

GR - LETTRE FFGym n°1 – Octobre 2019

Pour toutes les compétitions nationales l'exigence FIG d'avoir des engins avec le logo FIG n'est pas obligatoire. Le contrôle des engins se fera comme habituellement à toutes les compétitions. Il est important de télécharger la dernière Newsletter FIG (sur le site de la FIG : discipline-GR- lettre d'information : n°1 Mars, mise à jour juin 2019), où des précisions ont été rajoutées en vert. Le calcul des quotas reste identique pour cette saison.

➤ BROCHURE de JUGES

Nouvelle dénomination : D1D2 = DC (Difficultés Corporelles) D3D4 = DE (Difficultés Engins)

Le temps de formation des niveaux 1 et 2 a été revu (avec une certaine flexibilité).

➤ ERRATA : Errata de la Lettre FFGym GR 2019-2020

- Page 3 : "Pour les 7-9 ans en Ensemble : ouverts aux 7-8-9 ans préparant la CF 2-3 ou 4 en parallèle ou ayant déjà obtenu le ruban **VERT (à rajouter)**, BLEU, JAUNE, ARGENT OU DORE."
- Page 6 : **Individuel : Performance 7-9 ans** : pour les gymnastes qui présenteront un engin, il faut une présence d'une R et d'une DE Min.
- Page 6 : Ensemble Performance 7-9ans : Durée : **1'15 à 1'45** (remplace 1'15 à 1'30)
- **Page : 25 : La note D sera ouverte pour tous les ensembles Nationaux**, plus de note bridée (ne pas tenir compte des notes D Max indiquées).

Les engins du Duo Nat TC sont modifiés : 2 Ballons

En Equipe Nat : création d'une liste des gymnastes autorisés à concourir .Les gymnastes doivent être identifiées nominativement pour le 6 janvier. Après le 6 janvier il ne sera plus possible de rajouter de nom.

➤ PRÉCISIONS JUGEMENT

- Pour les Equilibres fouettés, s'il y a un sursaut, l'équilibre reste valable, si le pied touche le sol, l'équilibre n'est plus valable.
- La transmission des massues sous la jambe est identique sous la jambe d'un équilibre ou sous un saut.
- Pour les **Individuelles Fédérales et les ensembles Fédéraux A, B, C** :
 - ✓ La pénalité pour **une difficulté interdite** sera de 0,30
 - ✓ Pour les DC de rotation, une rotation supplémentaire au delà de 0,20 ne sera pas comptabilisée, mais non pénalisée.
 - ✓ Pour les ensembles même si 1 gymnaste réalise une DC interdite (même en décor), la pénalité sera appliquée.
 - ✓ Pour les Individuelles Fédérales aucune **DC à 0,10 supplémentaire** ne sera autorisée (sur des pas de danse, DE, EDR) : - 0,30 par DC supplémentaire

➤ PRÉCISIONS DE

- Si une **DE, R** ou **ECH**, est commencé sur le praticable, et que la gymnaste rattrape l'engin hors du praticable, la DE est valable + pénalité d'Exé et sortie.
- Pour les **DE** en ↗ ou en ↓ la hauteur du lancer doit être équivalent à 2X la hauteur de la gymnaste, si la hauteur est insuffisante = DE à 0,20 :



- Si faute de trajectoire lors d'une **DE** en ↗, la DE n'est pas valable (sauf si chorégraphie en dessous)
- Si faute de trajectoire lors d'une **DE** en ↓ la DE est valable
- **DE** en ↓: en enjambé roulade + un critère
 - ✓ L'enjambé –roulade (saut plongé) = un élément de rotation, Une DE peut se réaliser sur le saut (avec un autre critère).
- **DE** en ↗ ~~sur~~ sur une DC = valable
- ↓ Au sol avec les avant-bras (ballon) : pas valable en DE
- ↓ → il faut 2 segments pour valider le passage à travers (jambes non valable)
- **DE** en ↗ avec la rotation du corps comme critère, il faut une rotation différente pour la DE ↓ pour valider deux DE
- **DE** en ↗ du ruban, il faut lâcher le bout du ruban pour valider la DE à 0,30, sinon Boomerang (il faut le rattraper)
- Une **DE** en repousser ↘ est considérée comme DE en rattraper, mais si faute de trajectoire lors du relancer : on ne valide pas.
- S'il y a une double base sur une DE, on garde la base la + haute
- Le même élément de rotation ne peut pas être répété dans les DE
- **DE Spécifiques :**
 - ✓ **En corde :** Saut double arrière croisé / oui
Saut double arrière / non (cerceau : oui)
 - ✓ **Massues :** attention aux échappés, même si le 2^{ème} échappé est petit (avec tour complet) la DE=0,30
 - ✓ **Ballon et cerceau :** pour avoir une DE à 0,30 le rouler doit être de 2 segments.
Si le rouler n'est que sur 1 segment = 0, si on identifie un glisser ou échapper on peut valider une DE à 0,20.
↻ peut être réalisé devant, coté ou en haut : différents.
 - ✓ **Massues et ruban :** Rouler / 2 segments / 0,30 - Rouler / 1 segment / 0,20
 - ✓ **Ruban :** Spirales sous la jambe pendant un pivot passé : = **DE** à 0,20
Spirales dans le dos pendant une diff d'équilibre avec la jambe au-dessus de l'horizontale = DE à 0,20
La DE en Boomerang est valide quand les deux actions ont été réalisées (lancer et rattraper : attention les 2 critères doivent être réalisés sur la même action). Pose de début, ruban au sol + tiré du ruban : non valable
Possible d'avoir un temps d'attente entre le lancer et le rattraper
Baguette coincée en tournant / non
Rouler et coincé en tournant = DE à 0,20 (ou rouler après)
- **R :** si les deux rotations sont complètes et que la gymnaste se retourne pour rattraper l'engin, la R reste valable.

- **Pour Les Collaborations**  , il faut de la bonne hauteur ou distance (moyen ou grand lancer) pour les 2 engins. Les types de lancer doivent être différents à chaque fois.
- **Pour les CR et CRR** Le même élément de rotation, ou les mêmes critères de valorisation ne peuvent pas être réutilisés.
- **Pour les CR et CRR:** Il peut y avoir un temps d'attente avant ou après la rotation, la CR reste valable (le lancer doit être réalisé pendant le temps de vol)