



GAF - LETTRE FFG n°1 - SEPTEMBRE 2015

Application immédiate

Annule et remplace les lettres FFG de la saison 2014-2015

LIBRE FFG

Les grilles d'éléments remises à jour seront téléchargeables sur le site de la FFG (base documentaire de l'extranet fédéral).

Une nouvelle version de la brochure des programmes GAF prenant en compte toutes ces modifications sera prochainement disponible auprès de France Promo Gym. L'utilisation de l'ancienne version reste toutefois possible en la complétant par les documents joints.

PRINCIPE :

Ne sont reconnus que les éléments des grilles.

RAPPEL :

- ◆ Pour être validées, les bonifications doivent être réalisées sans chute.
- ◆ En Trophée Fédéral par équipes ou en individuelles, le programme Libre FFG est plafonné à 1.20 points.

SAUT

Page 12 : Grille d'éléments totalement modifiée

- suppression de la colonne Mini-trampoline,
- suppression de la ligne Saut de lapin saut extension
- modification de la cotation des sauts

Descriptif	1 tremplin	Double tremplin ou Trampo tremp
Lune	8.50	7.50
½ tour – 1/1 tour	8.50	7.50
Rondade flip	8.50	7.50
Rondade ½ tour - lune	8.50	7.50
Lune vrille	9.50	8.00
Tsukahara groupé ou carpé	10.00	8.50
Lune salto	11.00	9.50
Yurchenko groupé ou carpé	11.00	9.50
Tsukahara tendu	12.00	10.50

Remarque : Le double tremplin n'est pas autorisé pour les sauts Yurchenko

Précisions

- Si la gym réalise un double appui manuel sur la table de saut, le saut sera considéré comme « Nul » → « le saut est tellement mal exécuté qu'il ne peut pas être reconnu ».
- Une gymnaste tente lune vrille mais la rotation n'est pas terminée, le saut sera considéré comme « Nul » car la lune ½ tour n'est pas répertoriée dans la grille d'éléments.

BARRES

Bonifications

↪ Suppression à 0.10 de l'utilisation des 2 barres (passage d'une barre à l'autre en utilisant un élément de la grille) et substitution par :

- utilisation des 2 barres avec 1 élément avec envol 0.30
- utilisation des 2 barres avec 2 éléments différents avec envol 0.50

Grille d'éléments

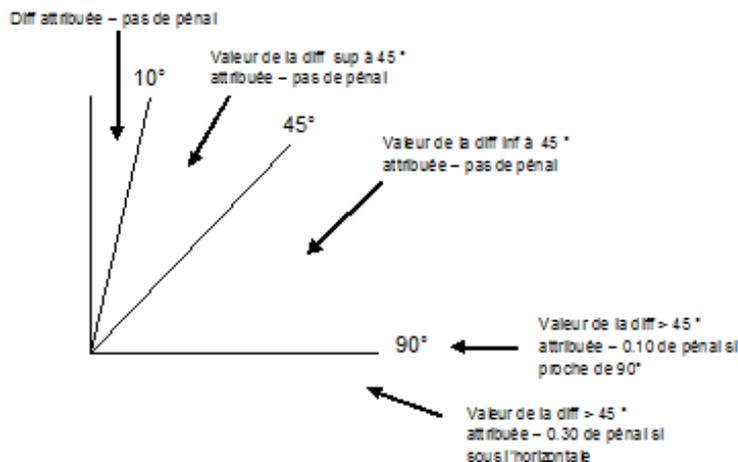
- 2.04b suppression
 - 6.08 / 6.08' modification en groupé ou carpé
 - modification des éléments 1.10 / 1.10b / 2.12 / 2.12' / 6.12b / 6.12b' / 3.06 / 4.08 en $< 45^\circ$
- Pénalisation pour ces éléments : 0.10 si proche de l'horizontale et 0.30 sous l'horizontale
- 1.12 / 1.12b / 2.14 / 2.14' / 3.08 / 4.10 / 6.14b / 6.14c rajout de ces éléments en $> 45^\circ$
 - 2.02 / 2.02b / 2.02c maintien demandé 2 secondes au lieu de 3. Si ces éléments sont maintenus 1s élément reconnu mais pénalité de 0.30 → si non maintenu non reconnaissance de l'élément.

Précisions

- 6.10b envol BI-BS par contremouvement : pénalisation de 0.50 si cet envol est suivi d'un élément à 0.20 ou 0.40 mais reconnaissance de ceux-ci.
- 6.08 sortie salto arrière groupé : si amenée du 5.04b (de la suspension filée avant) ou du 5.04b (filée avant de l'appui) les 2 balancés seront comptabilisés si réellement exécutés. Si un seul balancé : élément non reconnu sans pénalisation pour élan intermédiaire.
- 3.06 élan $< 45^\circ$: si la position de planche n'est pas clairement visible = non reconnaissance de l'élément.

Déductions spécifiques pour fautes d'angles

Prises d'élan à l'ATR et éléments circulaires sans rotation longitudinale à l'ATR



POUTRE

Bonifications

- ↪ Modification à 0.30 de la sortie en liaison qui devient : sortie en liaison avec un élément acrobatique avec envol
- ↪ Suppression à 0.10 de la série mixte sans envol
- ↪ Ajouter dans le texte en italique sous les séries mixtes : les éléments 4.02 / 5.02 et **4.02b** (soubresaut) ne peuvent pas être utilisés dans une série mixte.
- ↪ Suppression à 0.10 d'1 saut écart à 180°
- ↪ Suppression à 0.30 des 2 sauts écarts différents ou plus à 180°

Grille d'éléments

- 2.02 Pour être reconnu, l'ATR passager doit être réalisé jambes serrées, corps aligné dans les 10° de la verticale.
- 2.04 Pour être reconnu, l'ATR doit être maintenu 2 secondes en position jambes serrées ou écartées = même élément. Si non maintien de l'ATR en position écartée, non reconnaissance de l'élément qu'il soit isolé ou en série.
- L'élément 4.16b devient le 4.12

Précisions

- Pour les éléments de maintien demandés 2s → si maintenus 1s éléments reconnus mais pénalité de 0.30 → si non maintenus non reconnaissance de ces éléments.
- Les sauts gymniques peuvent être réalisés en position transversale ou latérale avec la même valeur mais ne seront reconnus qu'une seule fois.
- Temps maximum à la poutre 1min30. Pénalisation pour dépassement du temps :
 - Jusqu'à 1min45 – 0.10
 - Au-delà – 0.50
- Précision pour manque de mouvements latéraux = avec ou sans déplacement
- Reconnaissance de séries : validation si la jambe libre devient jambe d'appui.

SOL

Bonus de composition

- ↪ Précision concernant le passage ou la série gymnique de 2 sauts différents (groupe 6) :
1 passage ou 1 série gymnique de 2 sauts différents liés directement ou non. L'objectif étant de créer un grand déplacement fluide, les sauts appel 2 pieds ne sont pas autorisés.

Grille d'éléments

- 6.02 / 6.08 / 6.14 suppression
- 3.06c modification en groupé ou carpé
- Modification du 6.10b en avec ou sans pied tête
- L'élément 6.10g devient le 6.08d
- L'élément 6.14e devient le 6.12c
- L'élément 6.10d devient le 6.08c
- L'élément 6.12 devient le 6.10d
- L'élément 6.12 devient le 6.10g
- L'élément 6.16 devient le 6.12
- L'élément 6.16c devient le 6.12b
- L'élément 6.16b devient le 6.14
- Modification du dessin 6.16d

Précisions

- 2.04b La reconnaissance de cet élément se fait à partir du moment où la gymnaste remonte debout après le pont.
- 1.06 La roulade élevée est reconnue si réalisée avec une grande phase d'envol visible avec corps en alignement (saut de l'ange)

- Sortie : dernier élément ou meilleur élément d'une ligne acrobatique des groupes 1, 2, 3 et 4 excepté le 2.04 (élément gymnique)
- Dans le cas d'un élément répété en sortie, application de la même règle que dans le code FIG, on ne comptabilise que 7 éléments, mais pas de pénalisation pour absence de sortie.

- Déductions pour artistique et chorégraphie :
Absence d'un tour de 360° minimum sur 1 pied à modifier en : «Absence d'un élément du groupe 5 ».

FIG Aménagé

RAPPEL : Les bonifications devront apparaître dans la case « bonification » des feuilles de match et devront être saisies en bonification dans le logiciel FFGComp.

SAUT

Protocole :

- Nombre de sauts d'échauffement pour chaque gymnaste = 3
- La gymnaste réalise son 1er saut
- Le jury annonce Note D et total de pénalisation
- En connaissance de cause la gymnaste réalise son 2ème saut.

↳ Modification de la bonification à 0.50 :

2 sauts **dont le premier envol est différent** et avec rotation transversale dans le 2^{ème} 1.50 ou moins de fautes d'exécution pour chacun d'eux.

SOL

Ajouter les Valeurs de Liaisons (VL) mixtes suivantes :

C (acro) + A (gymnique) = + 0.10

D (acro) + A (gymnique) = + 0.20

Programme Libre FFG - MAJ Septembre 2015

CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff
Barres Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (mouvement en 1 partie)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =	
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément Grp 1	1 élément Grp 2	1 élément Grp 3	1 élément Grp 5	TOTAL Bonus Compo
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =
	1 élément passant par ATR	0,30	1 changement de barre avec envol	0,30	Bonification Spé suppl Prg Avenir			TOTAL Bonif
	ou 2 éléments passant par ATR	0,50	ou 2 changement de barre avec envol	0,50	1 changement de face			0,50
	ou 3 éléments ou + passant par ATR	0,80						TOTAL Déductions
								NOTE FINALE
CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff
Barres Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (mouvement en 1 partie)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =	
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément Grp 1	1 élément Grp 2	1 élément Grp 3	1 élément Grp 5	TOTAL Bonus Compo
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =
	1 élément passant par ATR	0,30	1 changement de barre avec envol	0,30	Bonification Spé suppl Prg Avenir			TOTAL Bonif
	ou 2 éléments passant par ATR	0,50	ou 2 changement de barre avec envol	0,50	1 changement de face			0,50
	ou 3 éléments ou + passant par ATR	0,80						TOTAL Déductions
								NOTE FINALE
CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff
Barres Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (mouvement en 1 partie)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =	
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément Grp 1	1 élément Grp 2	1 élément Grp 3	1 élément Grp 5	TOTAL Bonus Compo
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =
	1 élément passant par ATR	0,30	1 changement de barre avec envol	0,30	Bonification Spé suppl Prg Avenir			TOTAL Bonif
	ou 2 éléments passant par ATR	0,50	ou 2 changement de barre avec envol	0,50	1 changement de face			0,50
	ou 3 éléments ou + passant par ATR	0,80						TOTAL Déductions
								NOTE FINALE

Programme Libre FFG - MAJ Septembre 2015

CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff
Poutre Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (6 ACRO Maxi - 2 GYM Mini)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =	
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément du grp 2 et 1 élément du grp 3	1 élément du Grp 5	1 série gym de 2 éléments diff (grp 4 et 5)	1 série acro de 2 éléments ident ou diff (grp 2 - 3) sauf ATR ATR	TOTAL Bonus Compo
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =
	série mixte avec acro envol 0,30		série acro dt 1 élément avec envol et pose de mains 0,10		Bonification Spé suppl Prg Avenir			
	ou série mixte avec salti 0,50		ou série acro de 2 éléments avec envol et pose de mains 0,30		1 série Acro de 3 éléments dt 2 avec envol) (aussi en liaison avec la sortie) 0,30			
	Sortie en liaison avec 1 élément acro avec envol 0,30		ou série acro dt 1 salto 0,50			Artistique	TOTAL Déductions	TOTAL Bonif
								NOTE D
								NOTE FINALE

CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff
Poutre Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (6 ACRO Maxi - 2 GYM Mini)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =	
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément du grp 2 et 1 élément du grp 3	1 élément du Grp 5	1 série gym de 2 éléments diff (grp 4 et 5)	1 série acro de 2 éléments ident ou diff (grp 2 - 3) sauf ATR ATR	TOTAL Bonus Compo
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =
	série mixte avec acro envol 0,30		série acro dt 1 élément avec envol et pose de mains 0,10		Bonification Spé suppl Prg Avenir			
	ou série mixte avec salti 0,50		ou série acro de 2 éléments avec envol et pose de mains 0,30		1 série Acro de 3 éléments dt 2 avec envol) (aussi en liaison avec la sortie) 0,30			
	Sortie en liaison avec 1 élément acro avec envol 0,30		ou série acro dt 1 salto 0,50			Artistique	TOTAL Déductions	TOTAL Bonif
								NOTE D
								NOTE FINALE

CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff
Poutre Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (6 ACRO Maxi - 2 GYM Mini)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =	
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément du grp 2 et 1 élément du grp 3	1 élément du Grp 5	1 série gym de 2 éléments diff (grp 4 et 5)	1 série acro de 2 éléments ident ou diff (grp 2 - 3) sauf ATR ATR	TOTAL Bonus Compo
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =
	série mixte avec acro envol 0,30		série acro dt 1 élément avec envol et pose de mains 0,10		Bonification Spé suppl Prg Avenir			
	ou série mixte avec salti 0,50		ou série acro de 2 éléments avec envol et pose de mains 0,30		1 série Acro de 3 éléments dt 2 avec envol) (aussi en liaison avec la sortie) 0,30			
	Sortie en liaison avec 1 élément acro avec envol 0,30		ou série acro dt 1 salto 0,50			Artistique	TOTAL Déductions	TOTAL Bonif
								NOTE D
								NOTE FINALE

Programme Libre FFG - MAJ Septembre 2015

CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff	
Sol Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (4 élément ACRO et 4 élément GYM)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =		
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément Grp 3	1 élément Grp 4	1 salto ou renversement libre	1 passage ou série gym de 2 sauts (grp 6) Réf définition code FIG	TOTAL Bonus Compo	
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =	
	2 séries de sens différents peuvent être bonifiées (à l'avantage de la gym) - Par série, les 2 meilleures bonifications sont prises en compte								TOTAL Bonif
	2 éléments acro liés avec envol	0,10	2 éléments acro liés avec envol dont 1 salto	0,20	2 salti en liaison directe (identiq ou diff)		0,30		
						Artistique	TOTAL Déductions	NOTE D	
								NOTE FINALE	
CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff	
Sol Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (4 élément ACRO et 4 élément GYM)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =		
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément Grp 3	1 élément Grp 4	1 salto ou renversement libre	1 passage ou série gym de 2 sauts (grp 6) Réf définition code FIG	TOTAL Bonus Compo	
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =	
	2 séries de sens différents peuvent être bonifiées (à l'avantage de la gym) - Par série, les 2 meilleures bonifications sont prises en compte								TOTAL Bonif
	2 éléments acro liés avec envol	0,10	2 éléments acro liés avec envol dont 1 salto	0,20	2 salti en liaison directe (identiq ou diff)		0,30		
						Artistique	TOTAL Déductions	NOTE D	
								NOTE FINALE	
CLUB :		NOM :		0,20 x =	0,40 x =	0,60 x =	0,80 x =	TOTAL Diff	
Sol Libre FFG	8 élément Maxi y compris la sortie (4 élément ACRO et 4 élément GYM)			1,00 x =	1,20 x =	1,40 x =	1,60 x =		
	Les éléments doivent appartenir à la grille FFG			1 élément Grp 3	1 élément Grp 4	1 salto ou renversement libre	1 passage ou série gym de 2 sauts (grp 6) Réf définition code FIG	TOTAL Bonus Compo	
	Plafond valeur de diff: max 1,20 DF - mini 0,60 Avenir							0,50 x =	
	2 séries de sens différents peuvent être bonifiées (à l'avantage de la gym) - Par série, les 2 meilleures bonifications sont prises en compte								TOTAL Bonif
	2 éléments acro liés avec envol	0,10	2 éléments acro liés avec envol dont 1 salto	0,20	2 salti en liaison directe (identiq ou diff)		0,30		
						Artistique	TOTAL Déductions	NOTE D	
								NOTE FINALE	

