



BROCHURE TECHNIQUE – GYM' RYTHM'

18/19







 **île de France**



www.crif-ffgym.com

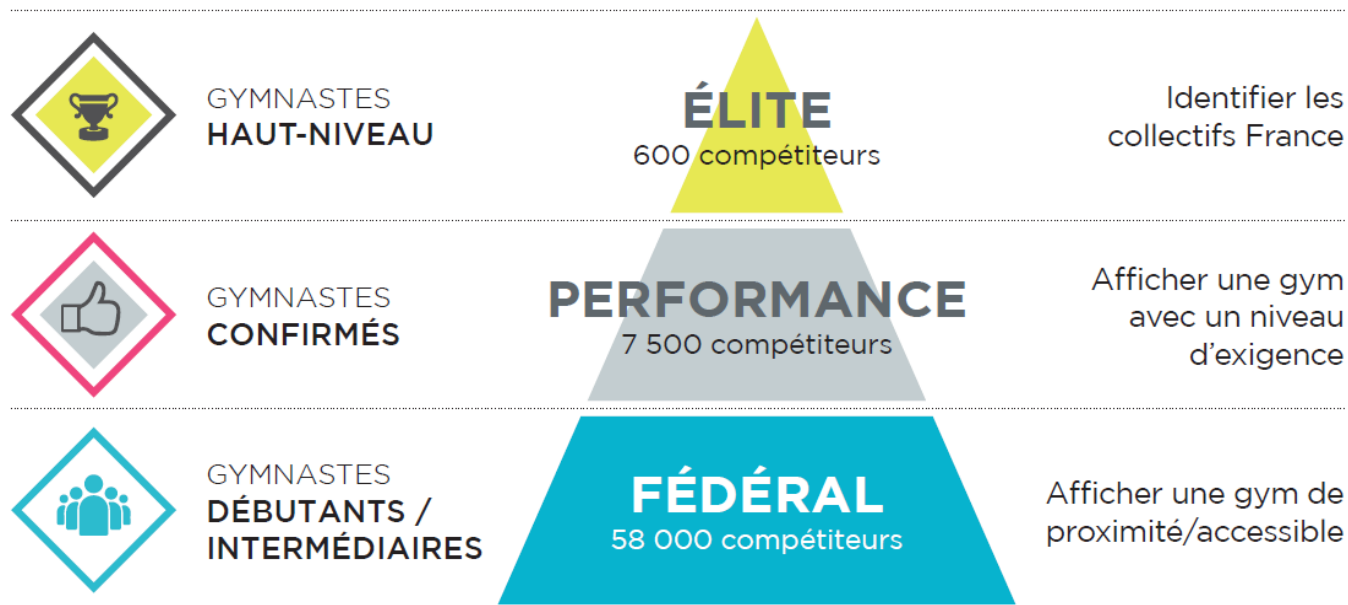
GYMNOVA



ORGANISATION CRIFGYM	2
Les niveaux de Pratique	2
L'organisation Territoriale Régionale Francilienne.....	4
COMPETITIONS	5
Généralités.....	5
Les possibilités d'engagement Individuels-Équipe/Ensemble/Duo.....	6
Tableaux synoptiques des catégories à finalité Régionale ou InterDépt.	10
Calendriers 2018/2019	11
Programmes	13
REGROUPEMENTS.....	26
 Filière Fédérale.....	26
 Filière Performance	27
ACTIVITES DU POLE ESPOIR	29
 Projet de Performance Fédéral – P.P.F.	29
 Gym-Eval.....	29
 La Ruche.....	30
 Portes Ouvertes à tous les entraîneurs des clubs franciliens	31
INFORMATIONS CADRES ET JUGES	31
REGLEMENTATION GENERALE REGIONALE	32
Secteur Jugement.....	32
Engagements	33
Informations générales	35
Bons de soutien pour les compétitions organisées en IdF.....	35
CONTACTS.....	36
ANNEXES.....	38
Liens utiles	38
Où se procurer la documentation technique ?	38

Les niveaux de Pratique

Une discipline, deux pratiques : individuel ou ensemble à tous les niveaux.



Ces tableaux sont édités à titre indicatif et n'imposent aucune obligation d'organisation aux clubs

Access Gym
La gym comme j'aime

Voir les plans d'action départementaux

Individuel



Filière FEDERALE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes	Période
7 à 9 ans	Débutant à Entraîné	ACCESSGYM GR	Éléments de base	Program Club
	Débutant à Entraîné	CF12 3	Éléments techniques simples	Février à Juin
10 ans et +	Débutant	Régionale individuel 2	Libre – diff. à 0,10	Février à Mars
	Débutant à Initié	Régionale individuel 1	Libre – diff. à 0,10 + autorisées	Octobre à Décembre
	Initié à Entraîné	Fédérale Individuel	Libre – diff. à 0,10 + autorisées	Octobre à Janvier



Filière PERFORMANCE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes	Période
7 à 9 ans	Entraîné à Expert	CF 4 5	Éléments techniques simples	Février à Juin
7 à 9 ans	Entraîné à Expert	Nationale (B)	Libre - liste diff. imposées	Octobre à Décembre
10 à 11 ans	Entraîné à Expert	Nationale (B et C)	Libre - liste diff. imposées	Octobre à Janvier
12 ans et +	Entraîné à Expert	Nationale (A, B et C)	Toutes diff. code FIG	Octobre à Janvier



Filière ELITE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes	Période
10 ans et +	Super Expert	Avenir, Espoir, Junior, Sénior	CdP FIG (sauf Avenir)	Octobre à Juin

Ensemble ou équipe



Filière FEDERALE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes	Période
7 à 9 ans	Débutant à Initié	Fédérale B Ensemble	Libre – diff. à 0,10	Février à Mai
10 ans et +	Débutant à Initié	Régionale Ensemble	Libre – diff. à 0,10	Février à Mai
	Débutant à Initié	Régionale Duo	Libre – diff. à 0,10 + autorisées	Février à Mai
	Initié à Entraîné	Fédérale B	Libre – diff. à 0,10	Février à Juin
	Initié à Entraîné	Fédérale A et C	Libre – diff. à 0,10 + autorisées	Février à Juin



Filière PERFORMANCE

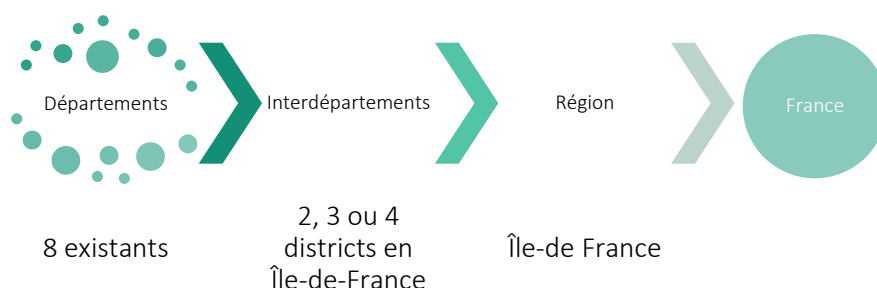
Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes	Période
7 à 9 ans	Entraîné à Expert	Nationale Ensemble	Toutes diff. code FIG	Février à Avril
10 ans et +	Entraîné à Expert	Nationale Équipe, Ensemble ou Duo	Toutes diff. code FIG	Février à Mai



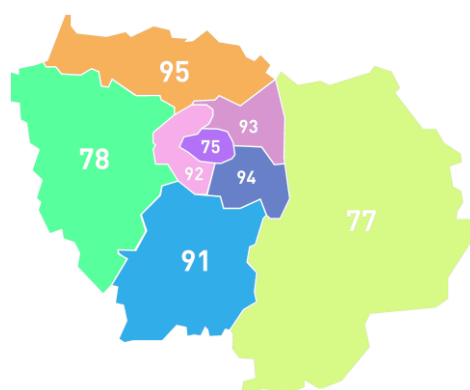
Filière ELITE

Age	Niveau de Pratique	Dénomination	Programmes	Période
10 ans et +	Super Expert	Ensemble France	Code FIG	

L'organisation Territoriale Régionale Francilienne

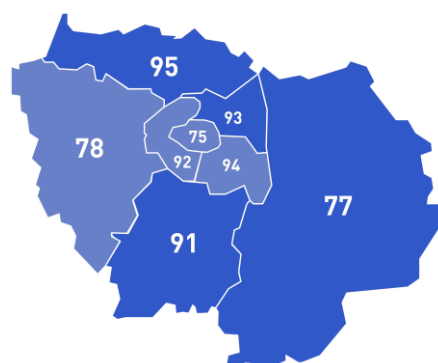


Cartographie départementale



Cartographie Interdépartementale : [variable selon les programmes](#)

- Performance, Fédérale et Régionale 2 Individuels : 4 secteurs ; la répartition des clubs est établie en fonction en priorité du nombre d'engagés annuel afin de répartir équitablement les effectifs sur les 4 secteurs, puis du mixage départemental et de la proximité.
- Performance Ensembles/Duos/Équipes, Régionale 2 Individuels : 2 districts



- Fédérale Ensembles, Régionale Ensembles/Duos : 3 secteurs ; la répartition suit les mêmes règles que celles précédemment citées ci-dessus pour les individuels
- Coupes Formations 2 et 3 : 3 secteurs ; la répartition suit les mêmes règles que celles précédemment citées ci-dessus pour les individuels. La répartition peut être différente de celle des ensembles, fédérale et Régionale

Généralités

Les circuits Compétitifs



Il est délivré un Titre



Pas de titre, seulement un palmarès



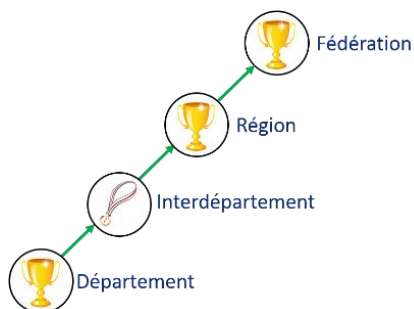
Étape d'Orientation



Filière FEDERALE INDIVIDUEL et ENSEMBLES/DUOS

Fédérale Individuel

Octobre à Janvier



Régionale Individuel 1

Octobre à Décembre



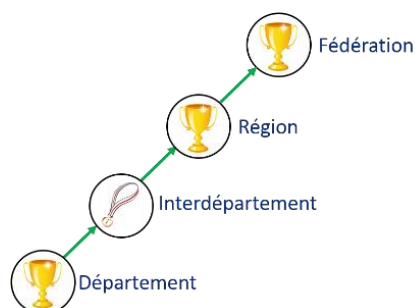
Régionale Individuel 2

Février à Mars



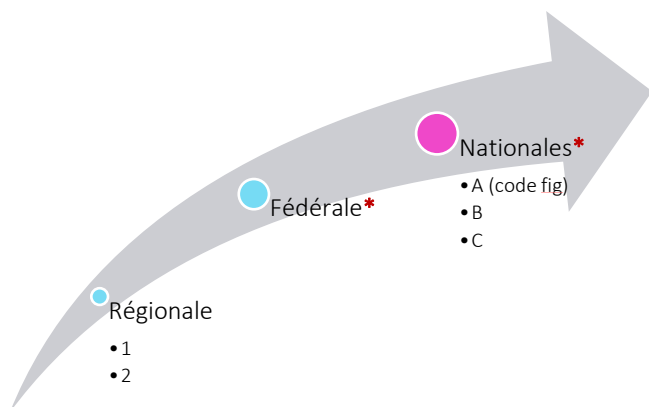
Filière PERFORMANCE INDIVIDUEL et ENSEMBLES/DUOS/EQUIPES

Octobre à Janvier

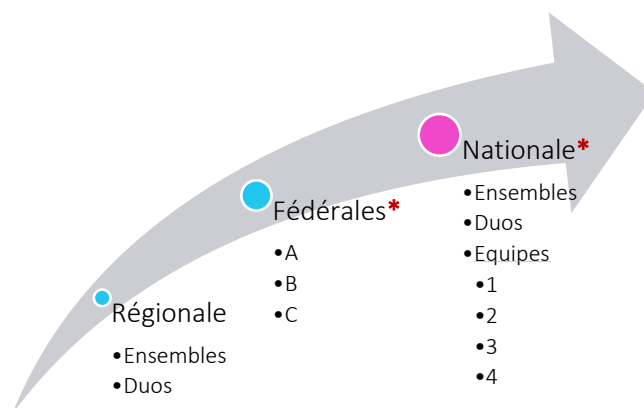


Déclinaison des différents niveaux

Les Individuels



Les Ensembles



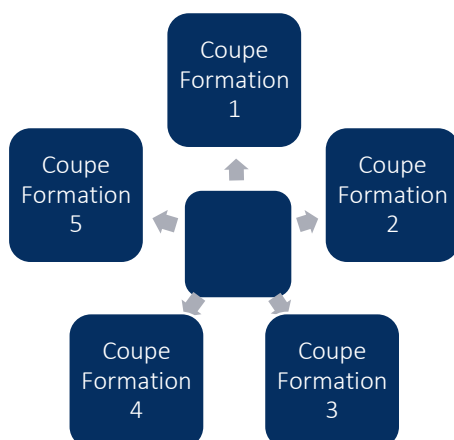
* Finalité Nationale pour toutes les tranches d'âges hors 7-8-9 ans

Les possibilités d'engagement Individuels-Équipe/Ensemble/Duo

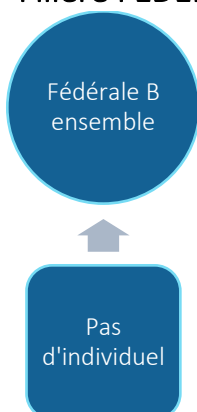
Concordance des niveaux de pratique Ens/Duo/Indiv

Type	Filière	Catégorie	Possibilités (lire en vertical)				
Individuels	Elite	Elite					
	Performance	Nationale A					
		Nationale B					
		Nationale C					
	Fédérale	Fédérale					
		Régionale 1					
Régionale 2							
Equipes/Ensembles	Elite	Villancher	↕	↕	↕	↕	↕
	Performance	Nationale équipe					
		Nationale Ensemble	1 seule ELITE				
		Nationale Duo	1 seule ELITE				
	Fédérale	Fédérale A					
		Fédérale B					
		Fédérale C					
		Régionale Ensemble					
Régionale Duo							

Compétitions proposées aux 7-8-9 ans



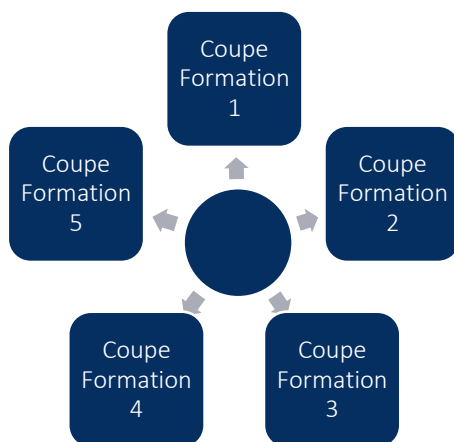
Filière FEDERALE



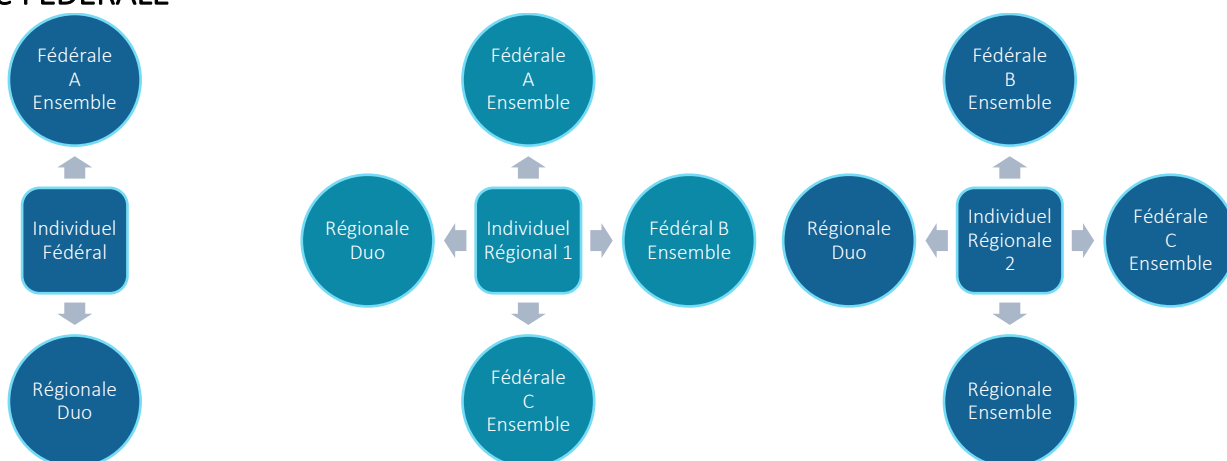
Filière PERFORMANCE INDIVIDUEL



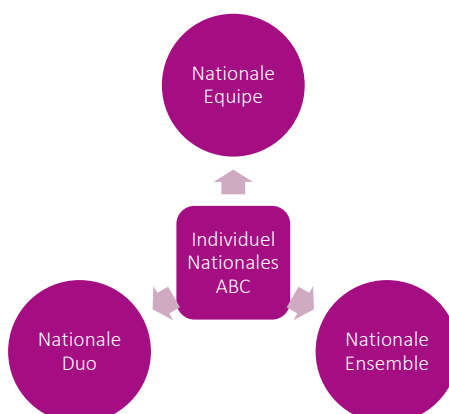
Compétitions proposées aux 10/11 ans



Filière FEDERALE



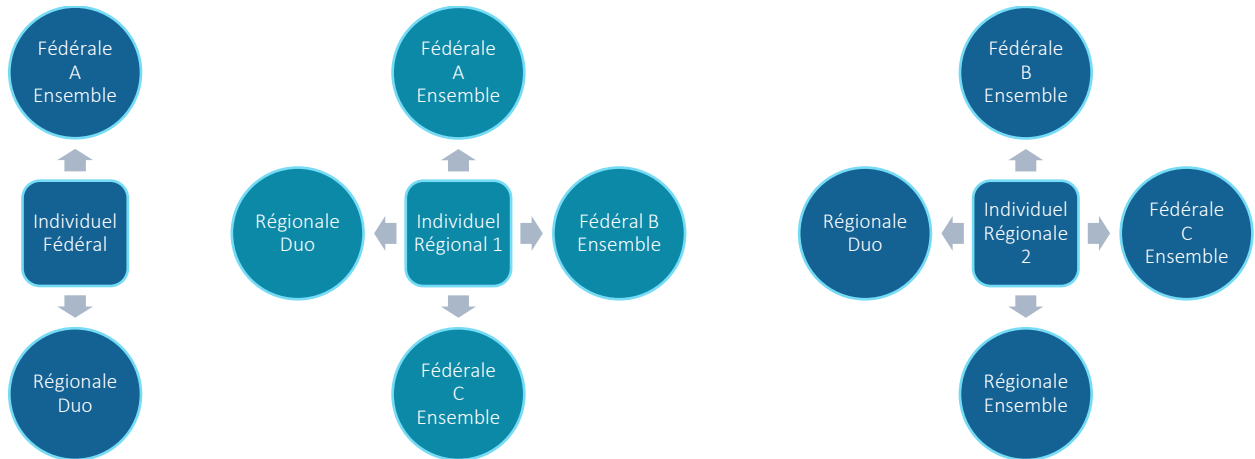
Filière PERFORMANCE INDIVIDUEL



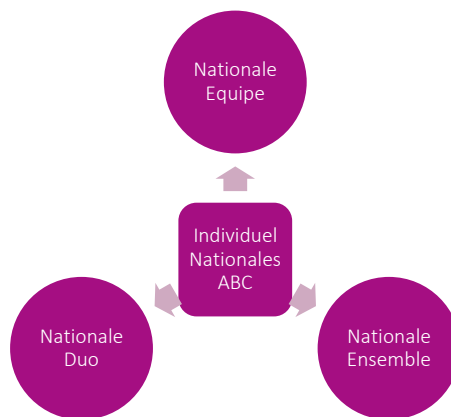
Compétitions proposées aux 12 ans et +



Filière FEDERALE




Filière PERFORMANCE INDIVIDUEL




Tableaux synoptiques des catégories à finalité Régionale ou InterDépt.

Individuels

Titre de la Compétition \ Catégories		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et+
		2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001 et avant
	Nationale B	ML											
	Régionale 1				Cerceau								
							Corde						
									Cerceau				
											Libre		
	Régionale 2*				Cerceau								Libre
							Cerceau						
									Ballon				
											Libre		
													Libre

* Finalité Interdépartementale

Ensembles & Duos

Titre de la Compétition \ Catégories		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et+	
		2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001 et avant	
	Nationale	Cerceaux												
	Fédérale B ensemble	Mains Libres												
			Cerceaux											
	Régionale Ensemble				Ballons									
							Massues							
									Cerceaux					
											Ballons/Cerceaux			
													Cerceaux/ Massues	
	Régionale Duo*				Cerceaux									
							Ballons							
									Cerceau/Ballon					
											Cordes			
												Massues		

* Un duo par club par catégorie

Calendriers 2018/2019

Calendrier des compétitions uniquement

	INDIVIDUEL : NATIONALE FEDERALE REGIONALE 1	EQUIPE-ENSEMBLE- DUO : NATIONALE	ENSEMBLE : FEDERALE	ENSEMBLE, DUO : REGIONALE	INDIVIDUEL : REGIONALE 2	COUPES FORMATIONS ET AUTRES	
Ouverture pré-engagements	01/09/2018				01/10/2018		
Dates limites pré-engagements	08/09/2018				31/10/2018		
Ouverture engagements	01/09/2018				02/11/2018		
Dates limites engagement	14/09/2018				14/12/2018		
Départements	Voir plans d'action départementaux						
Interdépartements	17 et 18 /11/2018	16 et 17 /03/2019	6 et 7 /04/2019		16 et 17 /03/2019	CF Étape 1	23 et 24 03/2019
Région	NB 10/11 ans Tests Ph. & Morpho. 05/12/2018 15 e 16 /12/2018	13 et 14 /04/2019	11 et 12 /05/2019	19/05/2019		CF Étape 2	1 et 2 06/2019
France	26 et 27 /01/2019	25 et 26 /05/2019	8 et 9 /06/2019			Championnat de France	
International						Tournoi International de Thiais 30 et 31 mars 2019	
						Tournoi International de Corbeil-Essonnes 4 et 5 mai 2019 ???	

Version 5 Juin 2018		Individuels				Ensembles/Duos/Équipes			CF	Tournois et Elite
		Performance	Fédérale	Régionale 1	Régionale 2	Performance	Fédérale	Régionale	1, 2, 3 et 4	
SEPT	1 et 2 – IX									
	8 et 9 – IX									
	15 et 16 – IX	14 sept - Date Limite engagement								
	22 et 23 – IX									
	29 et 30 – IX									
OCT	6 et 7 – X									
	13 et 14 - X	Dépt DL *	Dépt DL *	Dépt DL *						
	20 et 21 - X									
	27 et 28 – X									
NOV	3 et 4 - XI									
	10 et 11 - XI									
	17 et 18 - XI	Inter Dept	Inter Dept	Inter Dept						
	24 et 25 - XI									
DEC	1 et 2 - XII									Revue d'effectifs
	8 et 9 – XII									
	15 et 16 – XII	Région	Région	Région	14 Déc - Date Limite engagement					
	22 et 23 - XII									
	29 et 30 - XII									
JAN	5 et 6 - I									
	12 et 13 – I									
	19 et 20 – I									
	26 et 27 – I	Finale	Finale							
FEV	2 et 3 – II									
	9 et 10 – II									
	16 et 17 – II				Dépt DL *	Dépt DL *	Dépt DL *	Dépt DL *		
	23 et 24 – II									
MARS	2 et 3 – III									
	9 et 10 – III									
	16 et 17 – III				Inter Dept	Inter Dept				
	23 et 24 - III								Étape 1	
	30 et 31 – III									Tournois de Thiais
AVR	6 et 7 – IV						Inter Dept	Inter Dept		
	13 et 14 - IV					Région				
	20 et 21 – IV									
	27 et 28 – IV									
MAI	4 et 5 - V									Tournois de Corbeil ?
	11 et 12 – V						Région			
	18 et 19 – V							Région		
	25 et 26 - V					Finale				
JUN	1 et 2 - VI								Étape 2	
	8 et 9 – VI						Finale			





Programmes

Généralités Techniques

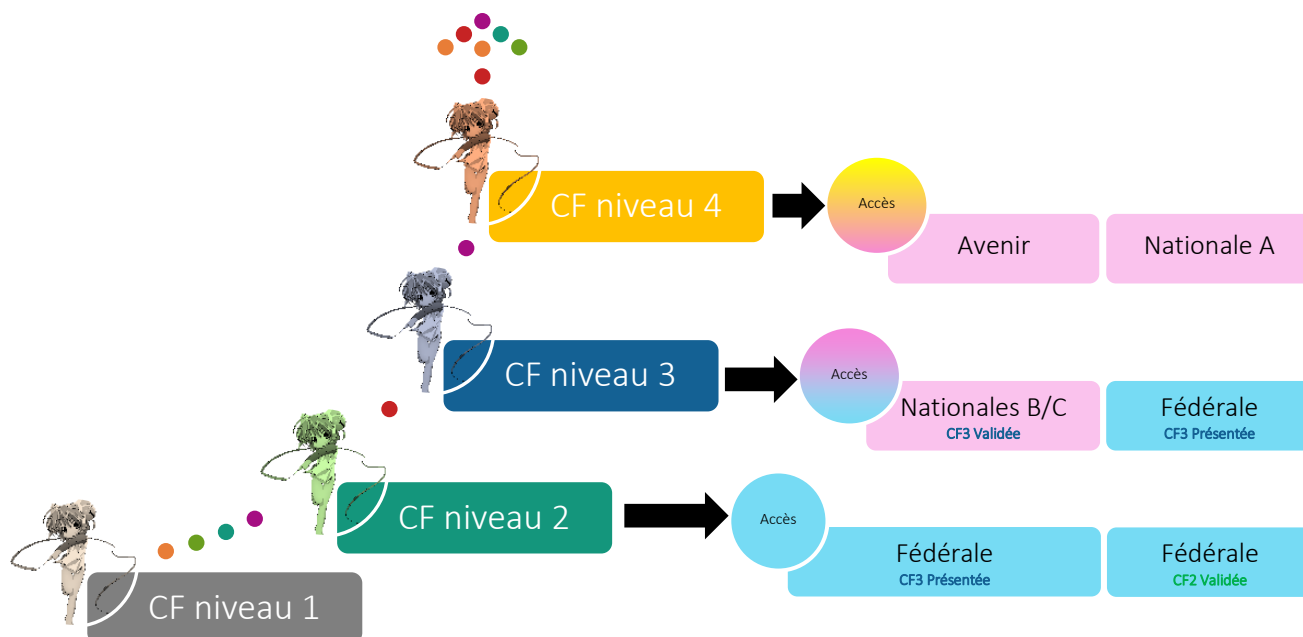
Musiques

Les musiques avec paroles sont autorisées pour toutes les catégories.

Temps des Enchainements

	Filière	Dénomination	Tps
Ensembles/Duos	 Performance	Équipe Nationale	2'15" à 2'30"
		Ensemble Nationale	2'00" à 2'30"
		Duo Nationale	1'30" à 2'00"
	 Fédérale	Fédérale A Ensemble	1'30" à 2'00"
		Fédérale B Ensemble	1'15" à 1'45"
		Fédérale C Ensemble	1'45" à 2'00"
		Régionale Ensemble	1'15" à 1'30"
		Régionale Duo	1'15" à 1'45"
	Individuels	 Elite	Elite
 Performance		Nationales A, B, C	1'15" à 1'30"
 Fédérale		Fédérale, Régionales 1 et 2	1'15" à 1'30"

Coupes Formations



ENGAGEMENTS :

Modalité : via l'extranet fédéral

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Déc. 2018	01/10/2018	Ouverture des pré-engagements
	31/10/2018	Clôture des pré-engagements
	02/11/2018	Ouverture des engagements
	14/12/2018	Clôture des engagements

Coupe Formation niveau 1

ORGANISATION A LA CHARGE DES CLUBS

Coupe Formation niveau 2

- ORGANISATION A LA CHARGE DE LA REGION

Les lieux d'évaluation (étapes 1 et 2) seront définis après réception des engagements et seront en fonction de la proximité.

Descriptif technique du programme : Brochure FFG « programme Coupes Formations »

	DATE	CONTENU	LIEU
	1 ^{er} trimestre	6 Tests Physiques	Club
Étape 1	24 /03/2019	Tests Physiques + ML + engin « programmé/imposé » BALLON	Région
Étape 2	02/06/2019	ML + engin « surprise »	Région

- FEUILLES d'ATELIER

Pré remplies ou vierges, elles seront disponibles sur les sites régionaux sous format Word et PDF pour les enchaînements libres. Elles seront fournies pour les enchaînements imposés.

Coupe Formation niveau 3

- ORGANISATION A LA CHARGE DE LA REGION

Les lieux d'évaluation (étapes 1 et 2) seront définis après réception des engagements et seront en fonction de la proximité.

Descriptif technique du programme : Brochure FFG « programme Coupes Formations »

	DATE	CONTENU	LIEU
	1 ^{er} trimestre	9 Tests Physiques	Club
Étape 1	24 /03/2019	Tests Physiques + ML + engin « programmé/imposé » CORDE	Région
Étape 2	02/06/2019	ML + engin « surprise »	Région

- FEUILLES d'ATELIER

Elles seront fournies pour les enchaînements imposés.

Coupe Formation niveau 4

- ORGANISATION A LA CHARGE DE LA REGION
- Descriptif technique du programme :
 - Brochure Technique GR
 - Lettre FFGYM GR
 - Site Extranet FFGYM

PROGRAMME		
TESTS	Morphologiques, physiques	13/03/2019– EVRY-13h30-15h30
ETAPE 1	Corde Massues	23/03/2019- EVRY
ETAPE 2	Mains-Libres – Ruban	01/06/2019- EVRY



INDIVIDUELS Filière Fédérale

Régionale 1 Individuel

- ENGAGEMENTS :
 - Programme interdit :
 - Aux gymnastes ayant été qualifié(e)s en Championnat de France FEDERAL individuel et niveau supérieur
 - Aux gymnastes ci-dessous classées en région lors de la saison précédente dans ce niveau
 - 10/11 ans : les 5 premières
 - 12/13 ans : les 5 premières
 - 14/15 ans : les 4 premières
 - 16/17 ans : les 5 premières
 - 18 ans et+ : les 5 premières
 - Niveau légèrement inférieur à celui du Fédérale Individuel
 - Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui du niveau Fédérale individuel
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Sept. 2018	01/09/2018	Ouverture des pré-engagements et engagements
	08/09/2018	Clôture des pré-engagements
	14/09/2018	Clôture des engagements

- PROGRAMMES et NOTATIONS :
 - Les totaux annoncés en D sont des notes maximales validées.
 - Difficultés autorisées : identiques à celles du Fédérale Individuel
 - Minimum :
 - Chaque groupe corporel représenté au moins 1 fois
 - 3 difficultés corporelles minimum
 - 2 séries de pas de danse
 - 1 seul risque obligatoire
 - DE : pas de min, pas de max
 - Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée

Temps : 1'15 à 1'30	Engin	Contrat D	D Max	E (sur 12 pts)
10 – 11 ans	Cerceau	4 difficultés corporelles max	3,00	Code FIG
12 – 13 ans	Corde	5 difficultés corporelles max	3,50	
14 – 15 ans	Cerceau	5 difficultés corporelles max	3,50	
16 – 17 ans	Libre	6 difficultés corporelles max	4,00	
18 ans et +	Libre	6 difficultés corporelles max	4,00	

Régionale 2 Individuel

- ENGAGEMENTS :
 - Public : Gymnastes débutant en compétition individuel
 - Programme interdit :
 - Aux gymnastes ayant été qualifié(e)s en Championnat de France FEDERAL individuel et niveau supérieur
 - Aux gymnastes qualifiés(e)s en région en Individuel Régionale 1 la saison précédente
 - Niveau inférieur à celui du Régionale 1 individuel
 - Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui du niveau Nationale équipe/ensembles/duos
- Finalité Interdépartementale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2018	01/10/2018	Ouverture des pré-engagements
Nov. 2018	31/10/2018	Clôture des pré-engagements
	02/11/2018	Ouverture des engagements
Déc. 2018	14/12/2018	Clôture des engagements

- PROGRAMMES et NOTATIONS :
 - Les totaux annoncés en D sont des notes maximales validées.
 - Difficultés autorisées : uniquement les difficultés de valeur de base 0,10 point
 - Minimum :
 - Chaque groupe corporel représenté au moins 1 fois
 - 3 difficultés corporelles minimum
 - 2 séries de pas de danse
 - 1 Risque Maximum : facultatif et comptabilisé
 - DE : pas de min, pas de max
 - Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée

Temps : 1'15 à 1'30	Engin	Contrat D	D Max	E (sur 12 pts)
10 – 11 ans	Cerceau	3 difficultés corporelles max	2,50	Code FIG
12 – 13 ans	Cerceau	4 difficultés corporelles max	3,00	
14 – 15 ans	Ballon	4 difficultés corporelles max	3,00	
16 – 17 ans	Libre	5 difficultés corporelles max	3,50	
18 ans et +	Libre	5 difficultés corporelles max	3,50	



INDIVIDUELS Filière Performance

Nationale B – 7 / 9 ans Individuel


















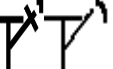












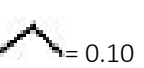



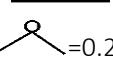






- ENGAGEMENTS :
 - Public : Gymnastes de 7 ans à 9 ans
 - Obligation : avoir validé la CF3 ou CF4 (Argent ou doré)
- Planning annuel suivant celui de la Catégorie Nationale B Individuel
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Sept. 2018	01/09/2018	Ouverture des pré-engagements et engagements
	08/09/2018	Clôture des pré-engagements
	14/09/2018	Clôture des engagements

- PROGRAMMES et NOTATIONS :
 - Les totaux annoncés en D sont des notes maximales validées.
 - Difficultés autorisées : code FIG issue de la liste ci-dessous
 - Chaque groupe corporel doit être représenté 2 fois
 - 2 séries de pas de danse minimum

Temps : 1' à 1'30	Engin	Contrat D	D Max	E
7 - 9 ans	Mains Libres	6 difficultés corporelles dont : <ul style="list-style-type: none"> ○ 2 sauts dont un battement tendu ○ 2 équilibres (pied à plat autorisé pour tous les équilibres) ○ 2 rotations dont un pivot 1 onde simple (0,20 pt) 1 combinaison de deux ondes (0,20 pt) 2 combinaisons différentes de deux rotations minimum (0,20 pt x 2)	5,00	Code FIG

Lorsque les difficultés se trouvent dans une même case, il n'est possible de choisir qu'un seul de ces éléments dans chaque enchaînement. En grisé, les équilibres se faisant obligatoirement sur ½ pointe.
Il est interdit de choisir un pivot et un équilibre de forme identique.

2 ROTATIONS OBLIGATOIRES DONT 1 PIVOT	Groupe 1 (Pivots 4 ^{ème} devant)					
	Groupe 2 (Pivots seconde)				 en ouverture	
	Groupe 3 (Pivots « derrière »)					
	Groupe 5 (Autres rotations)					
2 EQUILIBRES OBLIGATOIRES	Groupe 1 (4 ^{ème} devant)					
	Groupe 2 (Seconde)					
	Groupe 3 (Derrière)					
	Groupe 4 (l, écart)					
		Les mains restent au sol = 0.10 (pied plat ou sur ½ pte)	Départ mains au sol = 0.30 (sur ½ pte)	Départ mains au sol = 0.40 (sur ½ pte)	Départ d'en haut = 0.40 (sur ½ pte)	Départ d'en haut = 0.50 (sur ½ pte)
Groupe 6 (Autres équilibres)						
2 SAUTS OBLIGATOIRES DONT 1 PAR BATTEMENT TENDU (Groupe 1 ou 2)	Groupe 1 (Sauts droits par battement)	 = 0.10				
	Groupe 2 (Manèges tendus devant)	 = 0.20				
	Groupe 3 (Base biche)					
	Groupe 4 (Base biche boucle)					



Évaluation en situation compétitive :

- Évaluation AVENIR :
 - Championnat Régional des Ensembles de la Filière Fédérale
 - 11 ou 12 /05/2019
 - 3 enchaînements
- 1^{ère} Évaluation ELITE :
 - Championnat interdépartemental des Individuels Filières Performance et Fédérale
 - 17 ou 18 /11/2018
 - 2 enchaînements
- 2^{ème} Évaluation ELITE :
 - Championnat Interdépartemental des Performance Ensembles/Duos/Équipes et Régionale 2 individuels
 - 16 ou 17 mars 2019
 - 3 enchaînements
- 3^{ème} Évaluation ELITE* :
 - Championnat Interdépartemental des Ensembles de la Filière Fédérale
 - 6 ou 7 /04/2019
 - 3 enchaînements
- 4^{ème} Évaluation ELITE* :
 - Championnat Régional des Ensembles de la Filière Performance
 - 13 ou 14 /04/2019
 - 4 enchaînements

* Ajustements possibles suivant calendrier ELITE National

Sélection Équipe Régionale IDF – revue d’effectif en décembre 2018

- Date : novembre 2018
- Horaires : à définir
- Lieu : à définir
- Programme : Nationale B individuel
- Public : Gymnastes 2009-2008
- Modalité de la composition de l’équipe CRIFGYM : 4 gymnastes dont deux âgées de 10 ans



ENSEMBLES Filière Fédérale

Fédérale B Ensemble – 7 à 9 ans

- ENGAGEMENTS :
 - Public :
 - Gymnastes de 7 à 9 ans
 - Exercice en **Ensemble de 4 à 6 gymnastes (Règlementation Régionale IDF)**
 - Dans le cas d'un ensemble composé uniquement de gymnastes de 8 ans, catégories 7/8 ans ou 8/9 ans au choix
 - Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui de la Catégorie Fédérale B ensembles
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2018	01/10/2018	Ouverture des pré-engagements
Nov. 2018	31/10/2018	Clôture des pré-engagements
	02/11/2018	Ouverture des engagements
Déc. 2018	14/12/2018	Clôture des engagements

- PROGRAMMES et NOTATIONS
 - Les totaux annoncés en D sont des notes maximales validées.
 - Difficultés autorisées : uniquement les difficultés corporelles de valeur de base à 0,10 pt
 - Les difficultés corporelles doivent être toutes d'un groupe corporel différent
 - Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée
 - Composition code FIG (Collaboration, pas dansés, ...) sauf CR/CRR non autorisées
 - Valeur et critères de validité des **C, CC, C[▲], C[▼]** : code FIG 2017
 - 4 collaborations (8/9 ans)
 - 1 série de pas de danse Minimum (2 pour les 7-8 ans)
 - Risque interdit
 - CR/CRR interdites : -0,30 pt
 - Revalorisation de 0,20 pt par gymnaste au-delà de 4 gymnastes.

Temps : 1'15 à 1'30	Engin	Contrat D	D Max	E (sur 12 pts)
7 – 8 ans	Mains libres	3 difficultés corporelles (non mixtes) + 2 ondes + 2 séries de pas de danse + 6 collaborations + 6 formations	2,50	Code FIG
8 – 9 ans	Cerceaux	3 difficultés corporelles + 2 échanges + 4 collaborations	3,00	

Régionale Ensemble

- ENGAGEMENTS :
 - Public :
 - Gymnastes de 10 ans et +
 - Niveau Gymnaste Régionale 2 Individuel
 - Interdit aux gymnastes engagé(e)s dans d'autres niveaux que le Régionale 2 individuel
 - Exercice en Ensemble de 4 à 6 gymnastes
 - Modalité : via l'extranet fédéral
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2018	01/10/2018	Ouverture des pré-engagements
Nov. 2018	31/10/2018	Clôture des pré-engagements
	02/11/2018	Ouverture des engagements
Déc. 2018	14/12/2018	Clôture des engagements

- PROGRAMMES et NOTATIONS :
 - Les totaux annoncés en D sont des notes maximales validées.
 - Difficultés autorisées : uniquement les difficultés corporelles de valeur de base à 0,10 pt
 - Chaque groupe corporel doit être représenté au moins 1 fois (en élément et/ou en difficulté)
 - Les difficultés corporelles doivent être d'un groupe différent.
 - Difficulté interdite : - 0,30 pt et non validée
 - Composition code FIG (Collaboration, pas dansés, ...) sauf CR/CRR non autorisées
 - Valeur et critères de validité des **C**, **CC**, **C**[↗], **C**[↘] : code FIG 2017
 - 4 collaborations
 - 1 série de pas de danse Minimum
 - Risque interdit
 - CR/CRR interdites : -0,30 pt
 - Revalorisation de 0,20 pt par gymnaste au-delà de 4 gymnastes.

Temps : 1'15 à 1'30	Engin	Contrat D	D Max	E (sur 12 pts)
10 – 11 ans	Ballons	2 difficultés corporelles + 1 élément corporel + 1 échange	3,00	Code FIG
12 – 13 ans	Massues	2 difficultés corporelles + 1 élément corporel + 1 échange	3,50	
14 – 15 ans	Cerceaux	2 difficultés corporelles + 2 éléments corporels + 2 échanges	4,00	
16 – 17 ans	Ballons/ Cerceaux	2 difficultés corporelles + 2 éléments corporels + 2 échanges	4,50	
18 ans et +	Cerceaux/ Massues	2 difficultés corporelles + 2 éléments corporels + 2 échanges	5,00	

Régionale Duo

- ENGAGEMENTS :
 - Public :
 - Gymnastes de 10 ans et +
 - Niveau des Gymnastes Fédérale Individuel ou Régionale 1 individuel ou Régionale 2 Individuel.
 - Interdit aux gymnastes de Nationale C individuel
 - Exercice en Duo de 2 gymnastes (1 remplaçante autorisée)
 - Obligation : un seul duo par catégorie, par club peut être engagé
 - Modalité : via l'extranet fédéral
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2018	01/10/2018	Ouverture des pré-engagements
Nov. 2018	31/10/2018	Clôture des pré-engagements
	02/11/2018	Ouverture des engagements
Déc. 2018	14/12/2018	Clôture des engagements

- PROGRAMMES et NOTATIONS :
 - Les totaux annoncés en D sont des notes maximales validées.
 - Difficultés autorisées : 0,10 + liste de difficultés autorisées en Fédérale Individuel
 - Chaque groupe corporel doit être représenté au moins 1 fois
 - Composition code FIG (Collaboration, pas dansés, ...)
 - Valeur et critères de validité des **C**, **CC**, **C** ↗, **C** ↘ : code FIG 2017
 - Difficulté interdite : 0,30 et non validée

Temps : 1'15 à 1'45	Engin	Contrat D	D Max	E (sur 12 pts)
10 – 11 ans	Cerceaux	3 difficultés corporelles + 2 échanges	3,00	Code FIG
12 – 13 ans	Ballons	3 difficultés corporelles + 2 échanges	3,50	
14 – 15 ans	Cerceau/ Ballon	3 difficultés corporelles + 3 échanges	4,00	
16 – 17 ans	Cordes	3 difficultés corporelles + 3 échanges	4,50	
18 ans et +	Massues	3 difficultés corporelles + 3 échanges	5,00	



ENSEMBLES Filière Performance

Nationale Ensemble – 7/9 ans

- ENGAGEMENTS :
 - Public :
 - Gymnastes de 7 à 9 ans
 - Gymnaste Nationale B Individuel
 - Obligation : être inscrit dans un programme CF2 ou CF3 ou l'avoir déjà validé
 - Exercice d'ensemble de 4 à 5 gymnastes
- Modalité : via l'extranet fédéral
- Planning annuel suivant celui du niveau Nationale équipe/ensembles/duos
- Finalité Régionale

DATES LIMITES DES ENGAGEMENTS		
Oct. 2018	01/10/2018	Ouverture des pré-engagements
Nov. 2018	31/10/2018	Clôture des pré-engagements
	02/11/2018	Ouverture des engagements
Déc. 2018	14/12/2018	Clôture des engagements

- PROGRAMMES et NOTATIONS :
 - Les totaux annoncés en D sont des notes maximales validées.
 - Difficultés autorisées : Code FIG
 - Chaque groupe corporel doit être représenté au moins 1 fois
 - Composition code FIG (Collaboration, pas dansés, ...)
 - Revalorisation de 0,20 pt par gymnaste au-delà de 4 gymnastes.
 - 1 série de pas de danse minimum
 - 1 risque maximum
 - 4 collaborations minimum

Temps : 1'15 à 1'30	Engin	Contrat D	D Max	E
7 – 9 ans	Cerceau	3 difficultés corporelles + 2 échanges	4,00	Code FIG



Filière Fédérale

Coupes formations 2 & 3 - Regroupements départementaux

- Chaque département est tenu d'organiser des regroupements en adéquation avec la Coupe Formation. Se reporter au plan d'action départemental.

Stage de Perfectionnement : INDIVIDUELS qualifiés en finale

- Public : Gymnastes individuel(le)s qualifié(e)s à la finale de janvier 2019
- Lieu : PARIS-Les Halles (Gymnase Suzanne Berlioux - près de la piscine) – à confirmer
- Date : 22/12/2018
- Horaires : 9h00 – 12h00 et 14h00 – 18h00

Démonstration : INDIVIDUELS qualifiés en finale

- Public : Gymnastes individuel(le)s qualifié(e)s à la finale de janvier 2019
- Lieu : à confirmer
- Date : 12/01/2019
- Horaires : 14h00 – 17h00

Stage de Perfectionnement : ENSEMBLES qualifiés en finale

- Public : Ensembles de la Filière FEDERALE qualifiés à la finale de juin 2019
- Lieu : à confirmer
- Date : 18/05/2019
- Horaires : 9h30 - 12h30 et 13h30 - 17h30

Démonstration : ENSEMBLES qualifiés en finale

- Public : Ensembles de la Filière FEDERALE qualifiés à la finale de juin 2019
- Lieux : à déterminer (sur les lieux des Coupes Formations)
- Date : 02/06/2018
- Horaires : à déterminer



Filière Performance

Stage de Perfectionnement CF4 N° 1

- Public : gymnastes engagées dans ce programme
- Lieu : EVRY, Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Date : 23 et 24 /02/2019 (samedi et dimanche)

Stage de Perfectionnement CF4 N° 2

- Public : gymnastes engagées dans ce programme
- Lieu : EVRY, Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Date : 23 et 24 avril 2019 (mardi et mercredi)

Tests Physiques comptant pour les qualifications des Avenir lors de la sélection régionale - OBLIGATOIRE

- Public : 10/11 ans NATIONALE B qualifié(e)s au championnat régional individuels des 15 et 16 /12/2018
- Lieu : EVRY, Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Date : 05 /12/2018
- Horaires : 13h30 à 16h00

Stage de Perfectionnement : INDIVIDUELS 10-11 ans Nationale B/Avenir finalistes

- Public : 10/11 ans NATIONALE B et AVENIR qualifié(e)s à la finale de Janvier 2019
- Lieu : EVRY, Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Date : 22 et 23 /12/2018
- Horaires : 9h30 à 17h00

Stage de Perfectionnement : INDIVIDUELS qualifiés en finale

- Public : Gymnastes individuel(le)s qualifié(e)s à la finale de janvier 2019
- Lieu : PARIS-Les Halles (Gymnase Suzanne Berlioux - près de la piscine) – à confirmer
- Date : 22/12/2018
- Horaires : 9h00 – 12h00 et 14h00 – 18h00

Démonstration : INDIVIDUELS qualifiés en finale

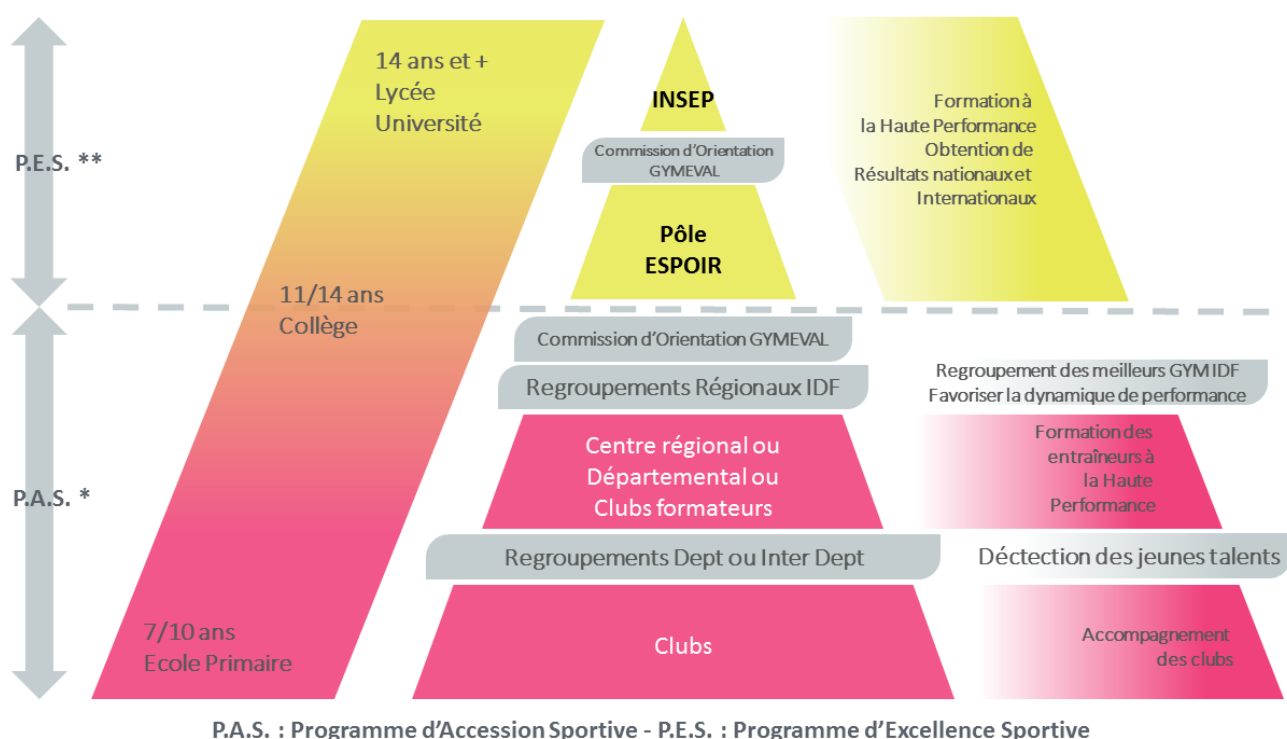
- Public : Gymnastes individuel(le)s qualifié(e)s à la finale de janvier 2019
- Lieux : à déterminer
- Date : 12/01/2019
- Horaires : 14h00 à 17h00

Stage de Perfectionnement : ENSEMBLES/DUOS qualifiés en finale

- Public : Ensembles qualifiés à la finale de mai 2019
- Lieu : THIAIS à confirmer
- Date : 20/04/2019
- Horaires : 9h30- 12h30 et 13h30-17h30



Projet de Performance Fédéral – P.P.F.



Gym-Eval

Les tests de Gym-Éval auront lieu : le mercredi 13 mars 2019 de 13h30 à 16h30 + réunion d'informations pour les familles et les clubs

Au Pôle GR Evry Centre Sportif Jean-Louis MOULIN

Pour tous renseignements s'adresser à Julie DUBOC.

Inscriptions : contact.polegrevry@orange.fr

Pour le programme Gym Éval, renseignements et informations dans la brochure technique FFG GR 2018-2019.

Le Pôle Espoirs GR d'Evry met en place pour la seconde année, le programme « Ruche ». Celui-ci est à destination des gymnastes motivées et désireuses de s'entraîner davantage,

La condition requise pour pouvoir participer au programme « Ruche », est d'être engagée en CF4 ou de l'avoir déjà validée. Si la gymnaste est engagée dans un programme individuel, celui-ci doit être de la filière Performance (Nationale).

Toute l'équipe du pôle propose aux gymnastes détectées d'intégrer :

- Le groupe de travail « Ruche »
- Ou
- La liste d'attente du groupe de travail « Ruche »

Sont organisés des entraînements complémentaires des entraînements habituels du club d'appartenance lors des mercredis après-midi, samedis matin et durant les vacances scolaires.

Le programme détaillé des cours proposés est :

- Mercredis de 13h00 à 16h30
- Samedis de 09h00 à 13h00
- La date de reprise sera le samedi 29 septembre.

Tests de recrutement : « RUCHE » saison 2019-2020

- Public : Gymnastes désirant intégrer le programme « Ruche » - nées en 2009-2010-2011
Note : Le recrutement pour la saison 2018/2019 est terminé, il se fait en cours de saison précédente
- Lieu : Pôle Espoir EVRY - Centre Sportif Jean-Louis MOULIN
- Dates :
 - Samedi 8 décembre 2018
 - Mercredi 3 avril 2019
- Horaires (pour les deux sessions) : 9h30 – 12h00

Tarifs Programme RUCHES

- 260 euros pour un regroupement par semaine (mercredi ou samedi)
- 380 euros pour 2 regroupements par semaine (mercredi et samedi)

STAGES P.A.S.

Dates

- Stage n°1 (sur convocation CRIFGYM) = du 22 au 24 octobre 2018
- Stage n°2 (sur convocation CRIFGYM) = du 25 au 27 février 2019

Inscriptions

L'inscription s'effectue après convocation via le site du CRIFGYM. Le lien se trouvera dans la convocation.

Tarifs

45,00 € par journée de stage.



Portes Ouvertes à tous les entraîneurs des clubs franciliens

Le Pôle invite tous les entraîneurs des clubs franciliens fédéraux à venir assister à observer les entraînements du pôle et à échanger sur l'entraînement en général ou sur des problématiques particulières rencontrées dans les clubs.

1^{ère} porte ouverte : Observation des cours de Préparation Physique + GR

- Lundi 5 novembre 2018 – 13h00 à 17h30

2^{ème} porte ouverte : Observation des cours de Danse + GR

- Mardi 6 novembre 2018 - 8h00 – 12h30

INFORMATIONS CADRES ET JUGES

Toutes les informations sur les formations de juges et de cadres se trouvent dans la brochure des formations de la Région Île-de-France, téléchargeable sur le site du CRIFGYM

Seront organisées entre autres cette saison :

- Les formations de juges niveaux 1 et 2
- Les recyclages de juges niveaux 1, 2 et 3
- Les formations d'aide-animateurs
- Les formations d'animateurs
- La formation professionnelle
- Les formations continues

Secteur Jugement

Obligations du juge :

- Être en possession de la licence de la saison en cours
- Juger 2 fois dans l'année
- Être à jour des recyclages
- Être présent à la réunion de juge
- Tenir à jour son livret de juge
- Être en tenue officielle
- Réviser les catégories concernées
- Un bon juge et un bon entraîneur doivent posséder : (pour se les procurer voir annexes)
 - La brochure technique FFG GR de l'olympiade en cours
 - La lettre FFGYM GR de la saison en cours
 - La brochure technique G.R. de l'Ile de France de la saison en cours
 - Le code de pointage G.R. – édition en vigueur – et les lettres de la FIG
 - La brochure des Coupes Formations

Obligations du club :

- Un juge par club est obligatoire. Un club peut présenter un juge différent à chaque rotation.
- En Interdépartemental et en région, les juges de niveaux 3 et 4 seront prioritaires.
- Présence en réunion de juge : Afin de faciliter l'organisation des clubs, certains jurys seront donnés à l'avance.
- Note : Les jurys peuvent être modifiés après parution. Consulter régulièrement les sites pour d'éventuelles modifications.
- Absence de Juge : Amende (250 € aux niveaux Interdépartemental et régional d'Ile de France), sinon l'équipe ne concourt pas et des sanctions sont possibles pour la saison suivante (référence au cahier des charges des compétitions Régionales téléchargeable sur le site de la Région IDF).
- Présence dans les jurys : Une compétition se définit comme l'ensemble des catégories d'un même niveau.
- L'organisation de la compétition peut amener un juge à noter une catégorie dans laquelle il n'y a aucune gymnaste de son club. Les juges peuvent être inclus dans les jurys le même jour de présence que les gymnastes de son club. Toutefois, cela peut être à des heures différentes.
- Constitution des jurys en 1/2 finale et finale nationale : Voir Brochure Technique Nationale

Engagements

Engager des gymnastes

Comment s'engager

Les engagements s'effectuent uniquement sur le site de la FFGym dans l'espace club.

- Pour les pré-engagements : Le club doit être affilié
- Pour les engagements nominatifs : Les gymnastes doivent être licenciés (licence demandée et validée).
- Pour les gymnastes de la filière « Performance », la date de délivrance du certificat médical doit être renseignée sur la licence.

Quand s'engager

Attention : les pré-engagements ne dispensent pas des engagements nominatifs

Mois	Date	Actions	Catégories
Sept. 2018	01/09/2018	Ouverture des pré-engagements et engagements	INDIVIDUELS Nationales Fédérale Régionale 1
	08/09/2018	Clôture des pré-engagements	
	14/09/2018	Clôture des engagements	
Oct. 2018	01/10/2018	Ouverture des pré-engagements	EQUIPES-ENSEMBLES-DUO Tous niveaux INDIVIDUELS Régionale 2 COUPES FORMATIONS Tous niveaux
Nov. 2018	31/10/2018	Clôture des pré-engagements	
	02/11/2018	Ouverture des engagements	
Déc. 2018	14/12/2018	Clôture des engagements	

Comment modifier ses engagements

Toute modification de composition d'un ensemble doit être faite via l'extranet Fédéral jusqu'à 10 jours avant la compétition.

Comment déclarer un forfait

Tout forfait doit être déclaré via l'extranet Fédéral.

Jusqu'à 10 jours avant la compétition : pas d'amende, les engagements seront déduits.

Passé ce délai :

- Un forfait avec certificat médical : pas d'amende, les engagements seront dus.
- Un forfait sans certificat médical : une amende sera appliquée, les engagements seront dus.

IMPORTANT : la case demande de repêchage ne fonctionne que pour les catégories de la filière performance. Pour les catégories de la filière fédérale, bien notifier dans la case « observations » si le forfait est définitif ou non.

Note aux responsables départementales : Pour un forfait non définitif, la note devra être mise à zéro lors de la compétition.

Quand et comment régler ses engagements

Niveaux Interdépartemental et Régional (CRIFGYM)

- a. Date limite de Paiement :
10 jours avant la compétition ; une facture vous sera envoyée après la compétition
- b. Paiement auprès du **CRIFGYM** (**privilégier les modes électroniques : virement ou carte bleue**) :
 - Virement (IBAN : FR76 1027 8062 1400 0201 1450 175 - BIC : CMCIFR2A)
 - Carte Bleue : sur le site du CRIFGYM : www.crif-ffgym.com
 - Chèque (à l'ordre du **CRIFGYM** - 21 avenue Pierre CURIE, 78210 SAINT CYR L'ECOLE)

Tarifs des engagements

	COMPETITIONS INTERDEPARTEMENTALES	COMPETITIONS REGIONALES
Individuel	10 €	18 €
Duos	16 €	20 €
Ensembles FEDERAL	20 €	22 €
Ensembles PERFORMANCE	20 €	22 €
CF2 - CF3 – CF4	4 €	4 €

Engager des juges

Quand engager des juges

Pour les compétitions interdépartementales et régionales, il sera demandé à chaque club d'engager son juge au moins 10 jours avant la compétition concernée.

Comment engager des juges

Dans l'Extranet fédéral. La ligne correspondante vous sera donnée dans le dossier de la compétition concernée. Si vous avez recours à un juge licencié dans un autre club, il faudra demander à celui-ci d'effectuer cet engagement, et envoyer un mail à la responsable de juge Stéphanie ROBIN.

Informations générales

Contrôle des licences

La licence avec photo sera contrôlée lors de toutes les compétitions (papier ou e-licence).

Musiques

Les musiques doivent être téléchargées via DJGYM, au plus tard 7 jours avant la compétition.

Bien vérifier l'engin associé.

Bons de soutien pour les compétitions organisées en IdF

Les bons de soutien servent avant tout à aider financièrement les clubs organisateurs afin d'alléger leurs contraintes logistiques et matérielles.

Tarifs :

- Compétitions Interdépartementales : 3€
- Compétitions Régionales : 5€
- Gratuit pour les licenciés et les moins de 12 ans

Commission Technique Régionale

<i>Vice-Présidente</i>	Danièle AYEL	06 60 46 39 31 seaworld@wanadoo.fr
<i>Représentante Technique Régionale GR</i>	Virginie ANDRIESSE	07 50 88 51 12 virginieandriesse@gmail.com
<i>Responsable des Juges</i>	Stéphanie ROBIN	06 63 63 41 52 robinstephanie.grzone@gmail.com
<i>Responsable Formation Juges</i>	Candice ORTHET	06 15 36 09 58 candice.orthet@laposte.net
<i>Responsable Formation Cadres</i>	Sophie BATUT	06 19 05 03 70 sobatut@gmail.com
<i>Responsable PAS & Coupes Formations</i>	Laetitia SAUZEDE	06 20 60 24 02 laetisauzede@gmail.com
<i>Responsable Coupes Formations et adjointe responsable des juges</i>	Pascale ARNAUD	06 81 64 81 04 pascalearnaud@aol.com
<i>Membre</i>	Claire LEFEVRE	06 89 10 73 01 clairelefevre29@gmail.com
<i>Cooptée</i>	Marie BONNOUVRIER	06 12 82 08 13 gr.marie.prof@gmail.com
<i>Cooptée</i>	Delphine BOURGEOIS	06 72 71 01 81 delys@hotmail.fr
<i>Cooptée</i>	Delphine DIGNEMENT	06 83 21 71 21 dignement@yahoo.fr
<i>Cooptée</i>	Aurore HADET	06 58 68 24 59 aurore.hadet@gmail.com
<i>Cooptée</i>	Chrystel LE BOULZEC	06 10 17 54 57 tetel_leboulzec@msn.com
<i>Cooptée</i>	Virginie REBREYEND	06 19 76 74 45 virginiegrs@hotmail.com
<i>Coordonnatrice Pôle Espoir GR</i>	Julie DUBOC	06 12 10 38 08 contact.polegrevry@orange.fr
<i>Conseillère Technique Régionale</i>	Muriel TRIPOTIN	01 72 67 40 00 - 06 77 74 89 06 muriel-tripotin@crif-ffgym.fr

Contacts Régionaux

<i>Délégué Technique Régional</i>	Jean-Yves CALLON	06 59 88 00 60 jycallon@sfr.fr
<i>Coordonnateur Équipe Technique Régionale</i>	Djamel LOUCIF	06 63 73 37 51 djamel.loucif@hotmail.fr

Commissions Techniques Départementales

Paris - 75		
Responsable Technique	À définir	
Responsable Cadres	À définir	
Responsable Jeunesse et CF	Claire LEFEVRE	06 89 10 73 10 - clairelefevre29@gmail.com
Responsable Formation Juges	Stéphanie GRIFFE	06 76 06 91 32 - stefgriffe@hotmail.fr
Seine et Marne - 77		
Responsable Technique	Anne Sophie ANDRIESSE	06 82 10 74 59 - anneso.andriesse@free.fr
Responsable Juges		
Responsable Cadres	Virginie ANDRIESSE	07 50 88 51 12 - virginieandriesse@gmail.com
Responsables Jeunesse et CF	Marie BONNOUVRIER	06 12 82 08 13 - gr.marie.prof@gmail.com
Yvelines - 78		
Responsable Technique	Delphine BOURGEOIS	06 72 71 01 81 - delys@hotmail.fr
Responsable Cadres	Gaëlle SOUPRAYEN	06 64 31 57 47 - gaellesouprayen@gmail.com
Responsables Jeunesse et CF	Manon LEBEHREC (CF) Eugénie RAPHAEL(CPS)	06 72 29 71 53 - manon.lebeherec@gmail.com raphaeleugenie@gmail.com
Responsable Juges	Amandine CHEVALARIAS	06 73 01 07 35 - amandine.chevalarias@gmail.com
Essonne - 91		
Responsable Technique	Stéphanie LAGUET	06 71 11 49 96 - covgr.lagueta@gmail.com
Responsable Juges		
Responsable Cadres	Delphine DIGNEMENT	06 83 21 71 21 - dignement@yahoo.fr
Responsable Jeunesse et CF	Noémie ROSILLETTE	06 89 72 49 46 - nrosillette@gmail.com
Hauts de Seine - 92		
Responsable Technique	Aurélien BARON	06 15 04 87 07 - aurelie.baron78@gmail.com
Responsable Juges		
Responsable Jeunesse et CF	Manon RUFFIER	06 21 80 22 45 - manon.ruffier@gmail.com
Responsable Cadres	Virginie REBREYEND	06 19 76 74 45 - virginiegrs@hotmail.com
Seine Saint Denis - 93		
Responsable Technique	À définir	
Responsable Cadres	À définir	
Responsable Jeunesse et CF	À définir	
Formation Juges	Mélanie PRIGENT	06 31 95 21 12 - meloprig@msn.com
Val de Marne - 94		
Responsable Technique	Chrystel LE BOULZEC	06 10 17 54 57 - c.leboulzec@gmail.com
Responsable Cadres		
Responsable Jeunesse et CF	Aurore HADET	06 58 68 24 59 - aurore.hadet@gmail.com
Responsable Juges	Marine BRUNEAU	06 64 75 62 69 - bruneau.marine@outlook.com
Val d'Oise - 95		
Responsable Technique	Elodie AYEL	06 61 56 19 88 - elodie.ayel@gmail.com
Responsable Cadres	Carole PISANI	06 73 62 56 44 - gym95.fgg@wanadoo.fr
Responsable Jeunesse et CF	Audrey RAOULT	06 98 97 38 77 - audreyraoult@sfr.fr
Responsable Juges	Pascale ARNAUD	06 81 64 81 04 - pascalearnaud@aol.com

Liens utiles

Site du CRIFGYM :	www.crif-ffgym.com	Facebook JUGES CRIFGYM :	cliquez ici
Site de la FFGym :	www.ffgym.com	Site de France Promo Gym :	www.francepromogym.com
Facebook CRIFGYM :	www.facebook.com/CRIFGym	Site de la FIG :	www.fig-gymnastics.com

Où se procurer la documentation technique ?

Code de pointage FIG	(Code FIG) Document de la FIG répertoriant et classant par valeur l'ensemble des éléments techniques corporels et engins de la gymnastique rythmique. Description du programme des compétitions internationales.	Télécharger sur http://www.fig-gymnastics.com/
Lettres de la FIG	Vérifier régulièrement la parution	Site de la FIG
Coupes Formations 1,2,3, 4 et 5	Coupes Formations	Téléchargeable sur le site de la FFGYM
Access Gym GR Général	Malette téléchargeable gratuitement	Téléchargeable sur le site de la FFGYM
Brochures techniques	Documents édités par la FFG décrivant l'ensemble des programmes et des règlements de la FFG	Téléchargeable sur le site de la FFGYM

Glossaire

CF : Coupe Formation	FFG : Fédération Française de Gymnastique
CIFF : Centre Ile de France de Formation	FIG : Fédération Internationale de Gymnastique
CRIFGYM : Comité Régional d'Île de France	POP : Préparation Olympique Permanente
CTR : Conseillère Technique Régionale	UEG : Union Européenne de Gymnastique
PAS : Parcours d'Accession Sportif au Haut Niveau	PES : Programme Excellence Sportive