



# GYMNASTIQUE AEROBIC BROCHURE TECHNIQUE 2022 - 2023



**Maj 2 sept 2022 (Formation des Gyms / DRA)**

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

*Siège social* : 10, avenue Viviani 69200 VENISSIEUX

*Accueil & Adresse postale* : Maison Régionale des Sports – 68, avenue Tony Garnier 69007 LYON  
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	Mail
HRYCINK Véronique	Responsable Technique AER Formation de juges Responsable des juges Responsable PAS AERO	<a href="mailto:verohry@gmail.com">verohry@gmail.com</a>
BOURLETIAS Anaïs	Responsable Compétitions Regroupements IDO	<a href="mailto:anaisbourletias@yahoo.fr">anaisbourletias@yahoo.fr</a>
DURAY Céline	Responsable Formation cadres Regroupements IDO	<a href="mailto:duraydufour@orange.fr">duraydufour@orange.fr</a>
LAFFAGE Marjorie	Responsable juges IDE Responsable jeunesse Regroupements régionaux Expert PAS AERO	<a href="mailto:marjorie.laffage@gmail.com">marjorie.laffage@gmail.com</a>
FEKARI Rachel	Compétitions IDO Réfèrent plan de développement IDO	<a href="mailto:rachelfekari@gmail.com">rachelfekari@gmail.com</a>

## PERSONNES RESSOURCES

Nom & Prénom	Responsabilité	Mail
PAILLER Christiane	Réfèrent AER comité directeur CAURAG Responsable Administrative & Informatique AG	<a href="mailto:christiane.pailler@orange.fr">christiane.pailler@orange.fr</a>

## INFORMATIONS GENERALES

**Cette brochure technique régionale est à compléter par les informations fédérales :**

- Concernant les informations nationales, elles se trouvent sur le site national <https://www.ffgym.fr/> : (Connexion =>mon compte =>compétition =>base documentaire AER)
- la brochure nationale AER
- les lettres FFGym AER, qui apportent des mises à jour sur l'organisation compétitive
- la brochure des programmes AER, dans laquelle sont indiqués tous les contenus des différents programmes ainsi que les modalités de jugement.

La **Réglementation Générale 2022-2023 – Compétitions AURA**, reprend toutes les infos générales d'accès aux compétitions : procédures/paiement/dates butoirs : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/ACTIVITES/Compétition2/Reglementation-generale>

La diffusion des informations concernant les compétitions régionales se font sur le site régional AURA via : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/Evenements>

**Pour toutes questions et échanges, nous vous attendons au Forum technique interdisciplinaire le samedi 27 août à Saint-Etienne.**

## CALENDRIER 2022/2023

Gym AEROBIC	INTER-DÉPARTEMENTAUX	REGION	INTER-RÉGIONS	FINALE
<b>Fédérale B + Fédéral A solos, trios</b>	04/05 février 2023  Est / Ouest  <b>Roanne Mably</b>	04/05 mars 2023  <b>Montluel</b>		17/18 juin 2023  Grand Prix <b>Valence</b>
<b>Fédérale A groupes</b>				20/21 mai 20223  Trophée Fédéral & Championnat de France
<b>Performance : Nationale A + Nationale B</b>			01/02 avril 2023	

*Inter-régions* : AURA/PACA/OCCITANIE/NOUVELLE AQUITAINE

**Pour accéder à l'inter région, toutes les étapes de compétitions sont OBLIGATOIRES même si la formation n'est pas complète. Demande de repêchage avec justificatif**

## COMPÉTITIONS

### GENERALITES

#### Système Compétitif

- Fédéral B : ID – Région – GP
- Fédéral A solos, trios : ID – Région - GP
- Fédéral A groupes : ID – Région – TF
- National : ID – Région – IR – CF

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

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

#### Podiums, classements, récompenses

Seules les formations complètes pourront prétendre à un podium.  
Les formations incomplètes auront une note à 0

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

## MUSIQUES

---

Le traitement des musiques est assuré par DJ Gym. Néanmoins, les entraîneurs doivent avoir en leur possession une **clé USB** avec l'ensemble des musiques du club référencées ainsi :

### **Catégorie – club – noms et prénoms**

Ex : NB – Solo HF 15 ans et + - EG Rouen – Dupont Jean

Ex : FA – Groupe 18 ans et + – EG Rouen – Dias, Garcia, Durand, Dupont, Simon

## PROGRAMMES COMPETITIFS INTER-DEPARTEMENTS ET REGIONAL

---

### **Organisation :**

#### Inter-départements

- OUEST (Allier, Cantal, Haute-Loire, Loire, Puy de Dôme, Rhône)

Responsables : Céline DURAY/ Anaïs BOURLETIAS

- EST (Ain, Ardèche, Drôme, Haute-Savoie, Isère, Savoie)

Responsable : Marjorie LAFFAGE

Région : Responsable compétition Céline DURAY/ Anaïs BOURLETIAS

### **FEDERAL B / GRAND PRIX**

---

- **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 NOMBRE : + 0,5 pt pour équipe de 5 gymnastes ou plus**

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 OU DU D'JUMPY 3**

- **Solo pour les 9 ans :**

Mouvement imposé D'Jumpy avancé ou libre avec musique imposé : solo ouvert à l'année d'âge 2014 uniquement

**VERSION HOMME OU FEMME**

2 passages

- **FEDERALE B 10 ANS ET +**

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

**BONUS NOMBRE : + 0,5 pt pour équipe de 5 gymnastes ou plus**

2 passages identiques ou différents selon les catégories

**3 routines au choix**

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

## FEDERAL A / GRAND PRIX

---

- [FEDERALE A 10/14 ANS](#)

Enchaînements imposés à réaliser en solo ou en trio  
**Imposés aéro ou hilo FA**

- [FEDERALE A 12 ANS ET +, 18 ANS ET +](#)

Enchaînements libres à réaliser en solo ou en trio  
**Durée de la musique 1 '15 +/- 5"**

- **Exécution sur 10 points**
- **Composition sur 5 points** : 10 exigences de 0.1 à 0.50 donc 3 obligatoires (8.9, 10) et 7 libres de la grille de composition fédéral A (voir lettre FFG aérobie 2021/2022)

Réglementation : [cf. brochure nationale](#)

## FEDERAL A

---

- [FEDERALE A 10/14 ANS](#)

Enchaînements imposés à réaliser en groupe de 5 à 10 personnes  
**Imposés aéro ou hilo FA**

- [FEDERALE A 12 ANS ET + ET 18 ANS ET +](#)

Enchaînements libres à réaliser en groupe de 5 à 10 personnes  
**Durée de la musique 1 '15 +/- 5"**

- **Exécution sur 10 points**
- **Composition sur 5 points** : 10 exigences de 0.1 à 0.50 donc 3 obligatoires (8.9, 10) et 7 libres de la grille de composition fédéral A (voir lettre FFG aérobie 2021/2022)

Réglementation : [cf. brochure nationale](#)

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

---

- [NATIONAL B](#)

Catégories SOLO 10-11, TRIO 10-11, GROUPE 10-14

- Note exécution sur 10 pts
- Note artistique sur 2 pts
- Note difficulté sur 0,5 pt

Catégories SOLO 12-14, SOLO 15 et +, TRIO 12-14, TRIO 12 et +, GROUPE 12-15, GROUPE 12 +

- Note exécution sur 10 pts
- Note artistique sur 5 pts
- Note difficulté sur 1.25 pt

- **NATIONAL HILO, STEP**

Groupe composé de gymnastes engagés en Nationale A ou Nationale B. Possibilité d'avoir un gymnaste engagé en Fédérale A

- Note exécution sur 10 pts
- Note artistique sur 8 pts

- **NATIONAL A**

Catégories SOLO 10-11, TRIO 10-11, GROUPE 10-14, SOLO H 10-14, SOLO F 12-14, TRIO GR 12-14, SOLO F 15-17, SOLO F 18 et +, SOLO H 15 et +, TRIO 15 et +, GROUPE 15 et +

- Note exécution sur 10 pts
- Note artistique sur 8 pts
- Note difficulté différente selon les catégories

Règlementation : **cf. brochure nationale**

## **ENGAGEMENTS**

---

**Date d'engagements : 18 décembre 2023 (nominatifs)**

**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.**

## **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.**

## **COMPOSITION DES JURYS**

---

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

### **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**

- **FEDERAL A & FEDERAL B**

Arbitre : 1 Juge N3

Juges : 1 juge club (min. N1) obligatoire

Exécution : 4 Juges de club

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 niveau 4

Juges : 1 juge club N2 obligatoire pour le National B et un juge club N3 pour le National A

Difficultés : 2 Juges niveau 4

Exécution : 4 Juges de club

Artistique : 4 Juges de club

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 ou noir, 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).

## FORMATIONS DES GYMNASTES

Ouvert aux gymnastes à partir de 10 ans, programmes : National A et B

Autorisation parentale OBLIGATOIRE

- CPID en attendant du calendrier des actions nationales
- Animateur module 3 : en attente du calendrier des actions nationales

Encadrement : 1 entraîneur obligatoire par club + cadres en formation

Toutes les mises à jour et les fiches d'actions seront via : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/FORMATION/Formations-des-Gymnastes/AER>

## DISPOSITIF REGIONAL D'ACCESSION AU HAUT NIVEAU

en attendant du calendrier des actions nationales

Encadrement : Marjorie Laffage

+ 1 entraîneur obligatoire par club

Toutes les mises à jour et les fiches d'actions seront via : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/FORMATION/Formations-des-Gymnastes/AER>

## FORMATIONS JUGES ET CADRES

InteraGYM Formation a pour vocation de former des personnes, bénévoles ou salariées, dans le domaine des activités gymniques. Divers domaines d'expertise sont répertoriés :

- Formation animateur fédéral
- Formation moniteur fédéral
- Formation des juges
- Formation continue juges/cadres
- Formation du certificat de qualification professionnelle
- Formation coach gym santé
- Formation express des dirigeants

Toutes les informations (dates, tarifs, contenus...) et inscriptions sont réunies sur le site <http://interagym-formation.com/>

**Contact :**

Emilie DAVID – Coordinatrice Formations – 07 71 89 66 76 - [e.david@interagym-formation.com](mailto:e.david@interagym-formation.com)