



DIRECTIVES CONCOURS JEUX AUX NATIONAUX GYMNASTIQUE DE SOCIÉTÉS 2015

Barèmes: www.stv-fsg.ch

Modifications 2020



Editeur: Fédération suisse de gymnastique
Bahnhofstrasse 38
5000 Aarau
062 837 82 00
www.stv-fsg.ch

Auteur: Division sport de masse, Secteur jeux aux nationaux

Ausgabe: 2015 / Modifications 2020

Copyright: Fédération suisse de gymnastique

Reproduction: Permise pour les sociétés et membres FSG sous indication de la source

Table des matières

1.	Généralités	2
1.1	Compétences	2
1.2	Déroulement technique	2
2.	Saut combiné	2
2.1	Type de saut	2
2.2	Essais	2
2.3	Première hauteur	2
2.4	Hauteurs	2
2.5	Essai manqué	2
2.6	Barème pour le saut combiné, notation sur 10	3
3.	Jet de pierre	3
3.1	Forme et poids de la pierre	3
3.2	Essais	3
3.3	Type de jeter	3
3.4	Essai de jet	3
3.5	Essai manqué	4
3.6	Secteur	4
3.7	Mesurage	4
3.8	Barème pour le jet de pierre, notation sur 10	4
4.	Lever de pierre	5
4.1	Levers	5
4.2	Déductions	5
4.3	Nombre d'essais	5
4.4	Façon de porter la pierre	5
4.5	Taxation	6
4.6	Poids des pierres dans le concours de sociétés	6
4.7	Lever entamé (dernier lever)	7
4.8	Essais non valables	7
4.9	Tabelle de taxation du lever de la pierre	8
4.10	Calcul de la note finale (exemple gm/gf) / Lever de pierre de gymnastique de sociétés	9
4.11	Tabelle de proportions de lever de pierre	10
5.	Installations de concours de lancer de la pierre	11
6.	Liste de matériel	12
7.	Installations de concours de saut combiné	13
8.	Exécution lever de pierre	13

1. Généralités

1.1 Compétences

Le secteur de gymnastique aux jeux nationaux est compétent pour toutes les questions techniques.

1.2 Déroulement technique

Le déroulement technique est identique à celui des disciplines du concours individuel de gymnastique aux jeux nationaux.

Prévoir pour le saut combiné et le lancer de la pierre une piste d'élan d'au moins 20 m de long adaptée aux chaussures à clous.

Toutes les directives, prescriptions et explications s'appliquent à toutes les catégories d'âge, les seules différences résidant dans les performances et dans le poids des pierres.

2. Saut combiné

2.1 Type de saut

Elan et envol doivent intervenir perpendiculairement à la barre.

Le sauteur doit prendre son élan sur un pied. Un pied au moins doit dépasser la latte de saut.

2.2 Essais

L'athlète a droit à quatre essais.

2.3 Première hauteur

Le participant indiquera avant le début du concours sa première hauteur. Il peut commencer à n'importe quelle hauteur et déterminer librement les hauteurs suivantes. Le concurrent est éliminé après quatre échecs consécutifs, quelle que soit la hauteur. Le concurrent a le droit de réduire la hauteur de la latte après un ou plusieurs essai(s) manqué(s).

2.4 Hauteurs

Hauteurs de saut: 1,00 m / 1,05 m / 1,10 m / 1,15 m etc. Il ne peut pas y avoir de hauteurs intermédiaires (1,32 m / 1,38 m etc.). Chez les actifs, le saut est toujours de 1,00 m de plus en longueur qu'en hauteur. Chez les jeunes, hauteur et longueur sont identiques. Seule la hauteur est reportée sur la fiche de compétition.

2.5 Essai manqué

Il y a essai manqué lorsque le concurrent:

- touche le sol avec la pointe du pied ou avec une partie quelconque de son corps, au-delà de la ligne de saut ou de son prolongement, que ce soit lors de la prise d'élan sans avoir sauté ou au moment du saut.
- prend son appel à gauche ou à droite de la poutre d'appel, devant ou derrière la ligne de saut ou de son prolongement, ou lorsqu'il poursuit sa course d'élan.
- fait tomber la latte, touche le sol ou la surface de réception de l'autre côté des montants ou de la ligne de prolongement de la latte avec une partie quelconque de son corps, sans avoir passé par-dessus la latte.
- exécute des sauts avec rotation autour de l'axe transversal.
- Elan ou envol non perpendiculaire à la barre
- Envol des deux pieds
- Ne pas avoir franchi la barre avec au moins un pied devant.

2.6 Barème pour le saut combiné, notation sur 10

	10 points	9 points	8 points	7 points	0.5 points
Hommes	1.50 / 2.50m	1.40 / 2.40m	1.30 / 2.30m	1.20 / 2.20m	0.05m
Femmes	1.30 / 2.30m	1.20 / 2.20m	1.10 / 2.10m	1.00 / 2.00m	0.05m
Jeunes gm	<i>Selon l'âge</i>				
U18 / 17+16	1.40 / 1.40m	1.30 / 1.30m	1.20 / 1.20m	1.10 / 1.10m	0.05m
U16 / 15+14	1.30 / 1.30m	1.20 / 1.20m	1.10 / 1.10m	1.00 / 1.00m	0.05m
U14 / 13+12	1.20 / 1.20m	1.10 / 1.10m	1.00 / 1.00m	0.90 / 0.90m	0.05m
U12 / 11+10	1.10 / 1.10m	1.00 / 1.00m	0.90 / 0.90m	0.80 / 0.80m	0.05m
U10 / bis 9	1.00 / 1.00m	0.90 / 0.90m	0.80 / 0.80m	0.70 / 0.70m	0.05m
Jeunes gf	<i>Selon l'âge</i>				
U18 / 17+16	1.30 / 1.30m	1.20 / 1.20m	1.10 / 1.10m	1.00 / 1.00m	0.05m
U16 / 15+14	1.20 / 1.20m	1.10 / 1.10m	1.00 / 1.00m	0.90 / 0.90m	0.05m
U14 / 13+12	1.10 / 1.10m	1.00 / 1.00m	0.90 / 0.90m	0.80 / 0.80m	0.05m
U12 / 11+10	1.00 / 1.00m	0.90 / 0.90m	0.80 / 0.80m	0.70 / 0.70m	0.05m
U10 / bis 9	0.90 / 0.90m	0.80 / 0.80m	0.70 / 0.70m	0.60 / 0.60m	0.05m

3. Jet de pierre

3.1 Forme et poids de la pierre

La pierre est octogonale. Elle a la forme d'un carré.

Poids:

Concours de société jeunesse	gf	4.0 kg
Concours de société actifs	gf	6.0 kg
Concours de société dames/hommes	dames	6.0 kg
Concours de société seniors	seniors	6.0 kg

Concours de société jeunesse	gm	6.0 kg
Concours de société actifs	gm	12.5 kg
Concours de société dames/Hommes	hommes	10.0 kg
Concours de société seniors	seniors	10.0 kg

3.2 Essais

Le concurrent a trois essais.

3.3 Type de jeter

La pierre doit être portée et jetée d'une main. Le jet de pierre peut s'effectuer de la station ou à partir d'un élan.

3.4 Essai de jet

Il est permis d'interrompre un essai déjà commencé, de retourner à la position de départ et de recommencer l'essai, ce pour autant qu'il n'y ait pas d'infraction au règlement.

3.5 Essai manqué

Il y a essai manqué lorsque le concurrent:

- touche, après le début de l'essai, avec une partie quelconque du corps, la partie supérieure du bu-toir ou le sol en dehors de l'aire d'élan ;
 - laisse tomber la pierre pendant un essai;
 - Pierre dans les deux mains lors de l'élan ou de l'envol.
 - quitte le segment et ne pose pas le premier pied derrière les lignes blanches de prolongement (ce-la vaut également pour les interruptions);
 - quitte la zone d'élan avant que la pierre n'ait touché le sol;
 - jette la pierre de telle façon qu'elle atterrisse en dehors du secteur.
- Les lignes du secteur n'appartiennent pas au secteur

3.6 Secteur

Le secteur est de 40°.

3.7 Mesurage

Chaque jet sera mesuré immédiatement après l'essai.

3.8 Barème pour le jet de pierre, notation sur 10

		10 points	9 points	8 points	7 points	0.1 points
Gm	12.5kg	10.00m	9.00m	8.00m	7.00m	0.10m
Hommes	10.0kg	10.00m	9.00m	8.00m	7.00m	0.10m
Seniors	10.0kg	9.00m	8.00m	7.00m	6.00m	0.10m
Jeunes	6.0kg	<i>Selon l'âge</i>				
U18 / 17+16		11.00m	10.00m	9.00m	8.00m	0.10m
U16 / 15+14		9.00m	8.00m	7.00m	6.00m	0.10m
U14 / 13+12		7.00m	6.00m	5.00m	4.00m	0.10m
U12 / bis 11		5.00m	4.00m	3.00m	2.00m	0.10m
Gf	6.0kg	8.00m	7.00m	6.00m	5.00m	0.10m
Dames	6.0kg	7.00m	6.00m	5.00m	4.00m	0.10m
Seniors dames	6.0kg	7.00m	6.00m	5.00m	4.00m	0.10m
Jeunes	4.0kg	<i>Selon l'âge</i>				
U18 / 17+16		11.00m	10.00m	9.00m	8.00m	0.10m
U16 / 15+14		9.00m	8.00m	7.00m	6.00m	0.10m
U14 / 13+12		7.00m	6.00m	5.00m	4.00m	0.10m
U12 / bis 11		5.00m	4.00m	3.00m	2.00m	0.10m

4. Lever de pierre

4.1 Levers

Le concurrent doit lever la pierre avec la main gauche et la main droite. A partir de 15 levers, au maximum 3/5 du total des levers sont comptés pour le bras le plus fort. Il en résulte les chiffres proportionnels suivants:

Possibilités de lever avec le bras droit et le bras gauche

A = Levers valables avec le bras le plus faible

B = Nombre max. de levers comptés pour le bras plus fort

A	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
B	14	13	12	11	10	9	9	10-11	12-13	14	15-16	17	18-19	20	21-22	23	24-25	26	27-28	29	30-31

La note 10 ne peut être obtenue qu'avec une pierre lourde. Les compétiteurs avec les pierres légères peuvent obtenir 9 points au max.

À la catégorie Hommes/Dames la note 9.5 peut être obtenue avec une pierre medium.

Aux sociétés de décider elles-mêmes le nombre de compétiteurs concourant avec la pierre lourde, avec la pierre medium ou avec la pierre légère.

La note finale s'obtient en additionnant tous les levers de pierre puis en divisant le résultat par le nombre de levers.

Les levers multiples (plus de 35) ne sont comptés dans la note moyenne que dans le cadre de la même catégorie de pierre.

4.2 Déductions

Les déductions pour faute d'exécution et levers manqués sont apportées **directement** de la note finale des concurrents de la même catégorie de poids. Les déductions ne peuvent pas être compensées par des levers supplémentaires.

On déduira par faute 0.1 point pour les exécutions incorrectes ci-après:

- position instable, p. ex. pas ou rotation du pied avec changement de position
- la pierre entre en contact avec le corps

Après un premier avertissement, une déduction de 0.1 point par cas sera apportée pour les fautes suivantes :

- lever irrégulier ou interrompu
- appui du coude sur une partie quelconque du corps
- lever trop rapide
- pierre insuffisamment abaissée (15 - 20 cm au-dessus du sol)
- le coude de la main qui lève touche une partie du corps
- arrache ou pousse pendant ou après le développement
- bras pas tendu en station debout

4.3 Nombre d'essais

Chaque compétiteur a droit à un essai par bras. Au cas où la pierre tombe, même lors du premier lever, l'essai est valable. Une interruption intervient entre le lever gauche et le lever droit.

4.4 Façon de porter la pierre

Une déduction de 0.2 pt s'applique si la pierre est maintenue de l'autre main ou d'une autre partie du corps pour éviter la chute. Cette déduction ne peut plus être compensée par des levers multiples. Il est permis de poursuivre le lever.

4.5 Taxation

La note est obtenue en faisant la moyenne de tous les levers valables, en n'oubliant pas que la note maximale de 10.0 ne devant pas être dépassée. Sont comptabilisés les levers de chaque catégorie de poids ainsi que la moyenne des groupes effectuant les levers avec la même pierre. Le résultat est calculé en fonction du tableau ci-dessous :

Pierre plus lourde

Note	Nombre de levers
10	35 levers
9	30 levers
8	25 levers
7	20 levers
6	15 levers
5	10 levers

(0.2 point = 1 lever)

Pierre medium

Note	Nombre de levers
9.5	35 levers
8.5	30 levers
7.5	25 levers
6.5	20 levers
5.5	15 levers
4.5	10 levers

(0.2 point = 1 lever)

Pierre plus légère

Note	Nombre de levers
9	35 levers
8	30 levers
7	25 levers
6	20 levers
5	15 levers
4	10 levers

(0.2point = 1 lever)

4.6 Poids des pierres dans le concours de sociétés

4.6.1 Catégorie Jeunesse

Lever de la pierre jeunesse

Est pris en compte pour la cat. Jeunesse l'année de naissance des gymnastes et non pas leur date de naissance. La note maximale est de 10.0.

Jeunes gm

M10 / 9 <	4.0 kg pierre
M12 / 10-11	6.0 kg pierre
M14 / 12-13	8.0 kg pierre
M16 / 14-15	10.0 kg pierre
M18 / 16-17	15.0 kg pierre

M12 / bis 11	4.0 kg pierre
M14 / 12-13	6.0 kg pierre
M16 / 14-15	8.0 kg pierre
M18 / 16-17	10.0 kg pierre

4.6.2 Catégorie Actifs/-ves

Lever de la pierre gm actifs

Pierre de 22.5 kg	Maximum 10.0 points
Pierre de 18.0 kg	Maximum 9.0 points

Lever de la pierre gf actives

Pierre de 12.5 kg	Maximum 10.0 points
Pierre de 10.0 kg	Maximum 9.0 points

4.6.3 Catégorie Dames/Hommes et Seniors

Lever de la pierre Hommes

Pierre de 22.5 kg	Maximum 10.0 points
Pierre de 18.0 kg	Maximum 9.5 points
Pierre de 15.0 kg	Maximum 9.0 points

Lever de la pierre Dames

Pierre de 12.5 kg	Maximum 10.0 points
Pierre de 10.0 kg	Maximum 9.5 points
Pierre de 8.0 kg	Maximum 9.0 points

Lever de la pierre Seniors masc.

Pierre de 18.0 kg	Maximum 10.0 points
Pierre de 15.0 kg	Maximum 9.0 points

Lever de la pierre Seniors fém.

Pierre de 10.0 kg	Maximum 10.0 points
Pierre de 8.0 kg	Maximum 9.0 points

4.7 Lever entamé (dernier lever)

Le lever entamé ne doit pas être exécuté jusqu'à la fin. Au cas où le leveur change de position avant que la pierre ne soit au sol (sauf pour raisons de santé) ou que la pierre est empêchée de tomber par l'autre main ou toute autre partie du corps, cela sera considéré comme une exécution lacunaire au niveau technique. **Ce lever ne sera pas comptabilisé.**

Il est permis de terminer le soulevé de manière contrôlée dans la position de départ avec l'aide de l'autre main après le chronométrage de l'arbitre (idem gymnastique individuelle).

4.8 Essais non valables

Les essais non valables ne donnent lieu à aucune autre déduction.

4.9 Table de taxation du lever de la pierre

	Age	Poids	10 points	9 points	8 points	7 points	0.2 points
gm (N10.0)		22.5 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
gm (N 9.0)		18.0 kg		35 lev.	30 lev.	25 lev.	1 lev.
Hom. (N10.0)		22.5 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Hom. (N 9.0)		15.0 kg		35 lev.	30 lev.	25 lev.	1 lev.
Sen. (N10.0)		18.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Sen. (N 9.0)		15.0 kg		35 lev.	30 lev.	25 lev.	1 lev.
Jeunes gm	M18/17+16	15.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Jeunes gm	M16/15+14	10.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Jeunes gm	M14/13+12	8.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Jeunes gm	M12/11+10	6.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Jeunes gm	M10/ 9 <	4.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.

	Age	Poids	9.5 points	8.5 points	7.5 points	6.5 points	0.2 points
Hom. (N 9.5)		18.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.

	Age	Poids	10 points	9 points	8 points	7 points	0.2 points
gf (N10.0)		12.5 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
gf (N 9.0)		10.0 kg		35 lev.	30 lev.	25 lev.	1 lev.
Dames (N10.0)		12.5 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Dames (N 9.0)		8.0 kg		35 lev.	30 lev.	25 lev.	1 lev.
Sen. (N10.0)		10.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Sen. (N 9.0)		8.0 kg		35 lev.	30 lev.	25 lev.	1 lev.
Jeunes gf	M18/17+16	10.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Jeunes gf	M16/15+14	8.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Jeunes gf	M14/13+12	6.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.
Jeunes gf	M12/ 11 <	4.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.

	Age	Poids	9.5points	8.5 points	7.5 points	6.5 points	0.2 points
Dames (N 9.5)		10.0 kg	35 lev.	30 lev.	25 lev.	20 lev.	1 lev.

gm = gymnastes masculins
Hom. = Hommes
Sen. = Seniors
gf = gymnastes féminines
Dam./Si. = Dames/Dames seniors
N = Note
Lev. = levers

4.10 Calcul de la note finale (exemple gm/gf) / Lever de pierre de gymnastique de sociétés

M/F	Année nais- sance	22.5 kg / 12.5 kg	18.0 kg / 10.0 kg	Levers		Levers valables lourds légers		Dédutions	
				gauche s	droits	22.5 kg 12.5 kg	18.0 kg 10.0 kg	1/10	2/10
M	1980	x		16	19	35		I	
M	1984	x		13	13	26			
M	1988	x		24	28	52			
M	1992	x		12	30	31			I
M	1990	x		18	19	37		I	
M	1992		x	16	20		36		
M	1986		x	13	18		31		
M	1987		x	20	20		40		
M	1994		x	18	12		30	I	
F	1985	x		18	17	35			
F	1993		x	13	15		28		
F	1992		x	20	17		37		
				Total levers gm		181	137		
				Total levers gf		35	65		
				Total déduc- tions		0.4	0.1		

Calcul

5 levers 22.5 kg

181 levers : 5 = 36.2 levers

= note 10

Dédution de 0.4 point

= 9.6 points

4 levers 18.0 kg

137 levers : 4 = 34.25 levers

= note 8.85

Dédution de 0.1 point

= 8.75 points

1 leveuse 12.5 kg

35 levers : 1 = 35.0 levers

= note 10

Pas de déduction

= 10.0 points

2 leveuses 10.0 kg

65 levers : 2 = 32.5 levers

= note 8.5

Pas de déduction

= 8.5 points

5 x 9.6 points

= 48.0 points

4 x 8.75 points

= 35.0 points

1 x 10.0 points

= 10.0 points

2 x 8.5 points

= 17.0 points

= 110.0 points : 12 = **9.17 points**

4.11 Table de proportions de lever de pierre

1er bras	2e bras	Total
60	40	100
59	39	98
58	38	96
57	38	95
56	37	93
55	36	91
54	36	90
53	35	88
52	34	86
51	34	85
50	33	83
49	32	81
48	32	80
47	31	78
46	30	76
45	30	75
44	29	73
43	28	71
42	28	70
41	27	68
40	26	66
39	26	65
38	25	63
37	24	61
36	24	60
35	23	58
34	22	56
33	22	55
32	21	53
31	20	51
30	20	50
29	19	48
28	18	46
27	18	45
26	17	43
25	16	41
24	16	40
23	15	38
22	14	36
21	14	35
20	13	33
19	12	31
18	12	30
17	11	28
16	10	26
15	10	25
14	9	23
13	8	21
12	8	20
11	7	18
10	7	17
9	6	15

1er bras	2e bras	Total
0	14	14
1	13	14
2	12	14
3	11	14
4	10	14
5	9	14
6	9	15

Explications:

1er bras signifie:
Premier bras utilisé par le leueur

2e bras signifie:
Deuxième bras utilisé par le leueur

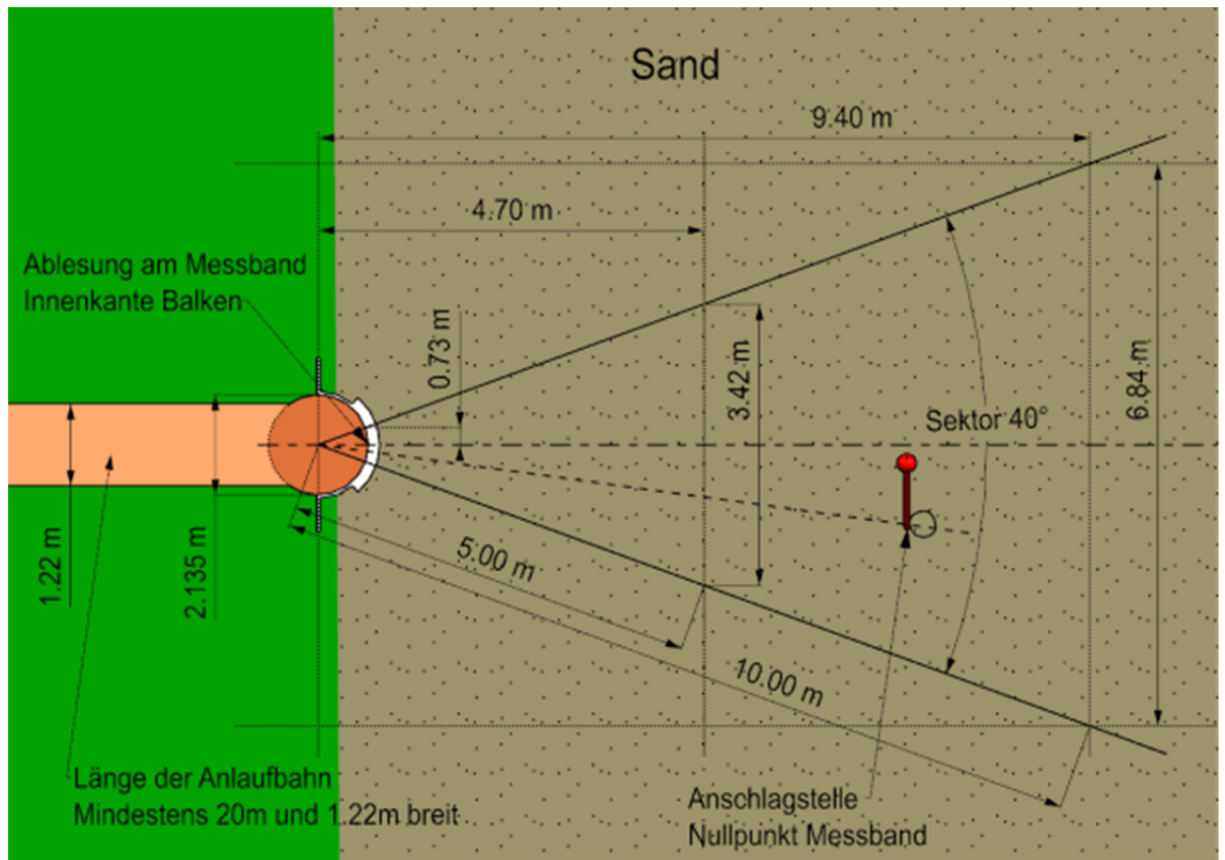
Exemple:

15 levers avec le 1er bras
demandent au moins 10 levers
avec le 2e bras mais au max. 23
levers supplémentaires

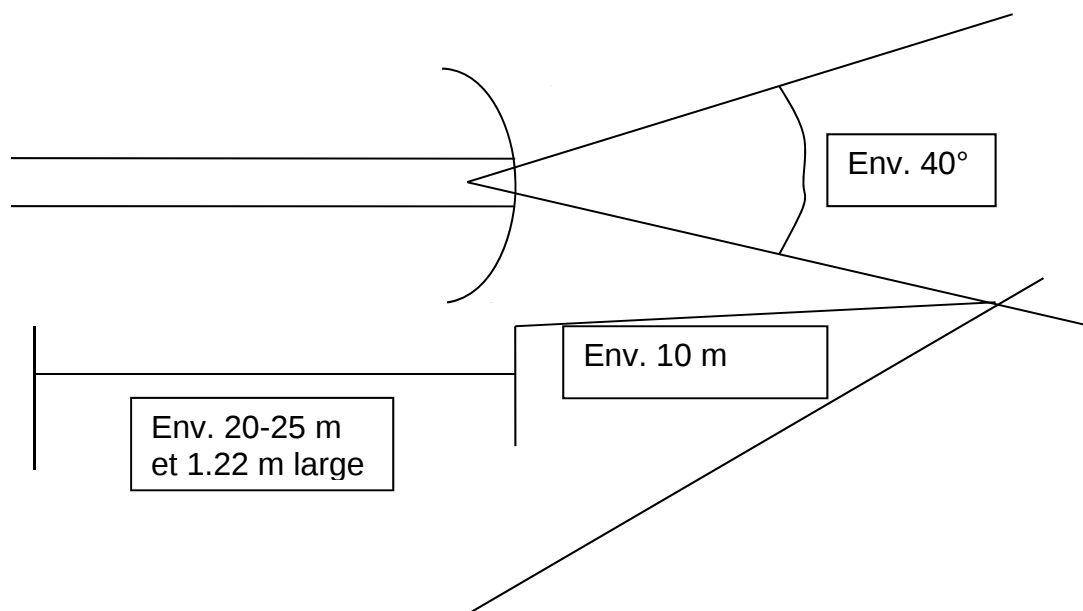
Utilisation de la table:

- chercher le nombre de levers dans la 1ère colonne (1er bras)
- trouver le chiffre
- la valeur de la 2e colonne (2e bras) indique le nombre de levers minimum à effectuer
- Chercher le nombre de levers dans la 2e colonne (2e bras)
- Chiffre trouvé
- La valeur dans la 1ère colonne (1er bras) indique le nombre de levers que le concurrent peut faire **au maximum**.

5. Installations de concours de lancer de la pierre



6. Liste de matériel



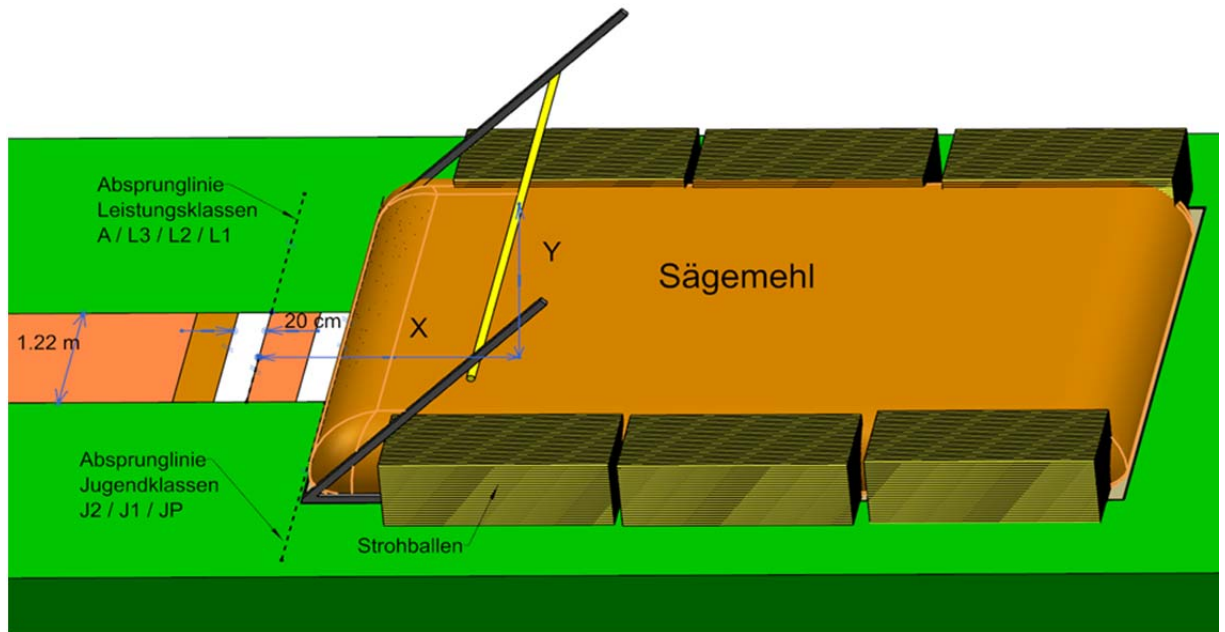
La sécurité des concurrents et du public est de première importance!

- La piste d'élan fait au moins 20m de long et 1,22 m de large.
- La poussée intervient à partir d'un demi-cercle de 2,135m de diamètre
- Les mesures sont prises sur le point du milieu du cercle (à marquer svp)
- Quitter la zone de poussée uniquement derrière les deux lignes médianes latérales du demi-cercle (à marquer svp)
- Lors de l'élan le revêtement doit être en dur.
- Bien délimiter toute l'installation.
- Le secteur a un angle d'environ. 40 ° et fait environ 20m de long.
- Recouvrements possibles avec les installations mitoyennes à partir d'une distance minimale de 10m.

Matériel par installation

- Tapis d'élan sur support fixe (naturel ou construit)
- 1 segment de poussée
- Env. 3 m³ de sable pour le secteur du lancer (bien arroser)
- 2-3 pierres de chaque catégorie de poids
- 2 x 20 m bandes de mesure (1 pour l'élan)
- 1 chevilles
- 1 râteau
- 1 balai
- 1 container de sciure / chiffon
- 1 tente
- 1 table
- 2 chaises
- 2 bancs pour les concurrents

7. Installations de concours de saut combiné



Actives

X = 2 mètres / Y = 1 mètre

Jeunesse

X = 1 mètres / Y = 1 mètre

8. Exécution lever de pierre

