



# GYMNASTIQUE RYTHMIQUE BROCHURE TECHNIQUE 2025 - 2026



**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
<b>COPPIN Canelle</b>	<b>Responsable Technique</b>	06 48 17 20 12	<a href="mailto:canellecoppin@yahoo.fr">canellecoppin@yahoo.fr</a>
<b>PONTONNIER Cathy</b>	<b>(RT interim) Responsable des compétitions</b>	06 80 44 91 44	<a href="mailto:cathypontonniere@gmail.com">cathypontonniere@gmail.com</a>
<b>NOSSEREAU Chloé</b>	<b>Formation des gyms</b>	06 15 48 15 96	<a href="mailto:cnossereau@hotmail.fr">cnossereau@hotmail.fr</a>
<b>MANUSE Pamela</b>	<b>Responsable des Juges</b>	06 16 48 76 50	<a href="mailto:pamela.manuse@sfr.fr">pamela.manuse@sfr.fr</a>
<b>MIRAPEL Emma</b>	<b>Responsable P.A.S.</b>	06 64 99 90 98	<a href="mailto:emma.mirapel@grbj.fr">emma.mirapel@grbj.fr</a>
<b>BRET Isabelle</b>	<b>Formation des juges</b>	07 81 12 52 00	<a href="mailto:bretisabelle@gmail.com">bretisabelle@gmail.com</a>
<b>CHARLAT Justine</b>	<b>Responsable Coupes Formations</b>	06 10 53 63 43	<a href="mailto:justine.charlat@gmail.com">justine.charlat@gmail.com</a>

## REFERENTES DEPARTEMENTALES

Département	Nom	Prénom	Tél	Mail
<b>Ain</b>	<b>ARNAUD</b>	<b>Alison</b>		<a href="mailto:alison2808@hotmail.fr">alison2808@hotmail.fr</a>
<b>Allier</b>	<b>PONTONNIER</b>	<b>Cathy</b>	06 80 44 91 44	<a href="mailto:cathypontonniere@gmail.com">cathypontonniere@gmail.com</a>
<b>Ardèche/Drôme</b>	<b>PEINETTI</b>	<b>Nelly</b>		<a href="mailto:laurelsap@free.fr">laurelsap@free.fr</a>
<b>Isère</b>	<b>MARTIN GARIN</b>	<b>Grégory</b>		<a href="mailto:gregory.mg@gmail.com">gregory.mg@gmail.com</a>
<b>Loire</b>	<b>CF RHONE</b>			
<b>Haute-Loire</b>	<b>BONY</b>	<b>Jennifer</b>	06 64 96 58 45	<a href="mailto:catseyes_gr42@hotmail.com">catseyes_gr42@hotmail.com</a>
<b>Puy de Dôme</b>	<b>CF ALLIER</b>			
<b>Rhône</b>	<b>DECOURT</b>	<b>Séverine</b>	06 20 37 43 96	<a href="mailto:as.decourt@wanadoo.fr">as.decourt@wanadoo.fr</a>
<b>Savoie</b>	<b>CEZARD</b>	<b>Andréa</b>		<a href="mailto:cezardandreamarieemilie@gmail.com">cezardandreamarieemilie@gmail.com</a>
<b>Haute-Savoie</b>	<b>BARBIER</b>	<b>Julie</b>	06 29 84 38 27	<a href="mailto:eejh74@gmail.com">eejh74@gmail.com</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 GR)
- La brochure nationale GR
- Les lettres FFGym GR, qui apportent des mises à jour sur l'organisation compétitive
- La brochure des programmes GR, dans laquelle sont indiqués tous les contenus des différents programmes ainsi que les modalités de jugement.

La **Réglementation Générale 2025-2026 – Compétitions AURA**, reprend toutes les infos générales d'accès aux compétitions : procédures/paiement/dates butoirs : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/Compétition>  
La diffusion des informations concernant les compétitions régionales se font sur le site régional AURA via : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/Evenements>

## CALENDRIER 2025/2026

COMPÉTITIONS	DEPARTEMENT	INTER-DÉPART	RÉGION
INDIVIDUELS	19 OCTOBRE 2025 <b>DATE LIMITE</b>	08-09 Nov 25 ID +TESTS NB 10/11  OUEST: <b>VENISSIEUX</b> EST: <b>GRENOBLE</b>	29-30 Nov 25 Finalité régionale  <b>GANNAT</b>
			13/14 déc. 2025 Finalité nationale  <b>RIOM</b>
DUO/ENSEMBLES Et EQUIPES NAT	01 Mars 2026 <b>DATE LIMITE</b>	14-15 Mars 26 ID TFB/TFC/ENS Nat/COUPES N3  OUEST: <b>ST FONS</b> EST: <b>TREVOUX</b>	03-04 Avril 26 TFB/TFC/ENS Nat/COUPES N3  <b>BOURG DE PEAGE</b>
		28-29 Mars 26 ID TFA/ENS Reg/ENS Nat 7-9 et 10-11/ OPEN Indiv et ensembles  OUEST: <b>ECULLY</b> EST: <b>BOURGOIN</b>	25-26 Avril 26 TFA/ENS Reg/ ENS Nat 7-9 et 10-11  <b>LYON</b>
COUPE N3	19 OCTOBRE 2025 et/ou 01 Mars 2026 <b>DATE LIMITE</b>	08-09 NOV  <b>GRENOBLE OU VENISSIEUX</b>  Et/ou	29-30 NOV  <b>GANNAT</b>  et/ou
		14-15 MARS  <b>TREVOUX OU ST FONS</b>	03-04 AVRIL  <b>BOURG DE PEAGE</b>
RUCHE 8-9 ANS	01 Mars 2026 <b>DATE LIMITE</b>	14-15 MARS  <b>TREVOUX OU ST FONS</b>	03-04 AVRIL  <b>BOURG DE PEAGE</b>
COUPE AURA	19 OCTOBRE 2025 et/ ou 01 Mars <b>DATE LIMITE</b>	/	29-30 Nov 25 Finalité régionale  <b>GANNAT</b>  et/ou
			25-26 Avril 26 Finalité régionale  <b>LYON</b>
GRAND PRIX AURA	/	<b>COUPE AURA + COUPE DES DEPARTEMENTS</b>	<b>20-21 JUIN 2026</b>

## COMPETITIONS

### ATTENTION POUR TOUTES LES COMPETITIONS DUOS ET ENSEMBLES :

- PAS DE 2EME PASSAGE POSSIBLE POUR TOUS LES DUOS
- PAS DE 2EME PASSAGE POSSIBLE POUR LES DUOS ET ENSEMBLES REGIONAUX
- PAS DE 2EME PASSAGE POSSIBLE POUR TOUS LES AUTRES ENSEMBLES SUR LES REGIONS (AUTORISES EN DEPARTEMENT ET EN INTER DEP SEULEMENT)
- UN 2EME PASSAGE POSSIBLE UNIQUEMENT POUR LES ENSEMBLES AVEC UNE REMPLAÇANTE ENGAGEE. (INTERDICTION DE PASSER 2 FOIS AVEC LES MEMES GYMNASTES)

### ATTENTION POUR TOUTES LES COMPÉTITIONS INDIVIDUELLES :

- Lors de la finale régionale (29-30 Nov) les 3 premières gymnastes de chaque catégorie fédérale seront repêchées pour la finale nationale (13-14 déc)

### LISTES DES GYMNASTES QUI DOIVENT CHANGER DE NIVEAU

- Les 3 premières gymnastes des catégories régionales Individuelle sur la saison 2024-2025, devront matcher en Fédéral individuelle lors de la saison 2025-2026.
- Les gymnastes ayant terminé dans les 6 premières lors du Championnat de France 2024-2025 en catégories Fédérales, devront matcher en NB ou NC lors de la saison 2025-2026.
- Les gymnastes **ayant participer** en Nationales C lors du Championnat de France 2024-2025 devront matcher en NB lors de la saison 2025-2026.

### ATTENTION AUX RESPECTS DES NIVEAUX DE PRATIQUE ENTRE INDIV ET ENSEMBLE

- ATTENTION la catégorie de l'individuel implique le niveau de l'engagement en ensembles ou duo  
Veillez à respecter ce tableau

INDIV	ENSEMBLES ou DUOS
OPEN	OPEN
REGIONAL	REGIONAL /TFB/ TFC
FEDERAL	TFA
NATIONAL	NATIONAL

TR 2024-2025		➡	TF 2025-2026
CAT	NOM		CLUB
2015	Mélina SPERDUTI		MIONS
	Agathe ETAME		MIONS
	Noélie CAVAROC BARBOSA		ISM
2014	Jelena STOJANOVIC		LYON
	Léonie HURTREL		MONTANAY
	Thais GHEZ		ST EGREVE
2013	Manolie GOLMEZ DOUCE		ST MARCEL
	Emma VIGNOLI		MIONS
	Inaya BLANC		MIONS
2012	Olivia BAUMHAUER		ANNECY
	Wendy LOCATELLI		LYON MONTCHAT
	Leia OSUNA LLOPIS		LYON MONTCHAT
2011	Noémie PORTAY		LYON MONTCHAT
	Elise BERENQUER		CHASSIEU
	Alexane RUIU		MONTANAY
2010	Faustine PICOLO		LYON MONTCHAT
	Alice BRUGIERE		RIOM
	Manon DREVET		CROLLES
2009	Chloé HILAIRE		MIONS
	Emilie DIEPPEDALE		CROLLES
	Mélyne LANCE		CROLLES

<b>2008</b>	Morgan CHUPIN	CROLLES
	Valentine PORTANIER	BOURGOIN
	Lucie MAZET	MONTANAY
<b>18 et +</b>	Emilie CHATELAIS	LYON MONTCHAT
	Lisa LISBRE	BOURGOIN
	Angèle CIPRA	LYON MONTCHAT

<b>TF 2024-2025</b>		➡	<b>NAT 2025-2026</b>	
<b>CAT</b>	<b>NOM</b>		<b>CLUB</b>	
<b>2012</b>	Zoé ANGER		LYON MONTCHAT	
	Luna BILLARD		CHAMBERY	
	Capucine TRAVERS		LYON GR	
<b>2011</b>	Lucile GERARD		ECULLY	
<b>2010</b>	Salomé HOBSTERDRE DENOSJEAN		LYON GR	
<b>2009</b>	Charline LAMBOLEZ		MIONS	
	Ninon JULLIEN		LYON GR	
<b>18 et +</b>	Mahault HARMEL		LYON GR	

<b>NC 2024-2025</b>		➡	<b>NB 2025-2026</b>	
<b>CAT</b>	<b>NOM</b>		<b>CLUB</b>	
<b>2015</b>	Léanne DELBES		BOURGOIN	
	Zélie BOUVIER CONCHON		CHAMBERY	
	Camille COUSYN		MIONS	
<b>2014</b>	Anaëlle STOOP		CHAMBERY	
	Elise DEMANGE		LYON GR	
<b>2013</b>	Emma PINERO LEBAS		CHAMBERY	
	Noémie DIJOUX		LYON GR	
<b>2012</b>	Elodie GEORGES		LYON GR	
	Tania STAKIC		ANNECY	
<b>2011</b>	Irada SANDGKAEW		GANNAT	
	Marina ACHARD		GRENOBLE	
	Camille BURTIN		BOURG EN BRESSE	
<b>2010</b>	Mayline PONTON AVENIER		GRENOBLE	
	Ava DA SILVA PEREIRA		ECULLY	
	Lina ROLLET		ST FONTS	
<b>2009</b>	Salomé CINQUINO		BOURG EN BRESSE	
	Lorenzo DI FRAYA		VALENCE	
<b>2008</b>	Elena SANCHEZ		GRENOBLE	
	Cloé DEMESY		BOURG EN BRESSE	
	Léonie MARTIN		CHAMBERY	
<b>18 et +</b>	Sophie PAGANI		RILLIEUX	
	Jeanne DUPARC		ANNECY	
	Cécile BRESSE		VENISSIEUX	
	Margot LEMOINE		CHAMBERY	
	Noémie DIAZ		VENISSIEUX	
	Salomé JUGE		ST FONTS	

<b>NB 2024-2025</b>		➡	<b>NA 2025-2026</b>	
<b>CAT</b>	<b>NOM</b>		<b>CLUB</b>	
<b>2013</b>	Alicia ADAMENKO		LYON GR	
<b>2011</b>	Sacha COLAS		CHAMBERY	
<b>2010</b>	Elise LABBE		ISM	
<b>2009</b>	Margot FLANDIN		ECULLY	
<b>2008</b>	Elise GIRARD		CHAMBERY	
<b>18 et +</b>	Oriane SCHEURER		LYON GR	

## COUPE FORMATION

Les niveaux 2, 3 et 4 se présentent sous forme de modules :

- **Module COMPETITION** : COUPES NIVEAUX 1-2-3 (ballon + ML) et NAT IND 8-9 ans (ballon + ML)
- **Module TESTS PHYSIQUES**
- **Module TESTS TECHNIQUES ENGINES**
- **Module TESTS TECHNIQUES CORPORELS** (seulement pour le NIVEAU 4)

**Pour les niveaux 2 et 3 les modules TESTS PHYSIQUES ET TESTS TECHNIQUES ENGINES seront gérés par les départements avec les responsables CF de chaque département**

NIVEAU	COUPE	TESTS
<b>COUPE FORMATION 1</b>	<b>Le ML LIBRE</b> programme Coupe N1 <b>Enchaînement LIBRE Ballon</b> programme Coupe N1  Dans les départements	<b>6 Tests Physiques</b>  <b>Tests Technique engin</b>  Avec 6 éléments "ESSENTIELS" CF1 sur Corde, Cerceau, Massues, Ruban Dans les départements
<b>COUPE FORMATION 2</b>	<b>Le ML LIBRE</b> programme Coupe N2 <b>Enchaînement LIBRE Ballon</b> programme Coupe N2  Dans les départements	<b>6 Tests Physiques</b>  <b>Tests Technique engin</b>  Avec 6 éléments "ESSENTIELS" CF2 sur Corde, Cerceau, Massues, Ruban Dans les départements
<b>COUPE FORMATION 3</b>	<b>Le ML LIBRE</b> programme Coupe N3 <b>Enchaînement LIBRE Ballon</b> programme Coupe N3  Sur la saison indiv et/ou ensemble	<b>10 Tests Physiques (ajout des épaules)</b>  <b>Tests Technique engin</b>  Avec 6 éléments "ESSENTIELS" CF3 sur Corde, Cerceau, Massues, Ruban Dans les départements
<b>COUPE FORMATION 4</b>	<b>Le ML LIBRE</b> programme "Nat 8-9 ans" <b>Enchaînement LIBRE Ballon</b> programme "Nat 8-9 ans"  Sur la saison indiv	<b>10 Tests Physiques</b>  <b>Tests Technique engin</b>  Avec 6 éléments "ESSENTIELS" CF4 sur Corde, Cerceau, Ballon, Ruban <b>Tests Techniques Corporels</b>  Sur le regroupement 7 juin



- Pour valider le ruban de chaque niveau, il faut participer à tous les modules
- Il est possible d'accéder directement au niveau 3 ou 4.
- Même si une gymnaste peut être engagée directement dans le niveau 3 ou 4, il est indispensable qu'elle ait acquis les éléments techniques des niveaux inférieurs.
- La validation du niveau 3 ou 4 est indispensable pour participer à la catégorie compétitive individuelle Nationale B 10-11 ans.
- Le niveau 4 correspond aux prérequis des catégories Avenir (filiale Elite) et Nationale A, 12-13 ans (filiale Performance).

## PROGRAMMES COMPETITIFS 7-9 ANS

### Coupe Niveau 1 et 2

Les gymnastes peuvent y participer (sans obligation de participation à la CF) :

#### Compétitions organisées au niveau départemental seulement

Coupe N1 et N2			
Musique avec paroles autorisées - Temps : 45' à 1'			
Catégorie d'âge	Programme	Note D	Note E CODE FIG
7/9 ans	M.L./Ballon	ML = 4 DC imposées dans la brochure CF (CF1) pour la Coupe niveau 1  ML = 4 DC imposées dans la brochure CF (CF2) pour la Coupe niveau 2  Ballon = 6 éléments "essentiels" de la brochure CF1 pour la Coupe niveau 1  Ballon = 6 éléments "essentiels" de la brochure CF2 pour la Coupe niveau 2	

Pas de note en Artistique

## Coupe Niveau 3

Les gymnastes peuvent y participer (sans obligation de participation à la CF) :

**1ère partie de saison** : Engagement dès le département pour participer ensuite à l'interdépartemental en novembre et à la région à finalité régionale fin novembre

**Et/ou**

**2ème partie de saison** : Engagement dès le département ensemble pour participer ensuite sur l'interdépartemental ensembles TFB/ en mars et sur la région TFB/national en Avril.

<b>Coupe niveau 3</b>			
<b>Musique avec paroles autorisées - Temps : 1' à 1'30</b>			
<b>Enchaînement sur un praticable complet</b>			
<b>Pas de note A</b>			
<b>Catégorie d'âge</b>	<b>Programme</b>	<b>Note D</b>	<b>Note E</b> CODE FIG
<b>7/9 ans</b>	M.L./Ballon	ML = 6 DC imposées dans la brochure CF (CF3) pour la Coupe niveau 3  Ballon = 6 éléments "essentiels" de la brochure CF3 pour la Coupe niveau 3	

Pas de note en Artistique

## Individuelle Performance 8/9 ans

### Programme compétitif national à consulter sur la lettre FFGYM 2025-2026

Engagement dès le département individuel pour participer ensuite à l'interdépartemental en novembre et à la région à finalité régionale fin novembre.

Un palmarès 8 ans et un palmarès 9 ans sera établi à chaque compétition.

**A partir de Février** (sur la saison ensemble) possibilité de participer aux compétitions « ruches » avec un engagement dès le département ensemble pour participer ensuite sur l'interdépartemental ensembles TFB/ en mars et sur la région TFB/national en Avril.

Programme pour les compétitions « ruches » identique que le programme Performance 8/9 ans avec un enchaînement engin supplémentaire (Pour 2025/2026 MASSUES) donc ML Ballon Massues

## COMPETITIONS INDIVIDUELLES

### TROPHEE RÉGIONAL INDIVIDUEL

**Autorisé SEULEMENT pour les gymnastes des ensembles Fédéraux B et C ou Régionaux.**

Les gymnastes matchent sur la saison d'individuelles (octobre à décembre)

<b>TROPHEE RÉGIONAL INDIVIDUEL</b> <b>Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'00 à 1'30</b>
<b>CONTENU</b> <b>CODE FIG aménagé (niveau région)</b>  <b>DB :</b> Valeur des difficultés limitée (0.10) Min 3 Diff dont 1 de chaque GC 1R max (groupes pré acro 3-4-5 et verticales 1-2-3) <b>DA :</b> 6 MAX (10-14 ans) 8 MAX (16-18) Selon le code Régional <b>A :</b> code aménagé (région) <b>E :</b> code FIG

#### ENGINS

<b>10 ANS</b>	<b>11 ANS</b>	<b>12 ANS</b>	<b>13 ANS</b>	<b>14 ANS</b>	<b>15 ANS</b>
<b>BALLON</b>	<b>BALLON</b>	<b>BALLON</b>	<b>BALLON</b>	<b>RUBAN</b>	<b>RUBAN</b>
<b>16 ANS</b>	<b>17 ANS</b>	<b>18-24 ANS</b>	<b>25 ANS ET +</b>		
<b>CERCEAU</b>	<b>CERCEAU</b>	<b>LIBRE</b>	<b>LIBRE</b>		

### OPEN INDIVIDUELS

**Possibilité d'utiliser ce programme pour des Open Départementaux.**

**Autorisé SEULEMENT pour tous les gymnastes des ensembles et duo OPEN AURA.**

Les gymnastes matchent sur la saison des ensembles (février à mai) Département et interdépartemental

<b>TROPHEE OPEN INDIVIDUEL</b> <b>Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'00 (+ ou- 5 s)</b>
<b>CONTENU</b> <b>CODE FIG aménagé (niveau région)</b>  <b>DB :</b> Valeur des difficultés limitée à 0.10 Min 3 Diff dont 1 de chaque GC R interdite  <b>DA :</b> 4 MAX (10-13) 6MAX (14+) Selon le code Régional <b>A :</b> code aménagé(région) <b>E :</b> code FIG

#### ENGINS

<b>10- 11 ANS</b>	<b>13 ANS ET -</b>	<b>15 ANS ET -</b>	<b>16 ANS ET +</b>		
<b>LIBRE</b>	<b>LIBRE</b>	<b>LIBRE</b>	<b>LIBRE</b>		



## COMPETITONS DES ENSEMBLES-DUOS

Les gymnastes matchent sur la saison des ensembles (février à mai)

- **Duo** : **MAX 2 par CLUB et pas de 2ème passage possible**
- **Ensemble** : Ensemble de 4 à 6 gymnastes (+0.20 par gymnaste supplémentaire au-dessus de 4 gymnastes) **pas de 2ème passage possible**

### TROPHEE RÉGIONAL ENSEMBLES ET DUOS

Programme Autorisé **SEULEMENT** pour les gymnastes engagés en individuels Région, ou sans engagement individuel.

<b>TROPHEE RÉGIONAL ENSEMBLES ET DUOS</b> Musique avec paroles autorisées - Temps : 1' à 1'30	
<b>CONTENU</b> <b>CODE FIG aménagé (niveau région)</b> <b>DB</b> : Valeur des difficultés limitée (0.10) 3 Diff obligatoires dont 1 de chaque GC Echanges obligatoires : 2 (10-13 ans) 3 (14 ans et +) les critères de revalo sont interdits <b>DA</b> : 4 Collab Min 7 Max dont 1 CC et 1 CFF CR Interdite <b>A</b> : code aménagé(région) <b>E</b> : code FIG	

#### ENGINS DUOS REGION

7-9 ANS	13 ANS ET -	TC	25 ANS ET +		
CORDES	CERCEAUX	MASSUES	LIBRE		

#### ENGINS ENSEMBLES REGION

7-9 ANS	10-11 ANS	13 ANS ET -	15 ANS ET -	TC	25 ANS ET +
MAIN LIBRE	MASSUES	CERCEAUX	MASSUES CERCEAUX	RUBANS	LIBRE

### OPEN ENSEMBLES ET DUOS

Programme Autorisé **SEULEMENT** pour les gymnastes engagés en individuels Open, ou sans engagement individuel.

<b>TROPHEE OPEN ENSEMBLES ET DUOS</b> Musique avec paroles autorisées - Temps : 1'00 (+ ou - 5s)	
<b>CONTENU</b> <b>CODE FIG aménagé (niveau région)</b> <b>DB</b> : Valeur des difficultés limitée (0.10) 3 Diff obligatoires dont 1 de chaque GC 1 Echange obligatoire pour tout le monde les critères de revalo sont interdits <b>DA</b> : 2 Collab Min 5 Max dont 1 CC et 1 CFF CR Interdite <b>A</b> : code aménagé(région) <b>E</b> : code FIG	

#### ENGINS DUOS REGION

13 ET -	LIBRE		14 ET +	LIBRE	



Equipe Club composée de 4 gymnastes, le classement est établi à la suite de l'addition des 3 meilleures notes de l'équipe.

### 2 Compétitions possibles :

- Compétition lors de la Région indiv (29-30 nov 2025) Engagement avec les engagements des indiv en Octobre
- Compétition lors de la Région Ensembles (25-26 avril 2026) Engagement avec les engagements des ensembles en février
- Compétition lors du Grand Prix AURA (25-26 avril 2026) Engagement avec les engagements des ensembles en février

### 2 catégories :

#### FEDERAL (code Fédéral)

- - 13 ans (4 gymnastes de - 13ans)
- + 13 ans (4 gymnastes de + 13ans) possible de remplacer une +13 ans par une -13ans
- Mixte (2 gym de -13ans et 2 gym de +13ans) (possible de remplacer une +13 ans par une -13ans)

#### NATIONAL (code FIG)

- - 13 ans (4 gymnastes de - 13ans)
- + 13 ans (4 gymnastes de + 13ans) possible de remplacer une +13 ans par une -13ans
- Mixte (2 gym de -13ans et 2 gym de +13 ans) (possible de remplacer une +13 ans par une -13ans)

**ATTENTION** : Une même gymnaste peut être engagée dans 2 équipes, mais obligatoirement de catégories différentes (ex : équipe -13 et équipe mixte pour une gymnaste de -13 ans)

Maximum 2 gymnastes identiques dans deux équipes différentes. Interdiction de présenter 2 fois le même mouvement. 2 Equipes max par club autorisées

## COUPE AURA DEPARTEMENTALE

---

Equipe composée de 6 gymnastes, avec au minimum 2 clubs différents, le classement est établi à la suite de l'addition des 6 notes de l'équipe.

- Compétition lors de la Région Indiv (29-30 nov 2025)
- Engagement avec les engagements des indiv en Octobre

### EQUIPE DEPARTEMENTALE

- 3 Fédérales
- 3 Nationales
- 3 en 13 et - et 3 en 13 et +

## FORMATIONS DES GYMNASTES

Toutes les mises à jour et les fiches d'actions seront via :

<https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/FORMATION/Formations-des-Gymnastes/GR>

### CPR JEUNESSE

**Responsable Emma MIRAPEL**

- **21 juin 2025** : test d'entrée 2018-2015 (Nat B) et 2014 Nat A (identification des gyms du CPR)
- **07 septembre 2025** : perfectionnement des 8-12 ans (2018-2014)
- **22-23 octobre 2025** (9h30-16h30) : Perfectionnement des 8-12 ans (2018-2014)
  - o Accueil de 5 gyms de 2016 DRA BFC
  - o Intervenantes Séverine DECOURT et Maud ROUSSOT
  - o Identification du DRA et sélection revue d'effectif jeunesse
- **16 novembre 2025** : perfectionnement des 8-12 ans (2018-2014) + DRA
- **6-7 décembre 2025** : Revue d'effectif (4 à 5 gyms 2016-2015)
- **3-4 janvier 2026** : stage du DRA avec BFC en franche comté (Besançon)
- **9-10 février 2026** : Perfectionnement des 8-12 ans (2018-2014) et DRA préparation des Élites
- **6-8 avril 2026** : Perfectionnement des 8-12 ans (2018-2014) et DRA préparation des Élites
- **06 juin 2026** : Stage de clôture et pré sélection pour la saison suivante

## FORMATIONS ET RECYCLAGES JUGES

### ANNEE DE RECYCLAGE

Suite à la réforme des niveaux de juges, les modules qui composaient les différents niveaux ont changé et les N1 ont beaucoup des prérequis des nouveaux N2

Les N1 iront donc se recycler en N2 sur le code **Fédéral** (code aménagé de la fédé) à la suite de ce recyclage, il y aura un test en FOAD (mis en place par la CNS) et le N2 sera acquis, ou le niveau 1 maintenu.

#### Recyclages N2

Dates et lieux = AU CHOIX

- samedi 20 et dimanche 21 septembre 2025 à Chambéry. Paméla
- samedi 20 et dimanche 21 septembre 2025 à Lyon . Isabelle

- samedi 27 et dimanche 28 septembre 2025 à Vichy. Cathy
- samedi 27 et dimanche 28 septembre 2025 à Bourg en Bresse. Isabelle

Amplitude horaire proposée =

- samedi 16h00-19h30 : Artistique 1h15 /DA des individuelles 2h15
- dimanche 09h30-12h00 : Artistique des ensembles 1h15 & DB/Exécution des indivs 1h15
- dimanche 13h00-16h00 : DA des ensembles 2h00 & DB/Exécution des ensembles 1h00

Examen en FOAD mis en place par la CNS.



## • **Recyclage N3**

---

Public concerné = uniquement les juges N3 du cycle précédent. Recyclage sur le code FIG.

Date et lieu =

- samedi 04 et dimanche 05 octobre 2025 à Lyon. Isabelle

Amplitude horaire proposée =

- samedi 16h00-19h00 : Artistique 1h00 /DA des individuelles 2h00

- dimanche 09h30-12h00 : Artistique des ensembles 1h15 & DB/Exécution des indivs 1h15

- dimanche 13h00-15h30 : DA des ensembles 1h30 & DB/Exécution des ensembles 1h00

Examen en FOAD mis en place par la CNS.

## • **Formation N1**

---

Les formations seront dispensées par les responsables départementales sur un volume horaire de 20h de formation. De plus amples renseignements sur les modules du N1 vous seront donnés par la responsable après le colloque national (6 septembre)

Date et lieu de l'examen = **samedi 10 OU dimanche 11 janvier 2026 à Lyon** => 2 lieux au choix Convention Gymnique de Lyon / Bourg en Bresse

En cette année de changement de code de pointage, il n'y aura **donc pas de formation Initiale pour les nouveaux candidats N3**, les candidats N2 valideront leur niveau sur le recyclage N2

Toutes les informations (dates, tarifs, contenus...) et inscriptions sont réunies sur le site

<http://interagym-formation.com/>

**Contact :**

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