

CATEGORIES

Catégorie A - Individuelles

| | | | | |
|----------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Jeunesse | 9-10 ans (P2) | S.E + Cerceau | Toute gymnaste se présentant en individuelle aux qualifications du Championnat Suisse GR 2011 | |
| | 11-12 ans (P3) | S.E + Ruban | | |
| Junior | 13 ans (P4) | 3 engins à choix parmi les 4 engins : Cerceau, Ballon, Massues, Ruban | | |
| | 14-15 ans (P5) | | | |
| Senior | Dès 16 ans (P6) | 3 engins à choix parmi les 4 engins : Cerceau, Ballon, Massues, Ruban | | |

Remarque :

Chez les Juniors, les catégories se feront en fonction du nombre de gymnastes inscrites.

Catégorie A - Ensembles

| | | |
|-----------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jeunesse (G1) | Sans engin | Ensembles de société se présentant ou pas aux qualifications du Championnat Suisse GR 2011 |
| Jeunesse (G2) | Cerceau | |
| Jeunesse (G3) | Cerceau | |
| Junior (G4) | Corde | |
| Senior (G5) | 5 Ballons et/ou 3 rubans + 2 Cerceaux | |

Catégorie B - Individuelles

| | | | |
|----------|------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jeunesse | 7-8 ans | S.E | Toutes les gymnastes qui pratiquent la GR en ensemble et toutes les gymnastes individuelles qui ne participent pas aux qualifications du Championnat Suisse GR 2011 |
| | 9-10 ans | S.E | |
| | 11-12 ans | S.E + Ruban | |
| Junior | 13-14 ans | Ballon + Massues | |
| Senior | Dès 15 ans | Cerceau + Ruban | |

Catégorie B - Ensembles

| Jeunesse | Ensembles de sociétés ne se présentant pas aux qualifications du Championnat Suisse GR 2011 |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jeunesse 1 1999 - 2000 - 2001 - 2002 - 2003 - 2004 | Exercice sans engin 5 ou 6 gymnastes - 1 gymnaste de réserve autorisée |
| Jeunesse 2 1999 - 2000 - 2001 | Exercice avec cerceaux 5 ou 6 gymnastes - 2 gymnastes d'âge libre autorisées (9 ou 13 ans) - 1 gymnaste de réserve autorisée |

L'organisateur prévoit 7 médailles.

INDIVIDUELLES

Catégorie A

Conformément au *Code de pointage FIG et du règlement GR suisse*.

Catégorie B

| | | | |
|----------------|----------------|--------------------------|----------------------------|
| 7 - 8 ans | (2004 - 2003) | Un exercice sans engin | 1.00 min à 1.30 min |
| 9 - 10 ans | (2002 - 2001) | Un exercice sans engin | 1.15 min à 1.30 min |
| 11 - 12 ans | (2000 - 1999) | Un exercice sans engin | 1.15 min à 1.30 min |
| | | Un exercice avec ruban | 1.15 min à 1.30 min |
| 13 - 14 ans | (1998 - 1997) | Un exercice avec ballon | 1.15 min à 1.30 min |
| | | Un exercice avec massues | 1.15 min à 1.30 min |
| 15 ans et plus | (1996 et plus) | Un exercice avec cerceau | 1.15 min à 1.30 min |
| | | Un exercice avec ruban | 1.15 min à 1.30 min |

REMARQUES GENERALES (CATEGORIE B)

Les éléments corporels en liaison avec l'élément de l'engin (sauts, équilibres, pivots, souplesses) doivent être choisis soit dans le *Code de pointage 2009-2012*, soit dans le *Code suisse*, soit dans les éléments de base gymnastique rythmique - annexes au livret - (**sinon l'élément corporel ne compte pas**).

Les éléments corporels et les difficultés doivent être réalisés avec l'engin en mouvement, **sinon l'élément corporel ne compte pas**.

Les pas rythmés, pour être considérés comme tels, doivent respecter les prescriptions relatives du *Code de pointage FIG*.

Les prises de risques avec lancer, pour être considérées comme telles, doivent respecter les prescriptions du *Code de pointage FIG*.

Le terme « tenté » signifie qu'un élément corporel ou une difficulté doit figurer dans l'exercice sans pour autant que l'élément corporel ou la difficulté soit considéré comme valablement réussi par les juges.

Pour la catégorie B, les rubans d'une longueur de **5 m.** sont autorisés (excepté pour les ensembles Jeunesses 2 (cf. p.14)).

En cas d'interruption de l'exercice, la gymnaste n'est en aucun cas autorisée à recommencer son exercice sauf en cas de problème technique (par ex. musique).

Dans chaque exercice avec engin, chaque groupe technique propre à l'engin doit être vu au moins une fois.

Aucune difficulté ne peut être évaluée deux fois. Par exemple, pour la catégorie 7 - 8 ans, la gymnaste doit avoir réalisé **correctement** au minimum 16 difficultés pour avoir le maximum de points en note D.

Calcul de la note finale :

$$(\text{Note D} \times 2) + (\text{Note E}) - \text{pénalisations juge coordinateur} = \text{Note finale}$$

Les feuilles de juges des catégories A et B (individuelles et ensembles) devront être adressées à M.-Th. Suter une semaine avant la compétition (samedi).

CATEGORIE 7 - 8 ANS
(2004 - 2003)

1 exercice sans engin (1.00 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **3.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés D et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|-------------------------------------------------------|------|
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de base) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficultés B | 0.20 |
| Difficultés C | 0.30 |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|-----------------------|------------------------------|
| 2 sauts | Pénalisation |
| 2 équilibres | |
| 2 pivots | 0.20 |
| 2 souplesses ou ondes | pour chaque élément manquant |
| 1 pas rythmé | |
| 1 acrobatie | |

Jugement

| | | |
|----------------|-------|--------------------------------------------------|
| Note D de base | 3.00 | |
| Note E de base | 8.00 | Cf. déductions générales individuelles (page 13) |
| Maximum | 14.00 | |

CATEGORIE 9 - 10 ANS
(2002 - 2001)

1 exercice sans engin (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **4.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés E et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de tests) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficultés B | 0.20 |
| Difficultés C | 0.30 |
| Difficultés D | 0.40 |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|-----------------------|----------------------------------------------------------|
| 2 sauts | Pénalisation 0.20 pour chaque élément manquant |
| 2 équilibres | |
| 2 pivots | |
| 2 souplesses ou ondes | |
| 1 pas rythmé | |
| 1 acrobatie | |

Jugement

| | |
|----------------|-------|
| Note D de base | 4.00 |
| Note E de base | 9.00 |
| Maximum | 16.00 |

Cf. déductions générales individuelles (page 13)

CATEGORIE 11 - 12 ANS
(2000 - 1999)

1 exercice sans engin (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **5.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés G et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de tests) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficulté B | 0.20 |
| Etc | ... |
| Difficultés F | 0.60 |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|-----------------------|----------------------------------------------------------|
| 2 sauts | Pénalisation 0.20 pour chaque élément manquant |
| 2 équilibres | |
| 2 pivots | |
| 2 souplesses ou ondes | |
| 1 pas rythmé | |
| 1 acrobatie | |

Jugement

| | | |
|----------------|-------|--------------------------------------------------|
| Note D de base | 5.00 | Cf. déductions générales individuelles (page 13) |
| Note E de base | 10.00 | |
| Maximum | 20.00 | |

CATEGORIE 11 - 12 ANS
(2000 - 1999)

1 exercice avec ruban (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **5.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés G et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de tests) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficulté B | 0.20 |
| Etc | ... |
| Difficultés F | 0.60 |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 3 sauts | Pénalisation 0.20 pour chaque élément manquant |
| 3 pivots | |
| 2 équilibres | |
| 2 souplesses ou ondes | |
| 1 pas rythmé | |
| 1 acrobatie | |

Jugement

| | | |
|----------------|-------|--------------------------------------------------|
| Note D de base | 5.00 | Cf. déductions générales individuelles (page 13) |
| Note E de base | 10.00 | |
| Maximum | 20.00 | |

CATEGORIE 13 - 14 ANS
(1998 - 1997)

1 exercice avec massues (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **6.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés J et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de tests) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficulté B | 0.20 |
| Etc | ... |
| Difficultés I | 0.90 |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 3 équilibres | Pénalisation |
| 3 pivots | 0.20 |
| 2 sauts | pour chaque élément manquant |
| 2 souplesses ou ondes | |
| 1 lancer avec perte de contact visuel pendant le vol de l'engin | Pénalisation 0.50 |

Jugement

| | |
|----------------|-------|
| Note D de base | 6.00 |
| Note E de base | 11.00 |
| Maximum | 23.00 |

Cf. déductions générales individuelles (page 13)

CATEGORIE 13 - 14 ANS
(1998 - 1997)

1 exercice avec ballon (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **6.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés J et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de tests) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficulté B | 0.20 |
| Etc | ... |
| Difficultés I | 0.90 |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 3 sauts | Pénalisation |
| 3 souplesses ou ondes | 0.20 |
| 2 équilibres | pour chaque élément manquant |
| 2 pivots | |
| 1 lancer avec perte de contact visuel pendant le vol de l'engin | Pénalisation |
| | 0.50 |

Jugement

| | | |
|----------------|-------|--------------------------------------------------|
| Note D de base | 6.00 | |
| Note E de base | 11.00 | Cf. déductions générales individuelles (page 13) |
| Maximum | 23.00 | |

CATEGORIE 15 ANS ET PLUS
(dès 1996)

1 exercice avec cerceau (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **7.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

| | |
|---------------|------|
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficulté B | 0.20 |
| Etc | ... |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 2 sauts | Pénalisation |
| 2 équilibres | 0.20 |
| 2 pivots | pour chaque élément manquant |
| 2 souplesses ou ondes | |
| 1 lancer avec perte de contact visuel pendant le vol de l'engin | Pénalisation 0.50 |

Jugement

| | |
|----------------|-------|
| Note D de base | 7.00 |
| Note E de base | 13.00 |
| Maximum | 27.00 |

Cf. déductions générales individuelles (page 13)

CATEGORIE 15 ANS ET PLUS
(dès 1996)

1 exercice avec ruban (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du **Code de pointage FIG**.

Pour un total maximum de **7.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

| | |
|---------------|------|
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficulté B | 0.20 |
| Etc | ... |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|--------------------------------------|------------------------------|
| 3 sauts | Pénalisation |
| 3 pivots | 0.20 |
| 2 équilibres | pour chaque élément manquant |
| 2 souplesses ou ondes | |
| 1 prise de risque avec lancer | Pénalisation 0.50 |

Jugement

| | |
|----------------|-------|
| Note D de base | 7.00 |
| Note E de base | 13.00 |
| Maximum | 27.00 |

Cf. déductions générales individuelles (page 13)

JUGEMENT CATEGORIE B INDIVIDUELLES

Note de base E : cf pages précédentes

Déductions générales (3.00 points)

Les 3.00 points sont inclus dans note E

Composition de base 2.00

| | |
|------------------------------------------------------|---------------------------|
| Elément groupe technique engin manquant | 0.20 |
| Elément groupe corporel manquant | 0.20 |
| Liaisons | 0.10 |
| Dynamisme | 0.10 |
| Mauvaise utilisation du praticable | 0.10 (directions) |
| Mauvaise utilisation de l'espace | 0.10 (sol, air, etc, ...) |
| Position initiale / finale sans contact avec l'engin | 0.30 |
| Variété éléments corporels | 0.10 |
| Variété éléments techniques engins | 0.10 |
| Variété déplacements | 0.10 |

Musique 1.00

| | |
|----------------------------------|------|
| Concordance musique / mouvements | 0.10 |
| Musique monotone | 0.20 |

ENSEMBLES

Catégorie A

Conformément au Code de pointage FIG et du règlement GR suisse.

Catégorie B

| | | |
|--------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------|
| Jeunesse 1 (1999 -2000 - 2001 - 2002 - 2003 - 2004) | Un exercice sans engin | 1.45 min à 2.15 min |
| Jeunesse 2 (1999 - 2000 - 2001) | Un exercice avec cerceaux | 2.15 min à 2.30 min |

REMARQUES GENERALES (CATEGORIE B)

Chaque ensemble sera jugé sur deux passages. Le total cumulé des deux passages déterminera le classement.

Les éléments corporels et les difficultés doivent être réalisés avec l'engin en mouvement, sinon l'**élément corporel ne compte pas**.

Les pas rythmés, pour être considérés comme tels, doivent respecter les prescriptions relatives du Code de pointage FIG.

Le terme « tenté » signifie qu'un élément corporel, une difficulté ou une collaboration doit figurer dans l'exercice sans pour autant que l'élément corporel, la difficulté ou la collaboration soit considéré comme valablement réussi par les juges.

En cas d'interruption de l'exercice, les gymnastes ne sont en aucun cas autorisées à recommencer leur exercice sauf en cas de problème technique non imputable aux gymnastes (par ex. musique)

Dans l'exercice avec engin (Jeunesse 2), chaque groupe technique propre à l'engin doit être vu au moins une fois.

Aucune difficulté ne peut être évaluée deux fois.

Ensemble Jeunesse 1 : une difficulté doit être réussie par 3 gymnastes pour les ensembles qui en comptent 5 et par 4 gymnastes pour les ensembles qui en comptent 6.

Ensemble Jeunesse 2 : une difficulté (corporelle, échange) doit être réussie par 3 gymnastes pour les ensembles qui en comptent 5 et par 4 gymnastes pour les ensembles qui en comptent 6.

Les rubans pour les ensembles Jeunesse 2 doivent mesurer **4.50 mètres au minimum**.

Calcul de la note finale :

$$(\text{Note D} \times 2) + (\text{Note E}) - \text{pénalisations juge coordinateur} = \text{Note finale}$$

ENSEMBLES JEUNESSE 1
(1999-2000-2001-2002-2003-2004)

1 exercice sans engin (1.45 min à 2.15 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de **6.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés E et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de tests) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficultés B | 0.20 |
| Difficultés C | 0.30 |
| Difficultés D | 0.40 |

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 2 sauts | Pénalisation |
| 2 équilibres | |
| 2 pivots | 0.20 |
| 2 souplesses ou ondes | pour chaque élément manquant |
| 1 pas rythmé | |
| 1 acrobatie | |
| 6 collaborations dont au moins 2 avec base de prise de risque | Pénalisation 0.30 pour chaque collaboration manquante |

Une collaboration avec base de prise de risque est une collaboration où les gymnastes exécutent la collaboration comme si elles réalisaient une collaboration avec prise de risque avec engin.

Juge exécution (contrôler et à ajouter à la note E) **Max 1.80**

| | |
|--------------|-----------------------------------------|
| 6 formations | 0.30 / 0.30 / 0.30 / 0.30 / 0.30 / 0.30 |
|--------------|-----------------------------------------|

Jugement

| | | |
|----------------|-------|--------------------------------------------------|
| Note D de base | 6.00 | |
| Note E de base | 15.00 | Cf. déductions générales individuelles (page 18) |
| Maximum | 27.00 | |

ENSEMBLES JEUNESSE 2
(1999-2000-2001)

1 exercice avec cerceaux (2.15 min à 2.30 min)

Exigences

Maximum 16 éléments corporels (sauts, équilibres, pivots, souplesses / ondes, échanges par lancer, collaboration sans lancer, collaboration avec lancer) issus des éléments de base gymnastique rythmique, du **Code suisse** ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de **7.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Les difficultés F et suivantes ne seront pas évaluées

| | |
|--------------------------------------------------------|------|
| Collaboration sans grand lancer | 0.20 |
| Collaboration avec grand lancer | 0.40 |
| Echange par lancer (min. 6 m. entre les gymnastes) | 0.60 |
| Eléments corporels sans difficulté (éléments de tests) | 0.10 |
| Difficultés A | 0.10 |
| Difficultés B | 0.20 |
| Difficultés C | 0.30 |
| Difficultés D | 0.40 |
| Difficultés E | 0.50 |

Note : les difficultés corporelles réalisées pendant un échange sont comptées séparément, c'est-à-dire en tant que difficultés corporelles propres. Ainsi, lorsqu'un ensemble exécute un échange avec une difficulté corporelle, deux difficultés (une difficulté d'échange et une difficulté corporelle) peuvent être comptabilisées.

A la fin de l'exercice, il faut avoir tenté

| | |
|------------------------------|-------------------------------------|
| 1 saut | Pénalisation |
| 1 équilibre | |
| 1 pivot | |
| 1 souplesse ou onde | 0.20 |
| 1 pas rythmé | pour chaque élément manquant |
| 1 acrobatie | |
| 2 collaborations sans lancer | |
| | Pénalisation |
| 2 collaborations avec lancer | 0.40 |
| | pour chaque collaboration manquante |
| | Pénalisation |
| 2 échanges | 0.60 |
| | pour chaque collaboration manquante |

Juge exécution (contrôler et à ajouter à la note E) **Max 1.80**

| | |
|--------------|-----------------------------------------|
| 6 formations | 0.30 / 0.30 / 0.30 / 0.30 / 0.30 / 0.30 |
|--------------|-----------------------------------------|

Jugement

| | | |
|----------------|-------|--------------------------------------------------|
| Note D de base | 7.00 | Cf. déductions générales individuelles (page 18) |
| Note E de base | 15.00 | |
| Maximum | 29.00 | |

JUGEMENT CATEGORIE B
ENSEMBLES

Note de base E : 12.00 (cf pages précédentes)

Déductions générales (3.00 points)

Les 3.00 points sont inclus dans note E

Composition de base 2.00

| | |
|------------------------------------------------------|---------------------------|
| Elément groupe technique engin manquant | 0.20 |
| Elément groupe corporel manquant | 0.20 |
| Liaisons | 0.10 |
| Dynamisme | 0.10 |
| Mauvaise utilisation du praticable | 0.10 (directions) |
| Mauvaise utilisation de l'espace | 0.10 (sol, air, etc, ...) |
| Position initiale / finale sans contact avec l'engin | 0.30 |
| Variété éléments corporels | 0.10 |
| Variété éléments techniques engins | 0.10 |
| Variété déplacements | 0.10 |
| Variété des formations | 0.10 |

Musique 1.00

| | |
|----------------------------------|------|
| Concordance musique / mouvements | 0.10 |
| Musique monotone | 0.20 |

A ajouter à la note E

| | |
|--------------------|--------------------|
| Formations (max 6) | 0.30 (chaque fois) |
|--------------------|--------------------|

