



AER – LETTRE REGIONALE N°1 2019-2020 (14/10/19)

MISE A JOUR BROCHURE TECHNIQUE AURA

COMPETITIONS

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

FORMATIONS

Juges niveau 1, niveau 2, niveau 3 :

- les 09/10 novembre pour les N1
- les 23/24 novembre pour les N2 et N3 suivant les inscriptions.



PROGRAMMES

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 8 personnes**

BONUS nombres : + 0,10 pt par personne à partir de 4

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

2 passages

FEDERAL B 10/14 ET 12 ANS ET +

Même classement pour les 2 catégories si une seule équipe d'engagée

Enchaînements imposés à réaliser en groupe de **3 à 8 personnes**

BONUS nombres : + 0,10 pt par personne à partir de 4

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



PROGRAMME GP AURA

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

Tenues : se référer aux tenues de la catégorie FA

1 passage, aire de compétition 7X7

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

Élément acro interdit

Artistique sur 3 points : déplacement, musicalité, présentation

Exécution sur 10 points

Autorisé aux gymnastes engagés en Filière Fédérale A

MEME MODALITE D'ENGAGEMENT QUE LES AUTRES CATEGORIES SUR ENGAGYM

Les gymnastes de la catégorie Fédéral B et GP AURA sont qualifiés d'office pour la finale régionale du Grand Prix.

INFOS CNS AEROBIC

Les inscriptions pour la formation N4 les samedi 30 novembre 2019 et dimanche 01 décembre 2019 à Paris sont ouvertes.

Tous les imposés sont maintenant en ligne sur la plateforme i-Gym Technic.

Les documents qui s'y rapportent vont être mis à jour dans la base documentaire (musiques et plans de formation corrigés).

Les musiques des nouveaux imposés sont sur le site dans la base documentaire et les retraits des anciens imposés est en cours.

Dans le NB 10-11 ans, la roue départ pied gauche est une exigence.