

BROCHURE GAF 2025 – 2026



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 44

Nom prénom	Fonction	Mail
	Responsable technique	
Morgane Gay	Responsable juges	egsm.technique02@gmail.com
Céline Duray	Responsable du secteur fédéral et des coupes de la Loire	duraydufour@orange.fr
Alban Rebuffel	Membre	alban.rebuffel@laposte.net
Stéphanie Rousset	Membre	rousset.stephanie@live.fr
Patricia Rodriguez	DTG	patougym42@icloud.com
Maud Bouchot	Coordination technico-administrative	comiteloiregym@gmail.com

LES COUPES DE LA LOIRE

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

Tableau synoptique, les coupes de la Loire 2025 - 2026

COUPES 1 ET 3 (toutes les catégories en Individuel)		2020	2019	2018	2017	2016 - 2015	2014 - 2013	2012 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, 3 et 4		X		X			
Anima'gym B	Uniquement les éléments à 1pt 2 éléments à 2 pts autorisés		X					
						X	X	
Anima'gym A	Libre					X		X
COUPE 2 Chouchous individuels / Animagym équipes		2020	2019	2018	2017	2016 - 2015	2014 - 2013	2012 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, 3 et 4		X		X			
Anima'gym B Equipes (5/5/3)	Uniquement les éléments à 1pt 2 éléments à 2 pts autorisés		X			X		
						X		
Anima'gym A Equipes (5/5/3)	Libre					X		
						X		

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

Les catégories :

Coupes de la Loire 1 et 3 :

Compétition individuelle par années d'âges :

- Chouchou A, B et C : en fonction des catégories d'âges sur le tableau ci-dessus
- Animagym B et C : en fonction des catégories d'âges sur le tableau ci-dessus.

Coupe de la Loire n°2 :

- Chouchous A, B et C en individuel
- Animagym B et C par équipes : composition : 5/5/3 : 5 catégories :
 - o Animagym B : 7-9 ans, 10-13 ans et 10 ans et +
 - o Animagym A : 10-13 ans et 10 ans et +

Les dates de compétitions et d'engagements gymnastes et juges

	Coupe 1	Coupe 2	Coupe 3
Date et lieu de la compétition	24-25 janvier	21 – 22 mars	30 – 31 mai
Fermeture des engagements gymnastes	7 décembre	18 janvier	3 mai
Fermeture des engagements juges	15 janvier	12 mars	21 mai

Les chouchous de la Loire

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

- 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 , 4	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 2020 sera obligatoire aux BA :

Un tapis de 20 cm pourra être ajouté sous la barre supérieure

Pas de fautes de réception pour la barre supérieure . L'entraîneur pourra aider la gymnaste à descendre.

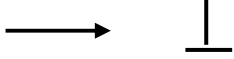
- Les notes de départ et validation des chouchous :

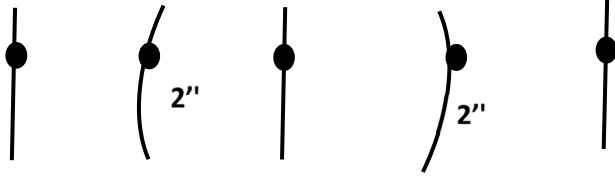
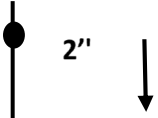
Note maximum	
Niveau 0	42 PTS
Niveau 1	47 PTS
Niveau 1 bis	49 PTS
Niveau 2	54 PTS
Niveau 3	61.5 PTS
Niveau 4	

LES CHOUCHOUS	
Blanc	40 pts
Jaune	43 pts
Orange	46 pts
Rouge	48 pts
Noir	50 pts

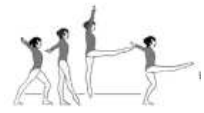
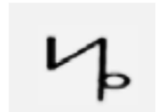
Niveau 0

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

SAUT - ND : 0	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
- Course, saut vertical, réception stabilisée.	

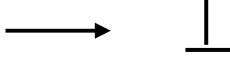
BARRES ASYMETRIQUES - ND : 0	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
- Départ à la station debout épaules à hauteur de la barre inférieure Sauter à l'appui bras tendus	
- Maintien 2 secondes en appui facial actif	
- De l'appui , rotation AV, descente contrôlée corps groupé sous toutes ses formes jusqu'à la suspension jambes fléchies - Retour à la station debout	
BARRE SUPERIEURE	
- 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	
- Maintien 2 secondes à la suspension alignée - réception à la station debout.	

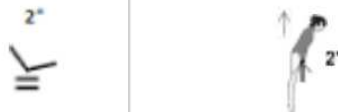
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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''	 
- 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	 
- 1 élément de souplesse au choix tenu 2'' : grand écart G, D ou F, ou écrasement facial ou pont	

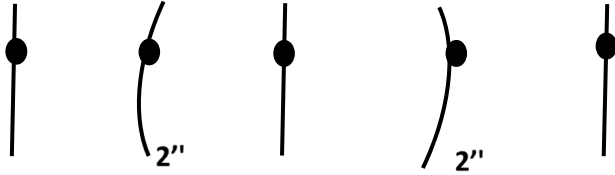
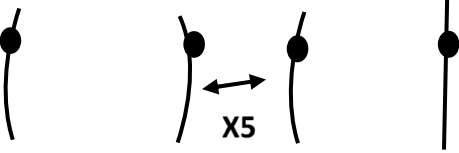
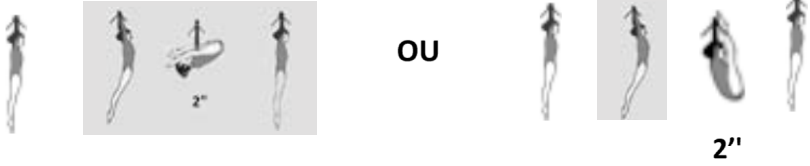
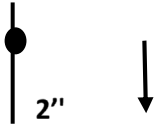
N1 BIS

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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	

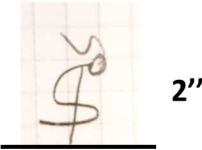
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

BARRE SUPERIEURE	
- 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	
- Placement en courbe avant : - Passage dynamique de la courbe arrière à la courbe avant 5 fois Enchaînés	
- De la suspension alignée - Placement en courbe arrière – - 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	
- De la suspension alignée - Tour complet en suspension - prise dorsale /prise lune / prise dorsale	
- Maintien 2 secondes à la suspension alignée - réception à la station debout.	

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

POUTRE - ND : 2.5	
ELEMENTS	SYMBOLE OU DESSIN
- 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	
- Chandelle maintien 2 secondes et retour au siège	
- ATR passé jambes écartées - retour en fente	
- Pont maintien 2 secondes et retour au siège	
- Détourné - 1 pas - détourné (dans le même sens)	
- Position de départ à l'arabesque - battement en 4ème devant à l'horizontale - jambe gauche et jambe droite (ou inversement)	
- Demi plié - relevé maintien 2 secondes - Demi plié - saut vertical	
- Sortie en rondade	

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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 2025 - 2026

- Les catégories :

○ Anima'gym A :

- Tous les éléments sont autorisés
- Individuels : 10-13 ans / 14 ans et +
- Equipes : 10-13 ans / 10 ans et +

-

○ Anima'gym B

- Individuels : 7-9 ans / 10-11 ans / 12 ans et +
- Equipes : 7-9 ans / 10 – 13 ans / 10 ans et +
- Tous les éléments à 1 point sont autorisés
- 2 éléments à 2 points seront autorisés mais garderont une valeur de 1 point (barres, poutre et sol)
 - Bonification de 0.5 point si l'élément à 2 points est réussi sans chute.
 - Soit : 1 point de bonif élément à ajouter sur la ND

- 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.

- **Difficultés : 10 points en A / 5 points en B**
 - **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 B : une bonification de 0.5 sera accordée sur chaque élément à 2 point s'il est réussi sans chute. (1pt max)

Saut

Hauteur de la table : 1m25

Course d'élan : 20m max

Réglementation fédérale

Note de départ maximum : 10 PTS

Anima'gym A : tous les sauts sont autorisés

Anima'gym B : 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		4	6
Renversement avant (lune)		7	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

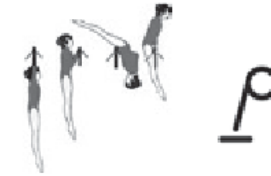
Enchaînement à réaliser :

- soit sur 1 seule barre (BI ou BS)
- soit sur les 2 barres
- possibilité de l'exécuter en 2 passages (BI / BS)
- possibilité à l'entraîneur de placer sa gym en courbe avant en BS – interdiction à l'entraîneur de monter la gym en appui.

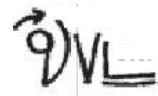
Note de départ maximum :

- 10 points en Animagym A
- 6 points en animagym B (5 + 1 pt bonif élément)

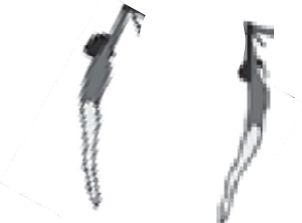
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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)	 L
		Oscillation engagée 1 jambe, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)	 1/2
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	 P
	 P	Bascule en engageant une jambe tendue en BI, aussi dans le mouvement (comptabilisé une seule fois)	 L

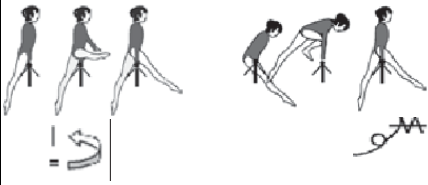
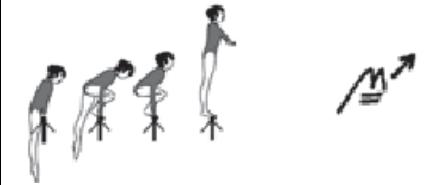
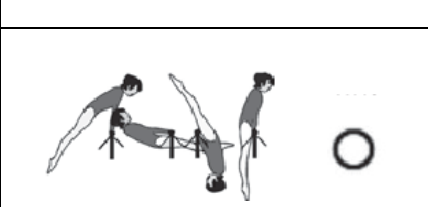
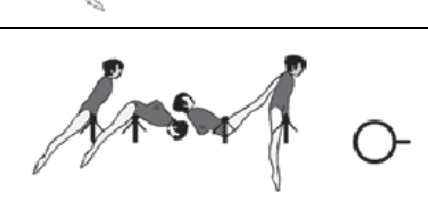
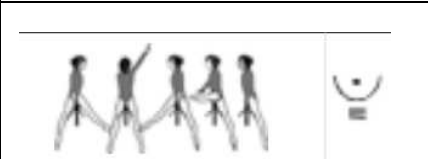
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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)	 

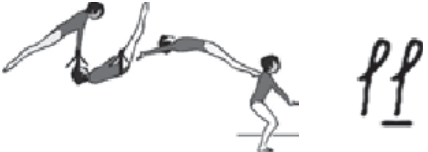
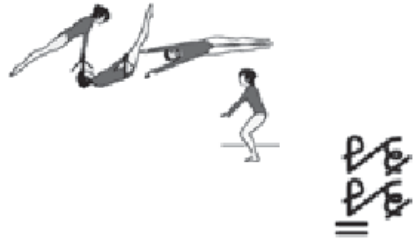
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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 2025 - 2026

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 2025 - 2026

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 pliées en BI)		Sortie filée avec ½ 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)
- 6.30 points en B (5 + 0.30 artistique + 1 bonif élément)

ARTISTIQUE

BONIFICATION : jusqu'à + 0.30 points

A ajouter sur la ND

Passage proche de la poutre (cf code FIG)

+ 0.10

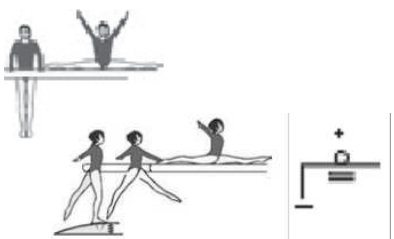
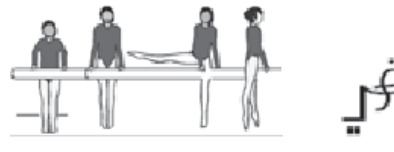
Partie chorégraphique en latéral (cf code FIG)

+ 0.10

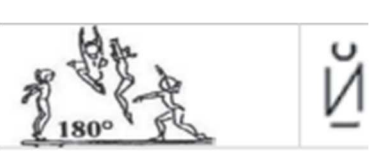
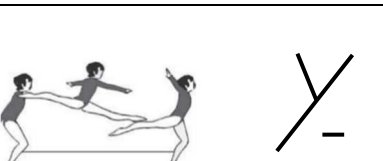
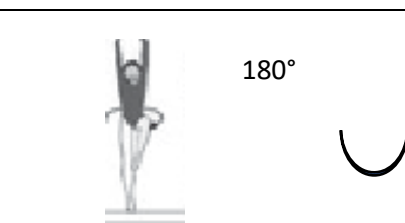
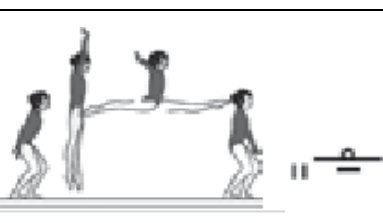
Tenue du corps (pointes de pieds, amplitude, assurance)

+ 0.10

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

LES ENTREES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
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		Sauter en équerre écartée tenue 2" en latéral ou en transversal	
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			
Station faciale, saut à la position renversée sur la poitrine, les 2 bras fléchis		Saut, roulade avant en bout de poutre. Retour libre	

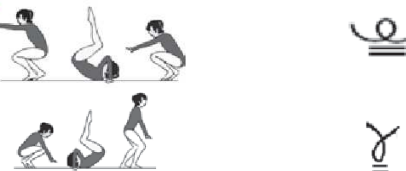
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

LES GYMNIQUES (partie 1)			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
2 détournées enchainés dans le même sens de rotation		Pivot 360° jambe libre	
Saut droit en transversal ou en latéral			
Saut groupé en transversal ou latéral		Saut groupé en transversal avec un demi-tour	
Cabrioie avec réception jambe libre maintenue 3'' à l'oblique basse minimum		Sissone	
Demi pivot (180°) jambe libre		Saut antéro-postérieur	

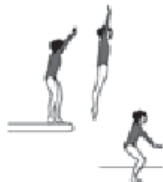
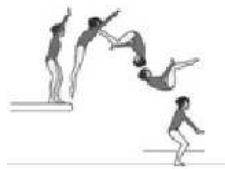
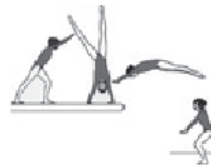
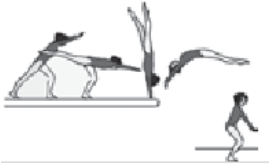
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

LES GYMNQUES (partie 2)			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Relevé sur ½ pointe au retiré maintenu 3 secondes	 3" 	Saut cosaque	 
Saut de chat	 	Saut Enjambé	 

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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 2025 - 2026

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 2025 - 2026

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)
- 6.30 pts en B (5 + 0.30 artistique + 1 bonif élément)

ARTISTIQUE

BONIFICATION : jusqu'à + 0.30 points

A ajouter sur la ND

Tenue du corps (amplitude)

+ 0.10

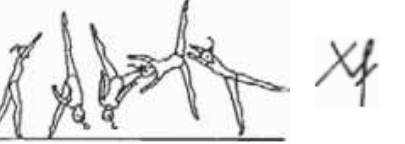
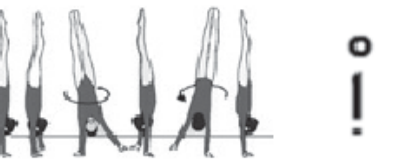
Travail des pieds (pointes de pieds, demi pointes ..)

+ 0.10

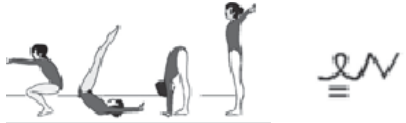
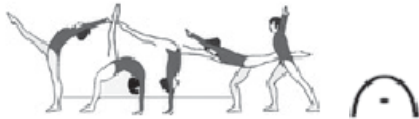
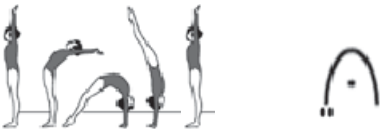
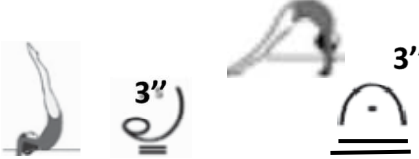
Créativité artistique

+ 0.10

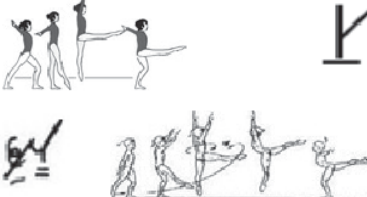
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

LES ACROBATIES AVANT / LATÉRALES			
Eléments à 1 point		Eléments 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	
Souplesse avant		Saut de mains 2 pieds + rebond	

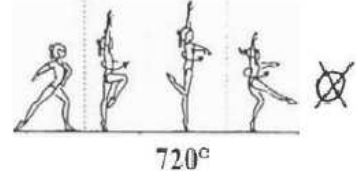
Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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 2025 - 2026

LES SAUTS GYMNIQUES			
Eléments à 1 point		Eléments à 2 points	
Grand écart G/D ou facial tenu 3"		Grand jeté	
Tour en l'air 360°		Saut sissone	
Saut cosaque (départ 1 ou 2 pieds)		Changement de jambes	
Saut ciseaux avant battements à l'horizontale		Saut carpé écart	
Saut de chat avec ou sans ½ tour		Saut de chat tour 360°	
Cabriole 1 jambe à l'horizontale Avec ou sans ½ tour		Saut antéro-postérieur	

Brochure départementale GAF 2025 - 2026

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° + détourné dans le même sens de rotation		Pivot 360° jambe libre à l'horizontale ou pied dans la main	
		Pivot accroupi 360° jambe libre tendue à l'horizontale	

La formation des gymnastes

Responsable des stages

Technique :

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
20 octobre	13 octobre	Montbrison	2016 – 2017 2018 - 2019	Gym : 10H – 12H30 colosse 14h – 15h Gym : 15h15 – 17h	PAS
16 février	9 février	St Jean Bonnefond		10h – 16h	
27 octobre	20 octobre	Saint Chamond	2016 – 2015 2014 - 2013	9H30 – 16H30	PERFORMANCE REGION ET +
9 février	2 février	St Chamond		Gym : 9h30 – 11h Colosse : 11h15 – 12h45 Gym : 14h – 17h	

Le PAS en AURA

RERJ : 2015 / 2016 / 2017

Sélection régionale :

8 novembre – Jassans ou St Etienne

Revue d'effectif régionale jeunes :

29 – 30 novembre –

STAGE PAS ID : responsable : Nelly Mulot

2015 préparant la RERJ, 2016, 2017, 2018

5 octobre Cournon – 11 janvier ASM

Gymnastes déjà identifiées pour le premier CPID

STAGE PAS REGION : Responsable Eric Gallin Martel

18-20 octobre – St Etienne

6-8 avril - Evian

Les formations de juges N1

Responsable des formations Morgane Gay / Maud Bouchot

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

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 (2012 mini*)	25 octobre*	9h30 – 17h30	Montrond les bains	MORGANE GAY
	23 novembre	10h – 16h	St Etienne	
	14 décembre	10h – 16h	Savigneux	
	4 janvier	10h – 16h	St Etienne	
Examen N1 (2012 *JE / 2011 JD)	10-11 janvier	L'examen comme chaque année est géré par le CAURAG : https://www.interagym-formation.com/		

Les formations continues sont vivement recommandées !!

	Dates	inscription	Horaires	Lieu	Formateur
Programme fédéral	25 octobre	comiteloiregym@gmail.com	9h30 – 12h00	Montrond les Bains	MAUD BOUCHOT
Performance			15h00 – 17h30		
*Colosse aux pieds d'argile			13h00 – 15h00		

Les compétitions

Date	Compétition	Programmes	Lieu	Fermeture des engagements des gyms	Fermeture des engagements des juges
6 – 7 décembre	INDIVIDUEL	PERF – PERF REGION FA – FA1	ST CHAMOND	9 NOVEMBRE	27 NOVEMBRE
	EQUIPES	FB			
24 - 25 janvier	COUPE DE LA LOIRE 1	Compétition Individuelle : CHOUCHOU – ANIMAGYM	MONTBRISON	7 DECEMBRE	8 JANVIER
31 janvier – 1^{er} février	EQUIPES	PERFORMANCE PERF REGION – FA	ST ETIENNE	7 DECEMBRE	22 JANVIER
21 – 22 mars	EQUIPES	FA1	ROANNE	18 JANVIER	12 MARS
	COUPE DE LA LOIRE 2	Compétition individuelle : CHOUCHOU Compétition par équipes : ANIMAGYM			
30 – 31 mai	COUPE DE LA LOIRE 3	Compétition individuelle : CHOUCHOU – ANIMAGYM	MONTROND LES BAINS	3 MAI	21 MAI

Les compétitions GAF

Catégorie	Département	Inter-département	Région	Finale
Individuel performance+ FIG	6 – 7 DECEMBRE ST CHAMOND	28 FEVRIER – 1 ^{er} MARS CUSSET	28-29 MARS AUBIERES	1-2-3 MAI Oyonnax
Individuel perf région				
Individuel FA		7 – 8 MARS CHAMALIERES	25 – 26 AVRIL MONISTROL	
Individuel perf région poussine				
Individuel FA1				
Equipe FIG PERF 10+	31 JANVIER – 1 ^{er} FEVRIER ST ETIENNE	14 – 15 MARS ST CHAMOND	18 – 19 AVRIL ST ETIENNE	15-16-17 MAI Amiens
Equipe performance + perf région				12-13-14 JUIN
Equipe FA			4 – 5 AVRIL VIC LE COMTE	22-23-24 MAI
Equipe performance poussines		8 – 9 – 10 MAI CLERMONT FERRAND	20-21 JUIN Valence	
Equipe FA1	21 – 22 MARS ROANNE			
Equipe FB*	6 – 7 DECEMBRE ST CHAMOND			
COUPE AURA			20 – 21 JUIN Valence	
Coupes de la Loire	24-25 JANVIER Montbrison / 21-22 MARS Roanne / 30-31 MAI Montrond les Bains			
Les compétitions de proximité				
Elite	REN 17-18 octobre / Test RERJ 8 novembre / RERJ 29-30 novembre / Rattrapage 21 mars / France :			
TOP 12	8 novembre (St Etienne) / 6 décembre / 13 décembre - Finale : 16 mai Amiens			
4 MOTEURS	28 – 29 JUIN (Allemagne)			

***Fédérale B**

- Programme : voir brochure nationale
- Finalité : départementale
- Musique : au choix, à télécharger sur DJgym
- Composition de l'équipe : 5/5/3
- Les catégories :
 - 7-8 ans
 - 7-9 ans
 - 10-11 ans
 - 10-13 ans
 - 10 ans et plus

Formulaire d’Inscription GAF

Club :

PAS 

PERF 

Nom	Prénom	Année naissance (pour les mineurs)	Numéro licence

Entraîneur 1 (pour les stages) :

Entraîneur 2 (pour les stages) :

Formulaire d’inscription formation continue
Juges GAF

Club :

Nom	Prénom	Numéro licence	FEDERAL	PERFORMANCE