

G.R.S.

(GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE)

PROGRAMMES INDIVIDUELS

2019 - 2020

SOMMAIRE

| | |
|--|------|
| GÉNÉRALITÉS | p.2 |
| Programmes, catégories et engins | p.2 |
| Jugement | p.3 |
| Textes et musiques | p.3 |
| DESCRIPTIF DES PROGRAMMES | p.4 |
| Honneur | p.4 |
| Préexcellence | p.5 |
| Excellence | p.6 |
| National | p.7 |
| National B et A | p.7 |
| Uforever | p.8 |
| VALEUR TECHNIQUE DES INDIVIDUELS | p.9 |
| VALEUR ARTISTIQUE DES INDIVIDUELS | p.12 |

GÉNÉRALITÉS

Programmes, catégories et engins

Avant d'engager des gymnastes dans un programme compétitif, les clubs veilleront à :

- **Déterminer de manière objective le niveau de ceux-ci** (cf Règlement général)
- **Identifier le programme qui leur correspond compte tenu des descriptifs ci-après**
- **Vérifier la concordance avec les programmes des autres fédérations dans lesquelles les gymnastes participent en parallèle**

Circuit national - Individuels - 2019/2020

| Catégorie | 11 ans | 12 ans | 13 ans | 14 ans | 15 ans | 16 ans | 17 ans | 18 ans | 19 ans | 20 ans et plus |
|----------------------|----------------------------------|--------|----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------|----------------------------------|--------|---------------------------------|----------------|
| Année d'âge | 2008 | 2007 | 2006 | 2005 | 2004 | 2003 | 2002 | 2001 | 2000 | 1999 |
| Honneur | Imposé Massues | | Imposé Cerceau | | Imposé Ballon | | Semi-libre Ballon | | | |
| Préexcellence | Semi-libre Corde | | Semi-libre Ballon | | Libre Ruban | | Libre Ballon | | | |
| Excellence | Imposé ML 11/14 Libre Cerceau | | Imposé ML 11/14 Libre Massues | | Imposé ML 15/16 Libre ruban | | Libre Cerceau Libre au choix* | | Libre ballon Libre au choix* | |
| National | Libre Massues Libre Ballon | | | Libre Corde Libre au choix* | | | Libre Ballon Libre au choix* | | | |
| National B | | | Libre Corde Libre au choix* | | | | Libre Cerceau Libre au choix* | | | |
| National A | | | Libre Ruban Libre au choix* | | | | | | | |
| UFOREVER | | | | | | | | | | Libre au choix |

* En cas d'engin(s) libre(s) au choix, ils doivent être différent(s) de l'engin imposé.

Composition des jurys

| Imposés | Libres | | Uforever | | |
|---------------------------|---|--------------------------------------|---|-------------------------------|--------------------------------------|
| JURY EXÉCUTION | JURY COMPOSITION | | JURY COMPOSITION | | |
| | Valeur Technique 4 points | Valeur Artistique 6 points | Valeur Technique 2 points | Expression 2 points | Valeur Artistique 8 points |
| 1 Juge Arbitre | 1 Juge Arbitre et juge 1 | 1 Juge Arbitre et juge 1 | 2 juges juge 1 et 2 | 2 juges juge 1 et 2 | 1 Juge Arbitre et juge 1 |
| 4 Juges | 2 Juges Juges 2 et 3 | 3 Juges Juges 2, 3 et 4 | | | 3 Juges Juges 2, 3 et 4 |
| 10 points | 10 points | | 12 points x 2 = 24 points | | |
| NOTE SUR 10 POINTS | NOTE SUR 20 POINTS (Note Exé idem imposés + note Compo) | | NOTE SUR 34 POINTS (Note Exé idem imposés + note Compo) | | |

Notation

| Jugement de... | Exécution | Valeur Technique | Valeur Artistique |
|----------------|--|-----------------------|------------------------|
| Se référer... | au chapitre Exécution du code de pointage | p.9 de cette brochure | p.10 de cette brochure |

Faute de texte : Pénalité de 0,10 à 0,30 pt par le juge arbitre avec accord du jury.

Textes et musiques

Exercices imposés

Les textes et musiques des exercices imposés et des semi-libres peuvent être téléchargés sur le site d'information de la CNS GRS : <http://www.cns.ufolep.org/grs/> ou transmis par mail, aux Responsables Techniques Régionaux, qui en assurent la diffusion.

Exercices libres

Les musiques sont libres, d'une durée de 1' à 1'30" en Honneur et Préexcellence, et de 1'15" à 1'30" en Excellence, en National et en "Uforever".

Attention cependant à respecter les consignes suivantes (cf. code de pointage) :

- Choisir des musiques adaptées à l'âge des gymnastes
- Le « Mix » de différents styles ou caractères musicaux est interdit (« Pot-pourri »), le montage éventuel des musiques doit être délicat
- Les voix sont autorisées ainsi que 3 passages de 4" maximum avec paroles
- En Uforever, les paroles sont autorisées sans limite et quelle que soit la langue

DESCRIPTIF DES PROGRAMMES

Individuel Honneur

À qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes abordant la compétition individuelle. On commence à avoir un souci d'enjeu sportif, le corps est en quête d'artistique (niveau 4^{ème} degré, de type 4 défini par le code de pointage UFOLEP : « Le corps est sur une verticale stricte » : pieds, jambes, buste et tête sont alignés mais la gymnaste se raidit pour conserver ce placement.

Attention :

Il ne peut y avoir de gymnastes issues du Circuit Jeunesse Espoir individuel UFOLEP

Orientation de travail

Il faut viser un travail propre sur ce programme simple, posant des problèmes :

- D'équilibre,
- De coordination,
- De succession logique des actions,
- De manipulation simple.

L'enjeu sportif apparaît sans recherche d'exploit.

Descriptif

| | HONNEUR 11/12, 13/ 14 et 15/16 ANS | HONNEUR 17 ans + |
|-------------------|---|---|
| Mouvement | Imposé | Semi-libre |
| Catégories | 11/12, 13/14 et 15/16 ans | 17 ans + |
| Musique | Imposée | Imposée |
| Engin | Imposé (cf. Tableau des catégories et engins p.2) | Imposé (cf. Tableau des catégories et engins p.2) |

À qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes qui n'ont pas encore le niveau suffisant pour aborder un programme Excellence mais souhaitent s'engager dans un programme de compétition individuelle où, à l'enjeu sportif s'ajoute un enjeu artistique.

Les gymnastes concernés sont du niveau du 4^{ème} ou 5^{ème} degré, de type 3 défini par le code de pointage UFOLEP : «Le corps est organisé sur une verticale longue et souple, la tête participe au mouvement ».

Attention :

Les gymnastes issues du Circuit Jeunesse Espoir individuel UFOLEP ne peuvent intégrer ce programme sauf si jury de la région et/ou de la zone de l'année précédente l'autorise.

Orientation de travail

Les difficultés de base sont maîtrisées, la recherche artistique privilégiée :

- La variété corporelle,
- La qualité de la manipulation et des liaisons
- L'utilisation de l'espace
- La relation musique/mouvement

Descriptif

| | PRÉEXCELLENCE 11/12 et 13/ 14 ANS | PRÉEXCELLENCE 15/16 et 17 ans + |
|-------------------|--|--|
| Mouvement | Semi-libre | Libre |
| Catégories | 11/12 et 13/14 ans | 15/16 et 17 ans + |
| Musique | Imposée | Libre d'une durée de 1' à 1'30 |
| Engin | Imposé (cf. Tableau des catégories et engins p.2) | Imposé (cf. Tableau des catégories et engins p.2) |

Précisions semi-libre Préexcellence :

Les difficultés imposées du semi-libre sont prises en compte dans la validation du contrat technique.

Les séquences imposées en 11/12 et 13/14 ans doivent être placées sur les bonnes phrases musicales de la musique.

À qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse aux gymnastes confirmés, niveau 5^{ème} / 6^{ème} degré, de type 2 défini par le code pointage UFOLEP : « Le corps sort de l'alignement vertical dans une organisation maîtrisée et en harmonie avec le mouvement. La gymnaste travaille en petit volume ».

Avec le programme Excellence, on entre dans le domaine de la moyenne performance. Les heures ne doivent pas excéder 4 à 5 heures d'entraînement par semaine.

Excellence 11/12 ans et 13/14 ans : être capable d'assurer les difficultés de base.

Excellence 15 ans et plus : critère de l'âge, programme à exigences réduites.

Orientation de travail

Rappel des critères de la moyenne performance :

Le travail doit être propre et fin, tant au point de vue du corps que celui de l'engin.

Les éléments et les difficultés doivent être clairs et appartenir au registre de base (ex : le saut enjambé propre et bien réalisé, sera préféré à un saut carpé non maîtrisé. Une onde latérale précise est préférable à une onde en vis où le déroulement n'est pas bien ordonné).

Dans tous les cas, on laisse au gymnaste le temps d'être correct afin qu'en permanence le travail de finition et d'exactitude soit sauvegardé.

On ne recherche pas le critère de vitesse d'exécution. Si le gymnaste joue cette carte au détriment de la réalisation motrice, du respect des règles fondamentales, ou de l'originalité, il sera pénalisé.

Dans le cas où le gymnaste est capable d'allier le niveau technique (corporel et/ou à l'engin) exigé et la vitesse d'exécution, **il est sur le programme Individuel National.**

L'œil du juge doit se porter sur la propreté du travail, la correction permanente du geste.

L'entraîneur choisissant une autre stratégie, le fait aux risques et périls du gymnaste.

Descriptif

| | EXCELLENCE 11 à 16 ANS | EXCELLENCE 11 à 19 ANS + |
|-------------------|--|---|
| Mouvement | Imposé | Libre |
| Catégories | 11/12, 13/14 et 15/16 ans | 11/12, 13/14, 15/16, 17/18 et 19 ans et + |
| Musique | Imposée | Libre d'une durée de 1'15 à 1'30 |
| Engin | Imposé (cf. Tableau des catégories et engins p.2) | Imposé ou Libre selon les catégories (cf. Tableau des catégories et engins p.2) (Engin libre différent de celui de l'enchaînement imposé) |

À qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse à des gymnastes de bon niveau, ayant de réelles qualités gymniques (6^{ème}, 8^{ème} degré, de type 1 défini par le code de pointage UFOLEP : « Le corps occupe un large espace autour de l'axe. Travail en grand volume »).

Doivent concourir dans ces catégories :

Les gymnastes classés par la C.N.S. GRS UFOLEP,

Les gymnastes bénéficiant d'horaires importants d'entraînement.

Descriptif

| Mouvements | Libres |
|-------------------|---|
| Catégories | 11/13, 14/16, 17 ans et + |
| Musique | Libres d'une durée de 1'15 à 1'30 |
| Engin | Imposé ou Libre selon les catégories (cf. <i>Tableau des catégories et engins p.2</i>) (Engin libre différent de celui de l'enchaînement imposé) |

Individuel National B et A

À qui s'adresse ce programme ?

Le programme National B s'adresse à des gymnastes classés par la C.N.S. G.R.S. UFOLEP ou à des gymnastes de bon niveau ne relevant pas encore de Nationale A. Le niveau comporte deux catégories.

Le programme National A s'adresse à des gymnastes travaillant dans le domaine de la haute performance, avec une très bonne maîtrise technique (corporelle et à l'engin), des gymnastes de centres de performance ou pôles, et aux gymnastes bénéficiant d'horaires importants d'entraînement.

Le niveau ne comporte qu'une seule catégorie.

Descriptif

| | NATIONAL B 13 ANS et + | NATIONAL A 13 ANS + |
|-------------------|---|---|
| Mouvement | Libre | Libre |
| Catégories | 13/16 et 17 ans et + | 13 ans et + |
| Musique | Libres d'une durée de 1'15 à 1'30 | Libres d'une durée de 1'15 à 1'30 |
| Engin | Imposé ou Libre selon les catégories (cf. <i>Tableau des catégories et engins p.2</i>) (Engin libre différent de celui de l'enchaînement imposé) | Imposé ou Libre selon les catégories (cf. <i>Tableau des catégories et engins p.2</i>) (Engin libre différent de celui de l'enchaînement imposé) |

À qui s'adresse ce programme ?

Ce programme s'adresse à des gymnastes de plus de 20 ans désirant continuer ou reprendre la compétition dans un format plus en accord avec un temps d'entraînement plus réduit.

L'engagement dans ce programme n'est pas obligatoire pour les gymnastes de plus de 20 ans, qui peuvent concourir en UFOREVER ou en 19 ans et +.

Orientation de travail

Le jugement est adapté pour valoriser l'artistique et l'émotion (la composition ne doit pas avoir un caractère théâtral, caricatural et sans jeux de mime). Le spectateur peut être impliqué, ému et entrer dans l'univers du gymnaste.

Le niveau des difficultés est ouvert. Quel que soit le type de corps dU gymnaste déterminé dans le code de pointage UFOLEP, la note de départ en exécution sera de 10.

Descriptif

| | |
|------------------|--|
| Mouvement | Libre |
| Musique | Libre d'une durée de 1'15" à 1'30. |
| Engin | Libre (cf. tableau des catégories et engins p.2) |
| Tenue | Libre mais gymnique : ne doit pas être un déguisement, accessoires interdits |

Jugement de la composition

La note de composition sera doublée pour le résultat final.

Valeur technique - 2 points :

Voir tableau page 8.

Valeur artistique - 8 points :

Voir tableau page 9.

Expression - 2 points :

- **Engagement émotionnel de la gymnaste** : le gymnaste joue un rôle, crée un univers et interprète son enchaînement...
- **L'enchaînement dégage du sens** : il raconte une histoire intimement liée à la musique et à la logique des mouvements.
- **L'engin est un partenaire** : l'engin est mis au profit de la chorégraphie et de la signification de l'enchaînement, il semble "animé".

VALEUR TECHNIQUE DES INDIVIDUELS

Généralités

Toute difficulté, si elle est autorisée, peut se substituer à une autre de niveau inférieur pour valider le contrat. En revanche, une difficulté n'est validée qu'une seule fois.

Ex. : Une difficulté supérieure autorisée peut remplacer une difficulté moyenne

Les difficultés en plus du contrat sont tolérées dans la limite du nombre maximum autorisé, dans l'optique de la progression du gymnaste, mais ne sont pas valorisées.

Le dépassement du nombre maximum de difficultés est pénalisé. Cette pénalité sera appliquée sur les difficultés du niveau le plus bas (voir tableau des pénalités applicables à toutes les catégories, ci-après). Les manipulations spécifiques ne doivent pas se trouver obligatoirement sur des difficultés corporelles

PARTICULARITÉ : En National, National B et National A, les difficultés élémentaires ne sont pas prises en compte dans le nombre maximum de difficultés.

Tableau des exigences techniques, répartition des points

| Programmes Catégories | DE | DM | Mani. Spé | DS autorisée(s) non revalorisée(s) | Contrat des difficultés | Nombre maximum de difficultés | MD/MG | Familles Corporelles | Points | Exigences Engins | Risque | Programmes Catégories |
|-----------------------|---|-------------|-----------|------------------------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|--|--------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | DS | | | | | | | | |
| H17 et + | 4 | 2 | 2 | 0 | 6 | 10 dont 3 DM | Travail Equilibré MD/MG | Toutes Familles corporelles représentées | 2,80 | 1,00 | 0,20 | H17 et+ |
| PE11/12 | 3 | 1 | 2 | 0 | 4 | 7 dont 3 DM | | | 2,90 | 1,00 | 0,10 | PE11/12 |
| PE13/14 | 3 | 1 | 2 | 0 | 4 | 8 dont 3 DM | | | 2,80 | 1,00 | 0,20 | PE13/14 |
| PE15/16 | 4 | 2 | 2 | 0 | 6 | 9 dont 4 DM | | | 2,70 | 1,00 | 0,30 | PE15/16 |
| PE17 et + | 4 | 2 | 2 | 0 | 6 | 9 dont 4 DM | | | 2,70 | 1,00 | 0,30 | PE17 et + |
| E11/12 | 4 | 2 | 2 | 1 | 6 | 10 | | | 2,80 | 1,00 | 0,20 | E11/12 |
| E13/14 | 4 | 2 | 2 | 1 | 6 | 10 | | | 2,70 | 1,00 | 0,30 | E13/14 |
| E15/16 | 3 | 3 dont 1HC | 2 | 1 | 6 | 10 | | | 2,60 | 1,00 | 0,40 | E15/16 |
| E17/18 | 3 | 4 dont 2 HC | 2 | 2 dont 1 EC | 7 | 11 | | | 2,60 | 1,00 | 0,40 | E17/18 |
| E19 et + | 3 | 4 dont 2 HC | 2 | 2 dont 1 EC | 7 | 11 | | | 2,50 | 1,00 | 0,50 | E19 et + |
| N11/13 | | 5 HC | 3 | 2 | 7 | 10 | | | 2,60 | 1,00 | 0,40 | N11/13 |
| N14/16 | | 4 HC | 3 | 3 dont 1 HC | 7 | 11 | | | 2,50 | 1,00 | 0,50 | N14/16 |
| N17+ | | 4 HC | 3 | 3 dont 2HC | 7 | 11 | | | 2,40 | 1,00 | 0,60 | N17+ |
| NB13/16 | | 5 HC | 4 | 3 dont 2HC | 8 | 12 | | | 2,30 | 1,00 | 0,70 | NB13/16 |
| NB17+ | | 5 HC | 4 | 3 HC | 8 | 12 | | | 2,20 | 1,00 | 0,80 | NB17+ |
| NA | | 5 HC | 4 | 2HC +1 Combi DM/DS | 9 | 13 | | | 2,10 | 1,00 | 0,50 + 0,40 en une seule fois | NA |
| Uforever | Toutes familles corporelles représentées 3 Manipulations Spécifiques minimum | | | | | 6 dont 2 DS | | 2,00 | 0,00 | Uforever | | |

Abréviations : DE = Difficulté élémentaire - DM = Difficulté moyenne - DS = Difficulté supérieure - Mani. Spé = Manipulation spécifique - HC = Hors Combinaison - EC = En Combinaison - MD/MG Main Droite/Main Gauche - 0 = interdit

Pénalités applicables pour toutes les catégories :

| Pénalités | Imposé | DE | DM | DS | Manip. Spé | PR à 0.40 pt (NA) |
|---------------------|--------|------|------|------|------------|-------------------|
| Élément manquant | | 0.20 | 0.30 | 0.60 | 0,40 | 0.40 |
| Élément en trop | | 0.20 | 0.30 | 0.50 | | |
| Séquence mal placée | 0.30 | | | | | |

BILLETS DE JUGE - Valeur Technique



VALEUR TECHNIQUE
INDIVIDUELS

Gymnaste :

| | Ho 17+ | PE 11-12 | PE 13-14 | PE 15-16 PE 17 et + |
|--|--------|----------|----------|------------------------|
|--|--------|----------|----------|------------------------|

| | | | | |
|-----------|-----|-----|-----|-----|
| DE | / 4 | / 3 | / 3 | / 4 |
| DM | / 2 | / 1 | / 1 | / 2 |
| Manip.Spé | / 2 | / 2 | / 2 | / 2 |

Nb max Diff: 10 dont 3 DM 7 dont 3 DM 8 dont 3 DM 9 dont 4 DM

+ Travail équilibré MD/MG

+ Toutes familles corporelles représentées

| | | | | |
|----------|--------|--------|--------|--------|
| SS TOTAL | / 2,80 | / 2,90 | / 2,80 | / 2,70 |
|----------|--------|--------|--------|--------|

| | | | | |
|------------------|--------|--------|--------|--------|
| Exigences engins | / 1,00 | / 1,00 | / 1,00 | / 1,00 |
|------------------|--------|--------|--------|--------|

| | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| Risque | / 0,20 | / 0,10 | / 0,20 | / 0,30 |
|--------|--------|--------|--------|--------|

| | | | | |
|-------|-------------------|--|--|--|
| TOTAL | / 4,00 pts | | | |
|-------|-------------------|--|--|--|

N°Juge Signature Juge



VALEUR TECHNIQUE
INDIVIDUELS

Gymnaste :

| | Ex 11-12 | Ex 13-14 | Ex 15-16 | Ex 17-18 | Ex 19+ |
|--|----------|----------|----------|----------|--------|
|--|----------|----------|----------|----------|--------|

| | | | | | |
|---------------|-----|-----|------------------|------------------|------------------|
| DE | / 4 | / 4 | / 3 | / 3 | / 3 |
| DM | / 2 | / 2 | / 3 dont 1 MC | / 4 dont 2 MC | / 4 dont 2 MC |
| Manip. Spé | / 2 | / 2 | / 2 | / 2 | / 2 |
| DS autorisées | / 1 | / 1 | / 1 | / 2 dont 1 DC | / 2 dont 1 DC |

Nb max Diff: 10 10 10 11 11

+ Travail équilibré MD/MG

+ Toutes familles corporelles représentées

| | | | | | |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|
| SS TOTAL | / 2,80 | / 2,70 | / 2,80 | / 2,60 | / 2,50 |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|

| | | | | | |
|------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Exigences engins | / 1,00 | / 1,00 | / 1,00 | / 1,00 | / 1,00 |
|------------------|--------|--------|--------|--------|--------|

| | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Risque | / 0,20 | / 0,30 | / 0,40 | / 0,40 | / 0,50 |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|

| | | | | | |
|-------|-------------------|--|--|--|--|
| TOTAL | / 4,00 pts | | | | |
|-------|-------------------|--|--|--|--|

N°Juge Signature Juge

| | | |
|-------------|-----------|----------|
| Nat B 13-16 | Nat B 17+ | Na A 13+ |
|-------------|-----------|----------|

| | | | |
|------------|-------------------------|--------|----------------------------|
| DM | / 5 HC | / 5 HC | / 5 HC |
| DS | / 3 <i>dont 2 HC</i> | / 3 HC | / 2 HC <i>/ 1 DM+DS</i> |
| Manip. Spé | / 4 | / 4 | / 4 |

Nb max Diff.

12

12

13

- + Travail équilibré MD/MG
- + Toutes familles corporelles représentées

| | | | |
|----------|--------|--------|--------|
| SS TOTAL | / 2,30 | / 2,20 | / 2,10 |
|----------|--------|--------|--------|

| | | | |
|------------------|--------|--------|--------|
| Exigences engins | / 1,00 | / 1,00 | / 1,00 |
|------------------|--------|--------|--------|

| | | | |
|--------|--------|--------|------------------------------------|
| Risque | / 0,70 | / 0,80 | / 0,90 <i>/ 0,50 + 1 à 0,40</i> |
|--------|--------|--------|------------------------------------|

| | | | |
|-------|------------|--|--|
| TOTAL | / 4,00 pts | | |
|-------|------------|--|--|

N° Juge
Signature Juge

| | | |
|----------|----------|--------|
| Na 11-13 | Na 14-16 | Na 17+ |
|----------|----------|--------|

| | | | |
|------------|--------|-------------------------|-------------------------|
| DM | / 5 HC | / 4 HC | / 4 HC |
| DS | / 2 | / 3 <i>dont 2 HC</i> | / 3 <i>dont 2 HC</i> |
| Manip. Spé | / 3 | / 3 | / 3 |

Nb max Diff.

10

11

11

- + Travail équilibré MD/MG
- + Toutes familles corporelles représentées

| | | | |
|----------|--------|--------|--------|
| SS TOTAL | / 2,60 | / 2,50 | / 2,40 |
|----------|--------|--------|--------|

| | | | |
|------------------|--------|--------|--------|
| Exigences engins | / 1,00 | / 1,00 | / 1,00 |
|------------------|--------|--------|--------|

| | | | |
|--------|--------|--------|--------|
| Risque | / 0,40 | / 0,50 | / 0,60 |
|--------|--------|--------|--------|

| | | | |
|-------|------------|--|--|
| TOTAL | / 4,00 pts | | |
|-------|------------|--|--|

N° Juge
Signature Juge
**INDIVIDUEL
UFOREVER**

 Gymnaste
VALEUR TECHNIQUE

Toutes familles corporelles représentées
 3 Manipulations Spécifiques minimum
 6 diff. autorisées dont 2 DS maxi
 Travail équilibré MD/MG
 Exigences techniques à l'engin

-0.40 pt par Manipulation Spécifique manquante
 -0.30 pt pr tte diff en + du contrat max
 -0.30 pr élément main malhabile manquant

TOTAL

Juge n°
NOM du juge
**INDIVIDUEL
UFOREVER**

 Gymnaste
EXPRESSION

Engagement émotionnel de la gymnaste

Engagement du public

L'enchaînement dégage du sens

L'engin est un partenaire

TOTAL

Juge n°
NOM du juge

VALEUR ARTISTIQUE DES INDIVIDUELS

| THÈMES | NIVEAUX | DÉTAILS | HONNEUR | PRÉEXCELLENCE | EXCELLENCE | NATIONAL NA et NB | Sur 6 pts | |
|---------------------|------------------------|--|---------|---------------|------------|----------------------|--------------|---------|
| ENGIN | 1 | Mobilité de l'engin Utilisation de tous les plans Utilisation de toutes les familles | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.40 pt | 1.50 pts | |
| | 2 | Qualité des liaisons d'éléments | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.50 pt | | |
| | | Variété dans l'utilisation des plans et des sens | | | | | | |
| | | Variété des liaisons d'éléments | → | | | | | |
| | 3 | Revalorisation Manipulation autre que la main Originalité | 0.30 pt | 0.30 pt | 0.50 pt | 0.60 pt | | |
| Vitesse d'exécution | | → | | | | | | |
| CORPS | 1 | Equilibre des groupes d'éléments corporels Modes de déplacements variés | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.40 pt | 1.50 pts | |
| | 2 | Variété des éléments corporels et des liaisons | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.50 pt | | |
| | 3 | Dynamisme | → | | | 0.60 pt | | |
| | | Originalité | → | | | | | |
| | | Revalorisation Variété dans l'association et la succession des éléments corporels | 0.30 pt | 0.30 pt | 0.50 pt | | | |
| | Variation des énergies | → | | | | | | |
| ESPACE | 1 | Occupation de l'espace vertical et horizontal | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.40 pt | 1.50 pts | |
| | 2 | Orientation et trajectoires multiples et variées (avant, latéral, arrière) | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.50 pt | | |
| | 3 | Variation dans l'utilisation des 3 paramètres : Espace, orientation, trajectoires | 0.30 pt | 0.30 pt | 0.50 pt | 0.60 pt | | |
| MUSIQUE | 1 | Respect du tempo Respect des phrases musicales | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.40 pt | 1.50 pts | |
| | 2 | Jeu sur l'intensité Jeu sur la vitesse Jeu sur le caractère | 0.60 pt | 0.60 pt | 0.50 pt | 0.50 pt | | |
| | | Jeu sur la mélodie Effets musicaux Association de plusieurs paramètres | | | | | | 0.30 pt |

Uforever

La valeur artistique est notée sur 8 points, répartis de la manière suivante :

- ENGIN sur 2,50 points
- CORPS sur 1,50 points
- ESPACE sur 1,50 points
- MUSIQUE sur 2,50 points

BILLETTS DE JUGE - Valeur Artistique

|  INDIVIDUEL VALEUR ARTISTIQUE | | Gymnaste | | |
|---|----------------------------------|--------------------|---------------|---------------|
| | | HONNEUR PRE EXC | EXCELLENCE | NATIONAL |
| ENGIN | | / 1,50 | / 1,50 | / 1,50 |
| 1 ^{er} niveau | Mobilité | / 0,60 | / 0,50 | / 0,40 |
| 2 ^{ème} niveau | Liaisons | / 0,60 | / 0,50 | / 0,50 |
| 3 ^{ème} niveau | Revalorisation | / 0,30 | / 0,50 | / 0,60 |
| CORPS | | / 1,50 | / 1,50 | / 1,50 |
| 1 ^{er} niveau | Éléments corporels | / 0,60 | / 0,50 | / 0,40 |
| 2 ^{ème} niveau | Variété des éléments | / 0,60 | / 0,50 | / 0,50 |
| 3 ^{ème} niveau | Revalorisation | / 0,30 | / 0,50 | / 0,60 |
| ESPACE | | / 1,50 | / 1,50 | / 1,50 |
| 1 ^{er} niveau | Occupation | / 0,60 | / 0,50 | / 0,40 |
| 2 ^{ème} niveau | Orientation et trajectoires | / 0,60 | / 0,50 | / 0,50 |
| 3 ^{ème} niveau | Revalorisation | / 0,30 | / 0,50 | / 0,60 |
| MUSIQUE | | / 1,50 | / 1,50 | / 1,50 |
| 1 ^{er} niveau | Respect de la structure musicale | / 0,60 | / 0,50 | / 0,40 |
| 2 ^{ème} niveau | Interprétation | / 0,60 | / 0,50 | / 0,50 |
| 3 ^{ème} niveau | Revalorisation | / 0,30 | / 0,50 | / 0,60 |
| TOTAL | | /6pts | | |
| Juge n° | NOM du juge | | | |
| | | | | |

|  INDIVIDUEL UFOREVER VALEUR ARTISTIQUE | | Gymnaste | |
|--|---|----------------|---------------|
| | | | |
| ENGIN | | | / 2,50 |
| 1 ^{er} niveau | Mobilité de l'engin, utilisation de tous les plans et toutes les familles | / 0,80 | |
| 2 ^{ème} niveau | Variété des liaisons, variété dans l'utilisation des plans et des sens | / 0,80 | |
| 3 ^{ème} niveau | Revalorisation, manipulation autre que la main, originalité | / 0,90 | |
| CORPS | | | / 1,50 |
| 1 ^{er} niveau | Équilibre des groupes d'éléments corporels, modes de déplacements variés | / 0,40 | |
| 2 ^{ème} niveau | Variété des éléments corporels et des liaisons | / 0,50 | |
| 3 ^{ème} niveau | Revalorisation, variété, ds l'association des élts corporels, des énergies | / 0,60 | |
| ESPACE | | | / 1,50 |
| 1 ^{er} niveau | Occupation de l'espace vertical et horizontal | / 0,40 | |
| 2 ^{ème} niveau | Orientation et trajectoires multiples et variées (avant, latéral, arrière) | / 0,50 | |
| 3 ^{ème} niveau | Variation dans l'utilisation de l'espace, l'orientation et les trajectoires | / 0,60 | |
| MUSIQUE | | | / 2,50 |
| 1 ^{er} niveau | Respect du tempo et des phrases musicales | / 0,80 | |
| 2 ^{ème} niveau | Jeu sur l'intensité, la vitesse et le caractère | / 0,80 | |
| 3 ^{ème} niveau | Jeu sur la mélodie, les effets musicaux, associat. de plusieurs paramètres | / 0,90 | |
| Juge n° | NOM du Juge | TOTAL : | /8,00 |
| | | | |

BILLETS DE JUGE - Exécution Individuels

| | | | |
|---|--|-----------------------------|--|
|  | | EXÉCUTION INDIVIDUEL | |
| Programme / Catégorie | | Gymnaste : | |
| Engin | | | |
| Note finale | | /10,00 | |
| Remarques pour le juge arbitre (fautes de textes ...) : | | | |
| Juge n° | | NOM du Juge | |

BILLETS DE JUGE ARBITRE

| | | | | | |
|---|-----|-------------------------------|-----|------------------------|----------|
|  | | JUGE ARBITRE EXÉCUTION | | Programme et Catégorie | Gymnaste |
| | | Engin : | | | |
| EXÉCUTION | | | | *NOTE MOYENNE | |
| JA | J.1 | J.2 | J.3 | J.4 | |
| Pénalités : | | | | Pénalités | |
| Sortie(s) gymnaste : | | | | | |
| Sortie(s) engin : | | | | | |
| Faute(s) de texte : | | | | | |
| Autre(s) pénalité(s) : | | | | NOTE FINALE | |
| Remarques | | Nom et signature | | | |
| * Entourez en cas de note de base | | | | | |

| | | | | | |
|---|-----|------------------------------------|--|--------------------------|----------|
|  | | JUGE ARBITRE COMPOSITION VT | | Programme et Catégorie : | Gymnaste |
| | | Engin : | | | |
| VALEUR TECHNIQUE | | | | *NOTE VT | |
| JA/VT1 | VT2 | VT3 | | | |
| Pénalités : | | | | Pénalités | |
| Remarques | | Nom et signature | | NOTE FINALE | |
| * Entourez en cas de note de base | | | | | |

| | | | | | |
|---|-----|------------------------------------|-----|------------------------|----------|
|  | | JUGE ARBITRE COMPOSITION VA | | Programme et Catégorie | Gymnaste |
| | | Engin : | | | |
| VALEUR ARTISTIQUE | | | | *NOTE VA | |
| JA/VA1 | VA2 | VA3 | VA4 | | |
| Pénalités : | | | | Pénalités | |
| Remarques | | Nom et signature | | NOTE FINALE | |
| * Entourez en cas de note de base | | | | | |

| | | | | | |
|---|-----|-------------------------------------|-----|---------------------------------|----------|
|  | | JUGE ARBITRE VT – Expression | | Programme et Catégorie UFOREVER | Gymnaste |
| | | Engin : | | | |
| VALEUR ARTISTIQUE | | | | NOTE VT | |
| JA/VT1 | VT2 | EX1 | EX2 | | |
| Pénalités : | | | | NOTE Expression | |
| Remarques | | Nom et signature | | | |

AUTRES BILLETS DE JUGE

| | |
|---|-------------------------|
|  JUGE CHRONOMETRE | |
| Programme et Catégorie | Gymnaste |
| Durée de la musique | Secondes en + ou en - : |
| NOM ET SIGNATURE : | |

| | |
|---|-----------------------|
|  JUGE DE LIGNE | |
| Programme et Catégorie | Gymnaste |
| Sortie(s) Engin(s) | Sortie(s) Gymnaste(s) |
| NOM ET SIGNATURE : | |

