

RECAPITULATIF DES COMPETITIONS

NOM	CATEGORIES DES GYMNASTES	PROGRAMME	REMARQUES
PARCOURS INITIATION	Catégories Mixtes Moustiques En Individuel(le)	2 niveaux Parcours N°1 Parcours N°2 (pas de 1^{ère} année)	COMPETITION MIXTE
COUPE D'EMULATION	INDIVIDUELLES Pous, Benj, Min, Cad PAR EQUIPES • Poussines pures • Poussines/Benjamines • Benjamines pures • Benjamines / Minimes • Toutes Catégories	<u>IMPOSES FSQT 93</u> 2 Niveaux : • Bronze • Argent	Equipe composée de 6 gymnastes dont 4 notes sont prises en compte.
COUPE TOP-EMUL	INDIVIDUELLES Pous, Benj, Min, Cad, Jun, Sen PAR EQUIPES • Poussines / Benjamines • Benjamines / Minimes • Toutes catégories	IMPOSE FSQT Niveau avec ou sans option	Equipe composée de 6 gymnastes dont 4 notes sont prises en compte.
CRITERIUM LIBRE	INDIVIDUELLES Pous, Benj, Min, Cad, Jun, Sen PAR EQUIPES • Poussines / Benjamines • Benjamines / Minimes • Toutes catégories (Sauf Pous.)	LIBRE FSQT 93 Code FIG	Equipe composée de 6 gymnastes dont 4 notes sont prises en compte.

REGLEMENT DE LA COUPE D'EMULATION

La coupe d'émulation s'adresse à toutes les gymnastes débutantes, quelque soit la catégorie d'âge. Il est possible de se présenter plusieurs fois la même année à cette compétition, pour :

- 1 : Obtenir le niveau supérieur.
- 2 : Réussir le niveau n'ayant pas été acquis.

1) LE PROGRAMME :

- Le programme technique est composé d'enchaînements imposés et comporte **trois niveaux** :
BRONZE ⇒ ARGENT ⇒ TOP-EMUL

Les **gestuelles libres** peuvent s'effectuer sur place, en avant, en arrière, ou sur le côté il ne doit pas être un élément codifié. (valeur 0.10 pts)

2) LA NOTATION :

- La note de départ est de 10 points pour le niveau BRONZE et ARGENT. De 10 points jusqu'à 12 points avec option pour la Coupe TOP-EMUL.

REMARQUE : La note finale minimum est de 3.00 points **sauf spécifique au saut.**

3) L'ACQUISITION DU NIVEAU :

L'acquisition du niveau **dépend du nombre de points totalisés.**

Pour obtenir son niveau il faut comptabiliser un total de :

BRONZE : 26 points ARGENT : 27 points
TOP-EMUL : 29 points

4) L'ENGAGEMENT ET LE CLASSEMENT :

PAR EQUIPES : Chaque club peut engager jusqu'à six gymnastes dans une même équipe, sachant que seul les quatre meilleures notes seront prises en compte pour le total de l'équipe.

Les équipes peuvent être composées de différentes catégories :

- **POUSSINES PURES**
- **POUSSINES/BENJAMINES**
- **BENJAMINES / MINIMES**
- **TOUTES CATEGORIES**

INDIVIDUELLES : Les gymnastes sont engagées et classées dans leurs catégories :

POUSSINES / BENJAMINES / MINIMES / CADETTES.

Chaque Club engageant une équipe doit impérativement prévoir un juge et un capitaine par équipe ainsi qu'un juge par groupe de 3 individuelles.

**Dès l'obtention d'un niveau (Bronze, Argent ou Or),
Les gymnastes doivent impérativement concourir dans le niveau supérieur.
Dans le cas contraire elles seront disqualifiées**

Les feuilles d'engagement doivent impérativement parvenir à la F.S.G.T. 93 à la date fixée par celle-ci avec le règlement. Toutes les inscriptions hors délai ne seront pas prises en considération

COUPE " TOP - EMUL "
SOL

Note de départ : 10pts sans option, 12pts avec l'option
Temps : 1min10 max

Elément	symbole	Valeur
Gestuelle libre, suivie d'un ATR marqué, descente en pont 2 jambes <u>OU</u> Option : Souplesse avant	 	1,50 pts <u>OU</u> 2,50 pts
Gestuelle libre puis pivot 1/1 en dedans au retiré		0,50 pt
Gestuelle libre puis 3 pas sursaut rondade saut extension.		2,50 pts
Gestuelle libre puis passage gymnique de 2 sauts : sissone (liaison marchée, courue, ou en pas chassés) saut de chat		1,20+0,10+1,20
Gestuelle libre puis liaison de roue pied pied + saut extension + roulade arrière bras tendus et jambes tendues et serrées		1+0,50+1
Gestuelle libre puis descente en pont (jambes tendues et serrées) + gestuelle libre finale <u>OU</u> Option : Souplesse arrière		1,50 pts <u>OU</u> 2,50 pts

Précisions :

Mouvement sur une ligne en aller/retour (l'aller, jusqu'à la rondade saut extension incluse, et le retour, de la gestuelle précédant le passage gymnique jusqu'à la gestuelle finale)

Mouvement sans musique

Pénalités : cf tableau des fautes générales

Gestuelle manquante : -0,30pt chaque fois

NOTE FINALE MINIMUM : 3,00 pt

COUPE " TOP - EMUL "
SAUT

Note de départ : 10 pts

[Tapez un texte]

Table de saut 1,25m : Lune tombée dos

Hauteur à 1m20 aménagée en mousse pour la catégorie POUSSINE

Poussines, benjamines, Minimes : mini trampoline sans pénalité

Cadettes, Juniores, Séniores : mini trampoline – 1pt sur la note finale
double tremplin sans pénalité

Pénalités cf tableau fautes générales

Précisions spécifiques à cette compétition :

- Dos touche la table = chute : -1,00pt
- Saut non reconnu : NF : 3,00pts
- Présence de l'entraîneur à moins d'1m de la gymnaste : -3,00pt = Note de départ : 7,00pts
- Aide de l'entraîneur durant le saut : NF : 3,00pts
- Roulade au lieu de lune : NF : 3,00pts
- Si ATR retour sur trampoline ou table de saut : NF : 3,00pts
- Course d'élan sans exécuter la lune : NF : 0,50pt

Note finale minimum 3pts sauf si course d'élan seule sans exécuter la lune 0,50pt.

La présence de l'entraîneur à proximité de la table de saut est recommandée et ne sera pas pénalisée.