



# GYMNASTIQUE AEROBIC BROCHURE TECHNIQUE 2019 - 2020



**Comité Régional Auvergne-Rhône-Alpes de Gymnastique**

10, avenue Viviani 69200 VENISSIEUX | 04 78 00 88 85 | [contact@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr](mailto:contact@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr)

[auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr](http://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr)

## COMMISSION TECHNIQUE

Nom & Prénom	Responsabilité	Tél	Mail
HRYCINK Véronique	Responsable Technique AER Formation de juges	06 77 54 38 66	<a href="mailto:verohry@gmail.com">verohry@gmail.com</a>
BOURLETIAS Anaïs	Compétitions Regroupements régionaux	06 66 99 25 67	<a href="mailto:anaïsbourletias@yahoo.fr">anaïsbourletias@yahoo.fr</a>
COPPIN Cannelle	Compétitions EST	06 48 17 20 12	<a href="mailto:canellecoppin@yahoo.fr">canellecoppin@yahoo.fr</a>
DURAY Céline	Compétitions OUEST	06 87 21 07 96	<a href="mailto:duraydufour@orange.fr">duraydufour@orange.fr</a>
LAFFAGE Marjorie	Compétitions	06 68 27 09 14	<a href="mailto:marjorie.laffage@gmail.com">marjorie.laffage@gmail.com</a>
PAILLER Christiane	Responsable Administrative & Informatique	06 76 88 46 85	<a href="mailto:christiane.pailler@orange.fr">christiane.pailler@orange.fr</a>

## COMPETITIONS

**INTER DEPARTEMENTS** (jumelés avec le Team Gym)

- OUEST (Allier, Cantal, Haute-Loire, Loire, Puy de Dôme, Rhône)  
Responsables : Anaïs BOURLETIAS et Céline DURAY
- EST (Ain, Ardèche, Drôme, Haute-Savoie, Isère, Savoie)  
Responsables : Cannelle COPPIN et Marjorie LAFFAGE

**REGION** : Responsable compétition Anaïs BOURLETIAS

**INTER REGIONS** : AURA/PACA

**Toutes les étapes de compétitions sont OBLIGATOIRES pour accéder à la finale même si la formation n'est pas complète.**  
**Demande de repêchage avec justificatif obligatoire.**

Les compétitions régionales sont placées sous l'autorité du Comité Technique AER.

<b>GYM AEROBIC</b>	<b>INTER-DEPARTEMENTS</b>	<b>REGIONS</b>	<b>INTER REGIONS</b>	<b>FINALE</b>
<b>FEDERALE B</b>	<b>8/9 février 2020</b>  <b>OUEST : ROANNE/MABLY</b>  <b>EST : GM ST VALLIER</b>	<b>28/29 mars 2020</b>  <b>ALLEVARD</b>		<b>Grand Prix 20/21 juin 2020 VALENCE FINALITE FEDERALE B</b>
<b>FEDERALE A</b>			<b>11/12 avril 2020</b>	<b>Championnat de France 13/14 juin 2020 ROUEN</b>
<b>PERFORMANCE Nat A Nat B Nat Hilo/Step</b>		<b>GAP</b>		

**FESTI AERO : 16/17 MAI 2020 Clermont Ferrand - Weekend de rencontre Aérobic ouvert à tous les licenciés FFGym pratiquant ou non la discipline ainsi qu'aux licenciés scolaires.**

## **ENGAGEMENTS**

**Date d'engagements : [8 décembre 2019 \(prévisionnels et nominatifs\)](#)**

**Engagez [sur votre espace club, rubrique compétition, EngaGym](#), les gymnastes et/ou les équipes **impérativement aux dates butoirs.****

**Confirmez à chaque étape de compétition.** Un message d'alerte vous sera transmis pour vous signaler le début et la fin des engagements.

**Attention : le message d'alerte vous sera envoyé sur l'adresse mail du correspondant du club.**

**Merci de respecter les informations qui vous seront envoyées, uniquement les engagements que vous effectuerez seront pris en compte.**

La Brochure Technique fédérale et la Brochure Générale régionale font référence pour les règlements compétitifs généraux, les règles d'ordre vestimentaire, la discipline (Brochure Générale FFG, Brochure Technique FFG AER et Réglementation Générale CAURAG).

## TENUES DES ENTRAINEURS

---

Tenues vestimentaires des entraîneurs sur le plateau de compétition : bas de survêtement correct, tee-shirt ou veste de survêtement avec nom du club (obligatoire) et chaussures de sport.  
En cas de tenue non conforme, les entraîneurs ne seront pas admis sur le plateau de compétition.

Le téléphone portable est interdit sur le plateau de compétition.

**Pour tous litiges concernant la tenue et le comportement des gymnastes et des entraîneurs, la brochure fédérale sera appliquée.**

## MUSIQUE

---

Lors de l'engagement de vos gymnastes, vous devez attribuer une musique à un(e) gymnaste, sur le site fédéral via [votre espace club, rubrique compétition, DjGym](#).  
Possibilité d'avoir une musique différente en individuel et en équipe.

**Les entraîneurs doivent avoir sur les lieux de compétitions une clé USB de remplacement en cas de soucis de sono.**

## FORMATIONS

Retrouvez l'ensemble des informations concernant :

- Les formations **cadres** sur le site Internet d'[InteraGYM Formation](#).
- Les formations **juges** sur le site Internet d'[InteraGYM Formation](#) :

Juges niveau 1, niveau 2, niveau 3 : les 09/10 novembre et/ou 23/24 novembre suivant les inscriptions.

### RAPPEL :

- **1 juge niveau 1 obligatoire par club pour présenter la catégorie fédérale A**
- **1 juge niveau 2 obligatoire par club pour présenter la catégorie nationale B**
- **1 juge niveau 3 obligatoire par club pour présenter la catégorie nationale A**

## STAGES ET REGROUPEMENTS

### STAGES ET REGROUPEMENTS REGIONAUX

---

Responsables :

- IDO : Anaïs BOURLETIAS et Céline DURAY
- IDE : Marjorie LAFFAGE et Cannelle COPPIN

Ouvert aux gymnastes à partir de 9 ans, programmes : D'Jumpy avancé, National A et B  
Autorisation parentale OBLIGATOIRE

Dates :

- **25 janvier 2020 : 9h45/16h30, ID Ouest : Ceyrat**
- **2 février 2020 : 9h45/16h30, ID Est : Chambéry**
- **7/8 mars 2020 : 14h/19h et 9h30/16h Ceyrat + formation cadres module 3**

Encadrement : 1 entraîneur obligatoire par club + cadres en formation

### COLLOQUE ENTRAINEURS ET JUGES

---

**Dimanche 6 octobre 2019 (Roanne-Mably) :** Présentation de la saison 2019/2020, décryptage des imposés, jugement...

## CHAMPIONNATS INTER-DEPARTEMENTS ET REGIONAL

### FEDERAL B

---

- **Tenues :**

Chaussures de sport ou chaussons rythmiques de même couleur, chaussettes obligatoires, tenue sportive harmonieuse

- **7-9 ans :**

Enchaînements imposés à réaliser en groupe de **3 à 6 personnes**

**BONUS** nombres : + 0,10 pt par personne à partir de 3

2 passages identiques ou différents selon les catégories

Imposés D'Jumpy, D'Jumpy 2, D'Jumpy 3 : 3 routines au choix

**BONUS + 1 POINT SI REALISATION DU D'JUMPY 2**

**BONUS + 0,5 POINT SI REALISATION DU D'JUMPY 3**

- **Solo pour les 9 ans :**

Imposé D'Jumpy avancé : solo ouvert à l'année d'âge 2011 uniquement

**VERSION HOMME OU FEMME**

1 passage

- **10 ans et + :**

Enchaînements imposés à réaliser en groupe de **3 à 6 personnes**

**BONUS** nombres : + 0,10 pt par personne à partir de 3

2 passages identiques ou différents

Imposés AERO 1, AERO 2, AERO 3, HILO 1, HILO 2, HILO 3, STEP 1, STEP 2, STEP 3 :

**3 routines au choix**

- **Solo 10 ans et + :**

Enchaînements libres, durée 1mn (+/- 5'') ou possibilité de prendre les enchaînements imposés AERO 1, AERO 2, AERO 3 en modifiant les déplacements et les éléments

1 passage, aire de compétition 7X7

4 éléments de 0,10 à 0,20 dont un élément possible à 0,30 de la grille fédérale A

Élément accro interdit

Artistique sur 3 points : déplacement, musicalité, présentation

Exécution sur 10 points

Autorisé aux gymnastes engagés en Filière Fédérale A

## **Les gymnastes de la catégorie Fédéral B sont qualifiés d'office pour la finale régionale du Grand Prix.**

### **FEDERAL A**

---

Réglementation : [cf. brochure nationale](#)

**Nouveaux imposés aéro et hilo**

### **NATIONAL B - NATIONAL A - NATIONAL HILO/STEP**

---

Réglementation : [cf. brochure nationale](#)

**Nouvel imposé 10/11 ans**

**Un contrôle de licences et de composition d'équipes sera effectué avant l'entrée en salle d'échauffement à chaque compétition.**

## **COMPOSITION DES JURYS**

**Véronique HRYCINK, Responsable des juges : [verohry@gmail.com](mailto:verohry@gmail.com)**

- **FEDERAL B**

1 représentant par club, validation sur le lieu de compétition, à la suite de la réunion de juge

- **FEDERAL A**

Arbitre : Juge désigné pris en charge par le comité régional

Juges – 1 juge club (min. N1) obligatoire par catégorie

Difficultés : 2 Juges de club nommés

Exécution : 4 Juges de club nommés

Artistique : 4 Juges de club nommés

Ligne : Juges désignés parmi les juges de club ou du club organisateur

Chrono : Juges désignés parmi les juges de club ou du club organisateur

- **NATIONAL A & NATIONAL B**

Arbitre : Juge désigné niveau 4 pris en charge par le comité régional

Juges – 1 juge club (min. N2) obligatoire par catégorie

Difficultés : 2 Juges désignés niveau 4 pris en charge par le comité régional

Exécution : 4 Juges de club nommés

Artistique : 4 Juges de club nommés

Ligne : Juges désignés parmi les juges de club ou du club organisateur

Chrono : Juges désignés parmi les juges de club ou du club organisateur

**Tenue :**

La tenue conforme est obligatoire, veste et jupe ou pantalon marine, chemisier blanc, **dans le cas contraire, le juge ne pourra officier.**

**Absence de juge :** Une amende de 305€ est à régler avant l'entrée en compétition de l'équipe concernée sinon celle-ci ne concourt pas (voir le règlement du Comité Régional Auvergne-Rhône-Alpes).