



Fédération Française de Gymnastique



Règlement Technique Zone Ile-de-France

Gymnastique Rythmique

Saison 2009-2010

Brochure commune aux comités régionaux IFO - IFM

1. CONTACTS page 1 à 3

2. COMPETITIONS page 4 à 19

3. REGROUPEMENTS DE GYMNASTES page 20

4. FORMATION CADRES ET JUGES page 21-22

5. ANNEXES page 23

Pour tout ce qui concerne les formations de Cadres et de Jugés, se référer à la brochure des formations Ile de France de la saison 2009-2010

1. CONTACTS



Comité Régional de Gymnastique Île de France Ouest

21 avenue Pierre CURIE – 78210 Saint-Cyr-l'École

Tél. : 01 72 67 40 00 - Fax : 01 34 60 54 29

Email : ffg.crifo@wanadoo.fr

Site : www.crifo-ffgym.com



Comité Régional de Gymnastique Île de France Marne

15 rue Béthisy BP 82 93130 Noisy le Sec

Tél. : 01 49 42 94 91 - Fax : 01 49 42 93 82

Email : ifmgym.secretariat@wanadoo.fr

Site : www.crifmarne-ffgym.com

Fonction	Nom	Adresse et mail	téléphone
Responsable Zone	Anne-Marie LEMETRE	142 rue Victor HUGO 92270 BOIS-COLOMBES anne.marie.lemetre@wanadoo.fr	Tél. et fax : 01 47 80 24 10
CTN - Responsable secteur Jeunesse POP	Géraldine MICHE	2 allée des primevères 91090 Lisses geraldine.miche@free.fr	

LES COMMISSIONS GR

IFO	IFM
Nicole TRIPOTIN 19 rue Hugues Leroux 92500 Rueil Malmaison tripotin.nicole@orange.fr	Marie Thérèse TRIDOT 7 Allée des Cavaliers 94 700 Maison Alfort MarieTherese.Tridot@orange.fr
Muriel TRIPOTIN (Resp Juges) En attente mtripotin@orange.fr	Stéphanie ROBIN (Resp Juges) 8 Rur Roger Salengro 94240 L'Hay les Roses robstephy@aol.com
Pascale ARNAUD 16 rue des Magnolias 95100 Argenteuil pascalearnaud@aol.com	Anne Sophie ANDRIESSE 14 rue du déservoir 77260 La Ferté Sous Jouarre anneso.andriesse@free.fr
Sophie BATUT 173 avenue Marguerite renaudin 92410 Clamart clamart-gymnastique@wanadoo.fr	Anne Valérie BAREL 12 Rue du menhir 77765 St Martin en Bière a.barel@aliceadsl.fr
Dephine DIGNEMENT 2 avenue raspail 91260 Juvisy sur Orge dignement@yahoo.fr	Christel LE BOULZEC 9 rue Fernad Léger 94120 Fontenay sous Bois tetel_leboulzec@msn.com
Bénédite DROUARD 9 rue D'Alsace Lorraine 91100 Corbeil Essonnes grbenei@infonie.fr	Suzanne MELSE Résidence la Marlière 5 villa de la frenaie 77680 Roissy en brie s.gama@hotmail.fr
Agnés LAVERGNE Résidence Maurice 1 rue du clos 78870 Bailly agnes.lavergne@orange.fr	Laetitia SAUZEDE 73 Rue Louis Lumière 75020 Paris laetitsauzede@hotmail.com
Anne Marie LEMETRE (CTR) 142 Rue Victor Hugo 92270 Bois Colombes anne.marie.lemetre@wanadoo.fr	Nathalie REMAI 29 avenue des jonquilles 77340 Pontault Combault nathy.remai@gmail.com

Département 75			
Responsable Technique et Cadres	Laetitia SAUZEDE	73 rue Louis Lumière 75020 PARIS laetitsauzede@hotmail.com	06 20 60 24 02
Responsable POP	Carine BEDOUET & Chrystel LE BOULEZEC	8 Rue Roger Salengro 94240 L'HAY LES ROSES & 9 Rue Fernand Léger 94120 FONTENAY/BOIS tetel_leboulzec@msn.com	06 73 76 27 53 & 06 10 17 54 57
Responsable Juges	Anne Valérie BAREL	12 Rue du Ménhir 77765 ST MARTIN EN BIÈRE a.barel@aliceadsl.fr	06 08 4053 38
Département 77			
Responsable Technique, Cadres et Juges	Anne Sophie ANDRIESSE	14 Rue du Deservoir 77260 LA FERTE SOUS JOUARRE annes.o.andriessse@free.fr	06 82 10 74 59
Responsable POP	Carine BEDOUET & Chrystel LE BOULEZEC	8 Rue Roger Salengro 94240 L'HAY LES ROSES & 9 Rue Fernand Léger 94120 FONTENAY/BOIS tetel_leboulzec@msn.com	06 73 76 27 53 & 06 10 17 54 57
Département 93			
Responsable Technique, Cadres et Juges	Priscille LOAIQUE	36 bis Avenue Jean Lolive 93500PANTIN priscilleloaique@hotmail.com	06 65 55 17 07
Responsable POP	Carine BEDOUET & Chrystel LE BOULEZEC	8 Rue Roger Salengro 94240 L'HAY LES ROSES & 9 Rue Fernand Léger 94120 FONTENAY/BOIS tetel_leboulzec@msn.com	06 73 76 27 53 & 06 10 17 54 57
Département 94			
Responsable Technique et Cadres	Marie Thérèse TRIDOT	7Allée des cavaliers 94700 MAISONS ALFORT MarieTherese.Tridot@orange.fr	06 15 23 77 53
Responsable POP	Carine BEDOUET & Chrystel LE BOULEZEC	8 Rue Roger Salengro 94240 L'HAY LES ROSES & 9 Rue Fernand Léger 94120 FONTENAY/BOIS tetel_leboulzec@msn.com	06 73 76 27 53 & 06 10 17 54 57
Responsable Juges	Chrystel LE BOULZEC	9 Rue Fernand Léger 94120 FONTENAY/BOIS tetel_leboulzec@msn.com	06 10 17 54 57
Département 78			
Responsable Technique	Marie Hélène REY	60 rue Moser 91550 Paray Vielle Poste mhelene91@wanadoo.fr	06 88 64 62 53
Responsable POP	Sandra GINESTOU	11 mail Teilhard de Chardin 78780 Guyancourt sandra.ginestou@wanadoo.fr	06 27 08 03 29
Responsable Cadres	Delphine BOURGEOIS	12 avenue GUICHARD – H3/351 78000 SATORY delys@hotmail.fr	06 72 71 01 81
Responsable Juges	Gaëlle SOUPRAYEN	3 place Jacques BREL 78280 GUYANCOURT gaellesouprayen@numericable.fr	06 64 31 57.47

Département 91			
Responsable Technique	Delphine DIGNEMENT	2 avenue Raspail 91260 Juvisy-sur-Orge, dignement@yahoo.fr	01 69 21 12 80 06 83 21 71 21
Responsable POP	Eugénie RAPHAEL	111 rue de Paris 91600 Savigny sur orge raphaeleugenie@orange.fr	06 82 13 21 14
Responsable Cadres	Delphine DIGNEMENT	2 avenue Raspail 91260 Juvisy-sur-Orge, dignement@yahoo.fr	01 69 21 12 80 06 83 21 71 21
Responsable Juges	Stéphanie LAGUET	20 avenue des Mousseaux 91210 DRAVEIL covgr@msn.com	06 71 11 49 96
Département 92			
Responsable Technique	Muriel TRIPOTIN	19 rue Hugues Leroux 92500 Rueil-Malmaison mtripotin@wanadoo.fr	06 77 74 89 06
Responsable POP	Aurélien BARON	29-31 rue Auguste BAILLY 92400 COURBEVOIE aurelybaron@hotmail.com	06 15 04 87 07
Responsable Cadres	Julie DUBOC ??	22 rue de Verdun 92290 CHATENAY-MALABRY juliegrs@yahoo.fr	06 12 10 38 08
Responsable Juges	Anaïs CLAPPE	23 rue de Sevrans 93200 SAINT-DENIS clappeanaïs@yahoo.fr	06 34 57 20 42
Département 95			
Responsable Technique	Julie WANTZ	12 rue Paul Bert 95270 Noisy Sur Oise jwantz@free.fr	06 75 51 01 65
Responsable POP	Amélie CABRERAS	263 rue de Paris 95150 TAVERNY cabreras@neuf.fr	06 64 74 11 28
Responsable Cadres	Pascale ARNAUD	16 rue des Magnolias 95100 ARGENTEUIL pascalearnaud@aol.com	06 81 64 81 04
Responsable Juges	Caroline HOUSSIAUX	9 rue de Bellevue 95470 FOSSES carovtt@wanadoo.fr	06 23 43 44 57

2. COMPETITIONS

Préambule

L'équipe GR d'Ile de France a décidé de proposer un plan d'action commun à nos deux comités. Cette saison voit apparaître des modifications dans nos programmes :

- Pour les DC 2 (ensemble libre sans difficulté) à l'issue des régions, il y a aura deux catégories A et B.
- Les DC1 (EX DC3) passeront en région et en zone, le même week-end que les DF et DN.

Nous espérons ainsi vous offrir un panel plus en adéquation avec la pratique compétitive en gymnastique rythmique.

Toutes les feuilles d'engagement en compétition, d'atelier pour la CF3, d'inscription aux stages et formation et la fiche d'identification du club sont téléchargeables sur le site des Comités. N'oubliez pas d'envoyer votre **fiche d'identification**.

**Tous les engagements seront envoyés par Internet, au CRIFO ou CRIFMA
et aux départements suivant leur modalité**

Bonne saison à toutes et à tous.

Les Commissions Techniques Régionales GR

Calendrier 2009/2010

Critérium Pré Fédéral Fédérales NB	DF1 2 -DC 1 DFE et DN	DC 2 3 4 DIR 1-2 DC 1 Poussines	Autres Coupe Formation Challenge Jacquot
date limite d'engagement 30 septembre	date limite d'engagement 31 décembre	date limite d'engagement 31 décembre	Coupe formation : date limite d'engagement 30 novembre
Département 17/18 octobre	Département 6/7 février	Département 13/14 mars	Département
75	75	75	75
77	77	77	77
78	78	78	78
91	91	91	91
92	92	13/14 février	92
93	93	93	93
94	94	94	94
95	95	95	95
Région Fed et NB 14/15 novembre 21/22 novembre	Région DF 13/14 mars	Région DC 20/21 mars	Coupe Formation 3 5/6/ juin
Zone Fed et NB 12/13 décembre	Zone DF 10/11 avril	Zone DC 15/16 mai	
Finale Fed NB et coupe Avenir 23/24 janvier	Finale DF - DN 29/30 mai TOURCOING	Finale DC + Villancher 12/13 juin CLERMONT FERRAND	

Engagement 8 semaines avant la compétition à la FFG (cf brochure)
Championnat de France :avenir- esp – jun- sen = 21/22/23 mai

DIVISION NATIONALE : engagement avant le 5 janvier

- **DN1 et DN2** : à la FFG et copie à la DTZ Corinne CALLON
- **DN3 et DN4** : à la région et copie à la DTZ Corinne CALLON



TABLEAU SYNOPTIQUE G.R - 2009/2010 Zone IDF

Titre de la compétition	Poussine			Benjamine		Minime		Cadette		Junior		Senior	Programme	Nbre de gym	Selection	Finalité
	7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +				
	2003	2002	2001	2000	99	98	97	96	95	94	93	92 et avnt				

Compétitions à Finalité Zone

ENSEMBLE	DIR 2 (Duo)				Cerceaux											2	D	R	Z		
	DC1	Massues							Cerceau-Ballon								libre avec difficultés	4 à 6	D	R	Z
	DC2 - B	Massues							Ballons							Exercice libre sans difficultés	4 à 6	D	R	Z	
					Ballons																
						Cerceaux															
			Cerceaux-Ballons																		

INDIVIDUELLE	Pré Fédéral			ML											Exercice libre	1	D	R	Z
					1 engin														
							1 engin												
									1 engin										
	DIR 1				1 engin									Exercice libre	1	D	R	Z	
							1 engin												
									1 engin										
C.F. 4				5 engins+Ml imposé									cf brochure CF FFG -						
C.F. 123	5 engins																		

Programme de Compétition

Sommaire :

Tarifs de la zone et des comités régionaux.....	p 7
Généralités.....	p 8
Coupes Formations.....	p 9
Les Poussines.....	p 12
Compétitions à finalité Ile de France.....	p 14

Tarifs des Engagements :

	COMPETITIONS ZONE		COMPETITIONS REGIONALES	
	FINALITE NATIONALE	FINALITE ZONE DIR	CRIFMA*	CRIFO
Individuelle	14,00 € (CRIT FED NB)	10,00 € (DIR1 PREF)	22,00 €* 	11,00 €
Duo (DF2 DIR2)	19,00 € (DF2)	16,00 € (DIR2)	28,00 €* 	17,00 €
Ensemble (DC1 DC2 DC3)	19,00 € (DC1-DC2A-DC3)	16,00 € (DC2 B)	28,00 €* 	21,00 €
Equipe/Ensemble (DN DF1 DFE DC4)	27,00 €	/	40,00 €* 	26,00 €
Ensemble Poussines	/	16,00 €	40,00 €* 	21,00 €

*Tarifs CRIFMA : appliquer 50% réduction pour les clubs fédéraux

COUPES FORMATIONS :

	ZONE		CRIFMA *
Test Coupe Formation 4 en Juin 2010	4,00 €	Coupe Formation 2 et 3	6,00 €

*Tarifs CRIFMA : appliquer 50% réduction pour les clubs fédéraux

Généralités :

Une discipline, deux pratiques : individuel ou ensemble à tous les niveaux.

Ces tableaux sont édités à titre indicatif. Cela n'impose aucune obligation d'organisation aux clubs.

Individuelles

AGE	Niveau de Pratique	Programme	Caractéristiques	Période
7 à 9 ans Poussines	Débutante à initiée Une séance par semaine	CF 1 2 3	Évaluation d'éléments techniques simples	Décembre à juin
7 à 9 ans Poussines	Initiée Deux à trois séances par semaine	CF 4	Évaluation d'éléments techniques évolués	Décembre à juin
10 ans et plus	Initiée Deux à trois séances par semaine	DIR1	libre à niveau plafonné	Février à mai
	Initiée Deux à Trois séances par semaine	Critérium	Libre	Octobre à Janvier
	Initiée à entraînée Trois à quatre séances par semaine	Préfédéral	Libre	Octobre à décembre
	Entraînée à experte Trois à quatre séances par semaine	Fédéral	Libre	Octobre à Janvier
	Experte Quatre séances par semaine	National B	Libre	Octobre à Janvier

Ensembles ou équipes

AGE	Niveau de Pratique	Programme	Caractéristiques	Période
7 ans et plus	Débutante, Une séance par semaine	DC4	Imposés FFG	Février à juin
	Débutante, Une à deux séances par semaine	DC2/3	Libre	Février à juin
	Initiée Deux séances par semaine	DIR2	Libre	Février à mai
	Entraînée Deux à trois séances par semaine	DC1	Libre	Février à juin
	Entraînée à experte Trois à quatre séances par semaine	DF1/2	Libre	Février à mai
	Experte Quatre séances par semaine	DN	Code FIG	Février à mai

DN interdite aux poussines et aux benjamines tous niveaux ainsi qu'au critérium

Coupes Formations 1 - 2 - 3 - 4

Responsables Zone Île de France : Géraldine MICHE et Samira BENAMRANE

Gèrent (en collaboration avec les responsables régionales) :

- L'organisation des 3 étapes d'évaluation
- Les CPS réservés CF4
- Les jurys CF4
- La détection des gymnastes

Responsables régionales : Pascale ARNAUD (CRIFO) et Laetitia SAUZEDE (CRIFMA)

Gèrent (en collaboration avec les responsables départementales) :

- Les inscriptions à La Coupe Formation niveau 4
- Les jurys CF3
- Les 2 étapes d'évaluation CF3

GYM – EVAL

Les tests de Gym- Eval auront lieu le Mercredi 10 Mars à EVRY à partir de 9h30

Inscription au Pôle d'Evry :

Responsables départementales :

Gèrent :

- Les 2 étapes d'évaluation CF 2

Les jurys CF 2

78	91	92	95
Sandra GINESTOU ☎ : 06 27 08 03 29 11 mail Teilhard de Chardin 78780 Guyancourt sandra.ginestou@wanadoo.fr	Eugénie RAPHAEL ☎ : 06 82 13 21 14 111 rue de Paris 91600 Savigny sur orge raphaeleugenie@orange.fr	Aurélie BARON ☎ : 06 15 04 87 07 29-31 rue Auguste BAILLY 92400 COURBEVOIE aurelybaron@hotmail.com	Amélia CABRERAS ☎ : 06 64 74 11 28 263 rue de Paris 95150 TAVERNY cabrerass@neuf.fr
75	77	93	94
Chrystel LE BOULZEC ☎ : 06 10 17 54 57 9 Rue Fernand Léger 94120 FONTENAY/BOIS tetel_leboulzec@msn.com			

Coupe Formation 1

Organisation laissée à la charge des clubs
Commander vos récompenses auprès de vos responsables régionales

Coupe Formation 2

Organisation laissée à la charge des responsables départementales (crifo)
Organisation laissée à la charge de la responsable régionale (crifma)

- ENGAGEMENTS :

Tarif : voir grille tarifaire

Modalités :

- la fiche d'engagement est disponible sur les sites régionaux (téléchargement). Faire parvenir la fiche d'engagement à votre responsable départementale et la renvoyer par Internet aux comités régionaux.

Date limite d'engagement : 31/12/2009

- ETAPES :

Date limite de l'étape 3 : 01/06/2010

Transmission des résultats :

- étapes 1 et 2 : uniquement à votre responsable départementale. Si vous désirez le faire par informatique, le programme est à télécharger sur le site Fédéral : www.ffgym.com dans la rubrique intranet club - outils informatiques.
- Date limite : voir plan d'action départemental
- Étape 3 (Pour les responsables départementales) : transmission des résultats finaux **uniquement par informatique** avant le **5/06/2010** à Muriel TRIPOTIN (ne pas envoyer les fiches d'atelier). Le programme est à télécharger sur le site Fédéral : www.ffgym.com dans la rubrique intranet club - outils informatiques. Tout autre programme utilisé ne permettra pas la validation au niveau national.

Les Responsables : commander vos récompenses auprès de vos responsables régionales.

- C.P.S. Départementaux

Chaque département est tenu d'organiser des C.P.S. en adéquation avec la Coupe Formation.
Reportez vous au plan d'action départemental.

Coupe Formation 3

L'obtention du niveau 3 est obligatoire pour accéder au niveau fédéral benjamine pour la saison 2010-2011

- ENGAGEMENTS :

Tarif : voir grille tarifaire

Modalités :

- la fiche d'engagement est disponible sur les sites régionaux (téléchargement). Faire parvenir la fiche d'engagement à Pascale ARNAUD (16 rue des Magnolias 95100 ARGENTEUIL) et la renvoyer par Internet aux comités régionaux

Date limite d'engagement : 31/12/2009

- ETAPES : la dernière étape de la coupe formation 3 se déroulera de la même manière que la coupe formation 4

- étape 1 et étape 2:
 - date limite : à effectuer au club avant le 31/1/2010
 - transmission des résultats : à votre responsable départementale avant le 1/2/2010
 - Pour les responsables départementales : transmission des résultats de l'étape 1 **uniquement par informatique** avant le 1/03/2010 à Muriel TRIPOTIN (ne pas envoyer les fiches d'atelier). Le programme est à télécharger sur le site Fédéral : www.ffgym.com dans la rubrique intranet club - outils informatiques. Tout autre programme utilisé ne permettra pas la validation au niveau national.
- étape 3 :

Etape 3 du Niveau 3	5 minis –enchaînements de 5 éléments engins coordonnés avec 5 éléments corporels. À choisir parmi les associations proposées par les responsables régionales Les couples (ML+engin) sont imposés, mais l'ordre est libre L'enchaînement au cerceau doit être fait en musique.	Brochure FFG Programme National coupe Formation GR (voir annexe)
Calendrier de la coupe formation 3		
Dates	Région DC	Challenge JACQUOT 6 juin
Engin	Corde Massues Tests Physiques	Ballon en musique Ruban Cerceau

Les feuilles d'atelier pré remplies ou vierges sont disponibles sur le site sous format Excel.

Les responsables départementales doivent être présentes, pour l'organisation, aux deux étapes finales de la CF3.

- C.P.S/ CRIFMA

Regroupement	1 ^{er}	2 ^{ème}	3 ^{ème}
Dates prévoir un pique-nique	Le 10 Janvier de 9h30 à 17h à THIAIS	Le 17 Janvier de 9h30 à 17h à THIAIS	Le 24 Janvier de 9h30 à 12h à THIAIS

Prévenir Chrystel LE BOULZEC par mail de la participation de vos gymnastes.

Coupe Formation 4

Descriptif technique du programme : Brochure FFG (pour se la procurer voir annexe)

- ENGAGEMENTS :

L'engagement à la coupe formation 4 n'empêche pas la gymnaste de se présenter dans un autre niveau de compétition.

Public : - Gymnastes ayant obtenu la coupe formation 3

Tarif : Voir grille tarifaire

Modalités : *la fiche d'engagement est disponible sur les sites régionaux*

Faire parvenir la fiche d'engagement au CRIFO ou CRIFMA via internet (modèle CF)

Date limite d'engagement : 31/10/2009

❖ C.P.S Région CRIFO:

9 regroupements pour les poussines et les benjamines

mercredis matin à Evry de 9h30 à 12h30 (contact : Samira : 0615148225)

Regroupement	
Dates	14 octobre -18 novembre 9 décembre -20 janvier 10 mars -14 avril 5 mai- 2 juin
Responsable	Samira BENAMRANE

❖ C.P.S Région CRIFMA:

Regroupement	1er	2ème
Dates et Lieux	25 Novembre 2009 De 9h30 à 12h30 Lieux à définir	10 janvier 2010 9h30 à 12h30 THIAIS
Responsable	Laetitia SAUZEDE	Laetitia SAUZEDE

❖ C.P.S Zone : travail sur la coupe formation 4

Regroupement	1er <i>Benjamines qualifiées à la finale nationale (Benj+avenir)</i>	2ème <i>Gymnastes de la CF4</i>	3ème <i>Gymnastes de la CF4</i>
Dates et Lieux 10h 17h prévoir un pique-nique	19 et 20 décembre IFO (Evry) ML + cerceau	22 / 23 / 24 Février IFO (Evry) Corde – Ballon-Ruban	19/20/21 Avril (IFM)Thiais ML-Cerceau-Massues + révision

Programme technique de la Coupe formation 4 :

Coupe formation 4	5 mini - imposés (programme FFG) un imposé par engin 1 Mains-libres imposé (programme FFG) Tests Artistiques, morphologiques et physiques	
Calendrier de la coupe formation 4		
Zone FED et NB 12 Décembre 2009 EVRY	15 mai 2010 EVRY Samedi Matin	Samedi 5 juin EVRY Samedi matin
Test Physique En même temps que la compétition des poussines	Cerceau Massues Improvisation	Mains libres - Corde Ballon- Ruban

Les responsables régionales doivent être présentes, pour l'organisation, aux trois étapes de la CF4.

Les Poussines

COMPETITIONS à FINALITE ILE DE FRANCE

Individuel Pré fédéral

- ENGAGEMENTS :

Public : année **2001** uniquement

Tous les engagements seront à envoyer par Internet, au CRIFO ou CRIFMA et aux départements suivant leur modalité

Date limite d'engagement : **30/09/2009**

PRE FEDERALES

FICHES TECHNIQUES D 1 ET D 2 OBLIGATOIRES

Difficultés autorisées code 2009 : **A B C** (valeur réelle du code 2009)

Les A peuvent être utilisées dans le contrat D 1 (annoncées sur la fiche) ou en D 2 (code FIG)

Pour le ballon, souplesses et équilibres sont autorisés pour les GCO en D 1

D 1 : Difficulté interdite : - 0,50

Difficulté du GCO manquante (non présentée): - 0,30

Dépassement du nombre maximum de difficultés autorisées : - 0,5 (jury D 1) et non validation des difficultés excédentaires.

Les PR ne sont pas obligatoires mais comptabilisées à concurrence de 2 au maximum (- 0,20 pt jury A si plus)

Temps : 1' à 1'30	Cerceau : moins de 2 ou plus de 4 difficultés d'un GC (pour chaque difficulté en faute) : - 0,30	D 1	D 2	A 5,00 points / 7,00 points
Poussines	4 difficultés maximum présentées	1pt maximum validé		1,50 pts : musique 1,50 pts : compo de base 1,00 pt : corps 1,00 pt : engin

ENSEMBLES DC 1 POUSSINES

- ENGAGEMENTS :

Public : années 2003-2002-2001-

Tous les engagements seront à envoyer par Internet, au CRIFO ou CRIFMA et aux départements suivant leur modalité

Date limite d'engagement : **31/12/2009**

DIVISION CRITÉRIUM 1 (ex DC 3)

FICHES TECHNIQUES D1 ET D2 OBLIGATOIRES

Catégories	D				A
	Echange manquant : - 0,30 pt Trop de difficultés présentées : - 0,50 pt Difficultés autorisées : A B C - Difficulté interdite (D et +) : - 0,50 pt				
Ensemble de 4 gymnastes + 2 remplaçantes	D 1 Nombre d'échanges minimum *	D 1 Nombre de difficultés présentées au maximum	Note D 1	D 2 Tolérance de + 0,50 pt max sur la fiche	6,00 points
POUSSINES 1'15" à 1'45"	1	4	1	2,0	2 pts : musique 2 pts : corps – engin 2 pts : compo de base • formations • Relations • collaborations

ENSEMBLES DC 2 POUSSINES

- ENGAGEMENTS :

Public : années 2003-2002-2001-interdit aux poussines préfédérales

Tous les engagements seront à envoyer par Internet, au CRIFO ou CRIFMA et aux départements suivant leur modalité

Date limite d'engagement : 31/12/2009

Catégories	D Echange manquant : - 0,30 pt Pour chaque élément corporel présent : + 0,10 à concurrence de 0,50 pt Aucune difficulté du code FIG n'est autorisée Difficulté interdite : - 0,50 pt			A
Ensemble libre : 4 à 6 gymnastes		Note D 1	D 2 Collaborations difficiles : autorisées, mais non valorisées C 0,10 C ↗ à 0,20, ↗ et CC à 0,30 PR non autorisés : - 0,20 de pénalité jury A	5,00 points
Poussines 1' à 1'30"	Nombre d'échanges présentés : 1 minimum et 3 maximum	1	1,5	2 pts : musique 2 pts : corps – engin 2 pts : compo de base <ul style="list-style-type: none"> • formations • Relations • collaborations

Compétition à Finalité Ile de France

L'INDIVIDUEL PRE FEDERAL

- ENGAGEMENTS :

Public :

- Réservé aux gymnastes qui participent au niveau DF 1 ou DF 2, (Pour les minimes, cadettes, juniors / seniors **UNE seule pré-fédérale est autorisée en DC1**)
- Les gymnastes individuelles fédérales de la saison 2008/2009 classées de la 1^{ère} à la 15^{ème} place en Zone ne peuvent pas participer à cette compétition.
- **Les gymnastes de la 16^{ème} à la fin du classement de zone peuvent se présenter en Pré fédéral**
- Les Gymnastes pré fédérale de la saison 2008/2009 classées sur le podium sont obligées de se présenter dans la catégorie fédérale
- Les Pré- fédérales et fédérales 2008/2009 n'ayant pas été qualifiées à la zone (décembre 2008) peuvent se présenter en DC 1 et critérium en 2009/2010
- Les cas particuliers seront étudiés par le comité technique régional GR

Modalités :

Tous les engagements seront à envoyer par Internet, au CRIFO ou CRIFMA et aux départements suivant leur modalité

Date limite d'engagement : **30/09/2009**

- PROGRAMME et NOTATION :

PRE FEDERALES				
FICHES TECHNIQUES D 1 ET D 2 OBLIGATOIRES				
Difficultés autorisées code 2009 : A B C D (valeur réelle du code 2009)				
Les A peuvent être utilisées dans le contrat D 1 (annoncées sur la fiche) ou en D 2 (code FIG)				
Pour le ballon, souplesses et équilibres sont autorisés pour les GCO en D 1				
D 1 : Difficulté interdite : - 0,50				
Difficulté du GCO manquante (non présentée): - 0,30				
Dépassement du nombre maximum de difficultés autorisées : - 0,5 (jury D 1) et non validation des difficultés excédentaires.				
Les PR ne sont pas obligatoires mais comptabilisées à concurrence de 3 au maximum (- 0,20 pt jury A si plus)				
Temps : 1' à 1'30	Cerceau : moins de 2 ou plus de 4 difficultés d'un GC (pour chaque difficulté en faute) : - 0,30	D 1	D 2	A 5,00 points / 7,00 points
Benjamines				1,50 pts : musique 1,50 pts : compo de base 1,00 pt : corps 1,00 pt : engin
Minimes	7 difficultés maximum présentées Nombre de difficultés minimum du GCO : 3	1,8	3,5	
Cadettes	8 difficultés maximum présentées Nbre de difficultés mini du GCO : 3	2,2	4	
Juniors	9 difficultés maximum présentées Nombre de difficultés minimum du GCO : 4	2,5	4,5	
Seniors	10 difficultés maximum présentées Nombre de difficultés minimum du GCO : 4	3	5	

DIR CRITERIUM

- LES DIR 1 peuvent participer au DC 2 ou au DIR 2
- LES DIR 1, DIR 2 ne peuvent pas participer au DC 1

L'INDIVIDUEL DIR 1

- ENGAGEMENTS

Public :

- **Les gymnastes individuel(le)s critérium de la saison 2008/2009 classé(e)s de la 1ère à la 15^{ème} place en Zone ne peuvent pas participer à cette compétition.**

Modalités :

Tous les engagements seront à envoyer par Internet, au CRIFO ou CRIFMA et aux départements suivant leur modalité

Date limite d'engagement : 31/12/2009

- PROGRAMME et NOTATION :

DIR 1 Difficultés autorisées code 2009 : A, B et C (chaque difficulté a la valeur réelle du code 2009) Pas de fiche				
Toutes les difficultés réalisées sont comptabilisées dans le contrat D1 (y compris les A) Pour le ballon, souplesses et équilibres sont autorisés pour les GCO en D1 D 1 : Difficulté interdite : - 0,50 Difficulté du GCO manquante (non présentée) : - 0,30 Dépassement du nombre maximum de difficultés autorisées : - 0,5 (jury D 1) et non validation des difficultés excédentaires Les PR ne sont pas obligatoires mais comptabilisées à concurrence de 2 au maximum (- 0,20 pt jury A si plus)				
Temps : 45 " à 1'15	Cerceau : moins de 2 ou plus de 4 difficultés d'un GC (pour chaque difficulté en faute) : - 0,30	D 1	D 2	A 5,00 points
Benjamines	5 difficultés maximum présentées Nombre de difficultés minimum du GCO : 2	1,2	2	1,50 pts : musique
Minimes	6 difficultés maximum présentées Nombre de difficultés minimum du GCO : 3	1,6	2,5	1,50 pts : compo de base
Cadettes	7 difficultés maximum présentées Nombre de difficultés minimum du GCO : 3	1,8	3,0	1 pt : corps
Jun/Seniors		2,0	3,5	1 pt : engin

LE DUO DIR 2

- ENGAGEMENTS

Calendrier : La compétition se déroulera en même temps que les Divisions Critérium 1-2-4.

Tous les engagements seront à envoyer par Internet, au CRIFO ou CRIFMA et aux départements suivant leur modalité

Date limite d'engagement : 31/12/2009

- PROGRAMME et NOTATION :

DIR 2 MAXIMUM 2 DUOS PAR CLUB				
Difficultés autorisées code 2009 : A B C				
Les A peuvent être utilisées dans le contrat D 1 (annoncées sur la fiche) ou en D 2 (code FIG)				
D : Difficulté interdite : - 0,5		Difficulté manquante : - 0,3		Echange manquant : - 0,3
Temps : 1' À 1'30	Exigences techniques	D 1	D 2	A 7,00 points
Benjamines / Minimes	6 difficultés maximum présentées dont 1 échanges minimum	2,00	3,0	2,00 pts : musique 2,50 pts : corps – engin 2,50 pts : compo de base
Cad / Jun / Sen	8 difficultés maximum présentées dont 2 échanges minimum	3,00	4,,5	formations relations collaborations
EXECUTION	code FIG sur : 10 points			

CHALLENGE INTERDÉPARTEMENTAL



Cette année, la Gymnastique Rythmique participe à la compétition multi-disciplines par équipe départementale avec la Gymnastique Artistique Féminine, Masculine et le Trampoline.

Date : le 5 Décembre 2009

Engagement : une équipe départementale composée de 4 gymnastes

- *Elite* : 2 gymnastes nées en 1996 et avant
- *Jeunesse* : 2 gymnastes nées entre 1997 et 2000

Règlement complet disponible prochainement en téléchargement sur les sites

3. REGROUPEMENTS DE GYMNASTES

Action de **P**erfectionnement

BENJAMINES

1er Stage :

Public : Benjamines qualifiées à la finale nationale

Lieu : EVRY (gymnase Jean Louis Moulin)

Date : 19 et 20 décembre

Horaires : 9h30 17h30

GYMASTES QUALIFIÉES EN FINALE :

1er Stage : gymnastes individuelles

Public : gymnastes individuelles qualifiées à la finale

Lieu : à définir

Date : 10 janvier

Horaires :

2ème Stage : les ensembles

Public : les ensembles DN DF qualifiés à la finale

Lieu : à définir

Date : 2 Mai

- **Horaires :** 9h30 17h30

4. FORMATIONS CADRES ET JUGES

Pour tout ce qui concerne les formations de Cadres et de Juges, se référer à la brochure des formations Ile de France de la saison 2009-2010

A) FORMATION DES JUGES

Nous rappelons que seuls les juges de niveau 3 ou 4 pourront être désignés pour juger en Zone. En région les juges 3 et 4 seront prioritaires.

Présence en réunion de juge :

Afin de faciliter l'organisation des clubs, certains jurys seront donnés à l'avance. Cela ne dispense pas le club de présenter un juge lors de la réunion de juges.

Nous rappelons donc que la présence du juge est obligatoire (le ou les jours de présence d'ensembles ou d'individuels de l'association) même si le juge responsable ne le désigne pas dans les jurys.

Présence dans les jurys :

Il va sans dire qu'une compétition se définit comme l'ensemble des catégories d'un même niveau.

La solidarité sportive peut amener un juge à noter une catégorie dans laquelle il n'y a aucune gymnaste de son club. En effet, il arrive que pour une catégorie, seuls 2 ou 3 clubs soient engagés. Ces gymnastes ont le droit d'être jugées par un corps de juges complet.

Les juges peuvent être inclus dans les jurys le même jour de présence que les gymnastes de son club. Toutefois, cela peut être à des heures différentes.

**Constitution des jurys en 1/2 finale et finale nationale :
Voir Brochure Technique Nationale.**

Autres précisions :

NIVEAU DU JUGE	COMPETITIONS POUVANT ETRE JUGEES.
Niveau 1	<ul style="list-style-type: none">▪ Coupes Formations 1, 2, 3 et 4▪ Exécution tous niveaux (Département et Région)▪ Juges de lignes tous niveaux▪ Juges de chronométrage tous niveaux▪ DC
Niveau 2	<ul style="list-style-type: none">▪ Exécution tous niveaux (Département et Région)▪ Juges des individuelles (D A E) (Département et Région)▪ Juges de lignes tous niveaux▪ Juges de chronométrage tous niveaux▪ Juges secrétaires
Niveau 3	<ul style="list-style-type: none">▪ Juges des individuelles (D A E)▪ Juges des ensembles (D A E) (DC – DF – DIR 2)▪ Juges de ligne tous niveaux▪ Juges de chronométrage tous niveaux▪ Juges secrétaires▪ Juges de contrôle
Niveau 4	<ul style="list-style-type: none">▪ Tous niveaux (D, A, E) jusqu'aux finales nationales▪ Les catégories nationales : Avenir, Espoir, juniors, seniors, DN▪ Juges de ligne tous niveaux▪ Juges de chronométrage tous niveaux▪ Juges secrétaires▪ Juges de contrôle
Niveau 5	<ul style="list-style-type: none">▪ Tous niveaux y compris le niveau international▪ Toutes les fonctions possibles

Obligations du juge :

- De juger 2 fois dans l'année
- De se recycler
- De venir à la réunion de juge
- De tenir à jour son livret de juge accompagné de sa licence de la saison en cours

Absence de Juge : Amende **(150 euros)**, sinon l'équipe ne concourt pas et des sanctions sont possibles pour la saison suivante. 50 % de cette amende seront versés au compte formation du club.

Tenue du juge : tenue officielle (amende de 8€ - règlement régional)

Un juge par club est obligatoire. **Un club peut présenter un juge différent à chaque rotation.**

Un bon juge et un bon entraîneur doivent posséder : *(pour se les procurer voir annexe)*

1. La brochure technique de la saison en cours + brochure de juge
2. la brochure générale
3. Le programme DC (brochure + vidéo/DVD + audio) du programme en vigueur
4. Le plan d'action G.R. de l'île de France de la saison en cours
5. Le code de pointage G.R. - édition **2009** et les lettres de la FIG
6. Le compte-rendu du séminaire de juges du début de saison et les lettres de la FFG
7. Les brochures des coupes Formations

B) FORMATION DES CADRES

Se référer à la « brochure des formations Ile de France »

1. Formations fédérales
2. Le BP JEPS
3. Les journées à thèmes
4. Les formations des juges

5. ANNEXE

Site du CRIFO :	www.crifo-ffgym.com
Site du CRIFMA :	www.crifmarne-ffgym.com
Site de la Zone Ile de France :	http://www.ffgym.com/zones/aff_cal.php?zone=3
Site de la FFGym :	www.ffgym.com
Site de FrancePromoGym :	www.francepromogym.com
Site de la FIG :	www.fig-gymnastics.com

OU SE PROCURER LA DOCUMENTATION TECHNIQUE

Code de pointage 2009(cf site FIG)	(code FIG) Document de la FIG répertoriant et classant par valeur l'ensemble des éléments techniques corporels et engins de la gymnastique rythmique. Il décrit aussi le programme des compétitions internationales.	<i>Télécharger sur http://www.fig-gymnastics.com/</i>
Lettres de la FIG	Vérifier régulièrement la parution sur le	<i>site de la FIG</i>
Coupes Formations 1, 2, 3 et 4	Kit GR – Programmes PO 2004/2008 Brochure + DVD + CD: Réf. : PRO 015 Pour la coupe formation 4 et Benjamines :Programme 2009	<i>Commander à France Promo Gym</i>
DC4	<i>KIT Imposés DC 2009</i> <i>Brochure + DVD + CD</i>	<i>Commander à France Promo Gym</i>
Règlements techniques	Documents édités par la FFG décrivant l'ensemble des programmes et des règlements de la FFG <ul style="list-style-type: none"> ▪ REGLEMENTATION GENERALE FFGYM 2009/2010 (REG031) ▪ LIVRET TECHNIQUE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE 2009/2010 (REG033) 	<i>REG031 : Reçu à l'affiliation</i> <i>REG033 : Commander à France Promo Gym</i>
Mémento de l'entraîneur	la biomécanique, les éléments gymniques, les données musicales la gymnastique artistique féminine et masculine (analyse des éléments acrobatiques de base aux agrès), la gymnastique rythmique/ l'aérobic sportive*/ le trampoline/ la gymnastique forme et loisir Réf. : FORCAD001	<i>Commander à France Promo Gym</i>
Compte rendu du colloque de juge + lettres FFG	Précisions sur le jugement fédéral et la vie fédérale	Sur le site de la FFG ou sur le Site régional

GLOSSAIRE

CAP : Caractéristiques Artistiques Particulières
CF : Coupe Formation
CIFF : Centre Ile de France de Formation
CPS : Cours de Perfectionnement Sportifs
CRIFMA : Comité Régional d'Île de France Marne
CRIFO : Comité Régional d'Île de France Ouest
CTR : Conseillère Technique Régionale
DC : Division Critérium
DF : Division Fédérale
DIR : Division Interrégionale
DFE : Division Régionale d'Expression

Féd : Fédéral
FFG : Fédération Française de Gymnastique
FIG : Fédération Internationale de Gymnastique
GC : Groupe Corporel
GCNO : Groupe Corporel Non Obligatoire
GCO : Groupe Corporel Obligatoire
NB : National B
POP : Préparation Olympique Permanente
Préf : Pré fédéral
UEG : Union Européenne de Gymnastique