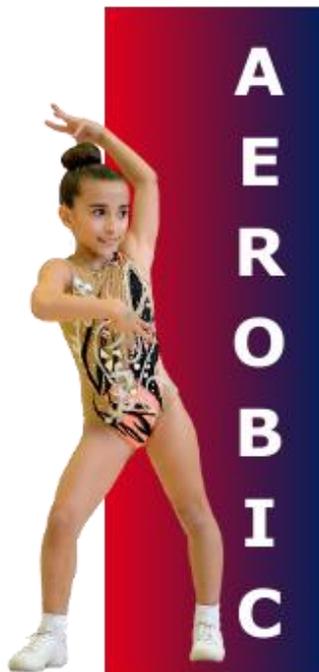




# GYMNASTIQUE AEROBIC BROCHURE TECHNIQUE 2024 - 2025



**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	Tél	Mail
HRYCINK Véronique	Responsable Technique AER Formation de juges Responsable des juges Responsable PAS AERO	06 77 54 38 66	<a href="mailto:verohry@gmail.com">verohry@gmail.com</a>
BOURLETIAS Anaïs		06 66 99 25 67	<a href="mailto:anaisbourletias@yahoo.fr">anaisbourletias@yahoo.fr</a>
DURAY Céline	Responsable Formation cadres Regroupements IDO Responsable des compétitions	06 87 21 07 96	<a href="mailto:duraydufour@orange.fr">duraydufour@orange.fr</a>
LAFFAGE Marjorie	Responsable juges IDE Responsable jeunesse Regroupements régionaux Expert PAS AERO	06 68 27 09 14	<a href="mailto:marjorie.laffage@gmail.com">marjorie.laffage@gmail.com</a>
FEKARI Rachel		06 51 94 86 42	<a href="mailto:rachelfekari@gmail.com">rachelfekari@gmail.com</a>

## PERSONNES RESSOURCES

Nom & Prénom	Responsabilité	Tél	Mail
PAILLER Christiane	Réfèrent AER comité directeur CAURAG Responsable Administrative & Informatique AG	06 76 88 46 85	<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 2024-2025 – Compétitions AURA**, reprend toutes les infos générales d'accès aux compétitions : procédures/paiement/dates butoirs : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/ACTIVITES/Competition2/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>

## CALENDRIER 2023/2024

Gym AEROBIC	INTER-DÉPARTEMENTAUX	REGION	INTER-RÉGIONS	FINALE
Fédéral B + Fédéral A solos, trios	08/09 février 2025  Est / Ouest  <b>Cusset</b>	08/09 mars 2025  <b>Clermont- Ferrand</b>		21/22 juin 2025  Grand Prix  <b>Cusset</b>
Fédéral A Groupes				17/18 mai 2025
Performance : National A + National B + Aérodance			29/30 mars 2025 En attente de validation	Trophée Fédéral & Championnat de France

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**

## COMPETITIONS

### GENERALITES

#### **Rencontres de proximité – Access**

Objectifs : d'animer et de dynamiser la vie fédérale locale. Rencontres conviviales et rapides à organiser (2 à 3 clubs issus prioritairement d'une même intercommunalité).

Techniquement en amont du premier niveau de compétition et permettent une validation collective des programmes Access Gym

Prise en compte dans le classement national des clubs

Les vidéos et les fiches techniques sont disponibles sur le site fédéral **IMAGYM**

#### **Compétitions de proximité**

Compétitions ouvertes à tous les licenciés FFG quel que soit la discipline

NB : Les gymnastes engagé (e)-s en Fédéral A ou performance ne peuvent pas s'inscrire

Catégories d'âge : 7-9 ans / 10 ans et +

Tenue : Tenue sportive, chaussettes, chaussures de sport ou chaussons rythmique, cheveux attachés

Programme : Programme Spécifique de 10 Ateliers

Réglementation : **cf. brochure technique nationale et lettre FFG**

## Circuit fédéral

- 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.**

## Montée de filière obligatoire

**Les gymnastes sur le podium en solo National B au championnat de France 2024, quel que soit le groupe d'âge, doivent, s'ils souhaitent continuer le solo, s'engager en National A en 2024-2025.**

## 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

## Imposés :

**IMAGYM** plateforme de partage de vidéos et musiques

Vidéos consultables et musiques des imposés téléchargeables

## Modifications générales :

Surface de compétition 10X10 pour toutes les catégories

Harmonisation des catégories NB et NA et des durées de routine

Groupes limités à 5 personnes pour les NB et NA

Renouvellement des imposés (musiques et vidéos sur IMAGYM)

## **PROGRAMMES COMPETITIFS INTER-DEPARTEMENTS ET REGIONAL**

---

### Organisation :

#### Inter-départements

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

Responsables : Céline DURAY

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

Responsable : Marjorie LAFFAGE

Région : Responsable compétition Céline DURAY

## FEDERAL B / GRAND PRIX

---

- **Tenues**

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

- **Solo 7-8 ans**

Catégorie régionale  
Enchaînements imposés à réaliser en **solo**  
2 passages identiques

**2 routines au choix :**  
Imposés D'Jumpy 1, D'Jumpy 2 (**nouvel imposé**)

- **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

**2 routines au choix :**  
Imposés D'Jumpy 1, D'Jumpy 2 (**nouvel imposé**)

- **Solo 9 ans**

Mouvement imposé D'Jumpy avancé ou libre avec musique imposée (**nouvel imposé**) : **solo**  
ouvert à l'année d'âge 2016 uniquement  
2 passages identiques

- **FEDERAL 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

**2 routines au choix**  
Imposés Aéro ou Aérodance

Réglementation : **cf. brochure technique nationale et lettre FFG**

## FEDERAL A / GRAND PRIX

---

- **FEDERAL A 10/14 ANS**

Enchaînements imposés à réaliser en **solo ou en trio**  
Imposés Aéro ou Aérodanse FA (**nouveaux imposés**)

- **FEDERAL A 12 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 2024/2025)

Réglementation : **cf. brochure technique nationale et lettre FFG**

## FEDERAL A

---

- **FEDERAL A 10/14 ANS**

Enchaînements imposés à réaliser en **groupe de 5 à 10 personnes**  
**Imposés Aéro ou Aérodance FA (nouveaux imposés)**

- **FEDERAL A 1 2 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 2024/2025)

Réglementation : **cf. brochure technique nationale et lettre FFGYM**

## NATIONAL B - NATIONAL AERODANCE - NATIONAL A

---

- **NATIONAL B**

Catégories Solo et Trio 10-11 ans, Groupe 10-14 ans

- Note exécution sur 10 pts
- Note artistique sur 6 pts
- Note difficulté différente selon les catégories

Catégories Solo et Trio 12-14 ans, Solo 15-17 ans, Solo 18 ans et +, Trio et Groupe 15 ans et +

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

- **NATIONAL AERODANCE,**

Groupe composé de 5 à 8 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 10 pts

- **NATIONAL A**

Catégories SF et Trio 10-11 ans, Groupe 10-14 ans, SH 10-14 ans, Trio 12-14 ans, SF 15-17 ans, SF 18 ans et +, SH, Duo mixte, Trio et Groupe 15 ans et +

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

Réglementation : **cf. brochure technique nationale et lettre FFGYM**

## ENGAGEMENTS

---

**Date d'engagements : 18 décembre 2024 (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)**

**Engagement des juges via EngaJuge OBLIGATOIRE. Merci de respecter la date limite d'inscription fixée par évènement car ensuite il sera IMPOSSIBLE d'inscrire un juge.**

**Attention : Vérifiez bien en début de saison le niveau de qualification du juge avant la création de la licence. Si problème, merci de vous rapprocher du responsable des juges.**

### 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)