s



**CD 74**

**GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE**

PROGRAMME

COUPE FORMATION

2025/2026

**GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE**

**COUPE FORMATION**

**Le Public concerné**

* Gymnastes nés en 2015, 2016, 2017, 2018, 2019

**Le Programme**

* **La valeur de la partie technique est graduelle selon l’élément présenté (De 4 à 10 Points). Le Panachage est possible entre chaque niveau.**

Niveau 1 : Note de départ de 4 points

Niveau 2 : Note de départ de 6 points

Niveau 3 : Note de départ de 8 points

Niveau 4 : Note de départ de 10 points

**Déroulement Compétition**

* **En règle générale, 1 passage d’échauffement autorisé**

**Le gymnaste est donc noté sur son 2ème Passage.**

**(2 mns par agrès sauf travail avec sangles).**

* **Cas Particuliers : Travail avec sangles à la barre fixe et aux Anneaux ou il n’y a pas d’échauffement.**
* **1 passage d’échauffement enchainé par le passage noté pour le travail avec sangles).**

**Système de Cotation**

**En règle générale**

**Chaque élément se décompose en 4 parties :**

**° Détermination du niveau de départ (1 à 4)**

Le niveau est obligatoirement annoncé par l’entraîneur ou le gymnaste

Le juge détermine la note de départ en fonction de la réalisation de l’élément, de l’enchainement d’éléments ou du mouvement.

**° Une partie bonifications avec 4 critères d’attributions d’une valeur de 2 Points.**

Ces bonifications sont d’ordre technique

(Exemple : + 2 points : Le Corps reste tendu)

**° Une partie déductions allant de 1 à 3 points en fonction de l’exécution de l’élément.**

**° Une seule déduction de 1, 2, ou 3 points peut être attribuée sur l’élément, l’enchainement d’éléments, ou le mouvement présenté**

**° Des points bonus d’une valeur de 1 point peuvent être attribués :**

* 1 point si 3 des 4 secteurs de bonifications sont attribués
* 1 point en fonction de la présentation et de l’attitude du gymnaste.

**° Déduction de 1 point en cas de Chute**

**Cas Particuliers :**

**Les souplesses au sol : (Elément N°4)**

1 seul enchainement d’éléments (ND : 4 points avec 8 bonifications possibles d’une valeur de 1 point).

* 1 Point BONUS de 1 point est attribué si 5 des 8 secteurs sont attribués
* 2 points BONUS si les souplesses sont effectuées à –de 5cms du Sol
* 1 point en fonction de la présentation et de l’attitude du gymnaste.

**Les cercles au Champignon : (Elément N°5)**

Niveau 1 : Note de départ : 1 point

Niveau 2 : Note de départ : 2 points

Niveau 3 : Détermination de la note de départ en fonction du nombre de cercles réalisés

**La lune au Saut de Cheval (Elément N° 8)**

**Le Simultané aux Anneaux : (Elément N° 18)**

3 niveaux au lieu de 4 (ND : 4, 6, 10 points)

**Le grimper de corde :(Elément N°21)**

Pas de déductions possibles

## Précisions Jugement Coupe Formation

* **La note de départ est établie en fonction de la présentation de l'élément.**

° Le niveau est obligatoirement annoncé par l’entraîneur ou le gymnaste

**° Le juge détermine la note de départ en fonction de la réalisation de l’élément, de l’enchainement d’éléments ou du mouvement.**

* **Le panachage est possible entre les différents éléments proposés.**
* **Pas de ½ POINT**
* Le juge valide les points de bonification si les critères techniques sont remplis (2 points x 4 en règle générale).
* Le juge détermine la déduction en fonction de la réalisation de l’élément, l’enchainement d’éléments ou le mouvement.

° 1 point pour petites fautes

° 2 points pour moyennes fautes

° 3 points pour grosses fautes

* Le juge valide le point BONUS si 3 des 4 secteurs de bonifications sont attribués (5 des 8 pour les souplesses).
* Le juge valide le point de bonification si la présentation du gymnaste au juge est correcte
* Le gymnaste a un seul essai par atelier sauf cas particuliers ci-dessous

2 essais pour Eléments :

1/ 3 (Niv de départ 6, 8 et 10 points)

5/ 16/ 20 (Niv de départ 6/8 et 10 points)

19 (Niv de départ 8 et 10 points)

20 (Niv de départ 6/ 8/ 10 points)

* Chute pendant la réalisation de l’élément, de l’enchainement d’éléments ou du mouvement : Déduction : 1 point

**PRECISIONS SPECIFIQUES COMPLEMENTAIRES**

**Elément 4 : Les Souplesses**

* Si Roulade avant finale jambes tendues au lieu de jambes fléchies, Pas de pénalisation.
* **L’enchainement d’éléments ou le mouvement n’est que partiellement réalisé** :

Déduction 2 Points sur la ND

**Elément 5 : Les Cercles au Champignon**

* 1 seule chute autorisée.( Si 2ème chute, Fin de l’exercice sans pénalisation)

**Elément 6 : Mouvement Arçons**

* Attention aux amplitudes. Le Niveau 4 doit montrer un balancement prononcé au niveau du bassin. (Différence Niveau 1 par rapport au niveau 4)

**Elément 7 : Les Balancés aux Anneaux**

* Déclassement si l’amplitude n’est pas respectée
* Sangles obligatoires (Education gymnique).

**Elément 8 : Lune arrivée debout et déséquilibre avant**

* Le juge peut demander un second passage pour le saut de cheval (dans le cas où le zéro est attribué au premier saut).

**Elément 10 : Le Salto avant tendu**

* Chandelle au début et à la fin de l’exercice (Si Grand Trampoline)

**Elément 11 : Initiation aux rotations longitudinales**

* Chandelle intermédiaire entre chaque élément.
* **L’enchainement d’éléments ou le mouvement n’est que partiellement réalisé** :

Déduction 2 Points sur la ND

**Elément 12 : Le Balancé ATR**

* Sur le nombre de balancés exécutés, 3 doivent remplir l’exigence de l’amplitude et le meilleur de ces 3 est évalué. Si non respect de l’amplitude sur 3 balancés, déclassement au niveau inférieur.

**Elément 13 : Le Travail en suspension**

* Seul le départ du niveau 2 s’effectue d’un plan surélevé, pour les niveaux 3 et 4, le départ peut se réalise d’un tremplin, la hauteur des barres est libre.

**Elément 14 : Les Shoots à la Barre Fixe**

* La reconnaissance en Niveau 3 ou 4 n’est effective que si les shoots avant et arrière sont réalisés.
* Le respect de l’amplitude demandée est obligatoire pour la reconnaissance du niveau.

**Si non respect de ces 2 règles, déclassement d’1 ou de 2 niveau.**