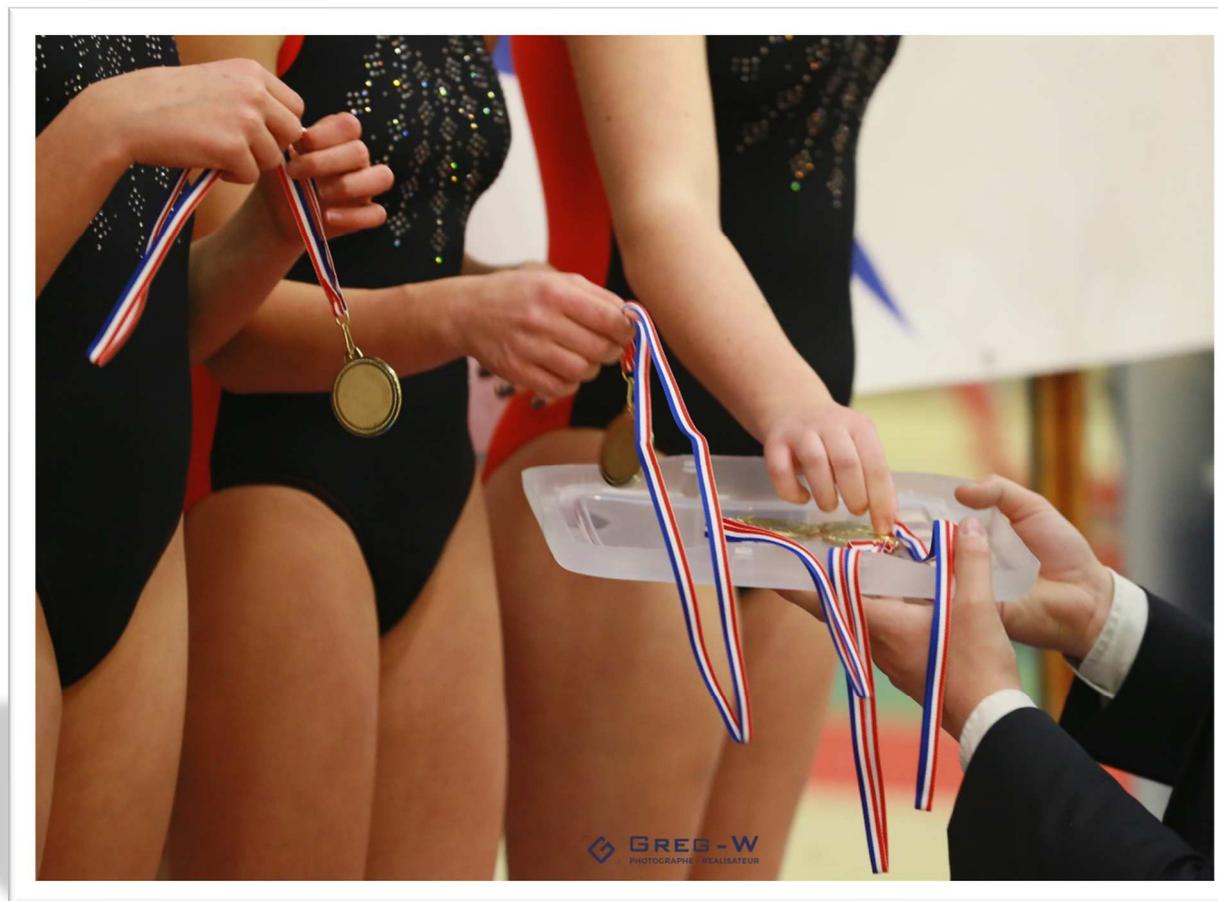


BROCHURE GAF 2023 – 2024



Sommaire

- Généralités page 3
- Les chouchous de la Loire pages 4 à 15
- Anima'gym pages 16 à 36
- Formation des gyms pages 37 à 38
- Formations de juges N1 page 39
- Les compétitions page 40 et 41
- Formulaires d'inscription page 42 et 43

Nom prénom	Fonction	Mail
Stéphanie Rousset	Responsable technique	rousset.stephanie@live.fr
Morgane Gay	Formation des juges	egsm.technique02@gmail.com
Mélanie Margerit	PAS	margeritm@yahoo.fr
Alban Rebuffel		alban.rebuffel@laposte.net
Patricia Rodriguez	DTG	patougym42@icloud.com
Maud Bouchot	Coordination technico-administrative	comiteloiregym@gmail.com

LES COUPES DE LA LOIRE

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

Tableau synoptique, les coupes de la Loire 2023 - 2024

		2018	2017	2016	2015	2014 - 2013	2012 - 2011	2010 et +
Les chouchous C	Mouvements 0, 1	X						
Les chouchous B	Mouvements 0, 1 et 1bis		X	X	X			
Les chouchous A	Mouvements 1, 2 et 3		X	X	X			
Anima'gym C	1 seul élément à 2 pts autorisé		X (à certaines conditions)					
Anima'gym B	Uniquement les éléments à 1pt					X	X	X
Anima'gym A	Libre					X	X	X

Les dates de compétitions et d'engagements gyms et juges

	Coupe 1	Coupe 2	Coupe 3
Date et lieu de la compétition	16 – 17 DECEMBRE Saint Chamond	10 – 11 FEVRIER Montrond les Bains	25 – 26 MAI Montbrison
Fermeture des engagements gyms	19 NOVEMBRE	14 JANVIER	28 AVRIL
Fermeture des engagements juges	10 DECEMBRE	7 JANVIER	21 AVRIL

Les chouchous de la Loire

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

- **Les programmes :**

- Les imposés fédéraux 7 – 9 ans
- Lien pour les vidéos : (seront certainement mises à jour)
 - <https://www.youtube.com/playlist?list=PLRyCw8cdKBc3HIGjMGqLxWY2HEDrReoa>
- **2 niveaux intermédiaires ont été créés pour les coupes de la Loire uniquement**

- **Les catégories :**

Catégories	Imposés à présenter	Age	Chouchous à valider
Chouchous A	1, 2, 3	7, 8, 9 ans	Jaune, Orange, rouge et noir
Chouchous B	0, 1, 1 BIS	7, 8, 9 ans	Blanc, Jaune
Chouchous C	0, 1	6 ans*	Blanc, jaune

***Un aménagement matériel pour les 2018 sera obligatoire en poutre :**

Une ou plusieurs fosses de 60 cm seront installées dessous. (selon la taille des fosses)
 La sortie se fera à hauteur normale.

- **Les notes de départ et validation des chouchous :**

Note maximum	
Niveau 0	42 PTS
Niveau 1	47 PTS
Niveau 1 bis	49 PTS
Niveau 2	54 PTS
Niveau 3	61.5 PTS

LES CHOUCHOUS	
Blanc	40 pts
Jaune	43 pts
Orange	46 pts
Rouge	50 pts
Noir	54 pts

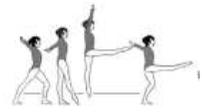
Niveau 0

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

SAUT - ND : 0	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
<ul style="list-style-type: none"> - Course, saut vertical, réception stabilisée. 	

BARRES ASYMETRIQUES - ND : 0	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
<ul style="list-style-type: none"> - Départ à la station debout épaules à hauteur de la barre inférieure - Sauter à l'appui bras tendus 	
<ul style="list-style-type: none"> - Maintien 2 secondes en appui facial actif 	
<ul style="list-style-type: none"> - De l'appui, rotation AV, descente contrôlée corps groupé sous toutes ses formes jusqu'à la suspension jambes fléchies - Retour à la station debout 	
BARRE SUPERIEURE	
<ul style="list-style-type: none"> - De la suspension alignée - placement et maintien 2 secondes en courbe AVANT - retour à la suspension droite 	
<ul style="list-style-type: none"> - De la suspension alignée - placement et maintien 2 secondes en courbe ARRIERE - retour à la suspension droite 	
<ul style="list-style-type: none"> - Maintien 2 secondes à la suspension alignée - réception à la station debout. 	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

SOL - ND : 0	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
- ROUE	X
- Chandelle tenue 2'', position des bras au choix - Départ au choix - Retour à la station debout -	 2'' 
- Cabriole Jambe gauche ou Droite à l'horizontale + maintien 2''	K 
- Saut droit	
- LIAISON : - 1 pas chassé jambe gauche + 1 pas chassé jambe droite (ou inversement)	 
- Roulade avant corps groupé, départ et arrivée à la station debout	
- Placement du dos corps groupé : départ et arrivée en position accroupie	Lp 
- 1 élément de souplesse au choix tenu 2'' : grand écart G, D ou F, ou écrasement facial ou pont	

N1 BIS

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

SAUT - ND : 1.5	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
- Course, saut vertical, réception stabilisée.	
- Course, frappe dans le TT, ½ flip avant tombé dos aligné.	

BARRES ASYMETRIQUES - ND : 2.5	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
- Départ à la station debout épaules à hauteur de la barre inférieure renversement libre à l'appui facial (1 ou 2 jambes)	
- Maintien 2 secondes en appui facial actif	
- Prise d'élan à l'horizontale, corps tendu - Tour d'appui arrière	
- Maintien 2 secondes en appui facial actif	
Rotation en avant (passage par la chandelle) - descente contrôlée – Maintien 2 secondes les jambes en fermeture (pointes de pieds à la barre) Maintien 2'' en équerre – réception	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

BARRE SUPERIEURE	
<ul style="list-style-type: none"> - De la suspension alignée - placement et maintien 2 secondes en courbe AVANT - retour à la suspension droite - De la suspension alignée - placement et maintien 2 secondes en courbe ARRIERE - retour à la suspension droite 	
<ul style="list-style-type: none"> - Placement en courbe avant : - Passage dynamique de la courbe arrière à la courbe avant 5 fois Enchaînés 	
<ul style="list-style-type: none"> - De la suspension alignée - Placement en courbe arrière – <ul style="list-style-type: none"> o Fermeture à la suspension mi-renversée jambes écartées et tendues(Stalder) maintien 2 secondes - retour à la suspension droite OU o fermeture à la suspension mi-renversée jambes serrées et tendues(pieds mains) maintien 2 secondes - retour à la suspension droite 	
<ul style="list-style-type: none"> - De la suspension alignée - Tour complet en suspension - prise dorsale /prise lune / prise dorsale 	
<ul style="list-style-type: none"> - Maintien 2 secondes à la suspension alignée - réception à la station debout. 	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

POUTRE - ND : 2.5	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
<ul style="list-style-type: none"> - De la station faciale, sauter à l'appui et sans arrêt passer une jambe tendue latéralement pour s'établir au siège transversal – - équerre jambes écartées maintien 2 secondes 	
<ul style="list-style-type: none"> - Chandelle maintien 2 secondes et retour au siège 	
<ul style="list-style-type: none"> - Pont maintien 2 secondes et retour au siège 	
<ul style="list-style-type: none"> - Détourné - 1 pas - détourné (dans le même sens) 	
<ul style="list-style-type: none"> - ATR passagé jambes écartées - retour en fente 	
<ul style="list-style-type: none"> - Position de départ à l'arabesque - battement en 4ème devant à l'horizontale - jambe gauche et jambe droite (ou inversement) 	
<ul style="list-style-type: none"> - Demi plié - relevé maintien 2 secondes - Demi plié - saut vertical 	
<ul style="list-style-type: none"> - Sortie en rondade 	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

SOL - ND : 2.5	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
- LIAISON : Sursaut rondade + rebond	
- En liaison : Cabriole jambe G à l'horizontale + saut droit + sissonne D (ou inversement)	
- LIAISON : 1 pas chassé jambe gauche + 1 pas chassé jambe droite (ou inversement) + assemblé + saut vertical	
- Battement - fente - ATR rebond – retour en fente	
- LIAISON : souplesse arrière pied-pied + roulade arrière arrivée en planche tenir 2'' la position - Glisser jusqu'à la courbe avant tenir 2'' - Glisser jusqu'à la position alignée sur le ventre	
départ à genoux , petite équerre jambes fléchies entre les bras – (poule) tenir 2''	
- Départ en fente sur un genou - relevé sur pied plat au retiré – détourné	

Programme Anima'gym

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

- Les catégories :

○ **Anima'gym A :**

- Tous les éléments sont autorisés
- 10-11 ans / 12-13 ans / 14 ans et +

○ **Anima'gym B**

- Seuls les éléments à 1 point sont autorisés
- 10-11 ans / 12-13 ans / 14 ans et +

○ **Anima'gym C**

- Tous les éléments à 1 point sont autorisés
- 1 seul élément à 2 points sera autorisé mais gardera une valeur de 1 point (barres, poutre et sol)
 - Bonification de 0.5 point si l'élément à 2 points est réussi sans chute.
- 7-8-9 ans

- Réglementation et pénalités selon le code fédéral FFGYM

- Calcul de la note finale :

- La note finale à chaque agrès est établie à partir de 2 notes séparées :
 - Note D et note E
- Le jury D calcule la note D : contenu de l'exercice + bonifications + artistique ; et le jury E calcule la note E : exécution
- La note finale d'un exercice est établie par l'addition de la note D et de la note E. Si nécessaire, soustraction des déductions neutres.
- Un exercice ne peut être répété.

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

- **Difficultés : 10 points en A / 5 points en B et C**
 - **Choix des éléments**
 - Un maximum de 5 éléments différents choisis dans la grille du code Anima'gym est pris en compte
 - Seuls les éléments remplissant les exigences de groupe demandées aux agrès valent 1 ou 2 points, indépendamment de l'ordre chronologique.
 - La description officielle des éléments est donnée : un élément est reconnu uniquement si sa réalisation technique est conforme au texte
 - Répétition : si un même élément est réalisé 2 fois au cours de l'enchaînement, il n'est comptabilisé qu'une seule fois. (ordre chronologique) (mais les fautes d'exécution seront appliquées)
 - Élément non reconnu ou réalisé avec aide : non comptabilisé
 - Les éléments avec rotation incomplète ne sont pas comptabilisés.

- **Exigences de groupe**
 - L'enchaînement doit être composé d'éléments correspondant aux exigences de groupe spécifiques à chaque agrès.

- **Exécution**
 - Il faut tenir compte des paramètres suivants :
 - Les fautes générales (voir brochure nationale)
 - Les fautes spécifiques à chaque agrès (voir brochure nationale)

- **Bonifications**
 - Artistique en poutre et sol : à ajouter sur ND
 - En anima'gym C : une bonification de 0.5 sera accordée sur l'élément à 2 point s'il est réussi sans chute.

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

Saut

Hauteur de la table : 1m25

Course d'élan : 25m max

Réglementation fédérale

Note de départ maximum : 10 PTS

Anima'gym A : tous les sauts sont autorisés

Anima'gym B et C : Seuls les sauts au trampo-tremp sont autorisés

Description		Note de départ	
		Trampo-tremp	1 tremplin
Saut avec pose de mains puis des pieds sur la table de saut puis saut vertical		7	8
Renversement avant (lune)		9	10

Barres asymétriques

Exigences de groupes :

Enchaînement libre de 5 éléments choisis parmi les éléments de la grille ci-contre :

- 1 élément du groupe « entrée »
- 1 élément du groupe « suspension »
- 1 élément du groupe « appui »
- 1 élément du groupe « sorties »
- 1 élément au choix

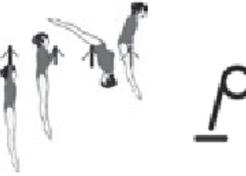
Enchaînement à réaliser :

- soit sur 1 seule barre (BI ou BS)
- soit sur les 2 barres
- possibilité de l'exécuter en plusieurs passages (2 passages BI + 1 passage BS **ou** 2 passages BI **ou** 1 passage BI + 1 passage BS)
- **Interdiction de resserrer la BS de la BI : elles doivent rester à un écartement de 180 cm.**
- possibilité à l'entraîneur de placer sa gym en courbe avant en BS – interdiction à l'entraîneur de monter la gym en appui.

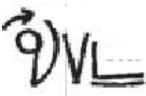
Note de départ maximum :

- 10 points en Animagym A
- 5 points en animagym B
- **5.5 points en anima'gym C** (5 + 0.5 bonif élément)

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES ENTREES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Sauter à l'appui bras tendus sur BI uniquement		Bascule en BI , aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)	 
		Oscillation engagée 1 jambe, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)	 
Renversement arrière du lancer de jambe OU Traction enroulée BI uniquement		Renversement arrière de la traction, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois) en BS uniquement	 
	 	Bascule en engageant une jambe tendue en BI, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)	 

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

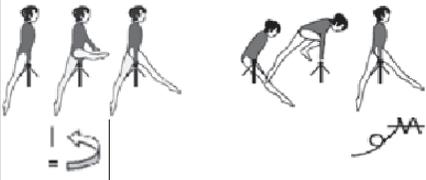
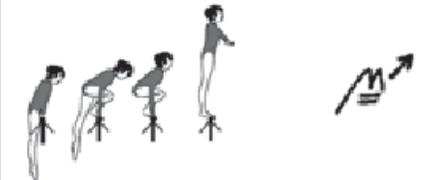
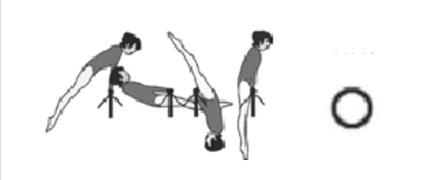
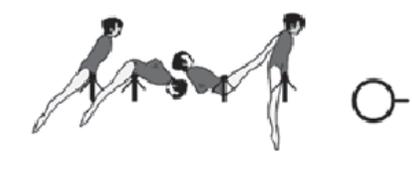
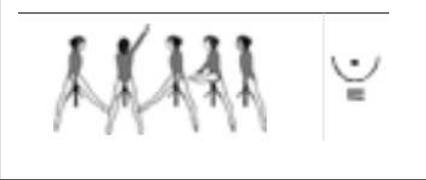
LES SUSPENSIONS (partie 1)					
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points			
De la suspension, BS filé avant			Grande culbute		
De l'appui BI ou BS, rotation AV, descente contrôlée jusqu'à la suspension (possibilité de plier les jambes pour la suspension en BI)			De l'appui BI ou BS, rotation avant, descente contrôlée avec passage par les 3 positions (chandelle renversée, fermeture pieds/barre, équerre serrée) maintenues chacune 3'' secondes		
Equerre serrée maintenue 3''			De l'appui BS filé avant		
De la suspension, demi-tour (180°) ou tour (360°) nombre libre de changements de prises			Oscillation engagée 1 jambe tendue, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)		
De la suspension alignée - Placement en courbe arrière – Fermeture à la suspension mi-renversée jambes écartées et tendues(Stalder) maintien 2 secondes - retour à la suspension droite.			Bascule en engageant une jambe tendue en BI, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)		

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

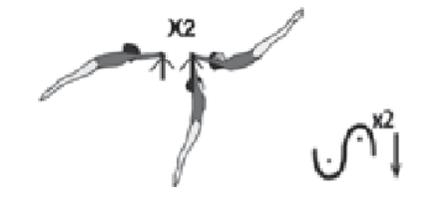
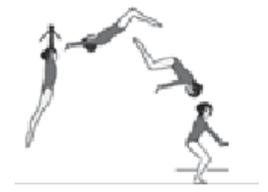
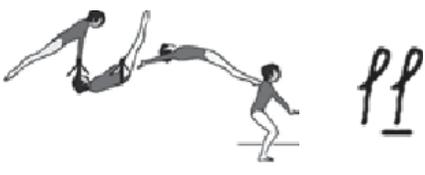
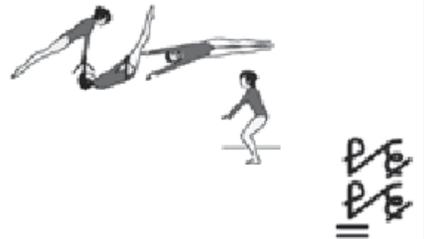
LES SUSPENSIONS (partie 2)

Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
1 balancé de bascule jambes tendues écartées ou serrées en BI		Bascule en BI ou BS, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)	
2 balancés jambes tendues en BS – aussi en sortie (comptabilisé une seule fois)		Bascule fixe BI ou BS	
De la suspension alignée BS : maintenir 3" la courbe AV puis 3" la courbe AR		Renversement arrière de la traction, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois) en BS uniquement	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES APPUIS			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
De l'appui, BI engager une jambe entre les bras ou sur le côté pour arriver à l'appui cavalier		Tour avant cavalier (prises libres)	
Monter debout sur BI un pied après l'autre pour attraper BS		Pose de pieds pour arriver debout sur la BI (jambes serrées ou écartées, tendues ou groupées)	
Prise d'élan à l'horizontal, aussi en sortie BI (comptabilisé une seule fois)		Prise d'élan au-dessus de l'horizontal, aussi en sortie en BI (comptabilisé une seule fois)	
Tour d'appui arrière		Tour d'appui avant	
De l'appui cavalier BI, ½ tour en changeant les prises et dégager la jambe par-dessus la barre		Pose de pieds, élan circulaire en arrière ou en avant, jambes serrées (tendues ou fléchies)	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES SORTIES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Prise d'élan à l'horizontal + repoussé en sortie BI (aussi en appui : comptabilisé une seule fois)		Prise d'élan au-dessus de l'horizontal + repoussé en sortie en BI (aussi en appui : comptabilisé une seule fois)	
2 balancés jambes tendues en BS – aussi en sortie (comptabilisé une seule fois)		Salto arrière corps groupé	
Sortie filée sous toutes ses formes en BI ou BS			
De la suspension maintenir 3 secondes aligné , réception (autorisé en jambes pliés en BI)		Sortie filée avec 1/2 tour sous toutes ses formes en BI ou BS	
1 Balancé contre volée			

POUTRE

Exigences de groupes :

Enchaînement libre de 5 éléments choisis parmi les éléments de la grille ci-contre :

- 1 élément du groupe « entrées »
- 1 élément du groupe « acrobaties »
- 1 élément du groupe « gymniques »
- 1 élément du groupe « sorties »
- 1 élément au choix

Enchaînement à réaliser :

- hauteur de la poutre à 1m25
- 1 minute maximum

Note de départ maximum :

- 10.30 points en A (10 + 0.30 artistique)
- 5.30 points en B (5 + 0.30 artistique)
- **5.80 points en C** (5 + 0.30 artistique + 0.50 bonif élément)

ARTISTIQUE

BONIFICATION : jusqu'à + 0.30 points

A ajouter sur la ND

Passage proche de la poutre (cf code FIG)

+ 0.10

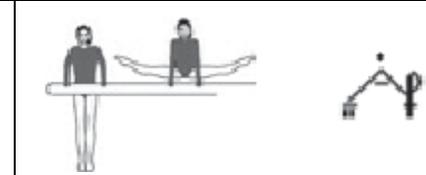
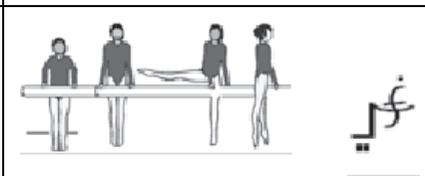
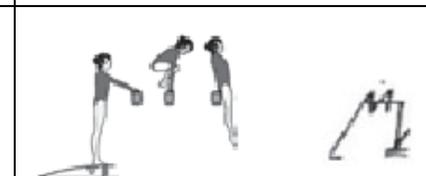
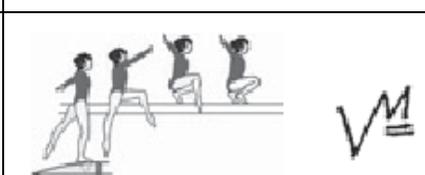
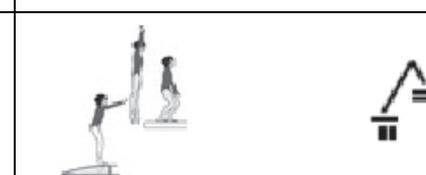
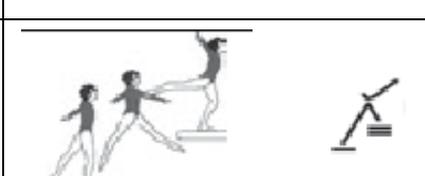
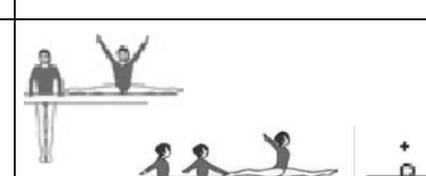
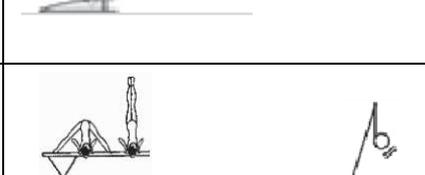
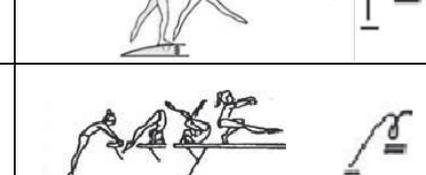
Partie chorégraphique en latéral (cf code FIG)

+ 0.10

Tenue du corps (pointes de pieds, amplitude, assurance)

+ 0.10

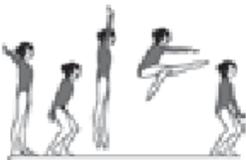
Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES ENTREES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Sauter en équerre écartée tenue 2" en Transversal		Sauter en équerre écartée tenue 2" en latéral	
De la station faciale latérale, sauter à l'appui, pour s'établir au siège		De la station faciale, franchissement groupé ou carpé à l'appui dorsal	
Entrée sur le côté de la poutre, impulsion 1 jambe, arrivée accroupie 1 pied après l'autre (avec ou sans appui des mains)		En bout de poutre ou sur le côté : entrée par saut vertical à la station debout ou accroupi. Appel et réception 2 pieds	
Saut appel 1 pied réception en arabesque		Saut avec appui des mains au grand écart latéral appel 2 pieds ou saut au grand écart transversal appel 1 pied, élan oblique par rapport à la poutre	
Station faciale, saut à la position renversée sur la poitrine, les 2 bras fléchis		Saut, roulade avant en bout de poutre. Retour libre	

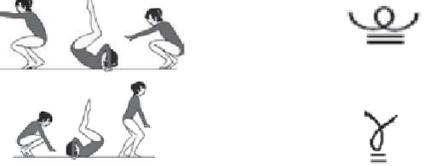
Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES GYMNIQUES (partie 1)			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
2 détournées enchainés dans le même sens de rotation		½ tour sur une jambe (180°) Position accroupie	
Saut droit en transversal		Pivot 360° jambe libre	360°
Saut groupé en transversal		Saut droit en latéral	
Cabriole avec réception jambe libre maintenue 3'' à l'oblique basse minimum		Saut vertical avec ½ tour en transversal	
Demi pivot (180°) jambe libre	180° 	Saut antéro-postérieur	

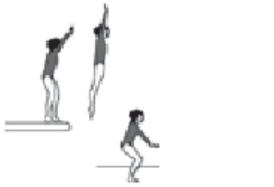
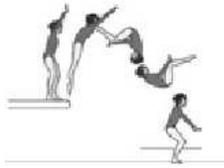
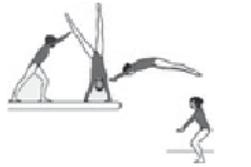
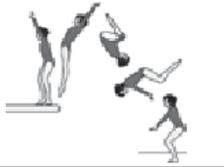
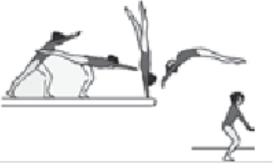
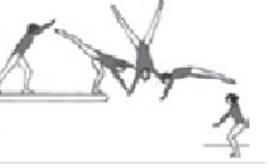
Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES GYMNIQUES (partie 2)			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Relevé sur ½ pointe au retiré maintenu 3 secondes		3" •	
Saut de chat		M	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES ACROBATIES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Chandelle 3''		Tic-tac	
ATR passé sous toutes ses formes		ATR sous toutes ses formes maintenu 3''	
Roulade arrière ou avant		Souplesse arrière	
Départ accroupi, placement du dos groupé, retour accroupi		Roue sous toutes ses formes	
Pont tenu 3''		Souplesse avant	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES SORTIES					
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points			
Saut droit			Salto avant sous toutes ses formes		
Rondade			Salto arrière sous toutes ses formes		
Saut de mains			Salto Costal 2 pieds		

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

SOL

Exigences de groupes :

Enchaînement libre de 5 éléments choisis parmi les éléments de la grille ci-contre :

- 1 élément du groupe « acrobatie en avant ou latéral »
- 1 élément du groupe « acrobatie arrière »
- 1 élément du groupe « sauts gymniques »
- 1 élément du groupe « tours »
- 1 élément au choix

Enchaînement à réaliser :

- avec ou sans musique
- sur tout le praticable
- 1 minute maximum

Note de départ maximum :

- 10.30 points en A (10 + 0.30 artistique)
- 5.30 pts en B (5 + 0.30 artistique)
- **5.80 pts en C** (5 + 0.30 artistique + 0.50 bonif élément)

ARTISTIQUE

BONIFICATION : jusqu'à + 0.30 points

A ajouter sur la ND

Tenue du corps (amplitude)

+ 0.10

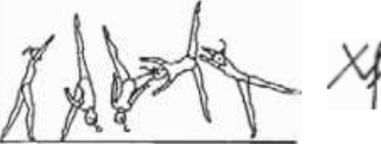
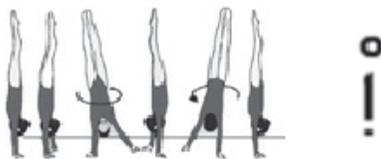
Travail des pieds (pointes de pieds, demi pointes ..)

+ 0.10

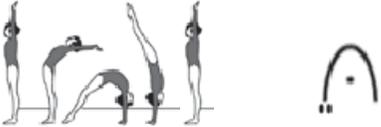
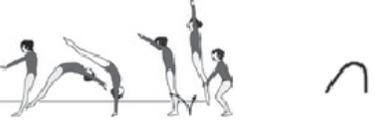
Créativité artistique

+ 0.10

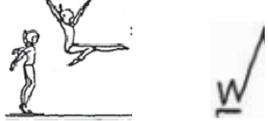
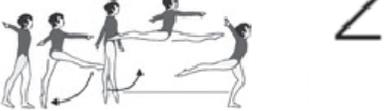
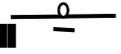
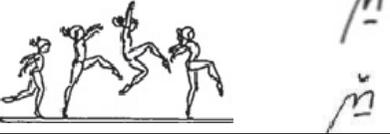
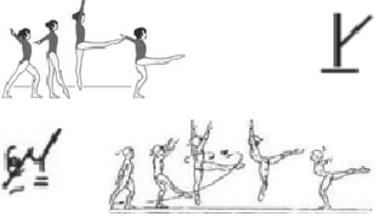
Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES ACROBATIES AVANT / LATÉRALES			
Éléments à 1 point		Éléments à 2 points	
Roue		Salto avant groupé ou carpé	
Rondade		Salto costal	
ATR sous toutes ses formes		Valse 360° retour libre	
Roulade avant sous toutes ses formes : départ et retour à l'appui pédestre		ATR jambes serrées + pont avant + retour appui pédestre bras aux oreilles	
Saut de mains jambes serrées + rebond		Enchaînement saut de mains 1 pied + 2 pieds + rebond	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES ACROBATIES ARRIERES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Roulade arrière bras et jambes tendues corps carpé		Roulade arrière à l'ATR	
Souplesse arrière		Pont arrière, ATR, retour fermeture, départ et arrivée à la station debout bras aux oreilles	
Tic-tac (fonctionne aussi pour l'acrobatie avant)		Flip jambes serrées (+ rebond) De la rondade uniquement	
Pont ou chandelle Maintien 3"		Flip jambes décalées	
De la position pont, retour en fente par l'ATR antéropostérieur (si pont tenu 3", validation de 2 éléments)		Salto arrière groupé	

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES SAUTS GYMNIQUES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Grand écart G/D ou facial tenu 3''		Saut cosaque (départ 1 ou 2 pieds)	
Tour en l'air 360°		Saut sissone	
Grand jeté sous toutes ses formes		Changement de jambes	
Saut antéro-postérieur		Saut carpé écart	
Saut de chat avec ou sans 1/2 tour		Saut de chat tour 360°	
Cabriole 1 jambe à l'horizontale Avec ou sans 1/2 tour			

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

LES TOURS			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Pivot 360° jambe libre au retiré		Double pivot 720° ou plus jambe libre	
½ pivot 180° jambe libre à l'horizontale ou pied dans la main		Pivot 360° jambe libre à l'horizontale ou pied dans la main	
½ Pivot accroupi 180° jambe libre tendue à l'horizontale		Pivot accroupi 360° jambe libre tendue à l'horizontale	
Relevé sur ½ pointe au retiré maintenu 3sec			

La formation des gymnastes

Responsable des stages

Technique : Stéphanie Rousset / Mélanie Margerit

Administratif : Maud Bouchot

1 entraîneur présent pour 1 à 5 gymnastes inscrites, 2 entraîneurs présents pour 6 à 10 gymnastes inscrites.

Dates	Date limite d'inscription	Lieu	Années concernées	Horaires	SECTEUR
24 SEPTEMBRE	10 SEPTEMBRE	ST ETIENNE	2014 – 2015 - 2016	10H – 16H	PAS
4 JANVIER (ou le 5 janvier si pb)	24 DECEMBRE	MONTBRISON (St Chamond)			
30 OCTOBRE	15 OCTOBRE	ST CHAMOND	2013 – 2012 2011 - 2010	9H30 – 16H30	PERFORMANCE
7 JANVIER	24 DECEMBRE	ST ETIENNE			
3 JUILLET	23 JUIN	ST CHAMOND	2015 – 2016 - 2017	10H – 16H	SELECTION SAISON 2025

Regroupement pôle des 2014 - 2015 :

4 janvier - 20 février - 10 mai

STAGE PAS ID : responsables : Nelly Mulot et Mélanie Margerit

2013 préparant la RERJ, 2014, 2015, 2016

8 octobre (St Etienne) – 14 janvier (Montluçon)

Gymnastes déjà identifiées pour le premier CPID

RERJ : 2013 / 2014 / 2015

Sélection régionale : 5 novembre

Revue d'effectif régionale jeunes :

2-3 décembre

STAGE PAS REGION : Responsable Eric Gallin Martel

21 - 23 octobre / 23 au 26 avril

St Etienne / Evian

Programmes RERJ

- **2015 :**
 - Saut : N1 du programme imposé des 10-11 ans
 - Barres, poutre et sol : N2 ou 3 du programme imposé des 7-9 ans
- **2013 et 2014 :**
 - Tous les agrès : N3 à 5 du programme imposé des 10-11 ans

STAGE INTER DRA :

CAMP D'ETE :

Les formations de juges N1

Responsable des formations Morgane Gay / Maud Bouchot

Responsable administratif : le CAURAG / le comité départemental pour les formations continues

Formation organisée sur le département de la Loire - D'autres lieux et horaires sont consultables sur le site Interagym

Formation	Dates	Horaires	Lieu	Formateur
Formation initiale N1 (2010 mini*)	15 OCTOBRE	10H – 16H	St Etienne Complexe gymnique S.Berland	MORGANE GAY
	12 NOVEMBRE			
	3 DECEMBRE			
	6 JANVIER			
Examen N1 (2010 *JE / 2009 JD)	13 – 14 janvier	L'examen comme chaque année est géré par le CAURAG et Interagym		

Les formations continues sont ouvertes aux juges ainsi qu'aux entraîneurs, les inscriptions sont à faire au comité départemental de la Loire

Formation continue	Dates	inscription	Horaires	Lieu	Formateur
Programme fédéral	12 NOVEMBRE	Avant le 5 NOVEMBRE	10H-16h	St Etienne Complexe gymnique S.Berland	MAUD BOUCHOT
Programme performance	3 DECEMBRE	Avant le 26 NOVEMBRE	10H – 12H30		
Programme perf région 7-9 ans			13H30 – 16H		

Les compétitions

Date	Compétition	Catégories	Lieu	Fermeture des engagements des gyms	Fermeture des engagements des juges
16 - 17 DECEMBRE	Coupe de la Loire 1	Chouchous Animagym	St Chamond	19 NOVEMBRE	10 DECEMBRE
	Département individuels	Fédéral A1 – Fédéral A Performance région - Performance	St Chamond		10 DECEMBRE
27 – 28 JANVIER	Département équipes	Fédéral B Fédéral A1	St Etienne	7 JANVIER	21 JANVIER
3 – 4 FEVRIER	Département équipes	Performance Performance région FA	St Etienne	3 JANVIER	28 JANVIER
10 – 11 FEVRIER	Coupe de la Loire 2	Chouchous Animagym	Montrond les Bains	14 JANVIER	4 FEVRIER
25 – 26 MAI	Coupe de la Loire 3	Chouchous Animagym	Montbrison	28 AVRIL	19 MAI

Brochure départementale GAF 2023 - 2024

Catégorie	Département	Inter-département	Région	Finale
Individuel Performance + FIG	16 – 17 DECEMBRE ST CHAMOND	16 – 17 MARS MONTROND LES BAINS	6 – 7 AVRIL CUSSET	3 – 5 MAI OYONNAX
Individuel perf région				
Individuel perf région poussine			18 – 19 MAI BELLEGARDE SUR VALSERINE	
Individuel FA		17- 18 FEVRIER BELLERIVE SUR ALLIER		
Individuel FA1				
Equipe FIG PERF 10+	3 – 4 FEVRIER ST ETIENNE	23 – 24 MARS ST ETIENNE	20 – 21 AVRIL VALENCE	31 MAI – 2 JUIN MULHOUSE
Equipe performance + perf région				14 – 16 JUIN LA ROCHE SUR FORON
Equipe performance poussines				
Equipe FA			13 – 14 AVRIL MOZAC	10 – 12 MAI
Equipe FA1	27 – 28 JANVIER ST ETIENNE	30 – 31 MARS VIC LE COMTE	22 – 23 JUIN ST ETIENNE	
Equipe FB		9 – 10 MARS CUSSET		
Coupes de la Loire	17-18 décembre St Chamond / 10-11 février Montrond les bains / 25-26 mai Montbrison			
Compétitions de proximité	9 décembre Roanne / 6 avril Roanne			
Elite	REN : 27-28 octobre / Qualif RERJ : 5 novembre / RERJ : 1-3 décembre / RATTRAPAGE / France : 7-9 juin ST ETIENNE SETE LYON			
TOP 12	11 novembre / 25 novembre / 9 décembre / ½ FINALES : 30 mars finale : 18-19 mai			
4 MOTEURS	28 – 29 juin - Lombardie			

Formulaire d'Inscription Formation continue juge / entraineur

Club :

Nom prénom	Juge / Entraîneur	Programme fédéral	Programme performance	Programme perf région 7-9 ans
Date limite d'inscription		5 novembre	26 novembre	