

# Briefing 2025

## *Quelques rappels applicables pour les concours départementaux et régionaux Aînées-Jeunesses et Poussines de 2025*

Rappel vestimentaire des juges

Pour les femmes : bas bleu marine, haut blanc et veste bleu marine

Pour les hommes : pantalon gris, haut blanc et veste bleu marine.

### *Note D*

La note D doit être identique pour les 2 juges : noter la note D réellement obtenue sur les feuilles de note (différente de la note D théorique s'il manque un élément ou s'il n'a pas été reconnu).

### *Note E*

Si l'écart pour la note E est de plus de **0.50 pt** entre les juges, ils doivent discuter et parvenir à un accord. Si < ou = à 0,50 : faire la moyenne direct !!!

Oubli d'un élément coté : perte de 3 pts en note E => vigilance +++ (ne pas quitter la gym des yeux !!!) car vidéo non acceptée

La pénalité de 3 points doit être exceptionnelle et le directeur du concours doit en être informé.

Si un élément n'est pas reconnu en note D, ne retirer que les fautes générales (pas de fautes techniques !!)

A partir du moment où la gym a exécuté sa sortie en barres et en poutre ou son dernier mouvement de chorégraphie en sol, son mouvement est considéré comme terminé : elle ne peut plus revenir sur l'agrès pour réaliser son élément oublié.

En poutre et barres : s'il y a prise d'élan et pas de sortie ou sortie non reconnue et /ou non tentée, la gym peut recommencer sa sortie => on considère qu'il y a chute + élément chuté recommencé.

Si elle ne refait pas sa sortie => pénalité pour sortie non reconnue et/ou non tentée et fautes de réception (pas de chute sauf si...)

En cas de discordance entre le texte, les dessins et la vidéo : c'est le texte qui fait foi.

**En Poussins, l'entraîneur peut souffler à sa gym tout ce qui écrit dans le livre sans pénalité pour tous les degrés. Les termes « privés » sont autorisés (toit de maison, cathédrale, ...).**

La gym doit annoncer son degré avant de débiter son mouvement. Ne pas la laisser commencer avant qu'elle ne l'ait annoncé (même si les moniteurs vous ont donné un petit papier avec le numéro des gyms et leur degré !!). En cas de mauvaise annonce, on juge le degré exécuté avec une pénalité de 0,80 pour les Aînées et les Jeunesses et sans pénalité pour le Poussins.

Ne pas hésiter à revenir sur une note si on s'aperçoit que l'on s'est trompé dans la façon de juger ... mais pas sous la pression d'un moniteur ou d'un parent

En cas de réclamations : envoyer les moniteurs vers le responsable de plateau.

En cas de doute ou de désaccord entre 2 juges, trancher en faveur de la gym

**Les juges jugent ce qu'ils voient, d'où ils le voient et au moment où ils le voient....**

## SAUT

La course n'est pas notée.

La notation commence à partir du moment où les pieds quittent le tremplin.

Course avec saut non réalisé AVEC touche de tremplin/trampoline et/ou de la table : **saut nul**

Course avec saut non réalisé SANS touche de tremplin/trampoline et/ou de la table: **SP**

Si le 1<sup>er</sup> saut est nul, les juges doivent le signaler aux moniteurs. Sinon, ils auront obligation de donner une note.

Si le 1<sup>er</sup> saut exécuté est différent du saut annoncé, les juges doivent le signaler aux moniteurs. Les moniteurs peuvent alors demander la nullité du saut pour refaire le bon degré.

Pas de discussion entre les 2 sauts (risque de s'influencer). Noter les 2 sauts et prendre la meilleure moyenne.

Etudes de cas :

Une gym arrive sur TS sur une jambe, pose sa 2<sup>ème</sup> jambe sur la table bien décalée (grand pas) et se replace pour faire son 2<sup>ème</sup> envol :

Pose des pieds alternative : 0,30, Déséquilibre : 0,30, manque de continuité : 0,50, 1 ou 2 pas avant le saut : 0,80

2<sup>ème</sup> degré A/J et 3<sup>ème</sup> degré Poussins

- Si la gym fait un rebond sur la table de saut : même pénalité que pour les pas =0.80pt
- Après la réception du saut vertical, la gym peut avancer ou reculer SP pour se placer pour l'ATR tombé dos. Elle doit mettre ses mains devant le tapis de 10 cm mais pas de pénalité si elle les met dessus.

Poussins 3<sup>ème</sup> degré

- Si l'ATR tombé dos n'est pas fait du tout : le juge note un 2<sup>ème</sup> degré et avertit l'entraîneur.
- Si la gym fait une roulade avant à la place du tombé dos : le juge note un 2<sup>ème</sup> degré et compte une chute
- Si la gym commence son ATR, repose les pieds et refait l'ATR tombé dos : 1 pt de chute
- Si la gym fait roulade avant puis refait ATR : 1 pt de chute
- Si la gym tente un ATR, même s'il est mal exécuté : on enlève les fautes prévues dans le tableau de saut.

J/A 2<sup>ème</sup> degré

- Si l'ATR tombé dos n'est pas fait du tout : saut NUL
- Si la gym fait une roulade avant à la place du tombé dos : saut NUL
- Si la gym commence son ATR, repose les pieds et refait l'ATR tombé dos : 1 pt de chute
- Si la gym fait roulade avant puis refait ATR : 1 pt de chute
- Si la gym tente un ATR, même s'il est mal exécuté: on enlève les fautes prévues dans le tableau de saut

## **BARRES**

Modification des hauteurs de barres :

Poussines : possibilité de modifier la hauteur de 1 ou de 2 barres quel que soit le degré, mais pas en cours de mouvement !!

Jeunes-Aînées : possibilité de modifier la hauteur des barres au 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> degré mais pas en cours de mouvement. A partir du 3<sup>ème</sup> degré, modification de la hauteur des 2 barres si la gym est trop grande (les pieds ou le bassin touchent le sol à la suspension)

Présence des moniteurs sur les tapis autorisée => si le côté de parade de l'entraîneur est du côté des juges, prévenir les juges pour qu'ils se déplacent.

Pas de faute de courbe dans les bascules

Pas de chute sur agrès. Chute en barres uniquement si les pieds posent par terre.

Si la gym reste en suspension BS sans lâcher la barre et :

Aide du moniteur pour remonter : 0.80 pour aide sur élément non coté

Renversement arrière (si faisait bascule) : 0.80 pour élément supplémentaire

Repose les pieds sur BI et refait son élément : 0.5 pour heurter l'agrès et 0.5 pour élément mal exécuté sans chute et recommencé

Balancés pour reprise d'élan : 0.50 quel que soit le nombre d'élans

Elan intermédiaire : si autorisé => 1 seul, si plusieurs => pénalité 0,5 par élément

si non autorisé => 1 seule pénalité de 0,5 par élément, quel que soit le nombre d'élan

Précisions :

3<sup>ème</sup> AJ et 4<sup>ème</sup> P : la montée à l'appui se fait seule ou avec aide. La reprise de la notation se fait quand la gym est à l'appui

Au 4<sup>ème</sup> AJ : la gym doit monter seule sur la BI. En cas d'aide du moniteur, pénalité de 0.80 pour aide sur paragraphe non coté.

**!!** Pour les mouvements en 2 parties (une sur la barre basse et une sur la barre haute), la remise de magnésie entre les 2 morceaux du mouvement n'est pas autorisée. Si la gym le fait, le mouvement est considéré comme terminé. Idem pour modifications des hauteurs de barres ou de l'écartement.

### Modification sur le Programme Fédéral 2025

***Pour les paragraphes 3.1 en poussins et 2.1 en A/J (départ de balancer) la gym doit avoir les mains posées sur la BI et par appui des bras sauter en courbe AV.***

#### Poussins:

2e degré :

- 2.1 renversement Ar du siège :
- flexion des jambes (fautes générales sur E)
- Pas de pénalité pour heurter le bloc
- la gymnaste peut attendre que le bloc soit retiré sans pénalité

3e degré :

- 3.1 balancer de Bascule :
- pas de pénalité si la gymnaste laisse les mains sur BI au retour

- 3.3 traction enroulée :
  - si pas de traction : pas de VD
  - tract° avec les mains en supinat° : - 0.10 pt 2 fois (faute de texte et remplacement)

4e degré :

- 4.2 fermeture :
  - si « crochetage » des pieds pour maintenir la posit° : - 0.50 pt (heurter l'agrès)
  - SP : monter les jambes l'une après l'autre
  - reconnue si 135° jambes tendues

- 4.6 filé (élément non coté) : si pas de posit° chandelle - 0.30 pt (exigence tech)

5e degré :

5° degré :

- 5.5 filé : pas d'élan de jbes en Av - bascule et filé doivent être enchaînés

### Jeunesse/Ainée

2e degré :

- 2.1 balancer de Bascule :
  - pas de pénalité si la gymnaste laisse les mains sur BI au retour
- 2.2 renversement Ar du siège :
  - flexion des jambes (fautes générales sur E)
  - Pas de pénalité pour heurter le bloc
  - la gymnaste peut attendre que le bloc soit retiré sans pénalité

3e degré :

- 3.2 traction enroulée :
  - si pas de traction : pas de VD
  - tract° avec les mains en supinat° : - 0.10 pt 2 fois (faute de texte et remplacement)
- 3.4 filé (élément non coté) : si pas de posit° chandelle - 0.30 pt (exigence tech)

4e degré :

- 4.1 fermeture :
  - si « crochetage » des pieds pour maintenir la posit° : - 0.50 pt (heurter l'agrès)
  - SP : monter les jambes l'une après l'autre
  - reconnue si 135° jambes tendues
- 4.2 2 tour Ar enchaînés
  - si arrêt entre les 2 tours : « léger » - 0.10 pt autrement - 0.50 pt (manque de liaison)
  - Si reprise d'élan - 0.50 pt (reprise élan) et - 0.50 pt (manque de liaison)
- 4.6 filé : pas d'élan de jbes en Av - bascule et filé doivent être enchaînés

5e degré :

- 5.2 : - pose de pieds : exigence technique : « la pose des 2 pieds est simultanée »
  - si paragraphe non fait – 0.80 pt sur note E
- 5.9 salto tendu : pris dès que bassin ouvert - si jbes fléchies : ftes de jbes

## Cas de bascule BS non remontée

- 1er cas:

La bascule n'est pas remontée, la gym chute puis remonte et fait sa bascule :

VD accordée

- Chute
- puis fautes éventuelles sur la 2ème bascule réalisée

- 2ième cas:

La bascule n'est pas remontée, la gym pose les pieds sur BI et fait sa bascule :

VD accordée

- 0.50 pt pour heurter agrès
- 0.50 pt pour élément mal exécuté sans chute et recommencé
- puis fautes éventuelles sur la 2ème bascule réalisée

- 3ième cas:

La bascule n'est pas remontée, la gym fait des balancers et fait sa bascule

- 0.50 pt pour élans supplémentaires (quel que soit le nombre)
- 0.50 pt pour élément mal exécuté sans chute et recommencé
- puis fautes éventuelles sur la 2ème bascule réalisée

- 4ième cas:

La bascule n'est pas remontée, la gym fait un renversement BS:

Perte de la valeur de la bascule en D

- 0.80 pt pour élément supplémentaire
- fautes générales éventuelles sur les deux éléments

## **POUTRE**

Equerre recommencée : pas de chute mais pénalité pour élément recommencé (0,5 + fautes sur les 2 équerres)

### Roue Pied Pied

Roue arrivée en fente : perte de la valeur de l'élément : 2 pts mais élément tenté

La réception doit se faire jambes tendues et buste relevé simultanément : 0.50 pt

Le passage sur 1/2 pointes à la réception doit être visible : 0.50 pt

### *3<sup>ème</sup> degré*

Placement dos : si insuffisamment monté => pénalité pour acrobatie non dans le plan vertical (0,10 si < 10° ; 0,30 de 10° à 30° ; 0,50 si > 30°) mais pas de perte d'élément en note D (contrairement à l'ATR)

### *4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> degré*

Le tremplin est autorisé pour les entrées et pas de pénalité si le bassin de la gym est à la même hauteur que la poutre

### *5<sup>ème</sup> degré*

Cosaque appel 2 pieds uniquement : si appel 1 pied, tenté mais non reconnu

## SOL

Attention aux changements de directions !

Valse :

1<sup>er</sup> essai raté + 2<sup>ème</sup> essai : chute (reprise d'appui pour faire son élément)

1<sup>er</sup> essai non terminé mais non recommencé : pas de chute

Tour - ½ tour 1 pied - ½ tour 2 pieds

Les tours doivent être effectués sur ½ pointes : 0,30 pt pour pieds à plat

C'est la pose du talon qui détermine la fin du tour : 0,30 pt pour sous ou sur rotation

ATR

Ce qu'il faut regarder pour les ATR, c'est le placement du bassin par rapport aux appuis.

Il doit y avoir alignement mains – épaules – bassin à la verticale.

Les jambes peuvent être écartées ou serrées.

Dans les ATR jambes écartées : la 1<sup>ère</sup> jambe doit dépasser la verticale et l'écart entre les 2 jambes doit être de 90° minimum.

Cas concret : une gym fait un ATR tombe une première fois, elle le refait elle retombe une deuxième fois et elle continue son mouvement : il faut compter 2 chutes, l'ATR est tenté mais pas reconnu, donc on lui retire la valeur de l'élément.

Roue, Rondade et Placement dos

Le bassin doit passer dans le plan vertical (c'est-à-dire à l'appui des épaules).

Si la gym ne passe pas dans l'axe, 3 pénalités dans le tableau des fautes générales :

- 0.10 pt si l'angle est  $\leq 10^\circ$

- 0.30 pt si l'angle est entre  $10^\circ$  et  $30^\circ$

- 0.50 pt si l'angle est  $> 30^\circ$

Roue Pied/Pied

La roue pied/pied arrivée pieds plats puis remontée sur ½ pointes : 0,50 d'exigence 'le passage sur ½ pointes à la réception doit être visible : Valeur de la roue gardée.

Pour l'arrivée pieds décalés, si on a l'exigence de jambes tendues, buste relevé et arrivée sur ½ pointes, l'élément est correcte, voir 0,10 ou 0,30 en fonction de l'écart de jambes.

Pour l'arrivée en fente perte de la valeur de l'élément. Élément tenté mais pas reconnu.

## FORMATION PHYSIQUE

Entraîneur comptant à haute voix : 2 pts

Entraîneur montre le mouvement : 2 pts

Si jambe G puis jambe Dte : 0.80 pour non-respect de l'ordre chronologique

Si 2 fois jambe Dte ou G : 0.80 pour paragraphe non fait

Si paragraphe fait en plus : 0.50 pour élément recommencé

Déphasage musical :

Si une gym est en avance (ou en retard) du début à la fin : pénalité de 0.10 par paragraphe

Si au lieu de faire un mouvement sur 2 temps la gym le fait sur un seul : pénalité de 0.10 par paragraphe

Paragraphe C :

si la gym tourne du mauvais côté : 0.30 pour mauvaise direction

Déplacement des mains pour que les épaules soient bien au-dessus des mains : 0.10

Paragraphes F et G :

petits sauts pour se rééquilibrer : 0.10 à chaque saut

touche du pied en arrière à l'arabesque : 0.30

Paragraphe H

Genoux non ouvert : 0,30

## 6<sup>ème</sup> DEGRE

Sont comptabilisés comme éléments tous les éléments 6<sup>ème</sup> du tableau + 5<sup>ème</sup> D° + code FIG sauf éléments listés à chaque agrès comme étant non retenus => ne pas hésiter à vérifier, surtout pour un 7<sup>ème</sup> élément !!

En cas de répétition d'un élément : seul le 1<sup>er</sup> est comptabilisé (sauf en barres). Le 2<sup>ème</sup> ne peut servir à valider une exigence **mais** peut valider une liaison bonifiée.

Pas de bonif si les fautes sont = ou > à 0,60 sauf pour les liaisons : une liaison est bonifiée même si la ou les difficultés 6<sup>ème</sup> concernées ont plus de 0,60 de fautes.

## SAUT

Pas de pénalité si le saut exécuté est différent du saut annoncé... à condition que ce soit un saut répertorié comme saut 6<sup>ème</sup> degré. Si ce n'est pas le cas : saut nul ou mauvaise annonce de degré (à voir avec les moniteurs)

Rotation longitudinale incomplète au 1<sup>er</sup> envol : n'entraîne pas un saut nul !!

Rotation longitudinale incomplète au 2<sup>ème</sup> envol : c'est la pose des pieds qui détermine la fin de la rotation avec une tolérance de 30°

Déplacement des mains sur la table : pénalité pour appui prolongé et/ou manque de repoussé mais **PAS SAUT NUL**.

## POUTRE

Penser aux liaisons bonifiées !!

Souplesse + saut vertical : la souplesse est comptée en difficulté 6<sup>ème</sup> même si le saut vertical n'est pas reconnu.

ATR ½ valse : pas d'exigence de position tenue avant ou après la valse.

Tous les sauts 6<sup>ème</sup> degré doivent être exécutés en position transversale (sauf le saut carapé comme spécifié dans le programme). S'ils sont exécutés en position latérale, ils seront reconnus en tant qu'éléments simples et non en tant que difficultés 6<sup>ème</sup>.

Saut carapé : si la gym exécute un saut carapé en transversal et un en latéral, seule la bonif du 1<sup>er</sup> est comptabilisé (si les fautes sont inférieures à 0,60 évidemment !!)

## SOL

Penser aux liaisons bonifiées.

## **BARRES**

### **ELAN CIRCULAIRE CARPE EN ARRIERE**

Pour être reconnu en Difficulté 6ème et valider l'EC du tour autour de la barre, l'élan circulaire carpé en AR doit se terminer dans les 10°.

Au-delà, il devient une Autre Difficulté (élément du 5ème degré) et ne valide pas l'EC.

Dans les 2 cas, une pénalité éventuelle pour la flexion de jambes et appliquée.

### **ELAN CIRCULAIRE CARPE EN AVANT**

Pour être reconnu en Difficulté 6ème et valider l'EC du tour autour de la barre, l'élan circulaire carpé en AV doit se terminer dans les 10°.

Au-delà, il n'est pas reconnu et ne valide pas l'EC.

### **TOUR ARRIERE LIBRE**

Un tour AR libre sous l'horizontale valide toujours l'EC du tour autour de la barre que celui-ci soit retenu dans les Difficultés 6ème ou non.

Rappel : pénalité de 1.00pt pour le tour AR libre sous l'horizontale quand il doit être comptabilisé en Difficulté 6ème