



FEDERATION INTERNATIONALE DE LA GYMNASTIQUE ESTHETIQUE DE GROUPE (IFAGG)



FEDERATION INTERNATIONALE DE LA GYMNASTIQUE ESTHETIQUE DE GROUPE



CODE DE POINTAGE DE LA GYMNASTIQUE ESTHETIQUE DE GROUPE

N'importe quelle utilisation ou changements de ce document (total ou partielle) sans le consentement de IFAGG est interdit.
L'IFAGG possède les droit d'auteur des règles suivantes.

Mise à jour le 30.10.2015
Valide : 31.08.2016
www.ifagg.com



Table des matières

1.GENERALITES	3
1.1 GENERALITES : NORME DES COMPETITIONS.....	3
1.2 CATEGORIE D'AGE.....	3
1.3 GROUPES PRENANT PART AUX COMPETITIONS.....	3
1.3.1 Nombre du gymnastes par groupe	3
1.4 PROGRAMME DE COMPETITIONS.....	3
1.4.1 Durée de l'enchaînement.....	3
1.4.2 Musique	4
1.5 PRATICABLE DE COMPETITION.....	4
1.6 TENUE DES GYMNASTES.....	4
1.7 DISCIPLINE.....	5
1.7.1 Dopage	5
1.7.2 Discipline des gymnastes et entraîneurs.....	5
2.VALEUR TECHNIQUE	6
2.1 ELEMENTS OBLIGATOIRES DE LA COMPOSITION	6
2.1.1 Les équilibres.....	6
2.1.2 Les sauts.....	10
2.1.3 Les mouvements corporels.....	13
2.2 DIFFICULTES SUPPLEMENTAIRES.....	13
2.3 POINTS BONUS.....	14
2.4 ELEMENTS TECHNIQUE ET NOTATION DE LA VALEUR TECHNIQUE.....	15
2.4.1 Eléments techniques.....	15
2.4.2 Notation de la valeur technique	15
3.VALEUR ARTISTIQUE	16
3.1 COMPOSANTES ARTISTIQUE OBLIGATOIRES DE LA COMPOSITION.....	16
3.1.1 Qualités des gymnastes.....	16
3.1.2 Structure de la composition.....	17
3.1.3 L'originalité.....	19
3.2 MOUVEMENTS ACROBATIQUES, PORTERS ET COLLABORATIONS.....	20
3.3 DEDUCTIONS ET PENALITES.....	21
3.4 POINTS BONUS.....	23
3.5 NOTATION DE LA VALEUR ARTISTIQUE.....	23



4.EXECUTION	24
4.1 EXIGENCES DE L'EXECUTION	24
4.2 POINTS BONUS	24
4.3 NOTATION DE L'EXECUTION	25
5. JUGEMENT	27
5.1 GENERALITES	27
5.2 JUGES D'EVALUATION	27
5.2.1 Le jury	27
5.2.2 Juges en chef	28
5.2.3 Juge responsable	28
5.2.4 Jury supérieur	28
5.2.5 Juge de ligne	29
5.2.6 Juge du temps	29
6.COMPTABILISER LES POINTS	30
6.1 GENERALITES	30
6.2 CALCUL DES NOTES PARTIELLES	30
7. MODIFICATION DES REGLES	30
ANNEXE 1 : TECHNIQUE GEG	31
1. Philosophie de la GEG	31
2. Technique de base de la GEG	31
2.1 Caractéristiques des équilibres	31
2.2 Caractéristiques des sauts	32
3. Techniques de base et caractéristiques des mouvements corporels	32
3.1 Variation des mouvements corporels	34
3.2 Série de mouvements corporels	34
4. Critères des mouvements corporels pour augmenter la valeur technique des équilibres et des sauts ... 35	



1. GENERALITES

1.1 GENERALITES : NORME DES COMPETITIONS

Les compétitions de gymnastique esthétique de groupe (GEG) sont établies en conformité avec les règlements de la Fédération internationale de Gymnastique Esthétique de Groupe (IFAGG).

Le code de pointage pour les catégories « Jeunes Filles » et « Filles » dépend des réglés de cette édition (adaptation du code des juniors et seniors)

1.2 CATÉGORIES D'ÂGE

Catégorie JUNIOR : Gymnastes de 14-16 ans

Exception : au maximum, deux (2) gymnastes peuvent avoir un an de plus ou un an de moins de l'âge maximal et minimal établis

Catégorie SENIOR : Gymnastes de 16ans et plus

Exception : au maximum, deux (2) gymnastes peuvent avoir un an de plus ou un an de moins de l'âge maximal et minimal établis

L'âge des gymnastes est déterminée par leur année de naissance et non l'âge actuel qu'elles ont .

Si la gymnaste a participé aux Championnats juniors IFAGG / Challenge Cup, cette gymnaste ne peut pas participer à la Coupe du Monde / Championnats du Monde pendant la même saison ou vice versa.

1.3 GROUPES PRENANT PART AUX COMPETITIONS

1.3.1 Nombre de gymnaste dans un groupe

Le groupe peut être composé de 6 à 12 gymnastes. La gymnaste remplaçante doit être comprise dans les 12 gymnastes maximum. Pour chaque compétition un minimum de 6 gymnastes et maximum 10 gymnastes pourront se présenter sur le tapis. Les gymnastes s'engagent dans un seul et même groupe. Une même gymnaste ne peut s'engager dans 2 groupes de différents âges.

Une gymnaste ne peut concourir pendant la saison de compétition que dans un groupe et dans une seule catégorie.

Dans la situation où le groupe commence l'exercice avec 6 gymnastes ou plus et au milieu de celui-ci une gymnaste tombe pour une raison quelconque, et sort du praticable, le groupe sera pénalisé pour la gymnaste manquante:

- **Pénalité:** par le responsable des juges **EXE:** - 0,5 pour chaque gymnaste manquante

1.4 PROGRAMME DE COMPETITION

1.4.1 Durée de l'enchaînement

La durée autorisée du programme est de 2 min. 15 sec. à 2 min. 45 sec.

La durée peut varier de plus ou moins 5 secondes maximum.



***Pénalité :** par le responsable des juges de la VA_{-0,10} par seconde

Le temps d'entrée et de positionnement des gymnastes sur le praticable n'est pas pris en compte dans le temps officiel. Le temps commence après le premier mouvement et il s'arrête au dernier mouvement de toutes les gymnastes. L'entrée et la sortie des gymnastes sur le praticable doit se faire sans musique et sans mouvement supplémentaire .

***Pénalité :** par le responsable des juges de la VA (proposition de la majorité des juges de la VA) -0,3 pour une entrée trop longue ou une entrée avec des mouvements supplémentaires.

Le programme doit être exécuter dans sa globalité sur le praticable de compétition.

1.4.2 Musique

Le choix de la musique est libre.

Il peut y avoir un ou plusieurs instruments.

Les voix et les mots sont permis.

La musique doit être une unité sans interruptions avec une structure claire et bien définie

Elle doit être appropriée à la catégorie d'âge des gymnastes.

Les fragments musicaux déconnectés ou irréguliers, les effets sonores ne sont pas autorisés.

Un signal court peut retentir avant la musique.

Une petite introduction musicale sans mouvement est autorisé.

***Pénalité :** 0,10 à chaque fois par les juges de la VA lorsque l'un des critères ci-dessus est présent.

L'enregistrement de la musique doit avoir une qualité sonore parfaite .

Il doit être fait sur CD, et ne doit comporter qu'une seule musique.

Les informations suivantes doivent être clairement indiquées en anglais sur le CD ou sur le fichier de musique:

- nom du club / nom du groupe
- pays du groupe
- catégorie de la compétition
- durée de la musique

Les noms du (des) compositeur (s) et le titre de la musique doivent être fournis aux organisateurs si demandé. Les exercices doivent être exécutés dans leur totalité avec un accompagnement musical. Lorsque la mauvaise musique est jouée, il est de la responsabilité du groupe d'arrêter immédiatement l'enchaînement. Le groupe pourra redémarrer leur enchaînement dès que la bonne musique retentira. Un groupe peut recommencer son passage uniquement dans une situation de «force majeure» telles qu'un accident ou une erreur de la part des organisateurs (c'est-à-dire l'électricité coupée, une erreur de système sonore, etc.). Responsable des Juges / Juge Supérieur / doivent approuver la répétition du passage.

1.5 PRATICABLE DE COMPETITION

La taille du praticable est de 13 x 13 mètres délimité par une bande clairement identifiée (d'une largeur de 5 à 10 cm) . Le praticable doit forcément être plus grand de minimum 0,50 mètres de chaque côté de façon à pouvoir y poser la bande de délimitation

La taille de l'espace libre autour du praticable doit être d'au moins 2 m.

***Pénalité :** -0,1 à chaque fois par le responsable des juges EXE qu'une gymnaste touchera le sol en dehors des bandes de délimitation.

1.6 TENUE DES GYMNASTES

Les tenues de compétition sont des justaucorps conformant à la réglementation de la gymnastique esthétique de groupe

~Ils doivent être confortable de manière à ne pas gêner les mouvements et la circulation sanguine de la gymnaste.

~Les tenues de groupe doivent être identiques (matière, style, couleur) pour toutes les gymnastes du même groupe. Toutefois, si les justaucorps sont fait de tissus colorés à motifs : de petites différences sont acceptées.

~Le justaucorps de gymnastique doit être conçu avec un tissu opaque.

- ~Les bras et le dos jusqu'aux omoplates peuvent être ouverts ou faits d'un tissu transparent (chair) .
- ~La poitrine peut aussi être ouverte et fait d'un tissu transparent (chair) à condition que ce tissu soit doublé.
- ~L'encolure ne peut pas être trop basse sur la poitrine et le dos.
- ~La coupe du justaucorps ne doit pas dépasser le pli de l'aîne et ne doit pas découvrir les fesses.
- ~Les jupes sont autorisées. Elles doivent être fluide de façon à pouvoir retomber sur les hanches de la gymnaste. La jupe ne doit pas descendre plus bas que le bassin
- ~Il est autorisé de porter des collants et des chaussons de gymnastique rythmique (recouvrant que l'avant du pied).
- ~Les accessoires de fantaisie sont autorisés. Ils doivent être petits (rubans, fleurs, paillettes, cristaux, etc), mais ils ne doivent pas interférer avec l'exécution de l'exercice. Les petits ornements sur la tête, le maquillage font également partie du costume de compétition et doivent être en accord avec la catégorie d'âge.
- ~Les bijoux aux poignets, chevilles, cou et doigts **ne sont pas autorisés**.
- ~Les chapeaux sont **interdites** comme tout autre couvre-tête.
- ~Le justaucorps de compétition **ne peut pas** nuire / offenser une religion, une nationalité ou avoir un attrait politique.

***Pénalité :** par le responsable des juges de la VA (Proposition de la majorité des juges AV) -0,1 pour une gymnaste et -0,20 pour 2 gymnastes ou plus pour la tenue non conformes aux règles

***Pénalité :** par le responsable des juges de la VA (Proposition de la majorité des juges AV) -0,1 pour objet perdu (Décoration des cheveux, chaussures à talons, etc.)

1.7 DISCIPLINE

1.7.1 Dopage

Pour pouvoir participer aux événements sportifs de l'IFAGG, tous les sportifs(ives), entraîneurs, assistant(e)s et clubs doivent suivre les normes établie par le code anti-dopage.

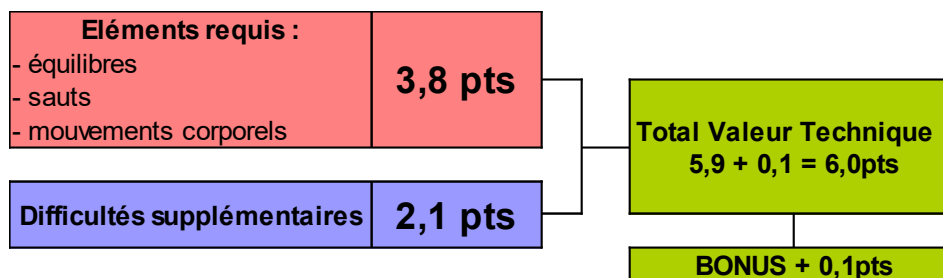
L'information liée à ces substances et méthodes interdites se trouvent sur la page web de WADA :

www.wada-ama.org

1.7.2 Discipline des gymnastes et des entraîneurs

Toutes les équipes doivent être présentes et effectuer leur enchaînement au cours de la préparation officielle. Si le groupe ne participe pas cette préparation , il est interdit de faire la compétition (sauf pour des circonstances atténuantes et seulement lorsqu'elles sont approuvées par le juge responsable / Conseil de l'IFAGG). Pour les autres règlements disciplinaires, voir le Code de discipline de l'IFAGG (non encore publié)

2. VALEUR TECHNIQUE



NIVEAU ET VALEUR DES DIFFICULTÉS

EQUILIBRE ET SAUT :

A = 0.1

B = 0.2

Series:

série A - A+A = 0.2

série C - A+B or B+A = 0.3

série D - B+B = 0.4

MOUVEMENTS CORPORELS:

Onde = 0.2

Swing = 0.2

Série de mouvements corporels (MC) :

Série MC A = 0.3 - series contenant 2 mouvements corporels différents

Série MC B = 0.4 - series contenant 3 mouvements corporels différents

DIFFICULTES SUPPLEMENTAIRES:

série A - A+A = 0.2

série C - A+B or B+A = 0.3

série D - B+B = 0.5

2.1 ELEMENTS OBLIGATOIRES DE LA COMPOSITION

2.1.1 Equilibres

La composition doit contenir les 2 familles d'équilibres (statiques et dynamiques) et des séries d'équilibres qui peuvent être réalisées sur un pied plat ou sur relevé. Tous les équilibres doivent être réalisés clairement et présenter les caractéristiques suivantes:

- la forme est fixée et bien définie («photo»).
- hauteur suffisante de la jambe levée
- un bon contrôle du corps pendant et après l'équilibre

Equilibres statiques

Les équilibres statiques peuvent être effectués sur une jambe, sur un genou ou en position «cosaque». Pendant l'équilibre la jambe libre doit être maintenue au minimum à 90 ° sans aide des mains ou au minimum 135 ° avec aide des mains. Seulement une jambe peut être pliée en équilibre (jambe de terre ou jambe libre).

- ♦ Si l'on exécute un équilibre de la même forme mais avec un tour lent (promenade) au minimum 180°, alors il sera compté comme un autre élément technique d'équilibre
- ♦ Lorsque l'équilibre «A» est effectué avec un mouvement du corps (flexion dorsal, penché, inclinaison ou torsion, etc.) Il devient une difficulté "B". Critères d'amplitude des mouvements du corps: voir annexe
- ♦ L'équilibre passé ne compte pas comme une difficulté (exception: pivots en position passé)

Equilibres dynamiques (tourlent, illusions, pivots)

***Les Tour lents** doivent présenter les caractéristiques suivantes:

Le tour lent (promenade) doit faire minimum 180° et maximum 3 appui du talon. La forme doit restée fixée pendant toute la rotation. Les critères A et B sont les mêmes que pour les équilibres statiques (niveau de la jambe, aide des mains et mouvements corporels,..)

* **L'illusion** doit faire 360°



***Les Pivots** doit faire minimum 360° avec une forme bien définie et fixée




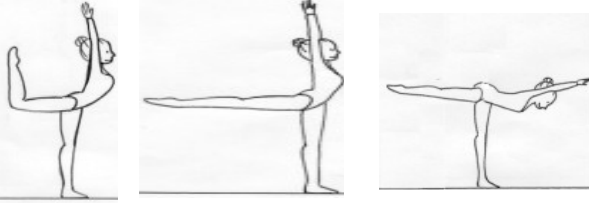


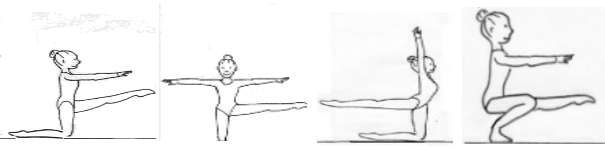


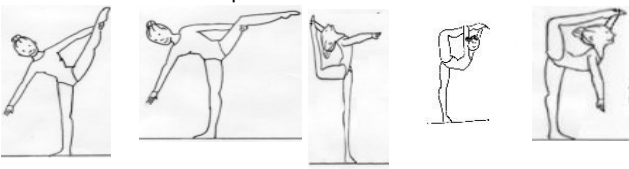

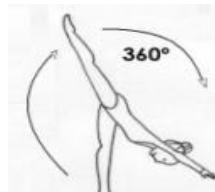

- ♦ Tout équilibre statique "A" avec une rotation minimum de 360° dans une forme fixe (pivot) avec la jambe libre élevée à un minimum de 90 ° sera considérée comme une difficulté d'équilibre dynamique «B».
- ♦ Les deux jambes peuvent être pliées pendant les pivots.


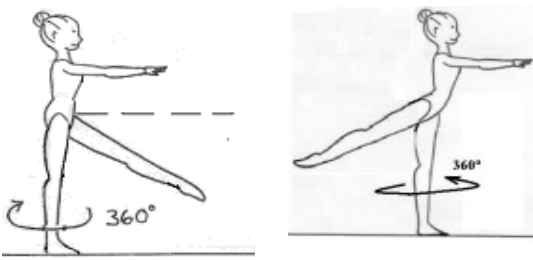


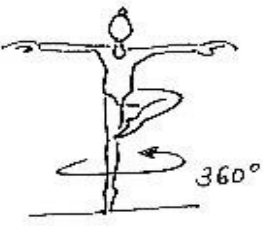


Série d'équilibres

Une combinaison de deux équilibres différents (A ou B) effectués successivement sur la même jambe ou avec un changement d'appui. 1 pas est autorisé entre 2 équilibres d'une même série.

TABLEAU: Exemples d'Equilibres

	Equilibres Statique « A »	Equilibres Statique « B »
1	<p>Sans l'aide des mains, jambe libre maintenue à 90° minimum</p> 	<p>a) avec un mouvement corporel, la jambe libre doit être maintenue à 90° minimum</p>  <p>b) avec amplitude: la cuisse de la jambe libre doit être soulevée à 135° minimum</p>

Equilibres Statique « A »		Equilibres Statique « B »	
2	<p>Sans l'aide des mains, jambe libre maintenue à 90° minimum sur le côté</p> 	<p>a) avec un mouvement corporel, la jambe libre doit être maintenue l'horizontal</p>  <p>b) avec amplitude: la cuisse de la jambe libre doit être soulevée à 135° minimum</p> 	
3	<p>Sans l'aide des mains, jambe libre maintenue à 90° minimum en arrière, avec ou sans mouvement du corps (corps incliné en avant)</p> 	<p>a) avec un mouvement corporel, la jambe libre doit être maintenue à 90° minimum</p>  <p>b) avec amplitude: la cuisse de la jambe libre doit être soulevée à 135° minimum</p> 	
<p><i>Si l'on exécute ces équilibres avec la même forme mais avec une rotation (toulent 180°) ils seront mais avec une rotation (toulent 180°) ils seront</i></p>			
4	<p>Equilibre sur le genou ou cosaque ; sans l'aide des mains, la jambe libre est maintenue à minimum 90°</p> 	<p>avec un mouvement corporel</p> 	
5	<p>avec l'aide d'1 ou 2 mains, la jambe doit être maintenue à minimum 135°</p> 	<p>avec un mouvement corporel</p> 	
6	<p>avec l'aide d'une main du même côté que la jambe maintenue en arrière min. 135°</p> 	<p>avec l'aide de la main opposée ou des deux mains, la jambe en arrière min. 135°</p>	
Equilibres Dynamique « A »		Equilibres Dynamique « B »	
7	<p>a) illusion avec rotation min. 360°. Lorsque l'amplitude de la jambe est au min. à 135°, alors les mains ne doivent pas toucher le sol</p>  <p>b) illusion vers l'arrière avec rotation min de 360°, avec amplitude de la jambe au min. à 135°</p>	<p>a) illusion avec rotation min. 360°. Lorsque l'amplitude de la jambe est à 180°, les mains ne doivent pas toucher le sol.</p>  <p>b) illusion vers l'arrière avec rotation min. de 360°, avec une amplitude de la jambe au min. à 180°</p>	

Equilibres Dynamique « A »		Equilibres Dynamique « B »	
8		Pivots (min. 360°) avec la jambe libre tendue ou pliée à l'horizontal (min 90°) avec ou sans l'aide des mains 	
Exceptions :			
9	a) Pivots min. 360° avec la jambe libre maintenue en-dessous de 90° vers l'avant, l'arrière ou le côté. 	a) Pivots min. 720° avec la jambe libre maintenue en-dessous de 90° vers l'avant, l'arrière ou le côté. 	
		b) Pivots min. 720° avec la jambe libre maintenue en-dessous de 90° vers l'avant, l'arrière ou le côté. Avec un mouvement corporel 	
10	a) Pivot en retiré min. 360° 	a) Pivot en retiré min. 720° 	
		b) Pivot en retiré min. 360° avec un mouvement corporel 	

Critères d'amplitude des mouvements corporels pour augmenter la valeur technique d'un équilibre: Voir annexe

Il est possible d'exécuter d'autres équilibres qui ne sont pas répertoriés dans le tableau "Exemples d'équilibre" mais qui répondent aux exigences requises

Dans certains cas, la valeur de la difficulté peut être diminuée:

- La difficulté B sera comptabilisée comme une difficulté A si les pénalités sont de - 0,4 à - 0,5
- La difficulté B ne sera pas considérée comme une difficulté si les pénalités sont de -0,6 ou plus.
- La difficulté A ne sera pas considérée comme une difficulté si les pénalités sont de -0,5 ou plus

Les équilibres ne compteront pas comme une difficulté avec les erreurs suivantes:

- La forme n'est pas fixée et n'est pas bien définie
- La forme n'est pas maintenue pendant la rotation dans un tourlent et une illusion

- Rotation insuffisante durant les pivot (360°) ou tour lent (180°)
- Hauteur insuffisante de la jambe libre
- Perte d'équilibre pendant ou après la difficulté d'équilibre statique ou dynamique .

2.1.2 Sauts

La composition doit contenir 2 sauts différents et des séries de sauts (combinaison de 2 sauts différents).

Les sauts doivent avoir les caractéristiques suivantes:

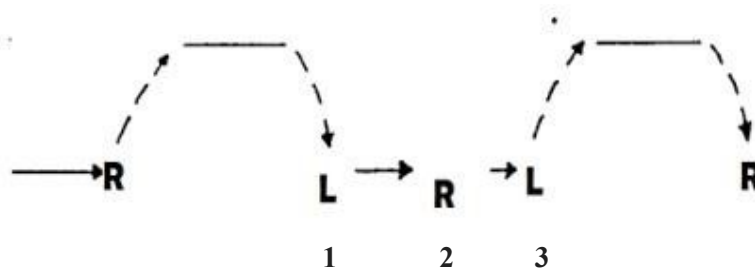
- forme fixée et bien définie pendant le vol
- forme fixée et bien définie lors de la rotation du saut
- bonne élévation pendant le saut
- un bon contrôle du corps pendant et après le saut
- la réception doit être légère et souple.

La forme et l'élévation pendant le vol déterminent le niveau de difficulté d'un saut.

Classification des sauts:

- ♦ La même forme de saut pourra être utilisée et comptera comme une autre difficulté si elle est effectuée:
 - avec un tour de minimum 180° (Exemple: forme de base , jeté en tournant)
 - avec un décollage différent (Exemple: d'une jambe, un appel 2 pides)
- ♦ Un saut "A" sera compté comme une difficulté "B" lorsqu'elle sera exécutée:
 - avec un mouvement du corps (flexion, torsion etc.) critères pour les mouvements corporels
 - avec un tour de minimum 180° avec une forme fixée (exception: # 1, 2 , 3 - minimum de 360°).
 - avec une amplitude de 180°
- ♦ Dans une série de 2 sauts un maximum de 3 pose de pied est autorisé

Exemple 1: saut de la jambe droite, atterrir sur la jambe gauche, marcher avec la jambe droite, sauter de la jambe gauche, se réceptionner sur la jambe droite



Exemple 2: Saut enjambé saut à boucle. Après l'atterrissage (1 appui), un appel sur deux pieds (2 appuis) est permis.

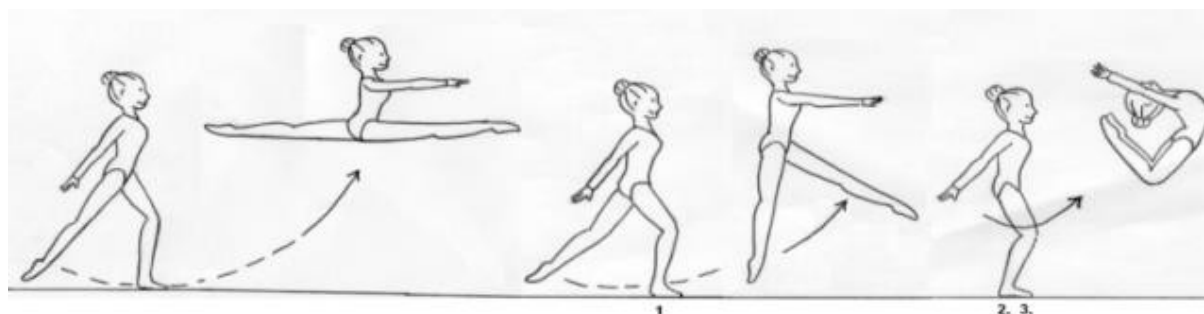





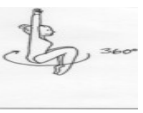

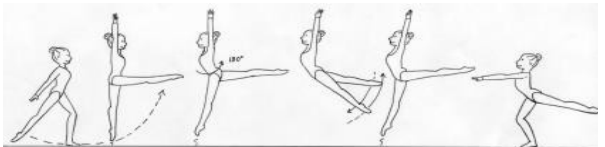
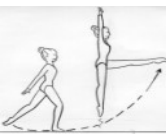










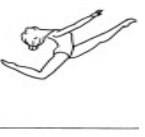







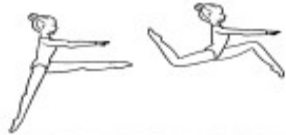











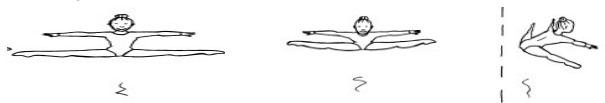






TABLEAU: Exemples de Sauts

	Sauts « A »	Sauts « B »
1	Saut vertical avec la jambe libre à l'horizontal en position « passé » 	a) avec un tour de minimum 360° avec la position fixée  b) avec un mouvement corporel 
2	a) saut groupé  b) saut ciseau avec genoux pliés 	avec un tour de minimum 360° avec la position fixée 
3	Saut ciseau avec jambes tendues 	Saut entrelacé avec un tour de 180° minimum 
4	Saut vertical avec la jambe libre à l'horizontale devant  a la seconde  derrière 	avec un mouvement corporel     avec un tour de 180° minimum 
5	Saut cosaque  	avec un mouvement corporel    
6	Saut Cambré 	avec un mouvement corporel 
7	Saut de biche 	avec un mouvement corporel  
8	Saut de chat 	avec un mouvement corporel 

<p>9</p>	<p>Saut Cabriolle devant, côté, derrière</p> 	<p>avec un mouvement corporel</p> 
<p>10</p>	<p>Saut Carpé</p> 	<p>avec un mouvement corporel</p> 
<p>11</p>	<p>a) Saut Enjambé 135° minimum</p>  <p>b) Saut Enjambé latérale 135° minimum</p>  <p>c) Saut Enjambé battue avec jambe tendues 135° minimum</p> 	<p>a) Saut enjambé (135° minimum) avec un mouvement corporel</p>  <p>Saut enjambé avec 180° minimum</p>  <p>b) Saut enjambé latérale (135° minimum) et un mouvement corporel</p>  <p>Saut Enjambé latérale 180° minimum</p>  <p>c) Saut Enjambé battue avec jambe tendues 180° minimum</p> 
<p>12</p>	<p>Jeté en tournant 135° minimum</p> 	<p>Jeté en tournant 135° minimum avec un mouvement corporel</p>  <p>Jeté en tournant 180° minimum</p> 

Il est possible d'exécuter d'autres sauts qui ne sont pas répertoriés dans le tableau "Exemples de sauts" mais qui répondent aux exigences requises

Dans certains cas, la valeur de la difficulté peut diminuer:

- Une forme ou une élévation insuffisante du saut
- La forme insuffisante lors de la rotation dans les sauts réduit le niveau de difficulté.

- La difficulté B sera comptabilisée comme une difficulté A si les pénalités sont de - 0,4 à - 0,5

Les sauts ne comptent pas comme une difficulté si:

- pour une difficulté « B » il y a - 0.6 déductions ou plus dans l'exécution de la difficulté
- pour une difficulté « A » il ya - 0.5 déductions ou plus dans l'exécution de la difficulté
- la forme n'est pas fixée et n'est pas bien définie lors du saut

2.1.3 Mouvements Corporels (MC)

La gymnastique esthétique de groupe se compose de mouvements corporels stylisés et naturels où les hanches forment le centre de mouvement . Un mouvement effectué avec une partie du corps se reflète dans le corps entier.

La composition doit contenir au minimum les mouvements corporels suivants:

- 2 ondes totales
- 2 swing
- 2 série « A » MV= une série « A » comprenant 2 mouvements corporels différents
- 2 série « B » MV= une série « B » comprenant 3 mouvements corporels différents

Mouvements Corporels :

- Onde
- Swing
- Flexion dorsale
- Inclinaison ou ligne
- Torsion
- Contraction
- Relacher

Caractéristiques des mouvements du corps: voir annexe

Toutes les séries de mouvements corporels doivent être exécutées de manière **fluide et souligner la continuité** d'un mouvement à l'autre comme s'ils avaient été créés par le mouvement précédent (Ils peuvent être accompagnés de mouvements de bras ainsi qu'être exécuté à différents rythme).

2.2 DIFFICULTES SUPPLEMENTAIRES

Outre les Difficultés obligatoires, le programme doit comporter des difficultés supplémentaires pour arriver au maximum des points. Les difficultés supplémentaires doivent combinées deux groupes de mouvements différents (Equilibres, Sauts et Série de Mouvements Corporels).

Dans une série, un pas entre les 2 mouvements est permis. Si le saut est utilisé dans la série (comme deuxième élément), un appel sur deux pieds est permis. La connexion entre les groupes de mouvement doit être logique et exécuté de manière fluide.

Exemples d'une combinaison:

Equilibre	+	Saut
Equilibre	+	Série de MC
Saut	+	Equilibres
Saut	+	Série de MC
Série de MV	+	Equilibre
Série de MC	+	Saut



Pour la note finale, seuls les 6 difficulté les plus élevées seront comptabilisées. Les difficultés supplémentaires doivent être différentes. Une même combinaison ne sera comptée qu'une seule fois.

♦ Si les gymnastes exécutent 2 difficultés de valeurs différentes, alors le niveau de difficultés sera déterminée par la difficulté à la valeur la plus basse.

♦ Si la moitié de l'équipe effectue par exemple un saut « A » + un équilibre « B » et l'autre moitié effectuent simultanément un équilibre « B » + un Saut « A », cela ne sera pas compté comme une difficulté supplémentaire,

MAIS si dans un court laps de temps l'équipe effectue l'inverse :

Equilibre « B » + Saut « A » pour une partie

Saut « A » + Equilibre « B » pour l'autre

ALORS elle sera comptée comme 2 combinaisons de difficultés supplémentaires

2.3 POINTS BONUS

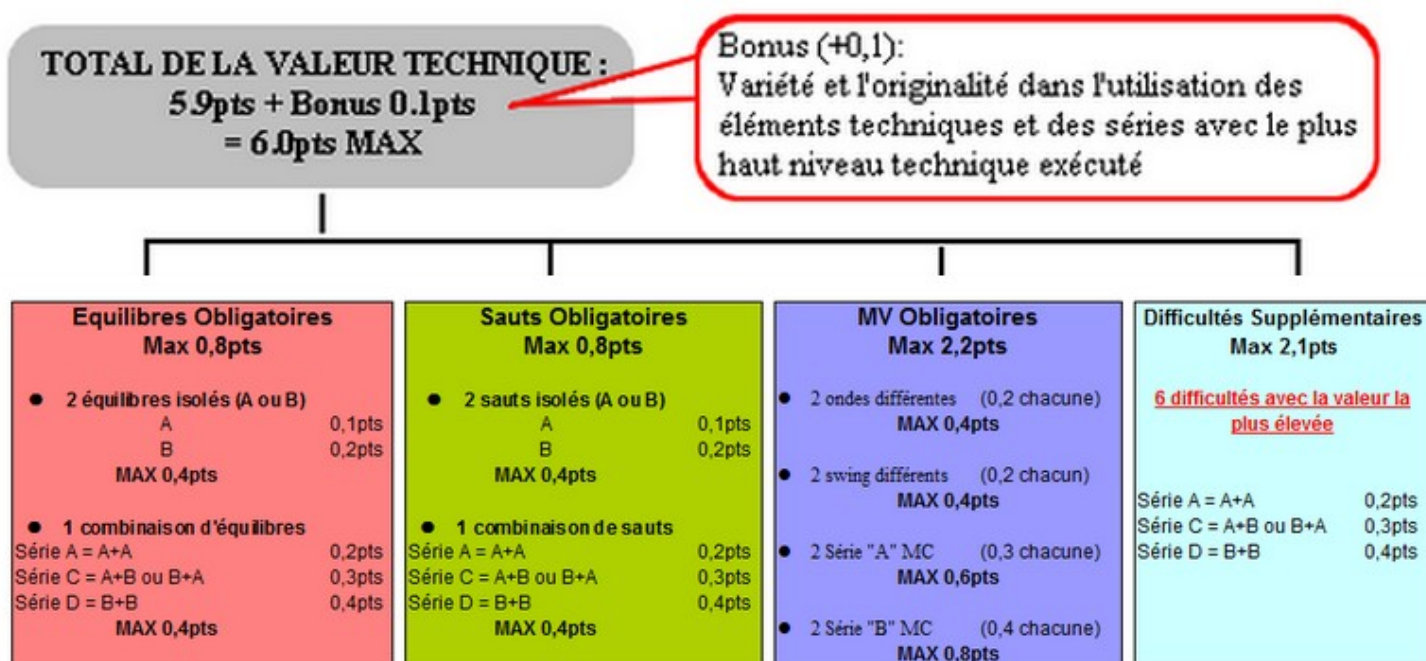
L'équipe peut obtenir un bonus de point pour **la variété et l'originalité en utilisant les différents éléments techniques et série avec le plus haut niveau de technique AGG** (pour la classification de la technique AGG voir annexe)

2.4 ELEMENTS TECHNIQUE ET NOTATION DE LA VALEUR TECHNIQUE (VT)

2.4.1 Eléments techniques

L'ensemble du groupe doit exécuter les éléments techniques de manière avec une execution irréprochable sinon ils ne pourront être considéré comme un difficulté de la valeur technique. Les éléments techniques doivent être exécutés en même temps, en canon ou dans un court laps de temps. Si un même élément est exécuté 2 fois alors il sera compté qu'une fois.

Les ondes et les swing peuvent être inclus dans les séries « A » et « B » de mouvement corporel ou dans les difficultés supplémentaires.



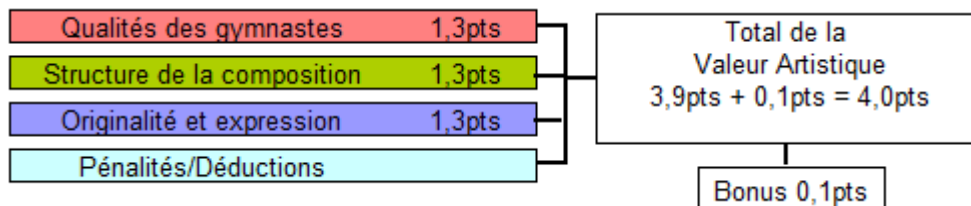
2.4.2 Notation de la valeur technique (VT)

Le jury de la VT évalue les éléments techniques de la composition, comptabilise la valeur et accorde ou non les 0,1 pts de bonus. Tous les juges de la compétition doivent donner leur note indépendamment et doivent procéder de la manière suivante :

1. Marquer tous les éléments techniques de l'ensemble du programme avant de commencer à compter les difficultés
2. Compter le nombre d'éléments obligatoire réalisé par le groupe tout en prenant en compte le niveau le plus élevé des difficultés :
 - séries d'équilibres et équilibres isolés
 - séries de sauts et sauts isolés
 - ondes et swings
 - série de mouvements corporels
3. Ajouter et comptabiliser les difficultés supplémentaires
4. Calculer le score final
5. Faire la proposition des 0,1pts de bonus ou non.

3. VALEUR ARTISTIQUE

La valeur artistique comprend :



3.1 COMPOSANTES ARTISTIQUE OBLIGATOIRES DE LA COMPOSITION

3.1.1 Qualités des gymnastes

Qualités des gymnastes	1,3pts
Technique de la GEG : - une bonne technique des mouvements corporels - la technique de la GEG doit être prédominante	0-0,4pts
Aisance/Fluidité : - en reliant les mouvements et séries de mouvements	0-0,2pts
Capacités, Compétences : - niveaux des compétences - capacités physiques - travail musculaire bilatéral	0-0,5pts
Unité : - une synchronisation et une technique identique - la performance en tant qu'équipe est prédominante	0-0,2pts

- GEG Technique (0,4pts)**

La philosophie de la gymnastique esthétique de groupe (GEG) est fondée sur des mouvements harmonieux, rythmiqués et dynamiques, exécutés avec l'utilisation naturelle de la force de manière FLUIDE. La gymnastique esthétique est composée de mouvements corporels stylisés et naturels où les hanches forment le centre de mouvement de base.

Technique des mouvements corporels : 0,2pts

- pendant la majeure partie de la routine: 0,1
- pendant toute la durée: 0,2

La composition doit être effectuée en utilisant la technique du mouvement corporel (annexe aux techniques de la GEG)

Les techniques de la GEG doivent être prédominantes : 0,2pts

- pendant la majeure partie de la routine: 0,1
- pendant toute la durée: 0,2

Les mouvements et séries de mouvements exécutés avec les techniques de la GEG doivent être prédominants

- Aisance/Fluidité (0,2pts)**

Maîtrise des mouvements et séries de mouvements: 0,2pts

- pendant la majeure partie de la routine: 0,1
- pendant toute la durée: 0,2

Les mouvements et les séries de mouvements doivent être liés de manière fluide et naturelle. Les mouvements sont liés ensemble d'une manière telle que le flux, l'énergie se poursuit d'un mouvement à l'autre comme s'ils avaient été créés par le mouvement précédent. La composition doit présenter des éléments de combinaisons qui ne doivent s'arrêter.

• **Capacités et Compétences (0,5pts)**

Niveau de compétence: 0.3pts

La composition doit montrer **la flexibilité, la coordination, la force, la vitesse, le contrôle musculaire et l'endurance** des gymnastes. Elle doit également être bien exécutée et montrer une bonne technique de la GEG (Technique GEG: voir annexe)

- 2 ou 3 compétences requises: 0,1
- 4 ou 5 compétences requises: 0,2
- toutes les compétences requises avec une bonne technique de gymnastique: 0.3

Capacités physiques: 0.1pts

La composition doit former une unité dans l'équilibre des qualités des gymnastes. Les capacités physiques de chaque gymnaste de l'équipe doivent être identiques et correspondre à leur niveau de compétences (Par exemple: un équilibre effectué par le groupe doit avoir la même forme, la même direction, et lever la même jambe) .

Travail musculaire bilatéral: 0.1pts

La composition doit montrer le travail musculaire bilatéral des gymnastes (les éléments réalisés à droite comme à gauche doivent être harmonieux)

• **Unité (0,2pts)**

Bonne synchronisation et technique similaire: 0,1pts

La performance en équipe est prédominante: 0,1pts

L'unité du groupe doit être prédominante. Différents types de solos ou canons peuvent donner des nuances à la composition, mais ils ne doivent pas être majoritaires.

3.1.2 Structure de la composition

Structure de la composition	1,3pts
Variété dans la structure de la composition	0,1pts
La composition forme une unité	0,1pts
Variété de la composition dans : - dans les plans, les directions et les niveaux - dans l'utilisation de l'espace - dans les formations - les déplacements sont fluides et variés - parties lentes et rapides - partie exposant la force et la douceur	0,6pts
Variété dans les éléments - utilisation des différents groupes de mouvements - mouvements corporels - équilibres - sauts	0,4pts
8 formations différentes	0,1pts

• **Structure de composition variée (0.1pts)**

La structure de la composition doit être fluide et variée. Cela inclut la variété des éléments , le rythme et la variation du tempo.

• **La composition forme une unité (0.1pts)**

La composition doit former une unité du début à la fin de l'enchaînement.

Même si la composition est variée, les différentes parties de la composition ne peuvent pas apparaître séparément. Les ruptures dans la structure et le style de composition ne sont pas autorisées. L'histoire ne doit pas être interrompue.

- **Variété dans la composition (0.6pts)**

Variété des les plans, directions et niveaux: 0.1pts

la composition doit utiliser différentes directions (avant, arrière, latérale, diagonale, oblique) et différents plans et niveaux (bas: au sol, niveau moyens et hauts: sauts)

Variété dans l'utilisation de l'espace: 0.1pts

le groupe doit utilisé toute la surface du praticable. Les formations doivent être variées en taille et en emplacement sur le praticable

Variété dans la mise en place des formations: 0.1pts

Les changements d'une formation à l'autre doivent être variés et fluides.

Les déplacements doivent être variés et fluide: 0.1pts

Les changements d'une direction à une autre ou d'un endroit du praticable à un autre doivent être exécuté de manière continue, démontrer une bonne technique, et utiliser différents styles ou types de déplacements. Les pas de connexion entre les mouvements ne doivent pas être de la course ou des pas ordinaires. Ils doivent avoir du style et être en accord avec la musique.

Parties rapides et lentes de la composition: 0.1pts

La variation du tempo de la composition doit être claire. La structure de la composition doit montrer les parties rapides et lentes et les gymnastes doivent être en mesure d'effectuer des rythmes différents au cours de l'enchaînement.

Parties fortes et douces de la composition: 0.1pts

La composition doit être dynamique (c'est-à-dire montrer des parties fortes et douces dans l'ensemble de l'enchaînement) Les gymnastes doivent être en mesure d'effectuer différents niveaux de puissance au cours de la enchaînement.

- **Variété des éléments (0.4pts)**

Variété dans l'utilisation de différents groupes de mouvements: 0.1pts

L'utilisation de différents groupes de mouvements (mouvements corporels, équilibres, sauts) doit être en harmonie et l'équilibré pendant la composition.

Variété dans les mouvements corporels: 0.1pts

La composition doit contenir différents types de mouvements corporels et séries de mouvements corporels. Tous les mouvements fondamentaux du corps doivent être effectués dans l'enchaînement.

La variété peut être démontrée :

- en effectuant tous types de mouvements corporels, avec des formes variées
- en montrant des mouvements dans différents plans ou niveaux ou avec une puissance ou un tempo différents
- avec ou sans déplacements

Variété dans les équilibres: 0.1pts

La composition doit comporter au moins 3 types équilibres de différents types.

La variété peut être démontrée par:

- équilibres statiques contre dynamiques: au moins un pivot
- différentes directions de la jambe libre: devant, côté et dos doivent être montrées
- des formes différentes, par ex. Avec ou sans appui des mains, avec ou sans mouvement du corps, avec les jambes tendues ou pliées, dans différents plans

Variété de sauts : 0.1pts

La composition doit avoir un minimum de 3 types de sauts différents.

La variété peut être démontrée par:

- préparations du saut différentes: la technique de saut doit être juste.
- différentes directions: avec une rotation ou un déplacement .
- différentes formes: avec ou sans mouvement du corps, avec jambes tendues ou pliées

• **Variété des formations**

8 formations différentes: 0.1pts

La composition doit comporter au minimum 8 formations variées sur la taille, les directions. Une même formation exécutée dans des orientations différentes ne pourra être comptée qu'une seule fois.

3.1.3 L'originalité et l'expression de la composition

Originalité et expression	1,3pts
Expression : - la composition est expressive - la composition est esthétique - l'expression et le style sont appropriés - dernier mouvement expressif et stylisé - langage corporel expressif - variation dans le tempo (dans les mouvements corporels isolés ou en séries) - dynamisme (dans les mouvements corporels isolés ou en séries)	0,7pts
Musique : - est variée - soutient la composition - la musique est en rapport avec la composition	0,3pts
Originalité : - des mouvements - dans les formations	0,2pts
Points forts	0,1pts

• **Expression (0.7pts)**

La composition est expressive: 0.1pts

La composition doit être expressive et l'expressivité doit être montrée dans les mouvements. L'idée (le thème) et l'expressivité de la composition doivent former une unité (l'expression et l'utilisation du langage corporel expressif ne peuvent pas être dissociés de la composition).

La composition est esthétique: 0.1pts

La composition doit montrer un attrait esthétique et cela peut être vu dans les mouvements stylisés et l'expressions de la gymnaste.

L'expression et le style sont appropriés : 0.1pts

Le style de la composition doit être adapté à la catégorie d'âge des gymnastes, au niveau du groupe et aux capacités du groupe à exprimer le style. Les expressions doivent correspondre au style et à l'aspect naturel. Les expressions faciales trop dramatiques ne sont pas considérées comme naturelles et appropriées pour la GEG.

Style et expression du dernier mouvement : 0.1pts

Le style et l'atmosphère doivent être portés dans toute la composition. Chaque groupe doit montrer l'expression dans toute la composition.

Langage corporel expressif: 0.1pts

L'expression doit être développée par des mouvements et des combinaisons, non par des expressions ponctuelles.

Variation du tempo dans les mouvements isolés et la série de mouvements: 0.1pts

La composition doit viser à exprimer et à encourager les changements de tempo dans les mouvements isolés et séries. Ceci peut être vu comme des variations de phases lentes et rapides et comme des accélérations et des ralentissements pendant les mouvements isolés et les séries .

Dynamisme des mouvements : 0.1pts

La composition doit viser à exprimer et à encourager la variation de force au sein des mouvements isolés et en séries. Cela peut être vu comme une variation de phases fortes et douces ou contrôlées et détendues Pendant les mouvements isolés et en séries.

- **Musique (0.3pts)**

Composition et musique correspondent: 0.1pts

La musique doit correspondre à l'idée et à l'expression de la composition. Pour la composition: les mouvements, le style et le rythme de la musique doivent s'ajuster. Les mouvements des gymnastes doivent former une unité au sein de la musique et si le tempo ou l'atmosphère change dans la musique, il doit être vu dans la composition et l'exécution.

Variété de la musique: 0.1pts

La musique de la composition doit être variée. La variation de la musique provient des différents rythmes, et tempos que l'on donne à celle-ci. La composition doit utiliser les différents du rythme de la mélodie..

La structure de la musique supporte la composition: 0.1pts

La composition doit être en accord avec la structure de la musique et ne pas être utilisée comme musique de fond. De plus, l'utilisation du rythme et de la mélodie ainsi que des nuances et des effets différents de la musique doivent être montrés dans la composition et l'exécution.

- **Originalité (0.2pts)**

Originalité dans les mouvements: 0.1pts

La composition doit contenir des éléments nouveaux ou originaux tels que des mouvements, des séries de mouvements et des combinaisons de mouvements ou de nouvelles façons d'effectuer des mouvements. Un seul élément nouveau ou original n'est pas assez. Les mouvements originaux peuvent être vus dans tous les éléments, ils n'ont pas besoin d'être dans les difficultés obligatoires. L'originalité des mouvements peut aussi provenir du style original de l'ensemble de la composition.

Originalité dans les formations: 0.1pts

La composition doit contenir de nouvelles formations, des façons de créer ou d'atteindre des formations (changements d'une formation à l'autre), ou montrer l'utilisation originale et intéressante des formations.

- **Points forts (0.1pts)**

Points forts / les aboutissants de la composition sont clairement visibles et soulignés: 0.1pts

- Les points forts doivent apparaître clairement dans la composition. Ils peuvent être des mouvements impressionnants, des canons, des ascenseurs, etc. Inoubliable, surprenant ou particulièrement impressionnant.
- Une composition totalement inoubliable elle-même peut être considérée comme un point fort.

3.2 MOUVEMENTS ACROBATIQUES, PORTERS ET COLABORATIONS

Mouvements acrobatiques

Les mouvements acrobatiques sont des mouvements où le corps de la gymnaste tourne sur ou au-dessus de sa position verticale (tête - épaules – hanches- alignées) à l'envers avec le soutien des mains, la tête ou dans l'air. Les mouvements acrobatiques doivent être effectués en tenant compte de l'agilité, de la technique et des compétences des gymnastes. Ils doivent être intégrés dans la composition sans interruption, de manière fluide.

Tous les éléments acrobatiques doivent être fluide et sans interruption net à la verticale, que ce soit pendant une acrobatie avec rotation du corps comme la roue (tous les types) ou la marche (tous les types) et sans forme fixe pendant le porter, etc.

Mouvements acrobatiques autorisés

* Les mouvements acrobatiques peuvent être au nombre de 2 maximum pour un groupe de de 6 à 8 gymnastes et de 3 maximum pour un groupe de 9 à 10 gymnastes, incluant la position de départ et de fin, les porters et les collaborations.

Une quantité de mouvements acrobatiques supérieure à la quantité autorisée sera considérée comme des mouvements interdits.

- ◆ Le même élément acrobatique effectué par 2 (3) gymnastes en même temps sera compté comme 2 (3) mouvements acrobatiques

* Les mouvements **pré-acrobatiques** sont autorisés lorsqu'ils ne contiennent pas la position verticale (tête à l'envers - épaules – hanches- alignées) .

Saut périlleux (avant ou arrière sans envol) compte comme un mouvement corporel et ne sera donc pas considéré comme un élément acrobatique.

Mouvements interdits

Les mouvements acrobatiques suivants ne sont autorisés à aucune partie de la composition

* supports pour main, tête ou coude

* tous les mouvements acrobatiques avec temps d'antenne (par exemple somersault dans lequel une personne tourne la tête sur les talons Dans l'air et les terres ou finit sur leurs pieds)

Porters et collaborations

Porters autorisés

La composition peut contenir des porters, pyramides ou diverses collaborations, qui doivent être effectuées

* en tenant compte de la capacité et des compétences des gymnastes (ne pas mettre en danger les gymnastes)

* avec une bonne technique (contrôle musculaire, fluidité)

* avec une logique d'enchaînement liée à la composition

Tous les porters, pyramides et collaborations doivent être esthétiques et non surutilisés dans la composition.

Porters interdits

Les porters, les pyramides et les collaborations suivantes sont interdits

* avoir une gymnaste qui porte plus que le poids d'une gymnaste (c.-à-d. Porter 2 gymnastes ou plus en même temps sans personne pour aider)

* effectuer un porter ou une pyramide qui est supérieur à deux gymnastes, y compris la gymnaste portée.

3.3 DÉDUCTIONS ET PENALITES

Déductions de la musique

La musique doit former une unité. Si la musique est composée de différents morceaux musicaux, alors ils doivent être liés entre eux et les connexions ne doivent pas s'entendre. La musique de fond n'est pas autorisée. Un arrêt dans la musique ou une mauvaise connexion entre deux thèmes musicaux n'est pas autorisé. Le montage doit être de bonne qualité. La musique ne doit pas se terminer avant ou après le dernier mouvement des gymnastes. La musique ne doit pas finir brusquement.

- | | |
|---|---------------------|
| - mauvaise connexion dans la musique | - 0.1 / chaque fois |
| - effets supplémentaires sans lien avec la musique | - 0.1 / chaque fois |
| - la musique s'arrête avant ou après le dernier mouvement | - 0.1 |
| - la musique se termine brusquement | - 0.1 |
| - musique de fond | - 0.2 |

Déduction dans la composition

Une erreur dans la composition est toute partie du programme qui perturbe et / ou rompt l'unité de la composition. Ces types d'erreurs pourraient être, par ex. des porters ou éléments pré-acrobatique mal exécutés avec manque de fluidité ou connexion illogique d'éléments (par exemple, course ordinaire, une gymnaste utilise une jambe différente que celle des autres pendant un même mouvement)

Erreur dans la composition - 0.1 / chaque fois

- porters ou mouvement pré-acrobatique avec manque de fluidité
- liaison illogique entre éléments / parties
- la même formation est utilisée plusieurs fois ou statisme dans une formation
- statisme de gymnaste (lors d'un porteur ou d'une collaboration)
- porteur, pyramide et collaboration sont surutilisés
- position verticale fixée

Pénalité pour un mouvement ou porter interdit

- 0.5 / chaque mouvement / porter

Pénalité si la composition porte atteinte à la religion, nationalité, ou aspect politiques.

La musique, la composition et la tenue de compétition doivent être esthétiques et ne doivent pas porter atteinte / insulter toute religion, nationalité ou exprimer une opinion politique.

Religion / nationalité / insultes politiques - 0.3

Pénalité pour l'entrée du groupe

Voir Généralités: Durée du programme.

L'entrée du groupe est accompagnée de musique ou de mouvements supplémentaires ou prend trop de temps - 0,3

Pénalité pour manque d'esthétisme à la tenue ou non conforme aux règlements

Voir Généralités: tenue des gymnastes

- Pour une gymnaste - 0.1
- Pour 2 gymnastes ou plus - 0,2
- Objets perdus (décoration des cheveux, chaussons, etc.) -0.1 / chaque article perdu

Pénalité pour la durée du programme

Voir Généralités: Durée du programme de compétition

secondes supplémentaires ou manquantes - 0,1 / seconde

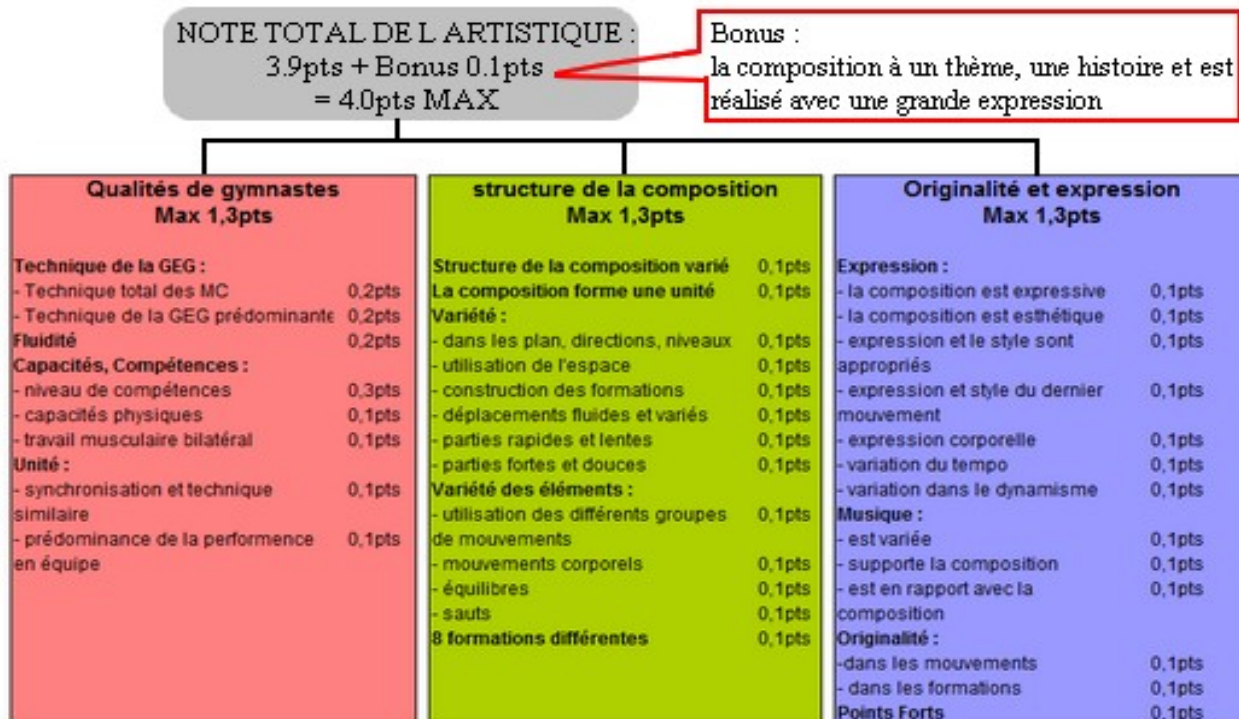
Tableau: Valeur artistique déductions et pénalités :

Deductions et pénalités	
Deductions (pour chaque juge)	
Musique :	
- mauvaise connexions entre les morceaux musicaux	-0,1pts
- effets supplémentaires	-0,1pts
- musique s'arrête avant le dernier mouvement	-0,1pts
- la musique se termine brusquement	-0,1pts
- musique de fond	-0,2pts
Erreur dans la composition :	-0,1pts à chaque fois
- porter ou mouvement pré-acrobatique pas lié	
- liaisons illogiques entre les mouvements	
- statisme dans la formation ou répétition d'une formation	
- statisme de gymnaste lors d'un porteur ou collaboration	
- trop de pyramide, porteur ou collaboration	
- position verticale fixée	
Pénalités (proposé et requiert la majorité des juges de la VA)	
- mouvement ou porter interdit	-0,5pts à chaque fois
- religion / insultes politiques	-0,3pts
- entrée du groupe	-0,3pts
- tenue	-0,1pts 1 gym / -0,2pts 2 ou + gyms
- objets perdus	-0,1pts à chaque fois
Pénalités par le juge en chef de la VA :	
- secondes supplémentaires ou manquantes	-0,1pts / seconde

3.4 POINTS BONUS

Les points bonus (+0.1) peuvent être attribués si la composition a une «histoire» thème et a été réalisée avec une grande expression. La composition peut être impressionnante en totalité ou quelques parties. C'est ceci qui donnera la sensation d'une composition inoubliable.

3.5 NOTATION DE L'ARTISTIQUE



Le Jury de la VA évalue les composantes artistiques de la composition, en compte la valeur et fait la proposition ou non du points de bonus ou des pénalités possibles. Tous les juges de la compétition doivent donner leur note indépendamment des uns des autres et doivent procéder de la manière suivante:

- ajouter les différentes composantes de la composition (qualité, structure, originalité et expression)
- faire des déductions de la valeur artistique
- calculer la note finale
- faire la proposition pour tous les points de bonus possibles [+] ou pénalités [-]

4. EXECUTION

Philosophie et technique de la GEG - voir annexe

4.1 EXIGENCES DE L EXECUTION

1. Les mouvements doivent être coordonnés et synchronisés.
2. Tous les membres de l'équipe doivent effectuer les mêmes éléments avec des degrés de difficulté identiques ou égaux simultanément, successivement ou dans un court laps de temps
3. Tous les mouvements et séries de mouvements doivent être effectués par la technique du mouvement total où les changements d'un mouvement du corps à l'autre doivent être fluide. Dans la technique du mouvement total, le mouvement se reflète dans toutes les parties du corps . Les mouvements sont liés les uns aux autres de façon à ce que le flux continue du mouvement se s'arrête jamais.
4. L'exécution doit montrer une bonne technique, de bonnes extensions, la précision des mouvements, les variations dans l'utilisation de la tension musculaire (légère et forte), la différence entre le relâcher et la force ainsi que la précision dans les formations et les transitions. L'utilisation de la force doit être naturelle.
5. L'exécution doit montrer une bonne posture, la coordination, l'équilibre, la stabilité et le rythme.
6. L'exécution doit montrer les compétences: la flexibilité, la force, la vitesse et l'endurance.
7. L'exécution doit montrer l'expression et l'orientation esthétique de la composition.
8. Les gymnastes doivent exécuter le programme en fonction de la dynamique et le rythme de la musique.
9. La position de départ et de fin sur le praticable font partie de l'exécution.
10. Tous les éléments doivent être réalisées en tenant compte des dimensions de la santé: respecter la bonne position (ligne) des épaules et des hanches, de la jambe d'appui, de la forme des éléments, du travail bilatérale (au moins 2 équilibres et 2 saut2 sur la jambe non dominante pour toute l'équipe), de la maîtrise musculaire, et de la posture dans les porters

4.2 POINTS BONUS

Le point bonus pour l'exécution peut être donné si tous les éléments et séries sont exécutés a un excellent niveau et sont bien synchronisés.

4.3 NOTATION DE L EXECUTION

Points maximum de la note execution : 10pts

- execution 9,9pts
- points bonus 0,1pts

Types d'erreurs	Petite : 0.1pts 1 gymnaste	Moyenne : 0.2pts 2 gymnastes	Grosse:0.3 pts 3 gymnastes ou plus
Les Aspects de la santé : -ligne des épaules et des hanches -position de la jambe d'appuie (dans les équilibres) -la tenue du corps	une fois par mouvement	une fois par mouvement	une fois par mouvement
-0,2 dans chaque domaine du programme			
Les Techniques de base : -étirement insuffisant -légère différence dans l'exécution -manque de fluidité/continuité dans les mouvements -manque de légèreté	une fois par mouvement	une fois par mouvement	une fois par mouvement
Mouvements corporels : -imperfection/insuffisance dans l'exécution -forme non fixée -mouvements supplémentaires	une fois par mouvement	une fois par mouvement	une fois par mouvement
Sauts : -forme non fixée -absence d'amplitude dans la forme - élévation insuffisante -reception lourde	une fois par mouvement	une fois par mouvement	une fois par mouvement
Equilibres : -forme non fixée -un pas ou rebond -perte d'équilibre (avec appui sur la bras, pied ou autre partie du corps)	une fois par mouvement	une fois par mouvement	une fois par mouvement
-0,2 par gymnaste			
Unité : -manque de synchronisation -plans, niveaux, directions imprecis -inexactitude entre le mouvement et la musique	une fois par mouvement	une fois par mouvement	une fois par mouvement
Collision entre les gymnastes	exécution pas perturbée	exécution légèrement perturbée	exécution clairement perturbée
Les Aspects physiques : -une erreur dans un domaine tout au long de la composition (souplesse, force, vitesse, ...)	leger manque par domaine	manque par domaine	manque évident par domaine
Perte d'équilibre : dans tous les types de mouvements	avec petit mouvement supplémentaire	avec gros mouvement supplémentaire	avec soutien sur la main, pied ou tout autre partie du corps
Perte d'équilibre totale avec chute	-0,4 par gymnastes / à chaque fois		
Technique de la GEG : absence total des techniques de la GEG	-0,3 pour tout le programme		
Travail Billatéral -saut (2fois) -équilibre (2fois)	-0,2 à chaque fois / à chaque élément		
Inexactitude dans les formations	-0,1 à chaque fois		

Pénalité par le juge en chef de l'EXE : -0,5pts à chaque fois qu'une gymnastes est manquante.



Points bonus

Le bonus d'exécution: tous les éléments et séries sont exécutés à un excellent niveau et sont Synchronisé +0,1

Le Jury EXE évalue l'exécution de la composition, compte les erreurs dans l'exécution et fait la proposition pour les points de bonus possibles. Tous les juges de la compétition doivent donner leur note indépendamment des autres et doivent procéder aux choses suivantes:

- compter toutes les erreurs de l'exécution et les déduire des points maximum d'exécution (9.9)
- calculer la note finale
- faire la proposition des points bonus [+] ou de pénalités [-]

5. JUGEMENT

5.1. GÉNÉRALITES

Tous les juges doivent avoir une licence valide de l'IFAGG.

Le Bureau de l'IFAGG tient un registre des juges et des juges internationaux autorisés.

Le Comité technique de l'IFAGG proposera au Conseil d'administration de l'IFAGG la liste des juges et du juge Responsable des compétitions de catégorie A.

Liste des Juges, Jury Responsable et Jury Supérieur pour les Championnats du Monde et Continent Les championnats seront désignés par le Conseil d'administration de l'IFAGG.

Le chorégraphe ou entraîneur d'une équipe participante ne peut pas être un juge dans la catégorie de compétition dans laquelle l'équipe est en concurrence.

5.2. JUGES D'ÉVALUATION

5.2.1. Le Jury

Le nombre de juges minimum est de 9. Cependant, aux championnats du monde, le nombre minimum de juges est de 12.

Les groupes seront évalués par trois groupes de juges:

- Composition, Valeur Technique (TV), se compose de 3 à 4 juges
- Composition, Valeur Artistique (AV), se compose de 3 à 4 juges
- Exécution (EXE), se compose de 3 à 4 juges

Fonctions et responsabilités des juges

- Les juges doivent donner leurs notes indépendamment des uns des autres
- Pendant la compétition, les juges ne peuvent pas discuter de l'évaluation les uns avec les autres, les entraîneurs ou les gymnastes
- Chaque juge travaille indépendamment et donne ses points sans consulter les autres membres du jury.

Dans chaque groupe de juge, le juge n°1 sera nommé «en chef»

Tous les juges envoient leurs note au juge «en chef» du groupe .

Après le passage du premier groupe premier dans chaque catégorie de compétition, les juges se réunissent pour expliquer leur notes et vérifier les différences dans les notes. Les juges doivent donner les notes avant de se réunir.

5.2.2. Juges en chef

Fonctions et responsabilités des juges en chef des groupes

- supervise le respect des règles
- appelle l'ensemble des juges après le premier passage du groupe de compétition
- vérifie que les différences entre les notes des juges sont conformes aux règles
- provoque une réunion dans des situations où la différence entre les notes est trop élevée (l'ordre entre les notes des juges (les plus hautes / les plus basse) ne peuvent pas être modifiés dans la négociation).
- appelle le Jury Supérieur (s'il est proposé), si les juges ne parviennent pas à s'entendre.
- ajoute un bonus
- déduit les pénalités
- vérifie et approuve les notes informatiques avec le juge responsable avant leur publication

Les points bonus sont donnés séparément et seront pris en compte seulement si la majorité (minimum 3/4 ou 2/3) des juges ont fait la proposition pour le bonus.

Les pénalités sont données séparément et seront prises seulement si la majorité (minimum 3/4 ou 2/3) des juges ont fait la proposition des sanctions.

Pénalités déduites par les juges en chef

Juge en chef de la Valeur Artistique:

Pénalités qui exigent une proposition [-] de la majorité des juges VA:

- ♦ Mouvement interdit / porter: -0.5 chaque mouvement / porter.
- ♦ Insultes religieuses / politiques: -0.3
- ♦ L'entrée du groupe prend trop de temps ou est accompagnée de musique, ou inclut des mouvements supplémentaires: -0.3
- ♦ Tenue - la tenue n'est pas conforme aux règlements: -0.1 pour une gymnaste et -0.2 pour deux gymnastes ou plus
- objets perdus (maquillage, décoration des cheveux, chaussons, etc.): -0,1 points par article

Pénalités déduites par le juge en chef VA:

- ♦ Temps: -0,1 pour chaque seconde supplémentaire ou manquante

Juge en chef de l'exécution:

Pénalités déduites par le juge responsable EXE:

- ♦ La limite: toucher le sol à l'extérieur de la limite: -0,1 points à chaque fois
- ♦ Gymnaste manquant: -0.5 pour chaque gymnaste manquant

5.2.3. Juge responsable

Le juge responsable doit être un bon modèle en terme de comportement et d'actions pour tout jugement. Le juge responsable examinera les détails fins de la compétition (p. Liste des juges) avec le Conseil d'administration de l'IFAGG et supervisera la compétition afin de s'assurer que les actions des juges sont conformes aux règles et règlements de l'IFAGG.

Devoirs et responsabilités:

- doit être présent pour les tirages au sort
- responsable de toutes les réunions des juges avant les compétitions
- affecte les juges selon leur niveau (tirage des juges)
- vérifie et approuve les notes informatiques avec les juges en chef des groupes avant qu'ils ne soient publiés
- permet la répétition d'un enchaînement dans des situations de «force majeure»
- peut interrompre la performance en raison d'un problème technique ou d'une situation dangereuse

5.2.4. Jury Supérieur

Le Jury supérieur peut se composer de 3 à 4 juges de premier niveau. Ils font partie des groupes d'évaluation, mais leurs notes ne sont pas incluses dans les notes officielles.

Devoirs et responsabilités:

- veille à ce que les actions du jury soient conformes aux règles et règlements de l'IFAGG
- observe le jugement et écoute les négociations
- dans des cas extrêmes, le droit d'intervenir dans le travail du jury. Ces cas doivent toujours être signalés.



5.2.5. Juges de ligne

Il doit y avoir un minimum de 2 juge de ligne (pour les Championnats du Monde - un minimum de 4) qui observent les limites dans les coins du tapis de compétition. Ils signalent à chaque passage de la limite de la zone de compétition avec un drapeau et enregistrent le note sur une feuille de papier fournie. À la fin de l'exercice, les juges de ligne envoient leur feuille de papier au juge principal du comité d'exécution qui approuve la déduction. Une déduction sera prise à partir du score moyen d'exécution.

5.2.6. Juges du temps

Il doit y avoir au moins 2 juges du temps. Les juges doivent juger le temps de façon indépendante les uns des autres et faire un temps pour chaque équipe inscrit séparément sur une feuille de papier qui leur sera fournie. Si la durée de l'enchaînement n'est pas conforme aux règlements, le juge du chronomètre doit envoyer le papier au juge en chef de la valeur artistique qui approuvera alors la pénalité.

Le temps commence à partir du début, du premier mouvement après que le groupe ait pris la position de départ sur le tapis de compétition. Le temps s'arrêtera dès que toutes les gymnastes seront complètement immobiles.

6. COMPTABILISER LES POINTS

6.1. GÉNÉRALITES

La note finale pour le groupe sera calculée en ajoutant les 3 groupes de notes: Valeur Technique, Valeur Artistique et exécution. La note maximale pour le groupe en préliminaires et finales est de 20.00pts

- Note maximale pour la valeur technique 6.0pts
- Note maximale pour la valeur artistique 4.0pts
- Note maximale pour Execution 10.0pts

La note des préliminaires sera compté avec la note des finales afin d'obtenir la note finale ; Résultats (classement).

La note maximale pour le résultat final (classement) sera de 40,00 points.

Le jury VT (Composition / Valeur Technique) évalue les éléments techniques de la composition, compte les valeurs des difficultés (0,0 - 5,9) et fait la proposition pour les points de bonus possibles [+].

Le jury VA (Composition / Valeur Artistique) évalue la valeur artistique de la composition, calcule les notes de la composition (0,0-3,9) et fait la proposition pour tous les points de bonus possibles [+] ou pénalités [-].

Jury Exe (Execution) évalue l'exécution de la composition, calcule les notes de la composition (0,0 -9.9) et propose l'ajout ou non de points bonus [+] ou de pénalités [-].

6.2. CALCUL DES NOTES PARTIELLES

Les trois notes partielles sont les notes moyennes de chaque jury (valeur technique, valeur artistique et Exécution).

Selon le nombre de juges dans le jury, les notes seront comptés comme suit:

Groupe de 4 juges:

- la note la plus élevée et la note le plus basse seront éliminées et la moyenne des deux notes centrales s'appellera « **note partielle** »
- la différence entre les notes moyennes doit être au maximum de 0,3pts

Groupe de 3 juges:

- la moyenne de toutes les notes sera calculée et le résultat sera la note partielle
- la différence entre toutes les notes ne peut être supérieure à 0,4pts

7. MODIFICATION DES RÈGLES

Le comité technique de l'IFAGG est chargé de modifier les règles.

ANNEXE 1: TECHNIQUE GEG

1. Philosophie GEG
2. Technique de base de la gymnastique
 - 2.1. Caractéristiques des équilibres
 - 2.2. Caractéristiques des sauts
3. Technique de base et caractéristiques des mouvements corporels
 - 3.1. Variation des mouvements corporels
 - 3.2. Série Mouvements Corporels
4. Critères des mouvements corporels : pour élever la valeur technique de l'équilibre ou du saut

1. Philosophie de la GEG

La gymnastique de groupe esthétique se compose de mouvements corporels naturels et stylisés où les hanches sont le centre du mouvement de base. Un mouvement effectué avec une partie du corps se reflète dans tout le corps. La philosophie du sport repose sur des mouvements harmonieux, rythmiques et dynamiques. L'utilisation naturelle de la force et le soutien de la fluidité du mouvement accompagnée d'une respiration naturelle. Le flux de mouvements doit être harmonieux et naturel comme s'ils avaient été créés par le mouvement précédent. Tous les mouvements doivent être exécutés de manière continue (fluide). Les mouvements doivent être clairement visibles et montrer la variété dans la dynamique et la variété dans la vitesse.

Tous les mouvements et les combinaisons de mouvements doivent être effectués selon la technique du mouvement total. Les changements entre les mouvements corporels ou les formations doivent être fluides. Dans la technique du mouvement total, le mouvement de tête est réfléchi dans toutes les parties du corps, lorsque le mouvement s'écoule vers l'extérieur à partir du centre du corps ou vers le centre du corps (hanches). Les mouvements sont liés les uns aux autres de façon à ce que le flux continue d'un mouvement à l'autre.

2. Technique de base de gymnastique

Dans le cadre de la technique AGG, la technique de gymnastique de base doit être visible. Une bonne technique de gymnastique de base se caractérise par : - bonne posture naturelle et épaules propres et ligne des hanches - un dégagement suffisant des jambes - de bonnes extensions (jambes, genoux, chevilles et bras, mains) - la technique des bons pieds, en particulier dans toutes les étapes, sauts et sauts, y compris le décollage pour sauts / sauts - précision des mouvements - variations de l'utilisation de la tension musculaire, de la relaxation et de la force - bonne coordination, équilibre, stabilité et rythme. Une bonne technique est permise par des compétences sportives telles que la coordination, la flexibilité, la force, la vitesse et l'endurance. Ayant les compétences athlétiques, le travail musculaire bilatéral et une bonne technique en équilibre permet aux gymnastes d'effectuer tous les mouvements d'une manière saine et sûre.

2.1 Caractéristiques des équilibres

Tous les équilibres doivent être effectués clairement. La durée de l'utilisation de la surface d'appui dans les mouvements doit être clairement visible. La forme doit être fixée et bien définie pendant l'équilibre.

Tous les équilibres doivent présenter les caractéristiques suivantes :

- la forme est fixée et bien définie pendant l'équilibre ("photo").
- hauteur suffisante de la jambe libre
- un bon contrôle du corps pendant et après l'équilibre

Les balances peuvent être statiques ou dynamiques.

Caractéristiques des équilibres statiques:

- des équilibres statiques peuvent être effectués sur une jambe, sur un genou ou en position "cosaque".
- pendant l'équilibre, la jambe libre doit être levée au minimum à 90 ° sans appui manuel ou au minimum 135 ° avec aide de la ou des mains.
- une seule jambe peut être pliée pendant l'équilibre (jambe de terre ou jambe libre).

Les équilibres dynamiques (tourlent, illusions, pivots) doivent présenter les caractéristiques suivantes:

- tourlent (promenade): un minimum de 180° doit être exécuter en maintenant une forme fixée avec un maximum de 3 appuis du talon pendant la rotation.
- illusion: une rotation de 360°
- pivot: un minimum de 360° doit être réalisé en maintenant une forme fixée
 - * les deux jambes peuvent être pliées pendant les pivots
 - *il peut être effectué à la fois sur un pied plat ou relevé.

Rotation insuffisante pendant le tourlent (minimum 180° dans une forme fixe), l'illusion et le pivot (minimum 360° dans une forme fixée) n'est pas considérée comme une difficulté.

2.2 Caractéristiques des sauts

Les sauts doivent avoir les caractéristiques suivantes:

- forme fixée et bien définie pendant le vol.
- forme fixée et bien définie lors de la rotation des sauts en tournant.
- bonne élévation pendant le saut
- un bon contrôle du corps pendant et après le saut
- le réception doit être légère et douce.

Tous les sauts qui ont une phase de « vol » et « forme » définie et fixée peuvent être considérés comme un saut de valeur A.

3. Technique de base et caractéristiques des mouvements corporels

Onde du corps

Onde avant du corps (forme de base)

L'onde commence avec un petit relâcher du corps et les hanches s'inclinent vers l'arrière collectant de la vitesse. Par un mouvement en demi-circulaire vers le bas, les hanches s'inclinent vers l'avant et vers le haut et exercent un mouvement de la colonne vertébrale sous la forme d'une vague. L'onde commence à partir des hanches et peut être considérée comme un mouvement ondulatoire à travers tout le corps. L'onde se termine par une extension.

Caractéristiques:

- le relâcher et la vitesse collecté pour le mouvement (avec la respiration)
- le bas des hanches s'incline vers l'avant et vers le haut
- l'effet de vague déferle dans tout le corps (avec respiration) et se termine par une extension

Onde du corps arrière (forme de base)

L'onde commence par une inclinaison du bas des hanches vers l'arrière et s'en suit une extension du corps vers le haut tout en déplaçant la poitrine en avant et permettant au cou de se pencher en arrière. Ensuite les hanches poussent vers l'avant et continuent un déroulement de la colonne vertébrale, qui se lève comme dans la forme d'une vague. La tête suit la dernière. L'onde est réfléchiée dans tout le corps et se termine par une extension.

Caractéristiques

- vitesse d'extension et la vitesse collecté pour le mouvement (respiration)
- incliner le bas des hanches vers l'arrière
- l'onde roule dans tout le corps (avec respiration) et se termine par une extension

Onde du corps latéral (forme de base)

L'onde commence par avec un petit relâcher du corps avec le poids sur une jambe. La vague continue en poussant les hanches d'un côté, ce qui entraîne le mouvement vers l'autre côté des hanches. Cela transfère le poids du corps d'une jambe à l'autre. Dans le même temps, le haut du corps et la tête équilibrent le mouvement en se relâchant du côté opposé. L'onde continue vers le haut à travers la colonne vertébrale et le haut du corps se lève sous une forme ondulée. La tête suit la dernière. L'onde est réfléchi dans tout le corps et se termine par une d'extension.

Caractéristiques

- le relâcher et la vitesse collecté pour le mouvement (respiration)
- repousser les hanches d'un côté
- l'onde roule dans tout le corps (avec respiration) et se termine par une extension

Swing (forme de base)

Un swing se compose de trois parties, qui sont:

- collecter de la vitesse par étirement (avec respiration)
- un mouvement de balancement lorsque la partie supérieure du corps est détendue (avec la respiration)
- terminer par une position bien contrôlée avec l'extension (avec respiration)

L'importance dans cette notion est l'alternance entre l'extension et le relâcher, ainsi qu'entre la puissance et la douceur. Un swing peut être fait, par ex. vers l'avant, d'un côté à l'autre et dans un plan horizontal.

Flexion du dos

Une flexion peut être effectuée dans des directions différentes, par ex. Vers l'avant, côté et de dos.

Caractéristiques de la flexion:

- forme claire et bien contrôlée
- les épaules doivent rester dans la même ligne et la flexion doit être uniforme sur toute la longueur du buste
- forme arrondie de la colonne vertébrale

Torsion

Une torsion doit avoir les caractéristiques suivantes:

- la différence de direction entre les épaules et les hanches doit être clairement visible (angle minimum de 75 ° entre les épaules et la ligne des hanches)
- forme et direction claires et bien contrôlées

Contraction

Dans une contraction, une partie des muscles du haut du corps se contractent activement et le reste du corps répond naturellement à la contraction.

Contraction des abdominaux (forme de base): contraction abdominal, les hanches sont inclinées vers l'avant, la poitrine inclinée vers les abdominaux, les épaules sont roulées vers l'avant et le dos ronds est rond.

Contraction du côté (forme de base):

les muscles latéraux du corps se contractent, l'épaule et la hanche du même côté sont tirés l'un vers l'autre.

Caractéristiques:

- le travail musculaire actif (muscles abdominaux, latéraux ou du dos) est dirigé vers le centre du corps
- le reste du corps répond naturellement à la contraction

Inclinaison / Ligne

Dans une fente, le penchant de tout le corps doit être montré, mais dans un maigre, seulement le haut du corps (à partir des hanches Vers le haut) doit former un angle (minimum 45 °) entre le corps et les jambes. Leans et lunges peuvent être soutenus Par la (les) main (s), et le contrôle musculaire et une ligne droite de la colonne vertébrale doivent être clairement visibles.

Un maigre et une fente doit avoir les caractéristiques suivantes:

- forme et ligne claires et bien contrôlées montrant une colonne vertébrale droite et tendue
- bon contrôle musculaire et posture dans le corps

Relacher

Le relacher commence à partir d'une position bien contrôlée (petite extension avec respiration). Dans la détente (avec respiration le bas des hanches est incliné vers l'avant, le dos rond, le cou reflète naturellement le mouvement et les épaules sont détendues. Le relacher doit être suivi d'une extension ou d'un mouvement permettant de liaison.

Caractéristiques:

- relâché du corps
- inclinaison des hanches

3.1 Variation des mouvements corporels

Les mouvements corporels peuvent être variés en les combinant avec différents types de mouvements de bras, mouvements de jambe, sauts, ou de pas et en les exécutant dans différents plans ou niveaux.

Les mouvements corporels peuvent également être modifiés en les combinant entre eux, par exemple: inclinaison avec torsion. La combinaison de deux mouvements corporels (ex : inclinaison et torsion sur le même mouvement) ne sera compté que comme un mouvement du corps.

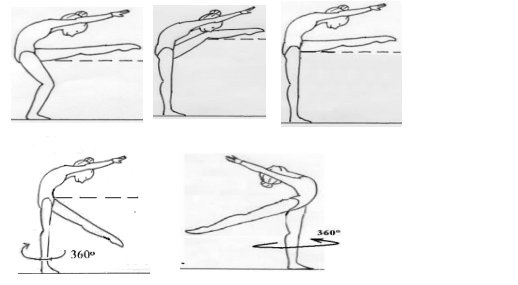

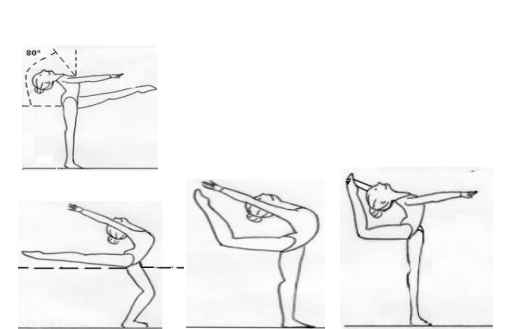
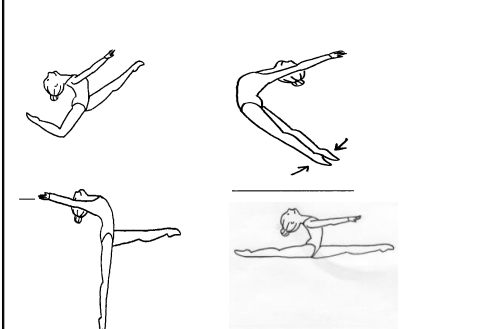
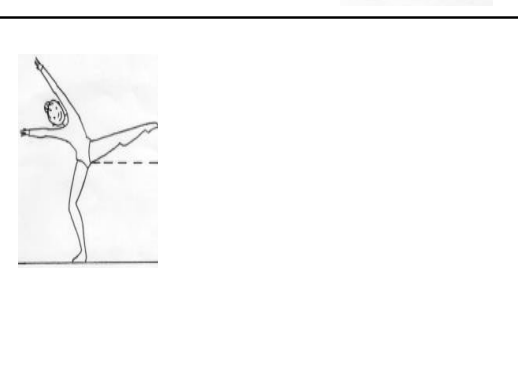
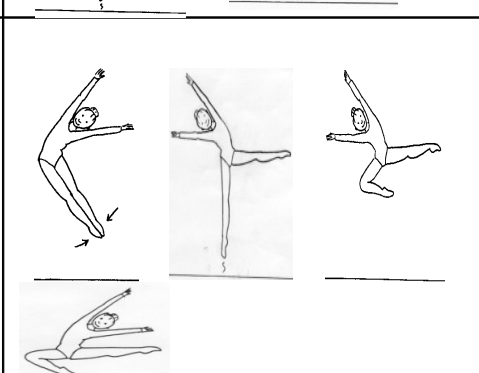
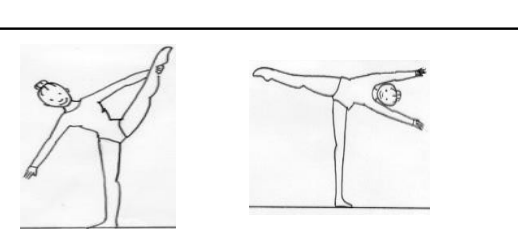
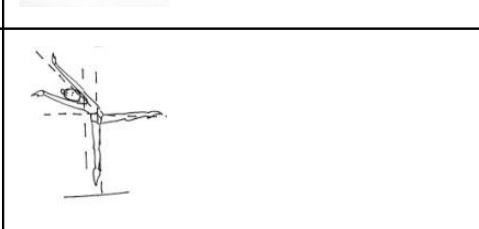
3.2 Série de mouvements corporels

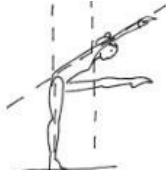
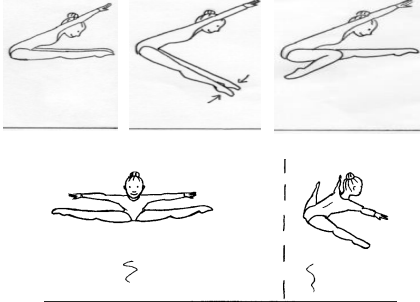


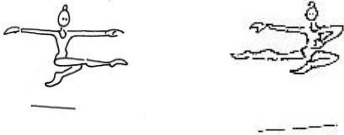
Dans une série de mouvements corporels, deux ou plusieurs mouvements du corps différents sont exécutés consécutivement et sans arrêt.. La fluidité est soutenue par la respiration naturelle et l'utilisation de la technique du mouvement corporel total Logiquement: les mouvements vers l'extérieur à partir du centre du corps et vers le centre du corps se suivent Dans un ordre logique.

Dans une série, tous les types de mouvements corporels peuvent être utilisés (y compris les variations de mouvements de base du corps et pré-acrobatiques).

4 Critères des mouvements corporels pour augmenter la valeur technique des équilibres ou sauts

Les critères suivants pour l'amplitude du mouvement du corps s'appliquent pour augmenter la valeur technique des équilibres et des sauts ou Saute de la valeur A à la valeur B:

Mouvement corporel	Exemple d'équilibre	Exemple de saut
<p>flexion (en avant) : le dos est arrondi, la poitrine et le haut du dos sont penché vers les hanches</p> <p>remarque : dans un pivot la jambe libre peut être en dessous des 90°, pliée ou tendue</p>		
<p>flexion (en arrière) : la poitrine (sternum) étirée vers l'arrière ,minimum 80°, par rapport à la verticale du corps. L'ensemble du dos ne doit pas se courber (juste une partie suffit). Quand la jambe libre est derrière, le haut de la tête est aligné aux hanches et aux épaules</p>		
<p>flexion (de côté) : L'épaule opposée (l'épaule gauche quand on est penché vers la droite, et vice versa) est sur la même ligne verticale que les hanches. (ex : quand la flexion est à droite, l'épaule gauche est aligné avec la hanche droite). Les mêmes règles s'appliquent sur l'autre jambe</p>		
<p>Inclinaison (de côté) de 45°</p>		

<p>Inclinaison (en avant) à 45°</p>		
<p>Inclinaison (en arrière) à 45°</p>		
<p>Torsion du haut du corps: Les épaules doivent créer un angle minimum de 75° avec la ligne des hanches</p>		
<p>Contraction des abdominaux : le dos doit être rond et situé derrière la ligne des hanches et des épaules.</p>	