	13/3	13/4	13/5	13/6			Résultat final
		or	2	2	2	3	0	1			AR
	BR	ar	3	4	4	3	4	1			
		br	3	4	2	3	2	4			
Résultat	BR	BR	ar	ar	ar	ar	ar	br			

Ensemble Initiés

Descriptif

Enchaînement	Imposé
Nombre de gymnastes	4 à 8 - 2 remplaçants autorisés
Musique	Imposée
Engin	Imposé Cf. tableau des catégories et engin p.14

L'enchaînement, de type « Masse Chorégraphié », doit être réalisé entièrement par l'ensemble des gymnastes, en respectant le texte de l'exercice imposé. Les relations sont comptabilisées si toutes les gymnastes sont impliquées (il peut y avoir un laps de temps très court, s'il y a des sous groupes).

Jugement de l'ensemble Initié

EXÉCUTION : se référer au jugement des Ensembles Circuit Jeunesse p.19

COMPOSITION*	2 Juges Jeunesse	EXIGENCES TECHNIQUES*¹	Formations	Les 4 formations sont-elles réalisées ?
			Relations	Les 4 relations sont-elles réalisées ?
	2 Juges BF10C	COMPOSITION	Évolutions et Équilibre	Richesse des évolutions et équilibre de la composition.
			Exploitation partie libre	La partie libre est-elle exploitée ?
	1 Coordonnateur*		Fautes de texte. Pénalités appliquées	Le contrat technique est-il respecté ? Fautes de texte, éléments interdits.

*¹ Voir tableau des exigences techniques" Ensembles CJ" p.24.

Individuel Initié

Descriptif

Enchaînement	Imposé
Musique	Imposée (durée 48'')
Engin	Imposé cf. tableau des catégories et engin p.14

L'enchaînement, de type 3^{ème} degré sera réalisé sur un quart de praticable simultanément avec 3 autres gymnastes du même club ou non. Il est donc nécessaire de prévoir la matérialisation et la mise en place des jury en face de chaque mini-praticable.

Jugement de l'individuel initié

EXÉCUTION	2 juges Jeunesse	FONDAMENTAUX	Corporel	Les fondamentaux sont-ils respectés ?
			Engin	Les fondamentaux sont-ils respectés ?
	2 Juges Jeunesse	HARMONIE	Espace	L'espace est-il précis ?
			Musique	Le gymnaste est-t-il en accord avec la musique ?
	1 Coordonnateur	Respect du texte	Texte	Le texte est-il respecté ?

Ensemble Confirmé

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes abordant la gymnastique rythmique et sportive pour la troisième année, ou présentant un vécu corporel leur permettant d'aborder plus rapidement la discipline.

Travail visant à accéder aux programmes Préexcellence ou Excellence et au programme individuel honneur lors du passage au circuit national.

Si lors du passage en circuit national, seulement 2 gymnastes sur 4 ou 5 et 3 gymnastes sur une équipe de 6 ont le niveau confirmé, l'équipe nouvellement constituée pourra se présenter en Pré-collectif.

Orientation de travail

C'est l'étape du SEMI-LIBRE.

Les bases techniques sont à renforcer, le travail de coordination, de manipulation, de liaison d'éléments s'enrichit en complexité et rapidité, tout en gardant une clarté et une bonne définition des gestes.

Il faut axer le travail sur la richesse corporelle et la variété dans l'utilisation de l'engin.

Apparition des difficultés codifiées autorisées.

Descriptif

Enchaînement	Semi-libre
Nombre de gymnastes	4 à 6 - 2 remplaçants autorisés
Musique	Au choix parmi 4 proposées
Engin	Imposé cf. tableau des catégories et engin p.14

Jugement de l'ensemble Confirmé

EXÉCUTION : se référer au jugement des Ensembles Circuit Jeunesse p.19

COMPOSITION*	2 Juges Jeunesse	EXIGENCES TECHNIQUES	Séquences imposées	Les séquences imposées sont elles réalisées ?
			Formations	Les 5 formations sont-elles réalisées ?
			Relations	Les 4 relations sont-elles réalisées ?
			DE	Les 3 DE corporelles sont elles réalisées ?
	2 Juges BF10C	COMPOSITION 1	RMM	Exploitation de la Relation musique/Mouvement
			Occupation de l'espace	L'espace est-il harmonieux, équilibré ?
	2 Juges BF10C	COMPOSITION 2	Corporel	Richesse et variété des familles corporelles
			Engin	Richesse et variété des familles à l'engin
	Coordonnateur	Pénalités	Pénalités/ Texte et éléments interdits	Le contrat technique est-il respecté ?

* Voir tableau des exigences techniques" Ensembles CJ" p.24.

Ensemble Espoir

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes de bon niveau, ayant de réelles qualités gymniques et/ou bénéficiant d'horaires d'entraînements importants.

Travail visant à accéder aux programmes des ensembles Excellence ou National lors du passage au circuit national et au programme individuel excellence.

Si lors du passage en circuit national, seulement 2 gymnastes sur 4 ou 5 et 3 gymnastes sur une équipe de 6 ont le niveau espoirs, l'équipe nouvellement constituée pourra se présenter en Préexcellence.

Orientation de travail

C'est l'étape du LIBRE.

-Il faut viser un travail corporel propre, respectant l'intégrité physique des gymnastes, et solutionnant les problèmes de :

- Placement et équilibre
- Coordination et succession logique des actions
- Manipulation
- Apprentissage des difficultés codifiées autorisées.

Attention à ne pas négliger la recherche de l'originalité dans tous les domaines, au profit de la vitesse d'exécution, non demandée ici.

Descriptif

Enchaînement	Libre
Nombre de gymnastes	4 à 6 - 2 remplaçants autorisés
Musique	Libre d'une durée de 1'30 à 2'00
Engin	Imposé cf. tableau des catégories et engin p.14

Jugement de l'ensemble Espoir

EXÉCUTION : se référer au jugement des Ensembles Circuit Jeunesse p.19

COMPOSITION*	2 juges Jeunesse	EXIGENCES TECHNIQUES	Formations	Les 6 formations sont-elles réalisées ?
			Relations	Les 5 relations sont-elles réalisées ?
			DE	Les 4 DE corporelles sont elles réalisées ,
			DM	La DM est-elle réalisée ?
	2 Juges BF10C	COMPOSITION 1	RMM	Exploitation de la Relation Musique/Mouvement
			Occupation de l'espace	L'espace est-il harmonieux , équilibré ?
	2 Juges BF10C	COMPOSITION 2	Corporel	Richesse et variété des familles corporelles
			Engin	Richesse et variété des familles à l'engin
	Coordonnateur	Pénalités	Pénalités/Texte et éléments interdits	Le contrat technique est-il respecté ?

* Voir tableau des exigences techniques" Ensembles CJ" ci-dessous.

Tableau des exigences techniques Ensembles CJ

Catégorie	Texte Imposé	Partie libre	Formations	Relations	DE	DM	DS	Éch en DS	Contrat des difficultés	Nombre maximum de difficultés	Acrobatie	Portés autorisés
Débutant	Oui	Une à la fin	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0
Initié	Oui	Une à la fin	4	3	0	0	0	0	0	0	0*	0
Confirmé	3 séquences	Le reste	5	4	3	0	0	0	3	5	0*	1
Espoir	Non	Tout	6	5	4	1	0	0	5	7	0*	2

DE = Difficulté élémentaire - DM = Difficulté moyenne - DS = Difficulté supérieure - 0 = interdit

* Toute acrobatie est interdite, sauf la roue

Appréciations et pénalités applicables pour toutes les catégories Ensembles :

Se reporter aux fiches de jugement CJ, 1 fiche par programme.

Jugement de l'exécution des individuels - imposé et libres

EXÉCUTION	2 juges Jeunesse	FONDAMENTAUX	Corporel	Les fondamentaux sont-ils respectés ?
			Engin	Les fondamentaux sont-ils respectés ?
	2 juges Jeunesse	HARMONIE	Espace	L'espace est-il précis ?
			Musique	Le gymnaste est-t-il en accord avec la musique ?

Individuel Confirmé

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes abordant la gymnastique rythmique et sportive pour la troisième année, ou présentant un vécu corporel leur permettant d'aborder plus rapidement la discipline.

Travail visant à accéder aux programmes Individuels Honneur ou Excellence lors du passage au circuit national.

Orientation de travail

Il faut viser un travail corporel propre, et posant des problèmes simples :

D'équilibre sur des appuis variés

De coordination

De succession logique des actions

De manipulation plus variée sur des éléments corporels plus riches

Apprentissage des difficultés codifiées.

Descriptif

Enchaînement	Semi-libre
Musique	Libre d'une durée de 0'45 à 1'15
Engin	Imposé cf. tableau des catégories et engin p.14

Jugement de l'individuel Confirmé

EXÉCUTION : se référer au jugement des Individuels du Circuit Jeunesse p.24

COMPOSITION*	2 juges BF1OC	EXIGENCES TECHNIQUES	Séquences imposées	Les séquences imposées sont elles réalisées ?
			DE	Les 3 difficultés corporelles élémentaires sont elles réalisées ?
	2 juges BF1OC	COMPOSITION 1	RMM	Exploitation de la Relation Musique/Mouvement
			Occupation de l'espace	L'espace est-il harmonieux, équilibré ?
	2 juges BF1OC	COMPOSITION 2	Corporel	Richesse et variété des familles corporelles
			Engin	Richesse et variété des familles à l'engin
Coordonnateur	Pénalités	Fautes de texte et pénalités	Le contrat technique est-il respecté ?	

* Voir tableau des exigences techniques "Individuel CJ" p.26.

Individuel Espoir

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes de bon niveau, ayant de réelles qualités gymniques et/ou bénéficiant d'horaires d'entraînements importants.

Travail visant à accéder aux programmes Individuels Excellence ou Nationale lors du passage au circuit national.

Les gymnastes issus du programme individuel "Espoir" ne pourront concourir en honneur en Circuit National (sauf sur dérogation de la Commission Technique Régionale).

Orientation de travail

Il faut viser un travail corporel propre, respectant l'intégrité physique des gymnastes, et solutionnant les problèmes de :

- Placement et équilibre
- Coordination et succession logique des actions
- Manipulation

C'est le temps de l'apprentissage des difficultés codifiées autorisées.

Attention à

- ne pas négliger la recherche de l'originalité dans tous les domaines, au profit de la vitesse d'exécution, non demandée ici.
- tenir compte de la personnalité de la gymnaste.

Sont donc à proscrire, les enchaînements similaires pour les gymnastes d'un même club (ce qui pourrait être sanctionné régionalement par avis de la CTR concernée)

Descriptif

Enchaînement	Imposé	Enchaînement	Libre
Musique	Imposée	Musique	Libre d'une durée de 1'00 à 1'15
Espace	Imposé	Engin	Imposé cf. tableau des catégories et engin p.14

Jugement de l'individuel Espoir

EXÉCUTION : se référer au jugement des Individuels du Circuit Jeunesse p.24

COMPOSITION*	2 juges BF10C	EXIGENCES TECHNIQUES	DE	Les 4 difficultés corporelles élémentaires sont elles réalisées ?
			DM	La DM est-elle réalisée ?
	2 juges BF10C	COMPOSITION 1	RMM	Exploitation de la Relation Musique/Mouvement
			Occupation de l'espace	L'espace est-il harmonieux, équilibré ?
	2 juges BF10C	COMPOSITION 2	Corporel	Richesse et variété des familles corporelles
			Engin	Richesse et variété des familles à l'engin
Coordonnateur	Pénalités	Pénalités	Le contrat technique est-il respecté ?	

* Voir tableau des exigences techniques "Individuels CJ " ci-dessous.

Tableau des exigences techniques des Individuels du CJ

Catégorie	Séquences Imposées	DE	DM	DS	Contrat des difficultés	Nombre maximum de difficultés	Acrobaties
Confirmé	3	3	0	0	3	5	0*
Espoir	non	4	1	0	5	7	0*

* Toute acrobatie est interdite, sauf la roue

Appréciations et pénalités applicables pour toutes les catégories :

Se reporter aux fiches de jugement CJ, 1 fiche par programme.

Circuit National Individuel

Généralités

Jury des Individuels

Imposés	Libres	
JURY EXÉCUTION	JURY EXÉCUTION	JURY COMPOSITION
		Valeur Technique 4 points
		Valeur Artistique 6 points
1 Juge Arbitre	1 Juge Arbitre	1 Juge Arbitre et juge 1
4 Juges	4 Juges	2 Juges Juges 2 et 3
		3 Juges Juges 2, 3 et 4
10 points	10 points	10 points
NOTE SUR 10 POINTS	NOTE SUR 20 POINTS	

Jugement de l'exécution et de la composition

Jugement de...	Exécution	Valeur Technique	Valeur Artistique
Se référer...	au chapitre Exécution du code de pointage	p.31 de cette brochure	p.32 de cette brochure

Faute de texte : Pénalité de 0,10 à 30 pt par le juge arbitre avec accord du jury.

Texte des exercices imposés

Les textes des exercices imposés et des semi-libres peuvent être téléchargés sur le site de l'UFOLEP National (voir p. 3), ou transmises par mail, aux Responsables Techniques Régionaux, qui en assurent la diffusion

Musique des Individuels

Exercices imposés

Les musiques des exercices imposés et des semi-libres peuvent être téléchargées sur le site de l'UFOLEP National (voir p. 3), ou transmises par mail, aux Responsables Techniques Régionaux, qui en assurent la diffusion.

Exercices libres

Les musiques sont libres, d'une durée de 1' à 1'30" en Honneur et de 1'15" à 1'30" en Excellence, en National et en "Uforever"

Attention cependant à respecter les consignes suivantes :

- Choisir des musiques adaptées à l'âge des gymnastes.
- Le « pot pourri » est interdit
- Les paroles sont interdites, quelle que soit la langue, mais les voix sont autorisées.

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes abordant la compétition individuelle. On commence à avoir un souci d'enjeu sportif, le corps est en quête d'artistique (niveau 4^{ème} degré, de type 3 - cf. code UFOLEP).

Attention :

***il ne peut y avoir de gymnaste individuelle FFGym en Honneur (saison n ou n-1)
il ne peut y avoir de gymnastes issues du Circuit Jeunesse Espoir individuelle UFOLEP***

Orientation de travail

Il faut viser un travail propre sur ce programme simple, posant des problèmes :

- d'équilibre,
- de coordination,
- de succession logique des actions,
- de manipulation simple.

L'enjeu sportif apparaît sans recherche d'exploit.

Descriptif

<i>Enchaînements</i>	<i>Imposé</i>	<i>Semi-libre</i>	<i>Libre</i>
	11/12, 13/14 et 15/16 ans	15/16 et 17 ans et +	17 ans et +
<i>Musique</i>	Imposée	Imposée	Libre d'une durée de 1'00 à 1'30
<i>Engin</i>	Imposé*	Séquences imposées*	Libre (engin différent de celui de l'enchaînement imposé)*

*Cf. Tableau des catégories et engins p.14.

Précisions :

Les difficultés imposées du semi-libre sont prises en compte dans la validation du contrat technique.

Individuel Excellence

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes confirmés, (niveau 4^{ème} / 6^{ème} degré, de type 2 - cf. code UFOLEP). Avec le programme EXCELLENCE, on entre dans le domaine de la moyenne performance.

EXCELLENCE 11/12 ans et 13/14 ans : être capable d'assurer les difficultés de base.
EXCELLENCE 15 ans et plus: critère de l'âge, programme à exigences réduites.

Attention :

il ne peut y avoir de gymnaste Nationale FFGym en Excellence

Orientation de travail

Rappel des critères de la moyenne performance :

Le travail doit être propre et fin, tant au point de vue du corps que celui de l'engin.

Les éléments et les difficultés doivent être clairs et appartenir au registre de base (ex : le saut enjambé propre, bien réalisé, sera préféré à un saut carpé, non maîtrisé, ou une onde latérale précise plutôt qu'une onde en vis où le déroulement n'est pas bien ordonné).

Dans tous les cas, on laisse à la gymnaste le temps d'être correcte afin qu'en permanence le travail de finition et d'exactitude soit sauvegardé.

On ne recherche pas le critère de vitesse d'exécution. Si le gymnaste joue cette carte au détriment de la réalisation motrice, du respect des règles fondamentales, ou de l'originalité, il sera pénalisé.

Dans le cas où le gymnaste est capable d'allier le niveau technique exigé et la vitesse d'exécution, **il est sur le programme Individuel National.**

L'œil du juge doit se porter sur la propreté du travail, la correction permanente du geste.

L'entraîneur choisissant une autre stratégie, le fait aux risques et périls du gymnaste.

Descriptif

Enchaînements	<i>Imposé</i>	<i>Libre</i>
	11/12, 13/14 et 15/16 ans	11/12, 13/14, 15/16, 17/18 et 19 ans et +
Musique	Imposée	Libre d'une durée de 1'15 à 1'30
Engin	Imposé	Libre (engin différent de celui de l'enchaînement imposé) cf. tableau des catégories et engins p.14.

Individuel National

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse à des gymnastes de bon niveau, ayant de réelles qualités gymniques (6^{ème}, 8^{ème} degré UFOLEP).

Doivent concourir dans ces catégories :

Les gymnastes classés par la C.N.S. GRS UFOLEP,

Les gymnastes qui participent au Championnat Fédéral FFGym en catégorie Nationale C ou trophée fédéral

Les gymnastes bénéficiant d'horaires importants d'entraînement.

Descriptif

Enchaînements	<i>Libres</i>
Musique	Libres d'une durée de 1'15 à 1'30
Engin	Imposé ou Libre (engin libre différent de celui de l'enchaînement imposé) cf. tableau des catégories et engins p.14

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme NATIONALE B s'adresse à des gymnastes classés par la C.N.S. G.R.S. UFOLEP ou à des gymnastes de bon niveau ne relevant pas encore de Nationale A. Le niveau comporte deux catégories.

Le programme NATIONALE A s'adresse à des gymnastes classés par la FFGym : Nationales A ou B, gymnastes de centres de performance, finalistes fédérales, et aux gymnastes bénéficiant d'horaires importants d'entraînement. Le niveau ne comporte qu'une seule catégorie.

Descriptif

Enchaînements	Libres
Musique	Libres d'une durée de 1'15 à 1'30
Engin	Imposé ou Libre (engin libre différent de celui de l'enchaînement imposé) cf. tableau des catégories et engins p.14

Individuel "Uforever"

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse à des gymnastes de plus de 23 ans désirant continuer ou reprendre la compétition dans un format plus en accord avec un temps d'entraînement plus réduit.

L'engagement dans ce programme n'est pas obligatoire pour les gymnastes de plus de 23 ans qui peuvent concourir en UFOREVER ou en 19 ans et +.

Le jugement est adapté pour valoriser l'artistique et l'émotion. Le niveau des difficultés est ouvert.

Descriptif

Enchaînement	Libre
Musique	Libre d'une durée de 1'15" à 1'30 . Paroles autorisées.
Engin	Libre, cf. tableau des catégories et engins p.14
Tenue	Libre mais gymnique : ne doit pas être un déguisement, accessoires interdits

Jugement de la composition

Valeur technique - 2 points :

Voir tableau page 31.

pénalité de 0.30 pour difficulté manquante.

Valeur artistique - 6 points :

Voir tableau VALEUR ARTISTIQUE se reporter à la colonne Nationale page 32.

Émotion - 2 points :

Chaque rubrique sera notée entre 0,00 et 0,50 par dixième :

Engagement émotionnel de la gymnaste : la gymnaste joue un rôle, crée un univers et interprète son enchaînement...

Engagement du public : le spectateur est impliqué, ému et entre dans l'univers de la gymnaste.

L'enchaînement dégage du sens : l'enchaînement raconte une histoire intimement liée à la musique et à la logique des mouvements.

L'engin est un partenaire : l'engin est mis au profit de la chorégraphie et de la signification de l'enchaînement, il semble "animé".

Valeur Technique des Individuels - 4 points

Généralités

Toute difficulté, si elle est autorisée, **peut se substituer** à une difficulté de niveau inférieur pour la validation du contrat.
Ex. : Une difficulté de niveau supérieur autorisée peut remplacer une difficulté moyenne

En revanche, **une difficulté n'est validée qu'une seule fois**. ex. : une difficulté supérieure spécifique peut être validée soit en moyenne corporelle, soit en difficulté supérieure spécifique, mais en aucun cas les deux à la fois.

Les difficultés en plus du contrat sont tolérées dans l'optique de la progression de la gymnaste, mais ne sont pas valorisées, elles n'entrent pas dans le total du "Contrat des difficultés".

Le dépassement du nombre maximum de difficultés est pénalisé Cette pénalité sera appliquée sur les difficultés du niveau le plus bas (voir tableau des pénalités applicables à toutes les catégories, ci-dessous).

Une des difficultés demandées doit être réalisée de la main malhabile

Particularités

Dans tous les programmes nationaux, les difficultés élémentaires ne sont pas prise en compte dans le nombre maximum de difficultés.

Tableau des exigences techniques, répartition des points :

Programmes Catégories	DE	DM	DMS	DS autorisée(s) mais non revalorisée(s)	DSS	Contrat des difficultés	Nombre maximum de difficultés	Acrobaties	MD/MG	Familles Corporelles	Points	s Exigences Engin	Risque	Programmes Catégories
				DS										
H15/16	4	1	1	0		6	9 dont 2 DM	0* ¹	Travail Equilibré MD/MG	Toutes Familles corporelles représentées	2,80	1,00	0,20	H15/16
H17 et +	4	2	1	0		7	10 dont 3 DM	0* ¹			2,80	1,00	0,20	H17 et+
E11/12	3	2	1	0		6	9	2			2,80	1,00	0,20	E11/12
E13/14	3	2	1	1 EC		6	10	2			2,70	1,00	0,30	E13/14
E15/16	2	3 dont 1HC	1	1		6	10	2			2,60	1,00	0,40	E15/16
E17/18	2	4 dont 2 HC	1	2 dont 1HC		7	11	2			2,60	1,00	0,40	E17/18
E19 et +	2	4 dont 2 HC	1	2 dont 1HC		7	11	2			2,50	1,00	0,50	E19 et +
N11/13		3 HC		2	2	7	10	3			2,60	1,00	0,40	N11/13
N14/16		2 HC		3 dont 1 HC	2	7	11	3			2,50	1,00	0,50	N14/16
N17+		2 HC		3 dont 2HC	2	7	11	3			2,40	1,00	0,60	N17+
NB13/16		3 HC		3 dont 2HC	2	8	12	3			2,30	1,00	0,70	NB13/16
NB17+		3 HC		3 HC	2	8	12	3			2,20	1,00	0,80	NB17+
NA		2 HC		4 dont 3 HC	3	9	13	3			2,10	1,00	0,90	NA
Uforever	4 Difficultés corporelles et 4 Difficultés Spécifiques					8	11	3			2,00	1,00	0,00	Uforever

DE = Difficulté élémentaire - DM = Difficulté moyenne - DS = Difficulté supérieure DMS = Difficulté moyenne spécifique - DSS = Difficulté supérieure spécifique

HC = Hors Combinaison - EC = En Combinaison - MD/MG Main Droite/Main Gauche - 0 = interdit

*¹ Toute acrobatie est interdite, sauf la roue

Pénalités applicables pour toutes les catégories :

Pénalités pour chaque ...	DE	DM	DMS	DS	DSS	Acrobatie	Main malhabile
Élément manquant	0.20	0.30	0.30	0.60	0,60	x	0.30
Élément en trop	0.20	0.30	X	0.50	X	0.50	x

Valeur Artistique des Individuels - 6 points

THÈMES	NIVEAUX	DÉTAILS	HONNEUR	EXCELLENCE	NATIONAL	NAT B et A	Sur 6 pts
ENGIN	1	Mobilité de l'engin Utilisation de tous les plans Utilisation de toutes les familles	0.60 pt	0.50 pt	0.40 pt	0.40 pt	1.50 pts
	2	Qualité des liaisons d'éléments	0.60 pt				
		Variété dans l'utilisation des plans et des sens		0.50 pt	0.50 pt	0.50 pt	
		Variété des liaisons d'éléments →					
	3	Revalorisation Manipulation autre que la main Originalité	0.30 pt	0.50 pt	0.60 pt	0.60 pt	
Vitesse d'exécution →							
CORPS	1	Equilibre des groupes d'éléments corporels Modes de déplacements variés	0.60 pt	0.50 pt	0.40 pt	0.40 pt	1.50 pts
	2	Variété des éléments corporels et des liaisons	0.60 pt	0.50 pt	0.50 pt	0.50 pt	
	3	Dynamisme →					
		Originalité →					
		Revalorisation Variété dans l'association et la succession des éléments corporels	0.30 pt	0.50 pt	0.60 pt*	0.60 pt*	
Variation des énergies →							
ESPACE	1	Occupation de l'espace vertical et horizontal	0.60 pt	0.50 pt	0.40 pt	0.40 pt	1.50 pts
	2	Orientation et trajectoires multiples et variées (avant, latéral, arrière)	0.60 pt	0.50 pt	0.50 pt	0.50 pt	
	3	Variation dans l'utilisation des 3 paramètres : espace, orientation, trajectoires	0.30 pt	0.50 pt	0.60 pt	0.60 pt	
MUSIQUE	1	Respect du tempo Respect des phrases musicales	0.60 pt	0.50 pt	0.40 pt	0.40 pt	1.50 pts
	2	Jeu sur l'intensité Jeu sur la vitesse Jeu sur le caractère	0.60 pt	0.50 pt	0.50 pt	0.50 pt	
	3	Jeu sur la mélodie Effets musicaux Association de plusieurs paramètres	0.30 pt	0.50 pt	0.60 pt	0.60 pt	

Circuit National Ensemble

Généralités

Jury des Ensembles

MASSE CHORÉGRAPHIÉ PRÉ-COLLECTIF		AUTRES PROGRAMMES (exceptés Festival et Festi'jeunes)	
EXÉCUTION	COMPOSITION	EXÉCUTION	COMPOSITION
6 points	4 points		Valeur Technique 4 points
1 Juge Arbitre		1 Juge Arbitre	Valeur Artistique 6 points
4 Juges	2 Juges	4 Juges	1 Juge Arbitre et juge 1
10 points		10 points	2 Juges juges 2 et 3
NOTE SUR 10 POINTS		NOTE SUR 20 POINTS	

Musique des Ensembles

Exercices imposés, Masse Chorégraphié, Pré-Collectif, Préexcellence

Elles sont transmises par mail aux Responsables Techniques Régionaux, chargés de leur diffusion sur le plan régional ou téléchargeables sur le site de l'UFOLEP National.

Exercices libres, autres catégories

Les musiques sont libres. Attention cependant à respecter les consignes suivantes :

- Choix des musiques adaptées à l'âge des enfants.
- Le « pot pourri » est interdit.
- Les paroles sont interdites, quelle que soit la langue, mais les voix sont autorisées.

Composition des équipes

Une équipe est normalement constituée de gymnastes appartenant à la même catégorie d'âge (cf. tableau page 15). Un gymnaste ne rentrant pas dans la composition type de l'équipe à cause de son âge (sous classement) sera toléré sans demande de dérogation. En dehors de ce cas, une demande de dérogation peut-être adressée à la CNS GRS (cf. page 8).

Les ensembles (hors festival et festijeunes) présentant 5 ou 6 gymnastes seront revalorisés en Exécution : 0,10 pour 5 gymnastes, 0,20 pour 6 gymnastes.

D'une façon générale, **une équipe classée au Championnat National sur le podium ne pourra pas concourir dans le même programme l'année suivante.** On ne doit pas « camper » dans un programme que l'on gagne.

A la suite de chaque Championnat National, la CNS GRS adresse aux régions les noms des équipes devant **obligatoirement changer de programme l'année suivante.**

Tolérance pour les équipes devant changer de programme :

Pour celles qui doivent obligatoirement changer de niveau : 1 gymnaste de l'équipe peut rester dans le même programme

Pour celles qui doivent changer de niveau ou de catégorie d'âge : 2 gymnastes pour une équipe de 5 à 6 gymnastes peuvent rester dans le même programme, 1 seul pour une équipe de 4 gymnastes.

Pour pallier l'absence imprévue d'un gymnaste, l'équipe peut faire appel à un doublant (0,30 pt de pénalité), à condition que ce dernier soit engagé sur le même programme et dans la même catégorie d'âge.

Texte des exercices imposés ensemble

Les textes des exercices imposés et des semi-libres peuvent être téléchargés sur le site de l'UFOLEP National (voir p. 3), ou transmises par mail, aux Responsables Techniques Régionaux, qui en assurent la diffusion.

Ensemble Masse-chorégraphié

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme MASSE CHORÉGRAPHIÉ s'adresse à des gymnastes débutants, qui ont un comportement de type 4 (cf. tableau du code de pointage UFOLEP, ou niveau 1^{er} degré). Il n'est autorisé qu'à des gymnastes licenciés uniquement à l'UFOLEP (simple appartenance).

ATTENTION

Aucun gymnaste présent en Circuit National individuel n'est autorisé à concourir en MASSE CHORÉGRAPHIÉ.

En cas de demande de changement de niveau par la CNS GRS, l'équipe devra obligatoirement concourir en PRÉ-COLLECTIF l'année suivante.

Orientations de travail

Amener les gymnastes au PRÉ-COLLECTIF avec un travail technique simple, vers une recherche chorégraphique :

- Formation / Relation partenaire
- Jeux / Rythme / Expression

L'originalité de tout ordre est valorisée : rechercher l'effet et non la difficulté, un travail propre permettant un jugement facile est à privilégier.

Descriptif

Mouvement	Texte imposé
Musique	Imposée
Composition	Libre
Engin	Imposé, cf. tableau catégories et engins p.15.
Nombre de gymnastes	4 à 6 (2 remplaçants autorisés)

Jugement de l'exécution Ensemble Masse-Chorégraphié - 6 points

Se référer au code de pointage UFOLEP pour le jugement de l'exécution et la globalisation des fautes.

Faute de texte : Pénalité de 0,10 à 30 pt par le juge arbitre avec accord du jury.

Contrat de la composition Ensemble Masse-Chorégraphié - 4 points

Voir tableau des exigences techniques, revalorisation et tableau des pénalités, p 35.

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme PRÉ-COLLECTIF s'adresse à des gymnastes de type 4 (cf. tableau du code de pointage UFOLEP) maîtrisant le maniement de l'engin, de niveau 2^{ème} ou 3^{ème} degré. Les individuels « honneur » sont autorisés à concourir dans ce programme.

Attention

Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, un seul individuel honneur qualifié au Championnat National de l'année précédente ou de l'année en cours est autorisé à concourir en PRÉ-COLLECTIF.

En cas de demande de changement de niveau par la CNS GRS, l'équipe devra obligatoirement concourir en PRÉEXCELLENCE l'année suivante.

Orientations de travail

Relire les précisions données pour le MASSE-CHOREGRAPHIÉ.

L'originalité de tout ordre est valorisée : rechercher l'effet et non la difficulté, un travail propre permettant un jugement facile est à privilégier.

Descriptif

Mouvement	Texte imposé avec une petite partie libre
Musique	Imposée
Composition	Libre
Engin	Imposé, cf. tableau catégories et engins p.15
Nombre de gymnastes	4 à 6 - 2 remplaçants autorisés

Jugement de l'exécution Ensemble Pré-Collectif - 6 points

Se référer au code de pointage UFOLEP pour le jugement de l'exécution et la globalisation des fautes.

Faute de texte : Pénalité de 0,10 à 30 pt par le juge arbitre avec accord du jury.

Contrat de la composition Ensemble Pré-collectif - 4 points

Voir tableau des exigences techniques, revalorisation et tableau des pénalités, ci-dessous.

Tableau des exigences techniques, revalorisation en MC et PC :

Programmes	Formation	Relation	DE	DM	DS	ÉCH MOY	ÉCH SUP	NBRE DIFF	MAX CORPO	Revalorisation : 0,10				MAX Acro	MAX Porté
										For	Rel	Evolution	Rythme**		
Masse Cho	4 x 0,50	2 x 0,50	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0,2	0,4	0,2	0	0
Pré-Co	6	4*	4 imposées	0	0		0	4	5	0,2	0,2	0,4	0,2	0	0

* en plus de celles imposées par le texte

** Capacité à sortir du traitement de base (ex : inversion de séquence...)

Pénalités applicables en Masse chorégraphié et Pré-collectif :

Pénalités pour chaque ...	DM ou DS corporelle	Acrobatie	Porté	Échange en difficulté	Élément imposé par le texte (JA Exe)
Élément manquant	x	x	x	x	0,10 à 0.30
Élément en trop	0.50	0.50	0,5	0,5	x

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme PRÉEXCELLENCE s'adresse à des gymnastes n'étant pas encore au niveau souhaité pour un programme EXCELLENCE, de type 3 stricte ou raide (cf. tableau du code de pointage UFOLEP) ou niveau 4^{ème} degré.

Attention

Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, les individuels honneurs sont autorisés, un seul individuel excellence de l'année en cours est autorisé à concourir en PRÉEXCELLENCE.

En cas de demande de changement de niveau par la CNS GRS, l'équipe devra obligatoirement concourir en EXCELLENCE l'année suivante.

Orientations de travail

Il faut aller vers la création d'un enchaînement libre en EXCELLENCE, donc un travail en sous-groupes favorisant les effets chorégraphiques.

Descriptif

Mouvement	Semi-libre (avec séquences imposées)
Musique	Imposée
Composition	Libre
Engin	Imposé, cf. tableau catégories et engins p 15.
Nombre de gymnastes	4 à 6 - 2 remplaçants autorisés

Les séquences imposées doivent être réalisées par toutes les gymnastes en même temps, sur les phrases musicales prévues par l'imposé.

Jugement de l'exécution Ensemble Préexcellence - 10 points

Se référer au code de pointage UFOLEP pour le jugement de l'exécution et la globalisation des fautes.

Faute de texte : Pénalité de 0,10 à 30 pt par le juge arbitre avec accord du jury.

Contrat de la composition Ensemble Préexcellence - 10 points

Valeur technique 4 points

Voir tableau VALEUR TECHNIQUE p.41.

Pénalités : Voir tableau des pénalités p.41.

Valeur artistique 6 points

Voir tableau VALEUR ARTISTIQUE p.42.

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme EXCELLENCE s'adresse à des gymnastes ayant maîtrisé le PRÉEXCELLENCE et pouvant créer maintenant leur propre enchaînement. Gymnastes de type 3 souple (cf. tableau du code de pointage UFOLEP) ou de niveau 5^{ème} ou 6^{ème} degré. Au delà d'horaires d'entraînement hebdomadaire conséquent, l'équipe doit concourir en catégorie NATIONALE.

Attention

Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, les individuels honneurs et excellences sont autorisés, un seul individuel national de l'année en cours est autorisé à concourir en EXCELLENCE.

En cas de demande de changement de niveau par la CNS GRS, l'équipe devra obligatoirement concourir en NATIONALE l'année suivante.

Orientations de travail

L'ensemble EXCELLENCE est le passage d'un semi-imposé à un enchaînement libre. Il reste un tremplin vers le collectif du programme NATIONALE, domaine de la performance sportive.

Viser la richesse chorégraphique par des jeux de rôles, des jeux rythmiques, du travail en sous-groupes,...

Privilégier les échanges mixtes en EXCELLENCE 3 et 4.

Descriptif

	EXCELLENCE 1	EXCELLENCE 2, 3 et 4
Mouvement	Libre	Libre
Musique	Libre (montage délicat dans un même style, pas de pot pourri) 1'45 à 2'15	2'00 à 2'30
Composition	Libre	Libre
Engins	Imposés, cf. Tableau Catégories et engins p.15.	
Nombre de gymnastes	4 à 6 2 remplaçants autorisés	4 à 6 2 remplaçants autorisés Regroupement de clubs autorisé en Excellence 4

Jugement Ensemble Excellence

Cf. Jugement des Ensembles Excellence, National, National A et des Duos, p. 40.

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme NATIONAL s'adresse aux gymnastes confirmés, tant au plan de la technique individuelle que dans la maîtrise des paramètres mis en jeu dans le travail d'ensemble, de type 2 petit volume (cf. tableau du code de pointage UFOLEP) de niveau du 7^{ème} ou 8^{ème} degré.

Au delà d'horaires d'entraînement hebdomadaire important, l'équipe doit concourir en catégorie NATIONALE A.

ATTENTION :

Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, les individuels honneurs, excellences et nationales sont autorisés, un seul individuel national B ou A de l'année en cours est autorisé à concourir en NATIONALE.

Descriptif NATIONALE 2, 3 et 4

Mouvement	Libre
Musique	Libre (montage délicat dans un même style, pas de pot pourri) 2'00 à 2'30
Composition	Libre
Engins	Imposés, cf. Tableau Catégories et engins p.15.
Nombre de gymnastes	4 à 6 2 remplaçants autorisés Regroupement de clubs autorisé en Nationale 4

Jugement Ensemble National

Cf. Jugement des Ensembles Excellence, National, National A et des Duos, p. 40.

Ensemble National A

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme NATIONAL A s'adresse aux gymnastes confirmés, tant au plan de la technique individuelle que dans la maîtrise des paramètres mis en jeu dans le travail d'ensemble et en particulier :

- Équipes de centre de performance et/ou école de GRS
- Équipes de région ou de regroupements de clubs
- Équipes de niveau au moins national en fédération FFGym
- Gymnastes de type 1 grand volume, niveau du 8^{ème} au 10^{ème} degré
- Gymnastes bénéficiant d'horaires d'entraînement importants

Attention

Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, tous les individuels sont autorisés.

Descriptif

Mouvements	2 enchaînements libres
Musiques	Libres (montage délicat dans un même style, pas de pot pourri) 2'00 à 2'30
Compositions	Libres
Engins	Imposés, cf. tableau catégories et engins p.15.
Nombre de gymnastes	4 à 6 - 2 remplaçants autorisés. Regroupement de clubs autorisé

Jugement Ensemble National A

Cf. Jugement des Ensembles Excellence, National, National A et des Duos, p. 40.

A qui s'adresse ce programme ?

Les programmes DUOS ont été conçus pour permettre à des gymnastes « isolés », de par leur âge ou leur niveau de pratique, de participer aux compétitions.

Le programme DUO EXCELLENCE s'adresse à des gymnastes ayant maîtrisé le PRÉEXCELLENCE en équipe et pouvant créer maintenant leur propre enchaînement, de type 3 longue, aisée (cf. tableau du code de pointage UFOLEP), ou de niveau de 5^{ème} ou 6^{ème} degré.

Au delà d'horaires d'entraînement hebdomadaire conséquent, le duo doit concourir en catégorie DUO NATIONALE.

Attention

Dans le duo, les individuels honneurs et excellences sont autorisés, mais aucun individuel national n'est autorisé à concourir en DUO EXCELLENCE.

Aucun gymnaste engagé dans un programme « duo » ne pourra concourir en équipes, même comme remplaçant.

En cas de demande de changement de niveau par la CNS GRS, le duo devra obligatoirement concourir en DUO NATIONAL l'année suivante.

Un seul duo par catégorie, par programme et par club sera sélectionné pour la finale nationale.

Descriptif DUO EXCELLENCE 1, 2

Mouvement	Libre
Musique	Libre (montage délicat dans un même style, pas de pot pourri) 1'45 à 2'
Composition	Libre
Engins	Imposés cf. Tableau catégories et engins p.15
Nombre de gymnastes	2 gymnastes - 1 remplaçant autorisé

Jugement Duo Excellence

Cf. Jugement des Ensembles Excellence, National, National A et des Duos, p. 40.

Duo National et Duo National A

A qui s'adresse ce programme ?

Les programmes DUOS ont été conçus pour permettre à des gymnastes « isolés » (de par leur âge ou leur niveau de pratique) de participer aux compétitions.

Les programmes DUOS NATIONAL et NATIONAL A s'adressent à des gymnastes confirmés tant au plan de la technique individuelle que de la maîtrise des paramètres mis en jeu dans le travail d'ensemble.

Au delà d'horaires d'entraînement hebdomadaire conséquent, le duo doit concourir en catégorie DUO NATIONALE A.

Tout duo de comportement de type 2 petit volume doit être engagé en catégorie DUO NATIONALE et tout duo de comportement de type 1 grand volume doit être engagé en catégorie DUO NATIONALE A.

Attention

La présence d'un individuel Nationale B ou A, entraîne obligatoirement l'engagement du duo en catégorie DUO NATIONAL A.

Aucun gymnaste engagé dans un programme « duos » ne pourra concourir en équipes, même comme remplaçant.

Un seul duo par catégorie, par programme et par club sera sélectionné pour la finale nationale

Descriptif DUO NATIONAL ET NATIONAL A

Mouvement	Libre
Musique	Libre (montage délicat dans un même style, pas de pot pourri) 1'45 à 2'15
Composition	Libre, cf. tableau des programmes p.15.
Engins	Imposés
Nombre de gymnastes	2 - 1 remplaçant autorisé

Jugement des Duos National et National A

Cf. Jugement des Ensembles Excellence, National, National A et des Duos, p. 40.

Jugement des Ensembles Excellence, National, Duos

Jugement de l'exécution - 10 points

Se référer au code de pointage UFOLEP pour le jugement de l'exécution et la globalisation des fautes.

Jugement de la Composition - 10 points

Valeur technique 4 points

Si, un échange réussi comporte une prise de risque, il est validé ET la revalorisation en risque est accordée.
Voir tableau VALEUR TECHNIQUE p.41.

Pénalités : Voir tableau des pénalités page 42.

Valeur artistique 6 points

Voir tableau VALEUR ARTISTIQUE p. 42.

Valeur Technique des Ensembles - 4 points

Catégories Pré-Exc et Excellence	CONTRAT					MAXIMUM AUTORISÉ				REVALORISATIONS		
	F	Relations	DE	DM	DMS	DE	DS Corpo	DM+DS Corpo	Acros	Formation	Relation	Risque
PE	6	4 ÉCH Interdit en S	2 + 2 IMP			Illimité	6	0	1	0*	0,3	0,3
E1	6	4	4	1			0	7	2	0,3	0,4	0,3
E2	6	4	4	1	1		0	8	2	0,3	0,4	0,3
E3	6	4 dont 1 ÉM	3	2 dont 1 HC	1		1	8	2	0,3	0,4	0,3
E4	6	4 dont 1 ÉM	3	3 dont 2 HC	1		1	9	2	0,3	0,3	0,4

*sauf roue

Catégories Nationales	CONTRAT					MAXIMUM AUTORISÉ			REVALORISATIONS		
	F	Relations	DM	DS	DSS	DE	DM+DS Corpo	Acros	Formation /Relation	Vitesse	Risque
N2	6	6 dont 1ÉM et 1ÉS	3 HC	2	1	Illimité	10	3	0,3	0,3	0,4
N3	6	6 dont 1ÉM et 1ÉS	3 HC	2 dont 1HC	2		11	3	0,3	0,3	0,4
N4	6	6 dont 1ÉM et 1ÉS	3 HC	2 dont 1HC	2		11	3	0,3	0,3	0,4
NA	6	6 dont 1ÉM, 1ÉS et 1ÉS en lancer	3 HC	3 dont 2HC	2		12	3	0,3	0,3	0,6

*sauf roue

Catégories Duos	CONTRAT					MAXIMUM AUTORISÉ				REVALORISATIONS		
	Relations	DE	DMS	DM	DS	DSS	DS	DM+DS Corpo	Acros	Relation	Échange	Risque
DE1	5 dont 2 échanges	4	1	1			0	8	2	0,3	0,2	0,3
DE2	6 dont 1 É et 1ÉM	3	1	2 dont 1 HC			1	8	2	0,2	0,2	0,4
DN	6 dont 4 échanges dont 2 en lancer et 1 en ÉS			3 HC	2 dont 1HC	1	10	10	3	0,3		0,7
DN A	6 dont 4 échanges dont 2 en lancer et 1 en ÉS			3 HC	3 dont 2HC	2	12	12	3	0,3		0,9

DE = Difficulté Élémentaire

DM = Difficulté Moyenne

DS = Difficulté Supérieure

IMP = Imposé

F = Formation

DMS = Difficulté Moyenne Spécifique

DSS = Difficulté Supérieure Spécifique

S = Supérieur

HC = Hors Combinaison

ECH = Échange

ÉM = Échange en Moyenne

ÉS = Échange en Supérieure

0 = Interdit

Validation du contrat de difficultés :

- Toute difficulté**, si elle est autorisée, **peut se substituer** à une difficulté de niveau inférieur pour la validation du contrat.
Ex. : Une difficulté de niveau supérieur autorisée peut remplacer une difficulté moyenne.
- Une difficulté n'est validée qu'une seule fois**.
Ex.: une difficulté supérieure spécifique peut être validée soit en moyenne corporelle, soit en difficulté supérieure spécifique, mais en aucun cas les deux à la fois.
- Une difficulté peut être validée en tant que telle, ET permettre la validation** :
d'une prise de risque, d'un échange en difficulté, d'un échange en difficulté et d'une prise de risque

Par conséquent, si un échange réussi comporte :

- **une prise de risque**, il est validé ET la revalorisation en risque est accordée.
- **une ou plusieurs difficultés**, il est validé ET la ou les difficultés également.
- **une ou plusieurs difficultés ET une prise de risque** : il est validé, ainsi que la ou les difficultés ET la revalorisation en risque est accordée.

Difficultés hors contrat :

- Difficultés élémentaires** :
En Préexcellence, le nombre est limité à 2 DE maximum en plus du contrat.
En Excellence et en National, les DE sont en nombre illimité, seules les DM et les DS Corporelles sont limitées en nombre.
- Les difficultés autorisées en plus du contrat** le sont dans l'optique de la progression des gymnastes, mais ne sont pas valorisées, elles n'entrent pas dans le total du "Contrat des difficultés".
- Le dépassement du nombre maximum de difficultés** est pénalisé (voir tableau p.42). Cette pénalité sera appliquée sur les difficultés *du niveau le plus bas*.

Pénalités applicables aux programmes "Ensembles" :

Pénalités Valeur Technique, spécifique au Préexcellence :

- Séquence imposée manquante ou mal placée sur la musique : 0.50
- Séquence imposée non réalisée en même temps : 0.20

Pénalités Valeur Technique, applicables pour les programmes Préexcellence, Excellence, National et National A :

Pénalités pour chaque ...	DE	DM corpo ou échange	DMS	DM corpo ou échange	DSS	Acrobatie	Formation ou relation
Élément manquant	0.20	0.30	0.30	0.60	0.60	x	0.30
Élément en trop	0.20	0.30	X	0.50	X	0.50	x

Valeur Artistique des Ensembles - 6 points

Préexcellence, Excellence, National et National A

Thèmes	Préexcellence Ensemble et duos Excellence		Sur	Ensemble et duos National et National A		Sur
Contrat de base	Relation musique/ mouvement	1,20 pt	4,8 pts	Relation musique/mouvement	1,20 pt	4,8 pts
	Richesse spatiale	1,20 pt		Richesse spatiale	1,20 pt	
	Variété des relations	1,20 pt		Variété des relations	1,20 pt	
	Choix des éléments corporels et de la manipulation	1,20 pt		Variété des éléments corporels et de la manipulation	1,20 pt	
Revalorisation	Traitement rythmique	0,30 pt	1,20 pt	Effets rythmiques	0,30 pt	1,20 pt
	Effets spatiaux	0,30 pt		Effets spatiaux	0,30 pt	
	Effets relationnels	0,30 pt		Effets relationnels	0,30 pt	
	Originalité	0,30 pt		Originalité	0,30 pt	
	NOTE SUR		6 pts	NOTE SUR		6 pts

Circuit National Festival

Jury Festi'jeunes

JURY EXÉCUTION

Fondamentaux		Harmonie		
2 juges		3 juges		
1 juge	1 juge	1 juge	1 juge	1 juge
Corporel	Engin	Espace	Musique	Ensemble
Les fondamentaux sont-ils respectés ?	Les fondamentaux sont-ils respectés ?	L'espace est-il précis ?	Les gymnastes sont-ils en relation avec la musique ?	Les gymnastes sont-ils ensembles ?

Chaque juge dans sa rubrique donnera une appréciation parmi ces cinq propositions :

Toujours, Presque toujours, Souvent, Quelques fois, Rarement

Les appréciations enregistrées dans le logiciel de notes donneront une NOTE SUR 25 POINTS

JURY COMPOSITION

5 juges				
1 juge	1 juge	1 juge	1 juge	1 juge
Espace	Engins	Relations	Musique	Thème
Les formations Les évolutions	L'utilisation de l'engin Les effets	Les relations	Harmonie avec la musique	Thème

Chaque juge dans sa rubrique donnera une appréciation parmi ces cinq propositions :

Novateur, Surprenant, Intéressant, Connu, Peu attrayant

Les appréciations enregistrées dans le logiciel de notes donneront une note sur 25 POINTS

Jury Festival

EXÉCUTION	COMPOSITION
8 points	12 points
1 Juge Arbitre	1 Juge Arbitre
6 juges	6 Juges 3 thèmes 2 Juges par thème
NOTE SUR 20 POINTS	

A qui s'adresse ce programme ?

Tous les licenciés âgés de 11 à 14 ans.

Descriptif

L'objectif est de construire un ensemble artistique, grâce à un contrat simplifié, donnant aux plus jeunes les moyens de créer, produire et présenter un ensemble harmonieux. La production d'effets, tant sur le plan spatial que musical, par le biais de mouvements et de manipulations simples sera recherchée.

Cf. Tableau des programmes p.15

Thème	Libre
Nombre de gymnastes	6 à 16 Au choix, permettant au jury la visibilité du mouvement. Elles peuvent être différentes pour les gymnastes d'une même équipe. Elles restent gymniques, pas de « costume de théâtre ».
Tenues des gymnastes	La tenue, comme le maquillage doivent être au service du propos. Le maquillage outrancier, n'ayant aucun rapport avec le thème sera à proscrire, ainsi que les effets théâtraux.
Musique	Toute musique est acceptée (parole autorisée) d'une durée de 1'50" à 2'00.
Mouvement et Composition	Rechercher l'ensemble et l'harmonie entre l'engin, le corps, la musique et l'espace. Les difficultés ne sont pas valorisées. Pas d'acrobatie autre que la roue. Pas de porté, appui passager autorisé (Cf. code: chapitre ensembles portés).
Exigences	3 gymnastes au minimum doivent toujours être présentes sur le praticable et la totalité de l'équipe doit être en présence active sur le praticable pendant au moins 50% du temps. Les sorties, pour changer de place, d'engin, sont autorisées, dans le but d'enrichir la chorégraphie. Elles ne doivent pas se traduire par des temps d'attente prolongés. Les gymnastes doivent avoir un comportement correct et discret à l'extérieur du praticable. Les changements d'engins doivent être intégrés dans le projet chorégraphique. 4 engins maximum représentés dont au moins 2 traditionnels. Pas de changement de tenue. La mise en place sur le praticable ainsi que la sortie ne doivent, pas se faire en musique. Durée maximum de la mise en place : 15 secondes.

Jugement Festi'jeunes

Jury : Cf. Jury p.43.

Chaque association ayant une équipe qualifiée devra fournir un juge qui pourra entrer dans la composition du jury spécifique.

Exécution sur 25 points

Chaque juge répond à la question posée en appréciant le critère sur 5 niveaux :

Toujours, Presque toujours, Souvent, Quelques fois, Rarement

Composition sur 25 points

Chaque juge donne son appréciation du traitement du critère sur 5 niveaux

Novateur, Surprenant, Intéressant, Connu, Peu attrayant

Pénalités : Mêmes pénalités appliquées par le JA Composition qu'en Festival (voir p.47)

C'est un mouvement d'ensemble basé sur l'innovation : le but est donc d'inventer, de reconstruire, de réorganiser la pratique au niveau du corporel et de la manipulation de l'engin, d'explorer d'autres domaines, sans toutefois dénaturer l'activité. Ce programme doit inciter à la création chorégraphique en premier lieu.

A qui s'adresse ce programme ?

Ce programme est ouvert à TOUT LICENCIÉ UFOLEP DU CIRCUIT NATIONAL.

Descriptif

cf. Tableau des programmes p.16.

Thème	Mythes et légendes.
Nombre de gymnastes	6 à 16 (toutes catégories confondues).
Tenues des gymnastes	Au choix, permettant au jury la visibilité du mouvement. Elles peuvent être différentes pour les gymnastes d'une même équipe. Elles restent gymniques, pas de « costume de théâtre ».
Musique	Toute musique est acceptée (parole autorisée) d'une durée de 2'00 à 2'30.
Mouvement et Composition	Libre : un seul passage, avec engins traditionnels ET non traditionnels. Les engins traditionnels transformés font fonction des deux types d'engins. Différentes possibilités de composition : Engins traditionnels et non traditionnels. Engins traditionnels et traditionnels transformés. Engins traditionnels, traditionnels transformés et non traditionnels. Engins non traditionnels et traditionnels transformés. Des passages à mains libres sont autorisés sur des séquences très brèves.
Exigences	3 gymnastes au minimum doivent toujours être présentes sur le praticable et la totalité de l'équipe doit être en présence active sur le praticable pendant au moins 50% du temps. Les sorties sont autorisées (pour changer de place, d'engin) dans le but d'enrichir la chorégraphie. Elles ne doivent pas se traduire par des temps d'attente prolongés. Les gymnastes doivent avoir un comportement correct et discret à l'extérieur du praticable. Les changements d'engins doivent être intégrés dans le projet chorégraphique. 4 engins maximum représentés (2 engins de taille différente comptent pour un seul engin). Pas de changement de tenue. La mise en place sur le praticable ainsi que la sortie doivent, ne pas se faire en musique. Durée maximum de la mise en place : 15 secondes.

Exigences

Ce programme permet de prendre des distances par rapport aux normes établies dans la pratique codifiée de la GRS.

Corps

Les différentes formes d'expression dansées, gymniques (acrobaties, portés....) sont autorisées.
Les différentes familles corporelles doivent être représentées en éléments ou en difficultés.

Engin

En prise libre, en respectant la mise à distance.
Il doit toujours être en mouvement.
Il peut être ponctuellement arrêté pour un effet chorégraphique.
Si l'arrêt est abusif, il sera pénalisé de -0.20 pt pour statisme d'engin par les juges composition.

Espace

Occupation de tout le praticable.
Utilisation des différents niveaux, directions, orientations et plans.

Concordance

La concordance entre le corps, la musique et l'engin doit être harmonieuse dans l'espace.

Jugement Festival

Cf. Jury p.43.

Chaque association ayant une équipe qualifiée devra fournir un juge qui pourra entrer dans la composition du jury spécifique.

Note finale sur 20 points.

Exécution sur 8 points :

Se référer au code de pointage UFOLEP pour le jugement de l'exécution et la globalisation des fautes.
Les juges exécution regardent les fautes fondamentales, techniques corporelles, techniques à l'engin, d'harmonie et de rythme.

La note finale d'exécution est calculée de la manière suivante :

Suppression des deux notes extrêmes.

Note moyenne des 4 notes restantes.

Composition sur 12 points :

La note finale de composition est calculée de la manière suivante :

Note moyenne des 2 notes par thème.

Addition des moyennes des 3 thèmes.

Thème 1 : Corps / Engins / Musique

2 Juges	Sur 5,50 pts	1 pt	Toutes familles corporelles représentées (sauts, équilibres, pivots, souplesses).
		2 pts	4 manipulations différentes par engin et engins toujours en mouvement.
		1,50 pt	Relation Musique / Mouvement.
		Originalité / Innovation.	
		0,40 pt	<ul style="list-style-type: none"> Par rapport à l'engin non traditionnel.
		0,60 pt	<ul style="list-style-type: none"> Dans l'utilisation de l'engin.

Pénalité : - 0.20 pt pour comportement, pose ou reprise de l'engin incorrect à l'extérieur du praticable.

Thème 2 : Espace / Thème

2 Juges	Sur 3,50 pts	Richesse spatiale	
		0,50 pt	Utilisation de tout le praticable
		0,50 pt	Variété des formations (dessins, taille, groupes)
		0,50 pt	Variété des déplacements (orientations, directions, types)
		0,50 pt	Variété des niveaux (haut, moyen, bas)
		0,50 pt	Originalité / Innovation dans les formations
		1 pt	Thème visible*

*Le thème doit être explicite dans la composition de l'enchaînement, il ne doit pas être explicité par une voix off ou un texte présenté par les gymnastes.

Thème 3 : Relationnel / Expression

2 Juges	Sur 3 pts	Richesse relationnelle	
		0,50 pt	Relations avec ou sans échanges
		0,50 pt	Nature des échanges (transmission, rouler, rebond, lancer)
		0,50 pt	Modalité des relations (corps/corps, corps/engin, engin/engin)
		0,50 pt	Nombre de gymnastes concernées (2, 3, 4, 5,...)
		0,50 pt	Originalité / Innovation dans les relations
		0,50 pt	Expression

Pénalités

Juges exécution et composition :

Les pénalités appliquées par les juges exécution et composition sont les mêmes que celles appliquées pour les équipes des autres programmes

Juge arbitre composition

- 0,50 pt s'il n'y a pas toujours 3 gymnastes au minimum sur le praticable.
- 0,50 pt si la totalité de l'équipe n'est pas en présence active sur le praticable au moins 50% du temps.
- 0,20 pt pour toute attente prolongée à l'extérieur du praticable.
- 0,05 pt par seconde en plus ou en moins du temps réglementaire de la musique.
- 0,50 pt pour des passages à mains libres sur des séquences longues.
- 1,00 pt en cas de non-respect de la règle concernant les engins.
- 0,50 pt pour porté acrobatique
- 0,30pt si le thème est explicité par une voix off ou un texte présenté par les gymnastes.

ANNEXE

<i>Fiche n°1</i>	<i>Engagements Individuels Circuit Jeunesse</i>
<i>Fiche n°2</i>	<i>Engagements Équipes Circuit Jeunesse</i>
<i>Fiche n°3</i>	<i>Engagements Individuels Circuit National</i>
<i>Fiche n°4</i>	<i>Engagements Équipes Circuit National</i>
<i>Fiche n°5</i>	<i>Engagements Festi'jeunes</i>
<i>Fiche n°6</i>	<i>Engagements Festival</i>



Fiche n° 1 - Engagements Individuels Confirmés et Espoir - Circuit Jeunesse 2015-2016

RÉGION
NUMÉRO DE DÉPARTEMENT
VILLE
CLUB

Catégorie : CONFIRMÉS

NOM et Prénom	Date de naissance	N° Licence	Cat. indiv 2014 -2015	Cat. équipe 2014 -2015	Départemental		Régional		Zone	
					Date	Signature	Date	Signature	Date	Signature

Catégorie : ESPOIRS

NOM et Prénom	Date de naissance	N° Licence	Cat. indiv 2014 -2015	Cat. équipe 2014 -2015	Départemental		Régional		Zone	
					Date	Signature	Date	Signature	Date	Signature



Fiche n°2 - Engagements Équipes* - Circuit Jeunesse 2015-2016

RÉGION

NUMÉRO DE DÉPARTEMENT:

VILLE

CLUB

Catégorie :

N°	NOM et Prénom	Date de naissance	N° Licence	Cat. indiv 2014 -2015	Cat. équipe 2014 -2015	Départemental		Régional		Zone	
						Date	Signature	Date	Signature	Date	Signature
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											

Catégorie :

N°	NOM et Prénom	Date de naissance	N° Licence	Cat. indiv 2014 -2015	Cat. équipe 2014 -2015	Départemental		Régional		Zone	
						Date	Signature	Date	Signature	Date	Signature
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											

***Pour les initiés, mettre en gras les gymnastes qui passent en individuel**



Fiches n°4 - Engagements Équipes - Circuit National 2015-2016

RÉGION

**NUMÉRO DE
DÉPARTEMENT**

VILLE

CLUB

Catégorie :

N°	NOM et Prénom	Date de naissance	N° Licence	Cat. indiv 2014 -2015	Cat. équipe 2014 -2015	Départemental		Régional		Zone	
						Date	Signature	Date	Signature	Date	Signature
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											

Catégorie :

N°	NOM et Prénom	Date de naissance	N° Licence	Cat. indiv 2014 -2015	Cat. équipe 2014 -2015	Départemental		Régional		Zone	
						Date	Signature	Date	Signature	Date	Signature
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											



Fiche n°5 - Engagements Festi'jeunes - Circuit National 2015-2016

RÉGION

NUMÉRO DE DÉPARTEMENT

VILLE

CLUB

N°	NOM et Prénom	Date de naissance	N° de licence	Départemental		Régional		National	
				Date	Signature	Date	Signature	4-5/06/16	Signature
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									



Fiche n°6 - Engagements Festival - Circuit National 2015-2016

RÉGION

NUMÉRO DE DÉPARTEMENT

VILLE

CLUB

N°	NOM et Prénom	Date de naissance	N° de licence	Départemental		Régional		National	
				Date	Signature	Date	Signature	4-5/06/16	Signature
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									

