

# CHAMPIONNAT ROMAND de GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

## Prescriptions 2013

Partenaire officiel:



Sponsors:



## CATEGORIES

### Catégorie A - Individuelles

Jeunesse	9-10 ans ( P2 )	Sans engin + Ballon	Toute gymnaste se présentant en individuelle aux qualifications du Championnat Suisse GR 2013
	11-12 ans ( P3 )	Corde + Cerceau	
Junior	13 ans ( P4 )	3 engins :	
	14-15 ans ( P5 )	Cerceau, Massues, Ruban	
Senior	Dès 16 ans ( P6 )	3 engins : 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 2013
Jeunesse ( G2 )	Ballon	
Junior ( G3 )	Cerceau	
Senior ( G4 )	10 Massues et/ou 3 Ballons + 2 Rubans	

### 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 2013
	9-10 ans	S.E + Corde	
	11-12 ans	S.E + Ballon	
Junior	13-14 ans	Massues + Ruban	
Senior	Dès 15 ans	Cerceau + Ruban	

### Catégorie B - Ensembles

Jeunesse	Ensembles de sociétés ne se présentant pas aux qualifications du Championnat Suisse GR 2013
----------	---

Jeunesse 1 2001 - 2002 - 2003 - 2004 - 2005 - 2006	Exercice sans engin 5 ou 6 gymnastes - 1 gymnaste de réserve autorisée
Jeunesse 2 2001 - 2002 - 2003	Exercice avec ballon 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	(2006 - 2005)	Un exercice sans engin	1.00 min à 1.30 min
9 - 10 ans	(2004 - 2003)	Un exercice sans engin	1.15 min à 1.30 min
		Un exercice avec corde	1.15 min à 1.30 min
11 - 12 ans	(2002 - 2001)	Un exercice sans engin	1.15 min à 1.30 min
		Un exercice avec ballon	1.15 min à 1.30 min
13 - 14 ans	(2000 - 1999)	Un exercice avec massues	1.15 min à 1.30 min
		Un exercice avec ruban	1.15 min à 1.30 min
15 ans et plus	(1998 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, rotations) doivent être choisis soit dans le Code de pointage 2013-2016, soit dans le Code suisse, soit dans les éléments de base gymnastique rythmique (pour les B1 et B2) - 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 combinaisons de pas de danse, 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.13)).

Dans les exercices de la catégorie B avec engin, les éventuelles règles sur la prédominance des groupes techniques d'engin ne seront pas appliquées.

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.

Une gymnaste peut réaliser de difficultés supplémentaires. Seules celles inscrites sur sa fiche seront évaluées par les juges.

Calcul de la note finale, catégorie jeunesse B:

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

Calcul de la note finale, catégories junior et senior B:

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

Les feuilles de juges sont obligatoires pour le Championnat romand, catégories A et B. Les feuilles de la catégorie B peuvent être manuscrites.

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



CATEGORIE 7 - 8 ANS  
(2006 - 2005)

1 exercice sans engin (1.00 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 10 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations, 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 E 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
Difficultés D	0.40

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

2 sauts	Pénalisation
2 équilibres	
2 rotations	<b>0.20</b>
1 combinaison de pas de danse	pour chaque élément
1 acrobatie	manquant

Jugement

Note D de base	3.00
Note E de base	10.00
Maximum	16.00

CATEGORIE 9 - 10 ANS  
(2004 - 2003)

1 exercice sans engin (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 10 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations, 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 F 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
Difficultés D	0.40
Difficultés E	0.50

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

2 sauts	Pénalisation
2 équilibres	
2 rotations	<b>0.20</b>
1 combinaison de pas de danse	pour chaque élément
1 acrobatie	manquant

Jugement

Note D de base	4.00
Note E de base	10.00
Maximum	18.00

CATEGORIE 9 - 10 ANS  
(2004 - 2003)

1 exercice corde (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 10 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations, 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

**Les difficultés F 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
Difficultés D	0.40
Difficultés E	0.50
Eléments de maîtrise (illimité, un critère suffit)	

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

2 sauts	<b>Pénalisation</b>  <b>0.20</b> pour chaque élément manquant
2 équilibres	
2 rotations	
1 combinaison de pas de danse	
1 acrobatie	
1 lancer	

Jugement

Note D de base	7.00
Note E de base	10.00
Maximum	24.00



CATEGORIE 11 - 12 ANS  
(2002 - 2001)

1 exercice sans engin (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 10 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations) issus du Code suisse ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de

**7.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

**Les difficultés G et suivantes ne seront pas évaluées**

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
2 équilibres	
2 rotations	<b>0.20</b>
1 combinaison de pas de danse	pour chaque élément
1 acrobatie	manquant

Jugement

Note D de base	7.00
Note E de base	10.00
Maximum	24.00



CATEGORIE 11 - 12 ANS  
(2002 - 2001)

1 exercice avec ballon (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 10 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations) issus du Code suisse ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de

**7.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

**Les difficultés G et suivantes ne seront pas évaluées**

Difficultés A	0.10
Difficulté B	0.20
Etc	...
Difficultés F	0.60
Eléments de maîtrise (illimité, deux critères suffisent)	

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

2 sauts	<b>Pénalisation</b>  <b>0.20</b> pour chaque élément manquant
2 équilibres	
2 rotations	
1 combinaison de pas de danse	
1 acrobatie	
1 risque	

Jugement

Note D de base	7.00
Note E de base	10.00
Maximum	24.00

CATEGORIE 13 - 14 ANS  
(2000 - 1999)

1 exercice avec massues (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 7 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations) du Code suisse ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de **8.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

**Les difficultés J et suivantes ne seront pas évaluées**

Difficultés A	0.10
Difficulté B	0.20
Etc	...
Difficultés I	0.90
Éléments de maîtrise (illimité)	

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

2 sauts	<b>Pénalisation</b>  <b>0.20</b> pour chaque élément manquant
2 équilibres	
2 rotations	
1 combinaison de pas de danse	
1 acrobatie	
1 risque	

Jugement

Note D de base	8.00
Note E de base	10.00
Maximum	18.00



CATEGORIE 13 - 14 ANS  
(2000 - 1999)

1 exercice avec ruban (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 7 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations) du Code suisse ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de 8.00

Valeurs des éléments corporels / difficultés

**Les difficultés J et suivantes ne seront pas évaluées**

Difficultés A	0.10
Difficulté B	0.20
Etc	...
Difficultés I	0.90
Eléments de maîtrise (illimité)	

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

2 sauts	Pénalisation
2 équilibres	
2 rotations	0.20
1 combinaison de pas de danse	pour chaque élément
1 acrobatie	manquant
1 risque	

Jugement

Note D de base	8.00
Note E de base	10.00
Maximum	18.00

CATEGORIE 15 ANS ET PLUS  
(dès 1997)

1 exercice avec cerceau (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 9 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations) issus du Code suisse ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de

**10.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Difficultés A	0.10
Difficulté B	0.20
Etc	...
Éléments de maîtrise (illimité)	

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

2 sauts	<b>Pénalisation</b>  <b>0.20</b> pour chaque élément manquant
2 équilibres	
2 rotations	
1 combinaison de pas de danse	
1 acrobatie	
1 risque	

Jugement

Note D de base	10.00
Note E de base	10.00
Maximum	20.00



CATEGORIE 15 ANS ET PLUS  
(dès 1997)

1 exercice avec ruban (1.15 min à 1.30 min)

Exigences

Maximum 9 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations) issus du Code suisse ou du Code de pointage FIG.

Pour un total maximum de **10.00**

Valeurs des éléments corporels / difficultés

Difficultés A	0.10
Difficulté B	0.20
Etc	...
Éléments de maîtrise (illimité)	

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

2 sauts	<b>Pénalisation</b>  <b>0.20</b> pour chaque élément manquant
2 équilibres	
2 rotations	
1 combinaison de pas de danse	
1 acrobatie	
1 risque	

Jugement

Note D de base	10.00
Note E de base	10.00
Maximum	20.00

## ENSEMBLES

### Catégorie A

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

### Catégorie B

Jeunesse 1	(2001 - 2002 - 2003 - 2004 - 2005 - 2006)	Un exercice sans engin	1.45 min à 2.15 min
Jeunesse 2	(2001 - 2002 - 2003)	Un exercice avec ballon	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 combinaisons de pas de danse, 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  
(2001-2002-2003-2004-2005-2006)

1 exercice sans engin (1.45 min à 2.15 min)

Exigences

Maximum 10 éléments corporels (sauts, équilibres, rotations) 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 base)	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 rotations	<b>0.20</b>
1 combinaison de pas de danse	pour chaque élément
1 acrobatie	manquant
<hr/>	
4 collaborations (selon Code FIG) dont au moins 2 avec base de prise de risque	Pénalisation
	<b>0.30</b>
	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	4.00
Note E de base	15.00
Maximum	23.00

ENSEMBLES JEUNESSE 2  
(2001-2002-2003)

1 exercice avec ballon (2.15 min à 2.30 min)

Exigences

Maximum 10 éléments corporels et échanges (sauts, équilibres, rotations, échanges par lancer) issus 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**

Echange par lancer (min. 6 m. entre les gymnastes)	0.60
Difficultés A	0.10
Difficultés B	0.20
Difficultés C	0.30
Difficultés D	0.40
Difficultés E	0.50
Collaboration sans grand lancer (selon Code FIG)	0.10
Collaboration avec grand lancer (selon Code FIG)	0.10 - 0.50

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

1 saut	
1 équilibre	
1 rotation	Pénalisation
1 souplesse ou onde	<b>0.20</b>
1 combinaison de pas de danse	pour chaque élément
1 acrobatie	manquant
2 échanges	
4 collaborations	

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
Note E de base	15.00
<b>Maximum</b>	<b>29.00</b>