

Brochure Technique Départementale et Régionale : **Normandie**

Saison sportive : 2023 - 2024





INFORMATIONS

RAPPEL DATE LIMITE D'ENGAGEMENT :

Pour toutes les catégories compétitives à finalité nationale des niveaux de pratique Fédéral et Performance, les dates limites d'engagement sont fixées **antérieurement aux dates fixées au niveau nationale afin d'établir les organigrammes dans les meilleures conditions :**

- **Au 01 octobre 2023** pour les individuels nationaux (poussines à séniors), les individuels fédéraux et les individuels régionaux (ouverture des engagements à partir du 5 septembre). Date butoir nationale le 15 octobre 2022.
- **Au 4 février 2024** pour toutes les équipes, les ensembles et pour la coupe formation. Date butoir nationale le 15 février 2023.

GENERALITES : SECTEUR PERFORMANCE ET FEDERALE :

La réglementation en vigueur est celui de la FFGym. Les programmes, règlements techniques, lettre FFGym GR seront téléchargeables sur le site de la FFGym.

Les individuelles Nationales 7/9 ans participent aux championnats individuels d'octobre à décembre.

CALENDRIER COMPETITIONS 2023-2024 :

Saison individuelle		
Dates	Action	Lieu
23 sept	Regroupement DRA benjamines et dernière année poussine	Bonsecours
15 oct : 50 / 14 22 oct : 276	Championnat Départemental	276 : 14 : 50 :
11 nov	Sélection REJ (benja)	Saint Lô
18-19 nov	Championnat Interdépartemental	276 : 1450 : Saint Lô
2 déc	Tests physiques benjamines et CF4	Caudebec lès Elbeuf
25-26 nov	Revue d'effectif jeunesse	Thiais
16-17 déc	Championnat Régional	Bonsecours
13-14 janv	Championnat de France Trophée Fédérale – Nationales C et Coupe des Clubs	Boulogne su Mer
26-27-28 janv	Championnat de France Nationales A-B	Villeneuve d'Ascq



CALENDRIER COMPETITIONS 2023-2024 :



Saison ensemble		
Dates	Action	Lieu
17-18 fév	Compétition départementale & Coupe Formation « étape départementale »	276 : 14 : 50 :
23-24 mars	Championnat Interdépartemental	276 : 1450 : Caen
13-14 avr	Championnat Régional & Coupe Formation « étape régionale »	
11-12 mai	Championnat de France Trophée Fédéral B - C	Pont de Cé
25-26 mai	Championnat de France Nationales	Chambéry
15-16 juin	Championnat de France Trophée Fédéral A-Duos + Nationales Ensembles 10-11	La Roche sur Foron

MUSIQUES :

Les musiques avec paroles sont autorisées pour toutes les catégories. Cependant, il faut respecter les directives du Code de Pointage.

Équipe Nationale	2'15" à 2'30"
Ensemble Nationale	2'00" à 2'30"
Ensemble Nationale 7-9 ans	1'45" à 2'00"
Duo Nationale	1'45" à 2'00"
Fédérale A Ensemble	1'45" à 2'00"
Duo Fédérale A	1'30" à 1'45"
Ensemble et Duo Régional 7-9	1'30" à 1'45"
Fédérale B Ensemble	1'30" à 1'45"
Fédérale C Ensemble	1'45" à 2'00"
Régionale Ensemble, Duo	1'00" à 1'30"
Individuels Elite	1'15" à 1'30"
Individuels Performance Nationales A, B, C	1'15" à 1'30"
Individuels Fédérales	1'15" à 1'30"
Individuels Nationales 7-9 ans	1'15" à 1'30"
Individuels Régional et Interdépartemental	1'00" à 1'30"





Programmes

Régionaux

Programme Régional Gymnastique Rythmique et Sportive



En rouge, les modifications par rapport à la saison 2022-2023

Engins des gymnastes à Finalité Régionale et Inter-départementale

Saison 2023-2024



Individuels Régionaux	Engin
10-11 ans	Cerceau
12-13 ans	Corde
14-15 ans	Cerceau
16 Ans et +	Massues

Individuels Interdépartementaux	Engin
10-11 ans	Cerceau
12-13 ans	Corde
14-15 ans	Cerceau
16 Ans et +	Ballon

Ensembles Régionaux	Engin
10-11 ans	Massues
12-13 ans	Cerceaux
14-15 ans	Ballons
16 ans et +	Rubans (4m)

Duos Régionaux	Engin
10-13 ans	Massues
TC	Ballon/Corde

Ensemble et Duo	Engin
Régional 7-9ans (Programme fédérale)	Cerceaux

Ensemble et Duo	Engin
Performance 7-9 ans	Cerceaux

Individuel	Engin
Performance 7-9ans	ML + Massues

PROGRAMMES INTERDEPARTEMENTAUX

INTER-DEPARTEMENTAL Individuel

- Ce programme s'adresse à des gymnastes qui peuvent s'engager qu'en programme régional ensemble ou duo.
- Pas de niveau CF exigé
- Finalité Interdépartementale
- Programmes compétitifs en même temps que les ensembles en deuxième partie de saison
- Musique avec paroles autorisées (1' à 1'30 min)
- Note D : CODE FIG aménagé

Catégorie d'âge	Engin	Contenu Technique	Max D	Note A et E
10-11 ans	Cerceau	-DB : Max 3 DB à 0.10, 1 de chaque GC pas d'équilibre à 0.20 sur pied plat pas de combinaison de difficultés -R : Min 1 – Max 2 rotations verticales uniquement R aménagées autorisées (2 rotations enchainées dont une sous l'envol de l'engin – Valeur 0.10 – pas de bonification (niveau/axe ou autre critère)) -DA : Max 5 -W : 1 onde obligatoire	3.00	Code FIG A : 10 pts E : 10 pts
12-13 ans	Corde		3.00	
14-15 ans	Cerceau		3.00	
16 ans et +	Ballon		4.00	



PROGRAMMES REGIONAUX

REGIONAL Individuel

- Les gymnastes engagées en Régional individuel peuvent concourir dans l'un des programmes collectifs suivants : Régional duo, Régional ensemble, Fédéral B ; Fédéral C.
- Pas de niveau CF exigé
- Finalité Régionale (programmes compétitifs en même temps que les individuels en début de saison)
- Musique avec paroles autorisées (1' à 1'30 min)
- Note D : CODE FIG aménagé

Catégorie d'âge	Engin	Contenu technique	Max D	Note A et E
10-11 ans	Cerceau	-DB : Max 3 DB à 0.10, 1 de chaque GC pas d'équilibre à 0.20 sur pied plat pas de combinaison de difficultés Autorisation du saut de biche valeur 0.20 -R : Min 1 – Max 3 rotations verticales uniquement possibilité d'un seul « R aménagé » autorisé (2 rotations enchainées dont une sous l'envol de l'engin – Valeur 0.10 – pas de bonification (niveau/axe ou autre critère)) -DA : Max 8 -W : 2 ondes obligatoires	4.00	Code FIG A : 10 pts E : 10 pts
12-13 ans	Corde		4.00	
14-15 ans	Cerceau		4.00	
16 ans et +	Massues		5.00	

PROGRAMMES REGIONAUX

REGIONAL Duo

- Programme interdit aux individuelles Fédéral.
- Qualification de 2 duos maximum par catégorie et par club pour la finale régionale.
- Musique avec paroles autorisées (1' à 1'30 min)
- Note D : CODE FIG aménagé

Revalorisation de +0.20 pts pour le critère de 8 mètres sur les échanges (quel que soit la hauteur)

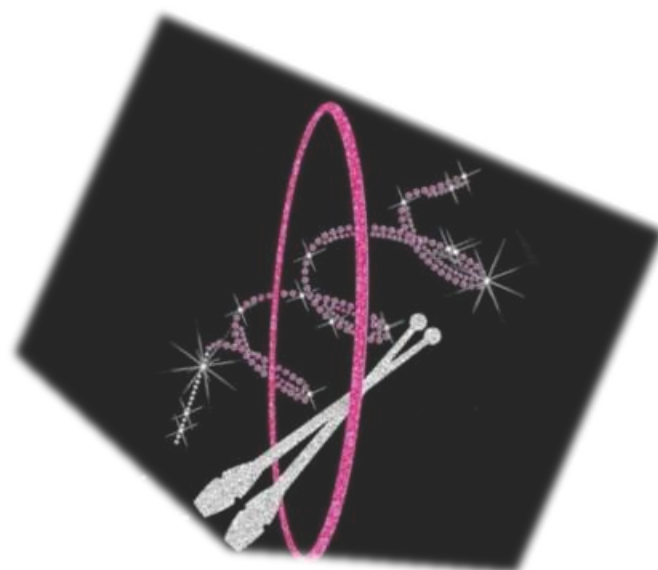
Catégorie d'âge	Engin	Contenu Technique	Echanges	Max D	Note A et E
10-13 ans	Massues	- DB : Max 3 DB à 0.10, 1 de chaque GC pas d'équilibre à 0.20 sur pied plat pas de combinaison de difficultés - R : interdite - W : 1 onde obligatoire	2	4.00	Code FIG A : 10 pts E : 10 pts
TC	Ballon/ Corde	- DC : Max 9 collabo obligatoire min 1 collabo de chaque type collaborations combinées interdites	3	5.00	

REGIONAL Ensemble

- Programme interdit aux individuelles du niveau de pratique fédéral
- 3 à 6 gymnastes (revalorisation de 0.20 par gymnastes supplémentaires)
- Musique avec paroles autorisées (1' à 1'30 min)
- Note D : CODE FIG aménagé

Revalorisation de +0.20 pts pour le critère de 8 mètres sur les échanges (quel que soit la hauteur)

Catégorie d'âge	Engin	Contenu Technique	Echanges	Max D	Note A et E
10-11 ans	Massues	-DB : Max 3 DB à 0.10, 1 de chaque GC pas d'équilibre à 0.20 sur pied plat pas de combinaison de difficultés -R : interdite -W : 1 onde obligatoire -DC : Max 9 collabo obligatoire min 1 collabo de chaque type collaborations combinées interdites	2	4.00	Code FIG A : 10 pts E : 10 pts
13 ans et -	Cerceaux		2	4.00	
15 ans et -	Ballons		3	5.00	
16 ans et +	Rubans (4m)		3	5.00	





PROGRAMMES COMPETITIFS 7-9 ANS

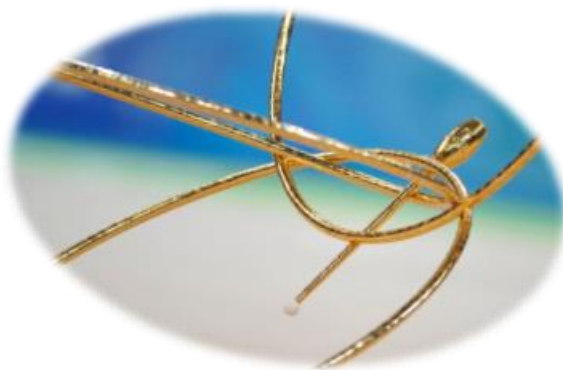
ENSEMBLES – Filière Régionale – 7/9 ans



- Les programmes compétitifs à finalité nationale et les surclassements de catégories d'âge sont interdits aux gyms engagés dans cette filière.
- L'ensemble et le duo Régional est interdit aux individuelles Nationale 8 et 9 ans.

Ensembles et Duos 7-9 ans

Catégorie	Engin	Musique	Note D : Contrat obligatoire	Note A et E
Ensemble Régionale 7-9 ans Ensemble de 4 à 5 gymnastes +0.20pt pour la 5 ^{ème} gym qui passe sur le praticable 6 engagements max	Cerceaux	1.30 à 1.45 min	CODE FIG JUNIOR aménagé 3 difficultés corporelles Valeur des difficultés limitée, 0.10 à 0.20 (1 de chaque GC) 2 ondes - 1 Combinaison de DB autorisée – R interdit 2 échanges Min 6 collabo – Max 12 Max D = 5	CODE FIG
Duo régionale 7-9 ans (Ensemble de 2 gyms) 1 remplaçante autorisée			Précision : 1 GF spécifique présenté au lieu de 2 pour les toupies et les roulés Programme décliné du Fédérale A Ensemble 10-11 ans : règles identiques	





INFORMATIONS JUGES ET CLUBS

Obligations du juge

- + Être en possession de la licence de la saison en cours
- + Juger 3 fois dans l'année
- + Être à jour des recyclages
- + Être présent à la réunion de juge et à l'heure
- + Tenir à jour son livret de juge
- + Être en tenue officielle
- + Réviser les catégories concernées
- + Un bon juge et un bon entraîneur doivent posséder :
 - La brochure technique FFG GR
 - La lettre FFGYM GR de la saison en cours
 - La brochure technique régionale G.R
 - Le code de pointage G.R. – édition en vigueur – et les lettres de la FIG
 - La brochure des Coupes Formations

- + Quelques recommandations :
 - Il faut obligatoirement trois jugements entre chaque examen de juge
 - Une ½ journée de compétition compte comme un jugement
 - Le jugement en tant que juge de ligne n'est pas comptabilisé
 - Le jugement en Coupe formation est comptabilisé

Obligations du club

ATTENTION NOUVEAUTE SAISON 2023-2024 :



Tous les clubs doivent obligatoirement engagés leurs juges qui officieront sur toutes les compétitions de cette saison quel que soit le niveau de compétition.

Des informations seront éventuellement annotées par la Responsable des Juges lorsqu'il y aura des besoins spécifiques, qui seront visionnables lors de ces engagements.

Cette nouveauté est nécessaire et absolument obligatoire pour tous les clubs mais aussi pour les juges quel que soit leur niveau afin que leur e-carnet de juges qui devient totalement dématérialisé puisse être rempli automatiquement au fur et à mesure de la saison pour chacun.

Pour cette saison, les juges de lignes sont en test, mais seront eux aussi intégrés dans l'avenir sur JugeGym afin que leur rotation de jugement soit aussi mentionnée dans leur e-carnet de juge.

Enfin, pour cette 1^{ère} année, si sur certaines compétitions, il y a des juges convoqués, ces derniers seront engagés par la Responsable de Juges et/ou la Responsable des compétitions.

Nathalie RABETTE, responsable des compétitions est à vos côtés en cas de besoin.

Un juge par club est obligatoire. Un club peut présenter un juge différent à chaque rotation. D'ailleurs, la responsable des juges pourra demander plusieurs juges par clubs selon les compétitions et les niveaux de juges.

- En région, les juges de niveaux 3 et 4 seront prioritaires.
- Absence de juge : prévenir au plus vite la responsable des juges pour convocation d'un juge d'un autre club. Dans le cas échéant une amende pourra être calculée et adressée au club.
- Présence dans les jurys : une compétition se définit comme l'ensemble des catégories du jour de présence du club en compétition. L'organisation de la compétition peut amener un juge à noter une catégorie dans laquelle il n'y a aucune gymnaste de son club. Les juges peuvent être inclus dans les jurys le même jour de présence que les gymnastes de son club.

Formations des juges

Calendrier formation des juges 2023-2024

Dates	Action	Lieu
02-03 février	Formation juges niveau 1 – 2 – (3)	Houlgate
30-31 mars	Formation et Examen juges niveau 1 – 2 – (3)	Rouen



INFORMATIONS GENERALES

➔ Pour le regroupement DRA du 23 septembre, les engagements sont à faire sur Engagym

➔ **Rappels accès programmes**

- Individuel nationale 10-11 ans : Avoir obtenu le Ruban Bleu, Jaune (PASS CF3 ou CF4)
- Individuel nationale 7-9 ans : Avoir obtenu le Ruban Bleu, Jaune (PASS CF3 ou CF4) ou suivre le programme CF3 ou CF4 en parallèle.
- Ensemble/Duo nationale 7-9 ans : Suivre le programme CF2, CF3 ou CF4 en parallèle

➔ **Coupe Formation**

- Main libre CF2 identique à celui de la saison 2022-2023
- Engins : les musiques sont imposées par la région, l'enchaînement est libre, conçu et appris en club (cf Chapitre 4 - Brochure technique coupe formation)
 - CF2 : identique à la saison 2022-2023
 - CF3 : identique à la saison 2022-2023

Toutes les informations régionales concernant la coupe formation seront transmises aux clubs par mail courant septembre 2023



Contacts GR :

Commission Technique Régionale :

Nom	Prénom	Fonction	Mail
RUSIN	Julie	Déléguée Technique Régionale GR	julie.rusin3@gmail.com
GOHIER	Juliette	Responsable Régionale des juges/formation	juliette.gohier@hotmail.fr
PINSON	Géraldine	Responsable P.A.S	geqegr6583@live.fr
LEMARQUAND	Héloïse	Responsable Régionale Coupe Formation	lemarquand.heloise@gmail.com
RABETTE	Nathalie	Responsable compétitions (enga-or-do-scoregym)	nrabette@normandie-ffgym.fr
POYER	Anne Sophie	Membre de la CTR	jcasp@orange.fr

Responsables GR 276 :

Nathalie RABETTE
Responsable Départementale Technique 76
nrabette@normandie-ffgym.fr

Juliette GOHIER
Responsable Départementale des Juges 76
juliette.gohier@hotmail.fr

Christelle PENARD
Responsable Départementale Technique et Juges 27
cpenard@hotmail.com

Responsable GR 14 :

Eloïse KARLI
Responsable Départementale Technique 14
eloisekarli@hotmail.com

Lucille ROUX
Responsable Départementale des Juges 14
lucille.roux@yahoo.fr

Responsable GR 50 :

Responsable Départementale Technique et Juges 50
lemarquand.heloise@gmail.com



Comité Régional de Normandie de Gymnastique
Immeuble Blaise Pascal - 20 Place Gadeau de Kerville, 76100 Rouen
76100 ROUEN
☎ : 0235631898