

Table des matières

| | | |
|-----|---|---|
| 1 | Généralités..... | 1 |
| 1.1 | Mode de compétition..... | 1 |
| 1.2 | Tenue vestimentaire..... | 1 |
| 1.3 | Engins à main..... | 1 |
| 1.4 | Musique..... | 1 |
| 2 | Exigences..... | 2 |
| 2.1 | Sol..... | 2 |
| 2.2 | Anneaux balançants..... | 2 |
| 2.3 | Engin individuel..... | 2 |
| 3 | Prescriptions de taxation..... | 3 |
| 3.1 | Généralités et définitions..... | 3 |
| 3.2 | Facteurs de taxation..... | 3 |
| 3.3 | Déductions générales..... | 4 |
| 4 | Prescriptions de taxation spécifiques aux engins..... | 5 |
| 4.1 | Sol..... | 5 |
| 4.2 | Anneaux balançants..... | 5 |
| 4.3 | Engin individuel..... | 6 |
| 5 | Matériel..... | 6 |
| 6 | Déroulement de la notation..... | 7 |
| 7 | Dispositions finales..... | 7 |
| 7.1 | Entrée en vigueur..... | 7 |
| 7.2 | Compléments et adaptations..... | 7 |

1 Généralités

1.1 Mode de compétition

La gymnastique aux agrès Elle+Lui est un concours en couple comportant les disciplines suivantes:

- gymnastique au sol avec musique (couple)
- anneaux balançants (couple)
- barre fixe, barres asymétriques scolaires ou barres parallèles (individuel)

1.2 Tenue vestimentaire

La tenue vestimentaire doit donner une image uniforme. Des accessoires bien fixés sont autorisés. La tenue ne doit pas gêner la taxation ni mettre en danger les gymnastes.

Publicités cf. règlement FSG.

1.3 Engins à main

Au sol, l'utilisation d'engins à main est autorisés.

1.4 Musique

La musique de compétition est enregistrée au début du support musical. Ce dernier ne contient qu'un morceau de musique et doit obéir aux prescriptions de concours correspondantes.

Un enregistrement similaire de réserve doit être à disposition.

2 Exigences

Aucune exigence de difficulté n'est requise pour les engins.

2.1 Sol

Exercice en couple avec accompagnement musical.

Éléments avec partenaire

- Au minimum 5 éléments avec partenaire doivent être présentés, dont au moins 2 avec un travail direct avec le partenaire

Travail direct avec partenaire: L'élément ne peut pas être effectué seul, par ex. les portés.

Travail indirect avec partenaire: L'élément pourrait également être effectué seul, par ex: Appui renversé sur la tête, jambes écartées et saut rouler du/de la partenaire par-dessus. Ou: Accompagnement / aide pour un élément

Éléments individuels

- Au moins 3 éléments synchronisés différents doivent être présentés

Musique

- Durée maximum : 1 min. 50 sec.

2.2 Anneaux balançants

Les deux gymnastes effectuent le même exercice en synchrone et en parallèle.
Se faire pousser au début n'est pas autorisé.

- au minimum 6 éléments différents sont présentés

2.3 Engin individuel

Les deux gymnastes choisissent chacun un engin: barre fixe, barres parallèles ou barres asymétriques scolaires

- au minimum 6 éléments différents sont présentés

3 Prescriptions de taxation

3.1 Généralités et définitions

- a) Les prescriptions de taxation complètent les directives de gymnastique aux agrès Elle+Lui et régissent la notation des concours.
- b) En s'inscrivant à une compétition, les participants acceptent les directives de gymnastique aux agrès Elle+Lui ainsi que les décisions du jury.
- c) Les règlements des différents concours peuvent comporter des dispositions complémentaires.

3.2 Facteurs de taxation

3.2.1 Note max. 10.00 pts

Critères de taxation

- Sol: interprétation musicale, chorégraphie, travail avec partenaire, originalité, synchronisation, amplitude des mouvements, technique et tenue, réceptions, chute, arrêt, déductions d'ordre et de comportement
- Anneaux balançants: technique et tenue, réception, chute, synchronisation, composition, déductions d'ordre et de comportement
- Engin individuel: technique et tenue, réception, chute, arrêt, éléments tenus, composition, déductions de comportement et d'ordre

3.2.2 Répétition d'éléments

Les éléments répétés ne comptent pas pour les exigences de composition mais sont néanmoins taxés dans la technique et la tenue.

3.2.3 Eléments tenus

Les éléments tenus doivent être tenus au min. deux secondes.

3.2.4 Balancés/élanés à vide

Si, aux BP, BF et AB, à la fin du balancé av. ou arr. aucun élément n'est exécuté, il s'agit d'un balancé/élané à vide.

Un balancé/élané à vide est autorisé à la barre fixe et aux anneaux balançants.

Deux balancés/élanés à vide sont autorisés aux barres parallèles.

Les balancés/élanés à vide sont taxés en technique et en tenue.

3.2.5 Balancés/élanés intermédiaires

Si, aux BP, BF et AB, aucun élément n'est exécuté, ni à la fin du balancé/élané av., ni à la fin du balancé/élané arr., il s'agit d'un balancé/élané intermédiaire.

Les balancés/élanés intermédiaires ne sont pas autorisés mais sont néanmoins taxés en technique et tenue.

3.2.6 Arrêt

Interruption durant le déroulement de l'exercice.

3.2.7 Non-respect des directives

- a) Dépassement de la durée max. de la production 0.20 pt
- b) Élément manquant (sol ou anneaux balançants) par personne 0.50 pt par élément
- c) Élément manquant engin individuel 1.00 pt par élément
- d) Infraction aux directives de tenue vestimentaire 0.20 pt

3.2.8 Déductions d'ordre

- | | |
|--|---------------------|
| a) La musique n'est pas enregistrée au début du support musical | 0.20 Pt |
| b) Le support musical comporte plus d'un morceau de musique | 0.20 Pt |
| c) Influence sur le jury | 0.50 Pt |
| d) Comportement antisportif du gymnaste ou du moniteur | 0.50 pt |
| e) Absence de présentation au début ou à la fin de l'exercice | chaque fois 0.10 pt |
| f) Interruption et reprise d'une production suite à un incident technique du support musical, d'un engin à main ou d'un élément de la tenue vestimentaire. | 0.30 Pt |
- La déduction n'a pas lieu si le défaut intervient sur un engin ou moyen accessoire préparé par le CO, y compris l'installation sonore.

3.3 Déductions générales

3.3.1 Déduction maximale par élément

- | | |
|---|--------------|
| Déduction par élément montré sans chute | max. 0.80 pt |
| Déduction par élément montré avec chute | max. 1.00 pt |

3.3.2 Technique et tenue

- | | |
|--|--------------|
| Déduction pour la technique par élément montré | max. 0.50 pt |
| Déduction pour la tenue par élément montré | max. 0.30 pt |

3.3.3 Réceptions

- | | |
|---|--------------|
| Déduction pour une réception sans chute | max. 0.30 pt |
|---|--------------|

3.3.4 Chute

- Engin individuel: chute à, sur ou de l'engin 0.40 pt
+ technique et tenue pour l'élément effectué (total y compris chute max. 1.00 pt).
Un exercice interrompu par une chute ne peut être répété mais doit être poursuivi à l'endroit où s'est produit la chute.
- | | |
|-------------------------------------|----------------------|
| Sol et anneaux balançants par chute | chaque chute 0.20 pt |
|-------------------------------------|----------------------|

3.3.5 Arrêt

- | | |
|-------------------------------------|---------------------|
| Interruption imprévue de l'exercice | chaque fois 0.20 pt |
|-------------------------------------|---------------------|

3.3.6 Eléments tenus

- | | |
|---------------------------|---------------------|
| Tenus moins de 2 secondes | chaque fois 0.20 pt |
|---------------------------|---------------------|

3.3.7 Balancé/élané à vide

- | | |
|-----------------------------------|---------------------|
| Balancé/élané à vide non autorisé | chaque fois 0.20 pt |
|-----------------------------------|---------------------|

3.3.8 Balancé/élané intermédiaire

- | | |
|--|---------------------|
| Balancé/élané intermédiaire non autorisé | chaque fois 0.40 pt |
|--|---------------------|

3.3.9 Sortie manquante

- | | |
|-------------------------------|---------------------|
| Exercice effectué sans sortie | chaque fois 0.50 pt |
|-------------------------------|---------------------|

4 Prescriptions de taxation spécifiques aux engins

4.1 Sol

Synchronisation

Manque de synchronisation Déduction par élément max. 0.30 pt

Manque de sûreté

Manque de sûreté dans les él. avec partenaire Déduction par élément max. 0.30 pt

Construction de l'exercice

Liaison harmonieuse des éléments. Brèves parties statiques autorisées pour préparer les portés. Il ne doit pas y avoir de différence de performance trop marquée entre les partenaires.

Déduction max. 0.50 pt

Amplitude du mouvement

Manque d'amplitude du mouvement (utilisation de toute la surface du sol; 17m de long, 2m de large)

Déduction max. 0.20 pt

Dépassement

Dépassement de la piste de sol Déduction chaque fois 0.20 pt

Il est permis de quitter la piste de sol sans encourir de déduction pour poser ou aller chercher un engin à main.

Interprétation musicale

Mouvements adaptés au tempo de la musique et en accord avec les accents naturels de celle-ci. La production commence et finit avec la musique.

Déduction max. 0.60 pt

Originalité

Effets, richesse d'expression, éléments originaux, mise en oeuvre du thème

Bonification jusqu'à 0.50 pt

4.2 Anneaux balançants

Début de l'exercice au plus tard à la fin du troisième balancé av. ou arr.

Les balancés de début sont taxés en technique et en tenue.

Début de l'exercice trop tardif Déduction 0.30 pt

Synchronisation

Manque de synchronisation Déduction par élément max. 0.30 pt

Hauteur du balancé

Pas d'augmentation du balancé durant l'exercice

Déduction max. 0.30 pt

Trois tapis normaux (6cm) sont à disposition pour régler la hauteur.

4.3 Engin individuel

Les deux gymnastes effectuent chacun un exercice. La moyenne des deux notes donne la note finale.

Barres asymétriques scolaires

Un mini-trampoline ou un tremplin sont autorisés pour commencer l'exercice.

Autorisation d'utiliser le sol une fois durant l'exercice.

Chaque toucher de sol supplémentaire Déduction chaque fois 0.20 pt

Barres parallèles

Un mini-trampoline ou un tremplin sont autorisés pour commencer l'exercice.

Hauteur des barres parallèles à la poitrine au moins (depuis le tapis).

Barres trop basses Déduction 0.20 pt

Barre fixe

Un mini-trampoline ou un tremplin sont autorisés pour commencer l'exercice.

Hauteur de la barre fixe aux épaules au moins (depuis le tapis).

Barre trop basse Déduction 0.20 pt

5 Matériel

Sol

1 piste de tapis au moins 17m de long et 2 m de large

1 Rouleau Spieth (ou autre marque) d'au moins 17m de long et 2m de large

Installation musicale

Barres parallèles / Barres asymétriques scolaires

1 barres de compétition

1 barres asymétriques scolaires

12 tapis normaux (6cm), 6 par installation

2 tapis de 16cm

2 trempins

1 mini-trampoline (open-end)

Barre fixe

1 barre fixe (réglable en hauteur)

1 barre fixe à câbles

18 tapis normaux (6cm)

1 tapis 40 cm

3 tapis 16 cm

1 tremplin

1 mini-trampoline (open-end)

Anneaux balançants

2 paires d'anneaux balançants (pas d'anneaux en bois)

16 tapis normaux (6cm)

4 tapis 40cm avec bande velcro couvrant la fente entre les deux tapis

3 tapis normaux (6cm) pour régler la hauteur

6 Déroulement de la notation

Le jury est généralement composé de 2 à 4 personnes.

Engin individuel 2, anneaux balançants 2, sol 2 exécution et 2 chorégraphie.

7 Dispositions finales

7.1 Entrée en vigueur

Les présentes directives entrent en vigueur le 1er janvier 2009 et remplacent toutes les précédentes directives de la gymnastique aux agrès « Elle et Lui » de la FSG.

7.2 Compléments et adaptations

Tous les cas non réglés dans les présentes directives sont tranchés par la division du sport de masse, respectivement le secteur gymnastique aux agrès.