

# Programme ZONE Aérobic

## 2012-2013

### Les conditions d'engagements :

Quelque que soit la finalité, l'ensemble des engagements (prévisionnel et nominatif) aux compétitions départementaux, régionaux, zones ou nationales sont à réaliser en ligne sur le site de [www.ffgym.com](http://www.ffgym.com) sur la partie extranet avant le 5 décembre 2012.

### Les programmes compétitifs :

#### *Basic finalité zone*

Le basic aérobic est un programme compétitif d'animation à finalité zone. Très accessible, il permet la création d'une section aérobic en proposant des contenus d'entraînements et de compétitions s'adressant aux compétiteurs sous forme d'un mouvement imposé qui peut être présenté en groupe de 2 à 8 personnes à partir de 7 ans. Ils sont particulièrement adaptés aux débutants.

	Programme <b>Step</b>	Programme <b>Hilo</b>	Programme <b>Aéro</b>
Poussins (7 à 9ans)		Imposé 2 à 8 Gymnastes	Imposé 2 à 8 Gymnastes
BMC (10-15 ans avec moyenne < 13ans)	Imposé 2 à 8 Gymnastes	Imposé 2 à 8 Gymnastes	Imposé 2 à 8 Gymnastes
CJS (+ 14 ans)	Imposé ou Libre* 2 à 8 Gymnastes	Imposé ou Libre* 2 à 8 Gymnastes	Imposé ou Libre* 2 à 8 Gymnastes

\* : Le mouvement libre sera évalué comme l'imposé sur la synchronisation, et le classement Imposé et libre sera unique. Le mouvement devra avoir les mêmes caractéristiques que l'imposé. (durée, vitesse de musique, difficulté identique pour l'aéro, difficulté des mouvements).

Les groupes feront 2 passages **avec programmes identiques ou différents.**

Simplification du jugement et intégration d'un parent licencié FFG au jugement comme juge de synchronisation. Parent informé dans chaque club, et formé avant la compétition, et encadré par des juges certifiés.

Remarque en ce qui concerne le basic poussins : les bras ne sont pas obligatoires, bonus 1 point pour bras présentés, et bonus nombre 0.10 par athlètes pour tous les basics.

## ***Challenge finalité nationale***

Les challenges sont des enchaînements de groupe de 5 à 10 personnes, dès l'âge de 10 ans, composés des pas de base de l'aérobic traditionnelle ou de step. Ils proposent à un public d'adolescents et d'adultes, hommes et femmes, une activité attrayante et conviviale de compétition par équipes, premiers pas vers la Gymnastique Aérobic.

	Programme <b>Aero Step</b>	Programme <b>Hilo</b>	Programme <b>Aéro</b>
BMC (10-15 ans avec moyenne < 13ans)	Mouvement Imposé	Mouvement Imposé	Mouvement Imposé nouveau
CJS (+ 14 ans)	Mouvement Libre	Mouvement Libre	Mouvement Libre avec moyenne < 17ans

Le programme est précisé dans la brochure technique avec plus de détails.

Un DVD de complément des programmes imposés BMC Challenges est mis en vente à FPG, différent du pack.

## ***Fédéral***

Les catégories d'âges :

10—12 ans  
Benjamins (es)

12 – 14 ans  
Espoir

15 – 17 ans  
Juniors

18 ans et +  
Seniors

Programme allégé par rapport au FIG :

Pour les benjamins :

- Nouveau mouvement imposé. ( sur le DVD de complément)

Pour les autres catégories :

- Se référer à la brochure technique.
- 

## ***National***

Catégorie d'âge :

Benjamins

Espoir AG1

Junior AG2

Senior

Le national sera divisé en 2 : National (ex national B), élite (ex national A)

Elite : Réservée aux athlètes listés (pôle et pôle espoir)

National : Benjamins (es) Espoir, junior et sénior s'entraînant en club en solo duo, trio, et Groupe, aéro danse.

Se référer à la brochure pour le contenu.

## **Les Formations :**

### ***Les cadres :***

Animateur des activités gymniques d'expression, et Initiateur de gymnastique aérobic sont à l'initiative des comités départementaux et/ou régionaux.

### ***Les juges :***

La formation et l'examen des **Juges N1 et N2** aura lieu sur 2 week-end.

**Le 13 octobre à Mâcon**

**Ou le 27 octobre à Clermont-Ferrand**

**Et les 10 et 11 novembre à Mâcon (examen)**

Les juges diplômés sont invités à participer à l'un des 2 premiers week -end pour le recyclage.  
Les juges en formations devront avoir lu le règlement technique aérobic 2012-2013, et visionner le DVD présentant le programme développement  
Une circulaire viendra compléter les informations manquantes, sur le lieu et le programme.  
Les engagements sont à faire auprès de

Le recyclage juge N3 et N4 se déroulera à Paris les 18/19/20 janvier  
La Formation juge N3 se déroulera les 2/3 février à Paris

## **Compétitions :**

### ***Dates :***

Les Championnats de France auront lieu les 24,25,26 mai à Gap  
Les Demi-finales sud auront lieu les 4 ,5 mai à Clermont-Ferrand  
Le Championnat de zone Challenge, fédéral et national aura lieu le 24 mars à Vierzon.  
La Finale de zone Basic aura lieu les 4, 5 mai à Clermont-Ferrand

### ***Jury :***

#### **Basics Aéro / Step / Hilo:**

1 juge par club engagé. Cela peut être un parent licencié FFG qui a lu la réglementation basic.  
Le juge arbitre est convoqué et certifié.

#### **Challenges Aéro / Step / Hilo:**

1 juge (min. N1) par équipe, présent sur toute la durée de la compétition, afin de faciliter son déroulement.  
Les rôles seront tirés au sort (Juges Exécution, Juges Artistique, et Juge Arbitre Assistant), seul le Juge Arbitre sera convoqué en amont.

## **Gym aérobic**

1 juge par club engagé, qui devra être présent sur toute la durée de la compétition, afin de faciliter son déroulement.

Les rôles seront répartis en réunion de juge, (Juges Exécution, Juges Artistique, et Juge de Difficulté), seul le Juge Arbitre sera convoqué en amont.

## ***Règlementation :***

Tenue des juges : La tenue correcte, conforme au règlement fédéral est obligatoire,

(Femme : Veste et jupe bleue (ou noir) ou pantalon marine (ou noir), chemisier blanc)

(Homme : Veste bleu marine, pantalon gris, chemise claire et cravate)

**SACEM** : La fiche SACEM est à remplir pour chaque compétition et à remettre au responsable de compétition.

Formulaire disponible sur la brochure technique fédérale

# Engagement région

Fiche d'inscription à retourner avant le : 17 décembre 2011

N° Comité N° Département N° Association -----

Nom de l'association

Ville

Correspondant      Nom                                      Prénom

Adresse

Code Postal      Ville

Téléphone      Fax                                      E-mail

Développement	BASIC Step/Hilo/Aéro	Challenge STEP	Challenge HILO	Challenge AERO
<b>Poussins (es)</b>		X	X	X
<b>BMC</b>				
<b>CJS</b>				
<b>Sénior +</b>	X	X	X	X

Gym aérobic Fédérale	Solo	Duo mixte Trio	Groupe
<b>Benjamin</b>			
<b>Espoir</b>			
<b>Junior</b>		X	X
<b>Senior</b>		X	X
<b>Junior/Seniors</b>	X		

Gym aérobic Nationale	National B				Aéro dance	National A			
	Solo H F	Duo mixte	Trio	Groupe		Solo H F	Duo mixte	Trio	Groupe
<b>Benjamin (e)</b>		X	X	X		X	X	X	X
<b>Espoir</b>									
<b>Junior</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X
<b>Sénior</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X
<b>Junior/Sénior</b>	X				X				

	NOM Prénom	Sexe (F /M)	Date de Naissance	N° de Licence (5 derniers chiffres) ou si club ≠ le n° complet	Catégorie P/B/M/C/J/S
<b>1</b>					
<b>2</b>					
<b>3</b>					
<b>4</b>					
<b>5</b>					
<b>6</b>					
<b>7</b>					
<b>8</b>					
<b>9</b>					
<b>10</b>					

Nom du Juge Club : .....

Niveau du Juge : .....

**Durée de la musique** .....(de la 1<sup>ère</sup> note à la dernière note).

	Titre des morceaux choisis	Auteurs / Interprètes	Maison d'Édition	Durée
1				
2				

