



PROGRAMME DEPARTEMENTAL GAF

SAISON 2024/2025

REGLEMENT TECHNIQUE

Catégories d'âges	7-9 ans 10-13 ans 10 ans et + Classement équipe 5-5-3
Interdiction de participation	gymnastes engagées en FEDERAL B, A, A1
Engagements	ENGAGYM Date limite à respecter avant le 7 avril 2025
Notation	Note de départ 10 1 option : 11 2 options : 12 Saut : Lune tomber dos 11 Lune 12
Matériel	Cf. réglementation matérielle de la brochure des programmes de la saison en cours hormis pour le Saut : trampo-tremp uniquement en position haute (3ème graduation) avec interdiction de modifier la hauteur Course 10 m maximum et réception sur tapis de 20 cm, longueur 4 x 2 m Sol : Sans musique
Tenue de compétition	Justaucorps avec shorty ou legging autorisé
Condition de participation	être licencié dans la discipline concernée niveau de compétition destiné aux gymnastes débutants-loisirs
Modalités de compétition	Echauffement : 2 minutes par groupe de 5 gymnastes Temps maximum autorisé à la poutre et au sol : 40 secondes Sol : avec ou sans musique
Jugement	Barres / Poutre / Sol :

	<p>5 éléments = 2 points par élément</p> <p>Évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Très bien réalisé = 2 points - Bien réalisé = 1,50 point - Réalisé = 1,00 point - Chute = 0,50 point <p>Saut : Course d'élan 10 m maximum 2 sauts identiques ou différents le meilleur est pris en compte évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saut droit très bien réalisé = 9,00 - Saut droit bien réalisé = 8,00 - Saut droit réalisé = 7,00 - Saut droit avec chute = 6,00 - Saut groupé très bien réalisé = 10,00 - Saut groupé bien réalisé = 9,00 - Saut groupé réalisé = 8,00 - Saut groupé avec chute = 7,00
Evaluateurs	12 ans minimum dans la saison compétitive Pas de diplôme de juge requis Fournis et formés par les clubs participants

OPTIONS PAR AGRES :

saut	<p>Lune tomber dos (1 m pour les 7/9 ans)</p> <p>Lune (sauf 7/9 ans) (Course libre)</p>
Barres (2 options max)	<p>Pose 2 pieds simultanés</p> <p>Bascule BI ou BS</p> <p>Sortie échappe</p> <p>sortie depuis 1 ou 2 balancés + contre volée</p>
Poutre (2 options max)	<p>Souplesse arrière</p> <p>Souplesse avant</p> <p>Roue</p> <p>Saut écart antéro</p> <p>½ pivot + détourné</p> <p>Sortie saut de main</p> <p>Sortie salto avant</p>
Sol (jusqu'à 3 options possibles)	<p>Saut de main</p> <p>Rondade flip</p> <p>Salto avant</p> <p>Salto arrière</p> <p>Pivot</p> <p>Saut écart antéro</p>