

BROCHURE TECHNIQUE AURA 2026-2027

AEROBIC



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 - CS 21001 - 69304 LYON Cedex 07

+33(0) 4 78 00 88 85 I contact@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr I auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr

COMMISSION TECHNIQUE AERO AURA

Nom & Prénom	Responsabilité	Téléphone	Mail
LAFFAGE Marjorie	Responsable Technique AER Responsable juges Responsable jeunesse Formation de juges Regroupements régionaux Expert PAS AERO	06 68 27 09 14	marjorie.laffage@gmail.com
HRYCINK Véronique	Responsable des compétitions Formation de juges Responsable des juges IDO Responsable PAS AERO	06 77 54 38 66	verohry@gmail.com
MATHIEU Yaelle	Responsable développement	07 88 34 00 13	yaellew.mathieu@gmail.com
DURAY Céline	Responsable Formation cadres	06 87 21 07 96	duraydufour@orange.fr
KAPPE Christelle	Responsable competition IDO	06 17 91 56 52	kappe.ch@sfr.fr

PERSONNES RESSOURCES

Nom & Prénom	Responsabilité	Tél	Mail
DURAY Céline	Référént AER comité directeur CAURAG Responsable Administrative	06 87 21 07 96	duraydufour@orange.fr

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 et 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 2026-2027 – 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>



Gym AEROBIC	INTER-DÉPARTEMENTAUX	REGION	INTER-RÉGIONS	FINALE
Fédéral B + Fédéral A solos, trios (non qualifiés au TF)	13/14 février 2027 Est / Ouest Mably	13/14 mars 2027 Aubière		19/20 juin 2027 Grand Prix Cusset
Fédéral A Solo 12+ & Groupes				22/23 mai 2027 Trophée Fédérale & Championnat de France
Performance: National A + National B + Aérodance			03/04 avril 2027 En attente de validation	Saint Orens de Gameville

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 quelle 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**

- Fédérale B: ID – Région – GP
- Fédérale A solo 10-11 ans, trio: ID – Région – GP
- Fédérale A solo 12 ans et + et groupes : ID – Région – TF
- National : ID – Région – IR – CF

Les gymnastes de la catégorie Fédérale 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 Nationale B au championnat de France 2026, quel que soit le groupe d'âge, doivent, s'ils souhaitent continuer le solo, s'engager en Nationale A en 2026-2027.

- **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 (de 2026):**

Plus d'imposé en catégorie Fédéral A et Nationale B 10-14 ans

Ajout d'une grille de composition en Fed A 10-14

Les solos Fédérale + 12 ans pourront se qualifier pour les Championnats de France lors de la Région

Catégories 10-14 nat : harmonisation sur les programmes 12-14

Toutes les notes d'artistique sont sur 10 en National

Suppression d'un élément en Nat 15+ (7 éléments max au lieu de 8)

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 Véronique HRYCINK

FEDERAL B

- **Tenues**

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

- **Solo 7-8 ans**

Catégorie régionale

Enchainements imposés à réaliser en **solo**

1 ou 2 passages identiques

2 routines au choix :

Imposés D'Jumpy 1, D'Jumpy 2

- **Synchro 7-9 ans**

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

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

BONUS CHORÉGRAPHIE : + 1pt pour le DJUMPY 2

1 ou 2 passages identiques

2 routines au choix :

Imposés D'Jumpy 1 ou D'Jumpy 2

- **Solo 9 ans**

Mouvement imposé D'Jumpy avancé ou libre avec musique imposée : **solo** ouvert à l'année d'âge 2018 uniquement

1 ou 2 passages identiques

- **FEDERALE B 10 ANS ET +**

Enchainements 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**

• **FEDERALE A 10/14 ANS**

Enchaînement libre à réaliser en solo, trio et/ou **groupe de 5 à 10 personnes**

Durée de la musique 1 '15 +/- 5"

- **Exécution sur 10 points**
- **Composition sur 1,8 points** : 6 exigences de 0.1 à 0.30 dont 2 obligatoires (7 et 8) et 4 libres de la grille de composition fédéral A (voir grille ci-dessous)



ILLE DE COMPOSITION FEDERAL A 10-14 ans

Format				
exigences		0,1	0,2	0,3
1	Bonus nombre	6 et 7 gymnastes 	8 et 9 gymnastes 	10 gymnastes 
2	formations	2 ou 3	4 ou 5	6 ou 7
Grille de difficultés				
exigences		0,1	0,2	0,3
3	D i f f i c u l t é s	Pompe 	Pompe 1 jambe 	Pompe latérale ou pompe wenson 
4		Elévation des pieds 	Elévation des fesses 	Equerre serrée 1 jambe 
5		Saut air Jack 	Saut groupé 	Saut 1 tour 
6		Gd écart ou Gd écart vertical 	Pancake 	Pivot 1 tour (en dedans) 
Chorégraphie				
exigences		0,1	0,2	0,3
7	Intensité	Routine sans intensité avec difficulté à suivre le rythme	Routine démontrant peu d'intensité	Equipe démontrant une intensité moyenne
8	Nombre AMP	4 ou 5 A	6 ou 7 A	8 A
9	Interaction	Contact simple		Contact avec changement de niveau OU rotation
10	Bloc groupe	Réalisation du bloc de 4x8 temps imposé		Réalisation du bloc de 4x8 temps imposé avec des bras complexes ou des changements de formations significatifs

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

Enchaînements libres à réaliser en solo, trio et/ou **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 aérobic 2026/2027)

Réglementation : [**cf. brochure technique nationale et lettre FFGYM**](#)

GRAND PRIX

NOUVEAU Pour le Grand Prix AURA

Possibilité d'engager des gymnastes de niveau FÉDÉRAL B ou A de 7 à 9 ans et 10-14 ans **seulement en solo** peu importe la catégorie présentée lors de l'Inter-département et de la Région (Synchro ou solo).

Lors de la compétition, les gymnastes devront présenter 2 parties différentes :

5 éléments de difficulté à présenter en isolé sur 0,5 points maximum (cf tableau) :

1 seul élément par ligne + 1 élément d'acrobatie

Pour chaque difficulté, l'exécution sera prise en compte sur le total de points

Un passage chorégraphique noté en exécution / musique / Show

- [Solo 7-8 ans](#)

2 routines au choix :

Imposés D'Jumpy 1, D'Jumpy 2

- [Solo 9 ans](#)

3 routines au choix :

Imposés D'Jumpy 1, D'Jumpy 2, D'Jumpy avancé

BONUS CHORÉGRAPHIE : + 1pt pour le DJUMPY 2 / + 1,5 pt pour le DJUMPY AVANCÉ

- [FEDERALE A ET B 10-14 ANS](#)

4 routines au choix :

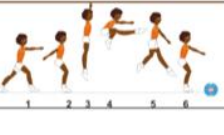
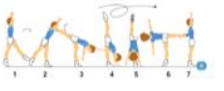
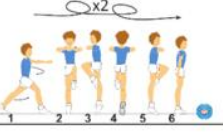
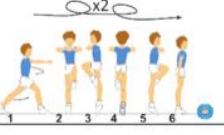
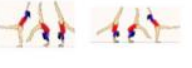
Imposés Aéro ou Aérodance Fédéral B et Imposés Aéro ou Aérodance Fédéral A

BONUS CHORÉGRAPHIE : + 1pt pour imposés Fédéral A

Selon le nombre de gymnastes engagés, un classement par catégorie d'âge sera défini :

- Solo 7-8 ans
- Solo 9 ans
- Solo 10-11 ans
- Solo 12-14 ans

PROGRAMME GRAND PRIX DIFFICULTÉS

	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
Équerre	Elévation des fesses 	Elévation des pieds 	Équerre serrée 1 jambe 	Équerre serrée ou équerre écartée 	Équerre 1 tour serrée ou écartée ou équerre italienne 
Pompe	Pompe à genoux 	Pompe 	Pompe 1 jambe ou Pompe latérale ou pompe charnière 	Pompe latérale 1 jambe ou pompe charnière 1 jambe 	Pompe wenson 
Sauts	Saut air Jack 	Saut groupé 	Saut 1 tour 	Demi groupé demi 	Cozack 2 pieds 
Souplesse	Grand écart 	Pancake 	Grand écart vertical 	Grand écart vertical libre 	Illusion main 
Pivot/Équilibre	Maintien retiré sur demie pointes 2 secondes 	Pivot 1 tour (en dehors) 	Pivot 1 tour (en dedans) 	Pivot 2 tours (en dehors) 	Pivot 2 tours (en dedans) 
Acrobaties	Roulade avant remontée pieds serrés sans les mains 	Roue 	Pont en descente + remonter debout 	Rondade 	Souplesse arrière/avant 

• **NATIONALE B**

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

- Note exécution sur 10 pts
- Note artistique sur 10 pts
- Note difficulté différente selon les catégories sur programme 12-14 ans pour les groupes

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

• **NATIONALE 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

• **NATIONALE 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 (sur programme 12-14 ans pour les groupes NA 10-14)
-

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

ENGAGEMENTS

Date d'engagements: 20 décembre 2026 (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.

Marjorie LAFFAGE, Responsable des juges : marjorie.laffage@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**

- **FEDERALE A & FEDERALE 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

- **NATIONALE A & NATIONALE 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 attente du calendrier des actions nationales
- animateur module 3 : en attente du calendrier des actions nationales

Encadrement : 1 entraîneur obligatoire par club + cadres en formation

DISPOSITIF REGIONAL D'ACCESSION AU HAUT NIVEAU

1er et 2 mai 2027 à Chambéry

Encadrement : Marjorie Laffage + **1 entraîneur obligatoire par club**

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 express des dirigeants

Toutes les informations (dates, tarifs, contenus...) et inscriptions sont réunies sur le site : <https://auvergne-rhone-alpes.ffgym.fr/> via l'onglet « **Formation** »



Dates formation de juges :

- [Niveau 3](#) : 24/25 Octobre 2026
- [Niveau 2](#) : 14/15 Novembre 2026
- [Niveau 1](#) : 21/22 Novembre 2026

Contact :

Emilie DAVID – Coordinatrice Formations – 07 71 89 66 76 - e.david@interagym-formation.com

