

Gymnastique Acrobatique



TUTORIEL CARTES DE COMPÉTITION

Fédéral A et B

National B

Version septembre 2021

Éléments collectifs	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Valeur								
	Maintien								
	Volt.								
	Port.								

Éléments collectifs	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	Valeur								
	Maintien								
	Volt.								
	Port.								

Éléments individuels	11	12	13
	Valeur		
	Ref.		

CLUB	
•	
GYMNASTES	
•	
•	
•	
•	
ENTRAINEUR	
•	
Tél:	
Mail:	
JUGE	
•	
Niveau:	

CATEGORIE		
Fed B	7-13	TC
Fed A	7-14	TC
Nat B	8-15	TC
Nat A	TC	
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE				
2F	2H	2Mx	Trio	4X

EXERCICE	S	D	C

DIFFICULTE			
Valeurs Stat		Total Valeurs	
Valeurs Dyn		Coef	
Valeurs Indiv		Note Diff	

PENALITES	Fautes de temps :		Exigences spécifiques :		Autres déductions :		Total Pénalité	
------------------	--------------------------	--	--------------------------------	--	----------------------------	--	-----------------------	--

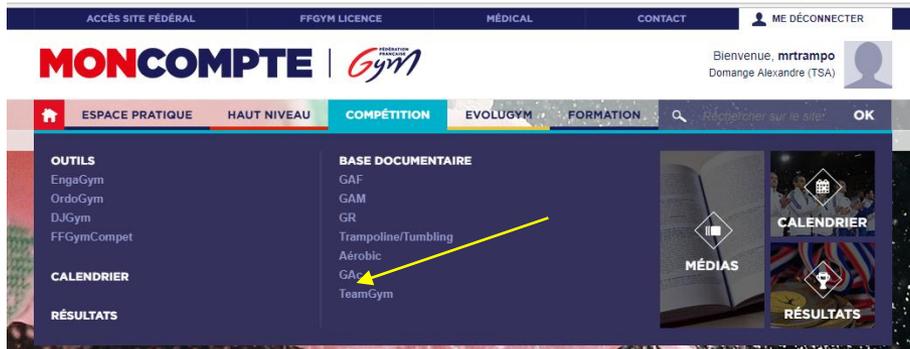
Où la trouver?

- Sur le site fédéral www.ffgym.fr :

1. Connectez-vous à l'espace **MONCOMPTE**



2. Survolez le menu Compétition et cliquez sur GAc dans la partie **BASE DOCUMENTAIRE**



3. Faites défiler la page pour atteindre le document Excel

CARTE DE COMPÉTITIONS ET DIFFICULTÉ : MODÈLES ET TUTORIELS

	16/02/2017 tutoriel cartes de compétition Nationale A Avenir Espoir V2017 FEV	
	16/02/2017 tutoriel Tables de Difficulté et carte de compétition exercices libres V2017 FEV	
	13/10/2016 Tutoriel cartes de compétition Trophée Nationale B	
	11/09/2017 Carte de compétition 2017-2020	

A quoi sert la carte de compétition en Gymnastique Acrobatique ?

- La carte de compétition est déterminante pour l'établissement de la **note de difficulté** de l'exercice présenté par les gymnastes.
- L'entraîneur fait sur cette carte une **déclaration des éléments** choisis pour son groupe, qui permet de donner une **valeur en difficulté** au départ de l'exercice.



Attention!

- Une fois vérifiée par le jury, **la note de difficulté établie sera soit validée, soit diminuée** en fonction de la non prise en compte d'un ou plusieurs éléments. Pour être pris en compte un élément doit répondre impérativement à 2 critères :
 - être **déclaré** sur la carte de compétition
 - ET**
 - être **effectivement réalisé** → En aucun cas, la réalisation d'un élément supplémentaire mais non inscrit sur la carte de compétition ne pourrait permettre d'augmenter la note de difficulté calculée au départ.

- Toutes les cartes doivent être **générées numériquement**, **les dessins manuels ne sont pas autorisés**.
- Il faut donc utiliser des « copier-coller » des figurines du programme technique dans les cases du fichier Excel, ou mieux : se servir de l'application *Android* qui facilite la réalisation des cartes de compétition :

GAC Cartes de compétition 2022

version 7.0

La dernière version à jour est disponible sur
via les mots-clés *carte compétition GAc*.



ANDROID



Google Play



Intégrer les pyramides dans l'ordre d'apparition dans le mouvement.

 **CARTE DE COMPETITION 2022-2024** Cor

	1	2	3	4	5
Eléments collectifs					
Valeur					
Maintien					
Voit.					
Port.					



Attention!

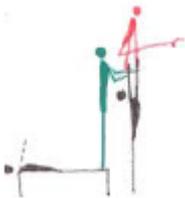
Toute erreur entre l'ordre annoncé et celui effectivement réalisé entraîne une **pénalité de 0,30**



Inscrire la durée des maintiens

- Rappel :

3" pour une pyramide statique



2" pour un élément individuel de maintien



		CARTE DE COMPETITION 2022-2024							Compétition	
									Championnat inter	
Eléments collectifs	1	2	3	4	5	6	7			
	Valeur	6	12	8	12					
	Maintien									
	Volt.	Equerre	Dynamique 1	ATR	Pos. variées					
Port.	C2	F3	D4	F5						
Eléments collectifs	10	11	12	13	14	15	16			
	Valeur									
	Maintien									
	Volt.									
Port.										
Eléments individuels	11	12	13							
	Valeur	4	4	2	6	6	6	4	7	3
	Ref.	souplesse D1 / B2			agilité tumbling F3			maintien D2 / G4 / C3		
PENALITES		Fautes de temps :				Exigences spécifiques :				Autres déduc

Éléments dynamiques :

- Préciser la quantité de rotation transversale (salto), le sens de rotation et la quantité de rotation longitudinale (vrille).
 - On décompose la rotation transversale en **quarts de salto** : 1/4, 3/4, etc.
 - Pour une rotation avant, inscrire **F** (*Front*) ; pour une rotation arrière, inscrire **B** (*Back*).
 - La rotation longitudinale se note **en degrés** : 180°, 360°, 540° etc.
 - **Remarque** : La forme de corps est stipulée par le dessin.



Déclaration des éléments

- Seuls les éléments pour lesquels une valeur en difficulté est réclamée doivent être dessinés sur la carte de compétition.
- Un élément réalisé mais non inscrit sur la carte de compétition remplit l'exigence de représentation de la famille à laquelle il appartient mais sa valeur en difficulté n'est pas prise en compte.

Comment bien remplir la carte de compétition?



Renseigner les éléments collectifs
et individuels

Exercices sur programmes imposés :

Fédéral

- indiquer pour chaque élément collectif ou individuel :

- la grille de référence
- la colonne (de A à J)
- la ligne (de 1 à 6)
- sa valeur en difficulté.

FÉDÉRATION FRANÇAISE **Gym** Gymnastique Acrobatique - Fédéral A et B

Version Septembre 2021

DUO : ATR

	A (V = 2)	B (V = 4)	C (V = 6)	D (V = 8)	E (V = 10)	F (V = 12)	G (V = 14)	H (V = 16)	I (V = 18)	J (V = 20)
1										
2										
3										EN FORCE
4									EN FORCE	
5										
6										
	Interdit Fédéral A				Interdit Fédéral B					

Exercices sur programmes imposés :

National B

- indiquer pour chaque élément collectif ou individuel :

- la grille de référence
- la colonne (de A à H)
- la ligne (de 1 à 6)
- sa valeur en difficulté.

		Gymnastique Acrobatique - Nationale B								Version Septembre 2021
		DUO : Rattrapes								
		A (V=2)	B (V=4)	C (V=6)	D (V=8)	E (V=10)	F (V=12)	G (V=14)	H (V=15)	
1										
2			1/4F	#		1/4F	360° #		3/4F	
3	1/4F					180°	1/4F	1/4F 180°		
4	1/4B	1/4B	1/4B		1/4B		1/4B	1/4B		
5	1/4F	1/4F 180°		2/4F	2/4F 180°		2/4B	2/4B		
6	1/4B	1/4B 180°		2/4B	2/4B 180°		5/4F	5/4F		
		Interdit National B 8-15 ans								

Eléments collectifs	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Valeur	6	12	8	12					
Maintien									
Volt.	Equerre	Dynamique 1	ATR	Pos. variées					
Port.	C2	F3	D4	F5					

Eléments collectifs	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Valeur									
Maintien									
Volt.									
Port.									

Eléments individuels	11	12	13	
Valeur	4 4 2	6 6 6	4 7 3	
Ref.	souplesse D1 / B2	agilité tumbling F3	maintien D2 / G4 / C3	

PENALITES	Fautes de temps :	Exigences spécifiques :	Autres déductions :	Total Pénalité

CLUB
• ASGym KELKEPAR
GYMNASTES
• Raoul ADAVAN
• Filipa RIAIRE
• Jess HEFER-LAROUX
•
ENTRAINEUR
• Jim NASTIK
Tél: 01 23 45 67 89
Mail: jimnastik@ffgym.fr
JUGE
• Magali PETEBEL
Niveau: 1

CATEGORIE		
Fed B	7-13	TC
Fed A	7-14	TC
Nat B	8-15	TC
Nat A		TC
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE				
2F	2H	2Mx	Trio	4X

EXERCICE	S	D	C

DIFFICULTE			
Valeurs Stat		Total Valeurs	
Valeurs Dyn		Coef	
Valeurs Indiv		Note Diff	

- Calculer et inscrire le total des difficultés :
 - Somme des valeurs des éléments collectifs **statiques**
 - Somme des valeurs des éléments collectifs **dynamiques**
 - Somme des valeurs de tous les éléments **individuels** réalisés, **divisée par le nombre de partenaires** (arrondir à l'entier le plus proche avec ,5 arrondi à l'entier supérieur)
 - **Total des valeurs de difficulté**

Éléments collectifs	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Valeur	6	12	8	12				
	Maintien								
	Volt.	Equerre	Dynamique	ATR	Pos. variées				
Port.	C2	F3	D4	F5					

CLUB	
• ASGym KELKEPAR	
GYMNASTES	
• Raoul ADAVAN	
• Filipa RIAIRE	
• Jess HEFER-LAROUX	
•	
ENTRAINEUR	
• Jim NASTIK	
Tél: 01 23 45 67 89	
Mail: jimnastik@ffgym.fr	
JUGE	
• Magali PETEBEL	
Niveau: 1	

Éléments collectifs	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> Statique 6+8+12 = 26 </div>			<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> Dynamique 12 </div>		<div style="border: 1px solid green; padding: 5px; display: inline-block;"> Individuels 14 </div>				
	Valeur									
	Maintien									
	Volt.									
Port.										

CATEGORIE		
Fed B	7-13	TC
Fed A	7-14	TC
Nat B	8-15	TC
Nat A	TC	
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE				
2F	2H	2Mx	Trio	4X

EXERCICE	S	D	C
-----------------	---	---	---

Éléments individuels	I1	I2	I3		
	Valeur	4 4 2	6 6 6	4 7 3	
	Ref.	souplesse D1 / B2	agilité tumbling F3	maintien D2 / G4 / C3	

DIFFICULTE			
Valeurs Stat	26	Total Valeurs	52
Valeurs Dyn	12	Coef	0,04
Valeurs Indiv	14	Note Diff	2,08

PENALITES	Fault de t	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px; display: inline-block;"> $(4+4+2+6+6+6+4+7+3) / 3 = 42 / 3 = 14$ </div>	Autres déductions :	Total Pénalité
------------------	------------	---	---------------------	----------------

VALEURS		DIFFICULTE	
STAT	28	Total Valeurs :	59
DYN	12	Coeff :	0,04
INDIV	19	Note Difficulté :	2,36

- Dans cet exemple, le **total des valeurs** de difficulté est de 59.
- Il convient ensuite de définir le **coefficient** correspondant à la catégorie :
 0,04 en filière Fédérale
 0,03 en filière Nationale B
- La note de difficulté de départ se calcule en multipliant le total des valeurs par le coefficient, en gardant 2 décimales.
- La **note de départ de l'exercice** est donc ici de 2,36 points **pour le secteur "difficulté"**.
- La **note de difficulté** sera soit validée par les juges, soit diminuée en cas d'éléments non reconnus.

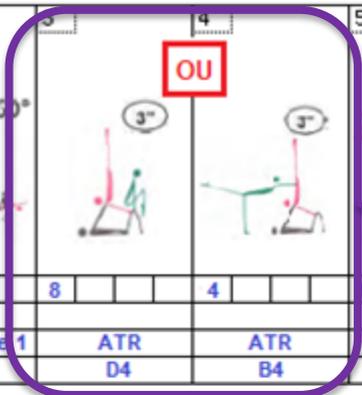
(En aucun cas cette note ne pourra être augmentée : un élément réalisé alors qu'il n'est pas déclaré ne pouvant pas créditer de valeur supplémentaire.)

Alternatives...

- En cas d'hésitation entre deux éléments, collectifs ou individuels, il est possible de déclarer **une alternative** dans la même case ou dans des cases voisines, en mentionnant clairement le mot « **OU** » entre les éléments représentés.
- Seule la valeur de l'élément effectivement réalisé sera prise en compte.
- **1 seule alternative** par carte de compétition est autorisé.



Éléments collectifs	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	6	12	8	4	2				
	Maintien								
	Volt.	Equerre	Dynamique 1	ATR	ATR	Pos. variées			
Port.	C2	F3	D4	B4	F5				



Éléments collectifs	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	Maintien								
	Volt.								
Port.									

Éléments individuels	11	12	13						
	X2	X3	X1	X1					
	X1		X1						
Valeur	4	4	2	6	6	6	4	7	3
Ref.	souplesse D1 / B2			agilité tumbling F3			maintien D2 / G4 / C3		

CLUB	
• ASGym KELKEPAR	
GYMNASTES	
• Raoul ADAVAN	
• Filipa RIAIRE	
• Jess HEFER-LAROUX	
•	
ENTRAINEUR	
• Jim NASTIK	
Tél: 01 23 45 67 89	
Mail: jimnastik@ffgym.fr	
JUGE	
• Magali PETEBEL	
Niveau: 1	

CATEGORIE		
Fed B	7-13	TC
Fed A	7-14	TC
Nat B	8-15	TC
Nat A		TC
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE				
2F	2H	2Mx	Trio	4X

EXERCICE	S	D	C
----------	---	---	---

DIFFICULTE			
Valeurs Stat	26 ou 22	Total Valeurs	48 ou 52
Valeurs Dyn	12	Coef	0,04
Valeurs Indiv	14	Note Diff	1,92 ou 2,08

PENALITES	Fautes de temps :	Exigences spécifiques :	Autres déductions :	Total Pénalité
------------------	-------------------	-------------------------	---------------------	----------------

Éléments collectifs	1	2	3	4	5	6	7	8	9
		# 360°							
	Valeur	6	12	8	12				
	Maintien								
	Volt. Port.	Equerre C2	Dynamique 1 F3	ATR D4	Pos. variées F5				

Éléments collectifs	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	Valeur								
	Maintien								
	Volt. Port.								

Éléments individuels	I1	I2	I3
	X 2	X 3	X 3
	X 1		X 1
Valeur	4 4 2	4 4 4	6 6 6
Ref.	souplesse D1 / B2	souplesse D1	agilité tumbling F3

CLUB		
• ASGym KELKEPAR		
GYMNASTES		
• Raoul ADAVAN		
• Filipa RIAIRE		
• Jess HEFER-LAROUX		
ENTRAINEUR		
• Jim NASTIK		
Tél: 01 23 45 67 89		
Mail: jimnastik@ffgym.fr		
JUGE		
• Magali PETEBEL		
Niveau: 1		

CATEGORIE		
FedB	7-13	TC
FedA	7-14	TC
NatB	8-15	TC
NatA	TC	
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE				
2F	2H	2Mx	Trio	4X

EXERCICE	S	D	C
-----------------	---	---	---

DIFFICULTE			
Valeurs Stat	26	Total Valeurs	52 ou 53
Valeurs Dyn	12	Coef	0,04
Valeurs Indiv	14 ou 15	Note Diff	2,08 ou 2,12

PENALITES	Fautes de temps :	Exigences spécifiques :	Autres déductions :	Total Pénalité
------------------	-------------------	-------------------------	---------------------	----------------

- Avant le passage en compétition, la carte va être corrigée:
 - vérification des valeurs de chaque éléments
 - vérification des exigences spécifiques et des restrictions
- En cas de problème, le juge correcteur peut contacter l'entraîneur pour le lui signaler (d'où la demande de numéro de téléphone).
- Toutefois, il est rappelé que l'entraîneur est le seul responsable du contenu de la carte de compétition et des éléments qu'il fait réaliser à ses gymnastes.



Remise des cartes

Fédéral et National B

Transmettre les cartes de compétition selon les directives de la fiche technique de compétition ou, lorsque rien n'est précisé, une heure avant le début de la compétition.



- Merci aux entraîneurs de respecter ces consignes.
- La Commission Nationale Spécialisée en Gymnastique Acrobatique est à votre écoute pour toute question ou besoin de clarification.

⇒ cmsgac@ffgym.fr



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym