Gymnastique Acrobatique



FÉDÉRATION FRANÇAISE Gym

TUTORIEL CARTES DE COMPÉTITION

Fédéral A et B

National B

La carte de compétition

CARTE DE COMPETITION *2025-2028*

Compétition	•

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

	9	10 6/4 F	11	12	13	14	15	16
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

	17	18	19	20	21	22	23	24
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

CLUB
•

GYMNASTES
•
•
•
•

ENTRAINEUR
•
Tél :
Mail :

JUGE
•
Niveau :

CATEGORIE		
Fed B	7-14	TC
Fed A	7-14	TC
Nat B	8-15	TC
Nat A	8-16	TC
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE
•

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 Pénalités :	

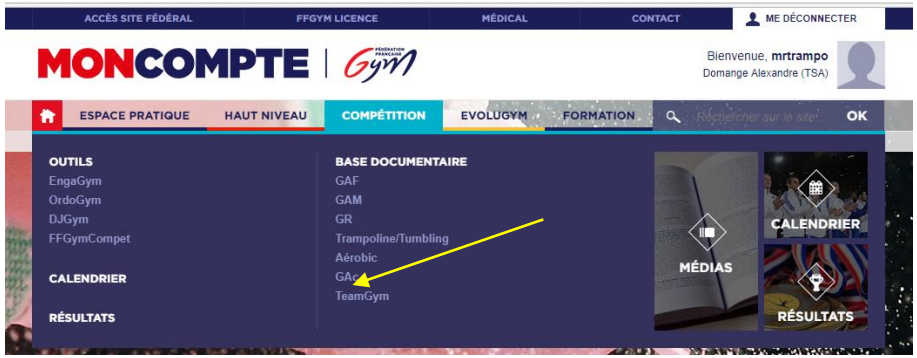
Où la trouver?

- 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



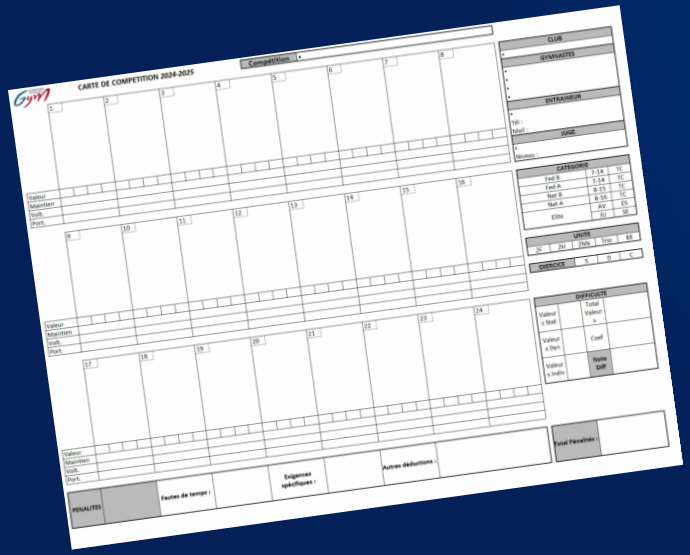
Acheter des cartes Acro Companion.

Tutoriels vidéos sur Imagym
www.imagym.ffgym.fr > GAc > Compétition
- Création d'un compte sur AC
- Acro Companion pgrms semi-imposés et libres



→ Seuls ces deux modèles de cartes sont acceptés sur les compétitions françaises.

A quoi sert la carte de compétition ?





FÉDÉRATION FRANÇAISE Gym

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.

Comment bien remplir la carte de compétition?





FÉDÉRATION FRANÇAISE Gym

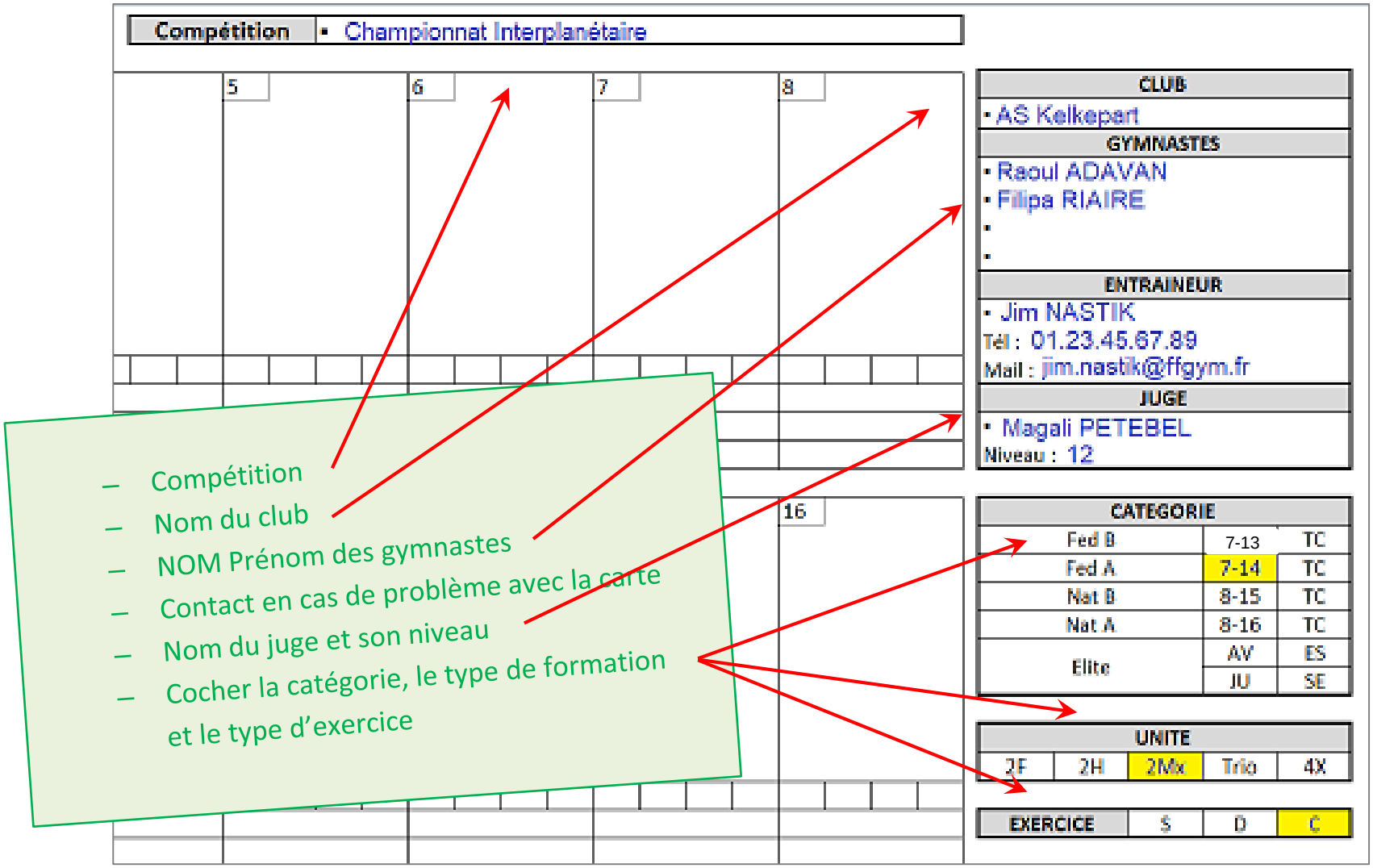
Généralités

- Toutes les cartes doivent être produites informatiquement, **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.

- La FFGym a contractualisé avec *Acro Companion* pour obtenir un outil de remplissage automatique des cartes, compatible avec toutes les catégories françaises

Renseigner les tableaux :



Intégrer les éléments collectifs et les éléments individuels dans l'ordre d'apparition dans le mouvement.

	1	2	3	4	5	6	7	8
	3"	1/4 B	3/4 B	X2 X1	2" X1 2" X1 2" X1	3"	3"	X3
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

Attention!

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



- Pour les éléments individuels, à côté du dessin, préciser le nombre de gymnastes réalisant l'élément.
- Les éléments individuels réalisés simultanément par tous les partenaires doivent être dessinés dans la même case.

	1	2	3	4	5	6	7	8
	3"	1/4 B	3/4 B	X2 X1	2" X1 2" X1 2" X1	3"	3"	X3
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

Inscrire la durée des maintiens



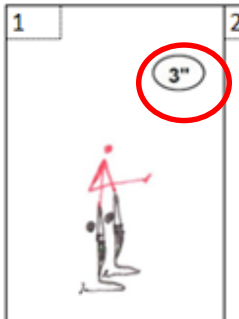
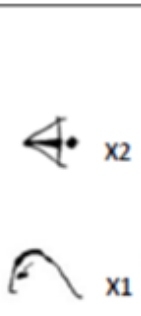
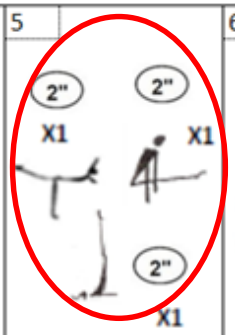
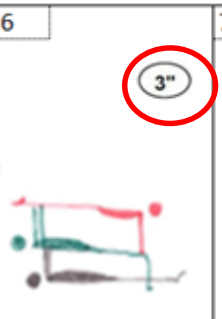
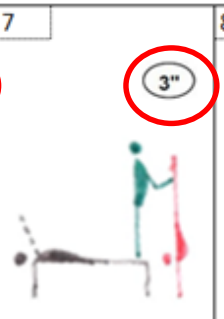
- Rappel :

3’’ pour une pyramide statique



2’’ pour un élément individuel de maintien

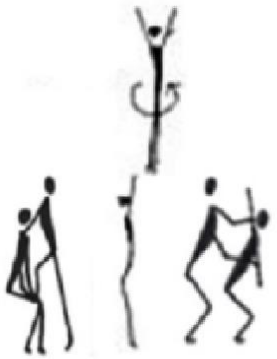


	1	2	3	4	5	6	7	8
								
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

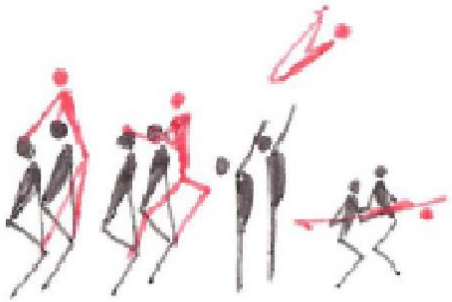
Eléments dynamiques :

- 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.

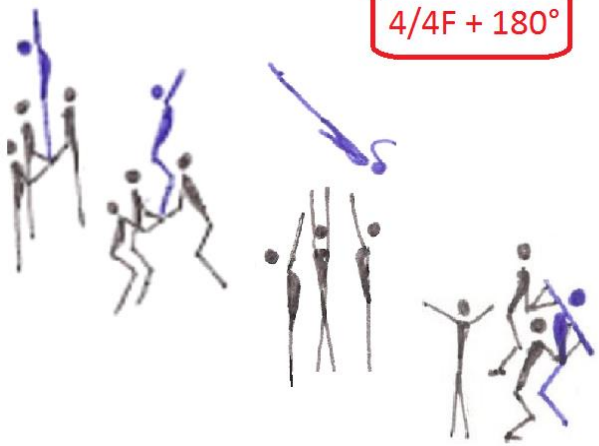
180°



5/4 B



4/4F + 180°



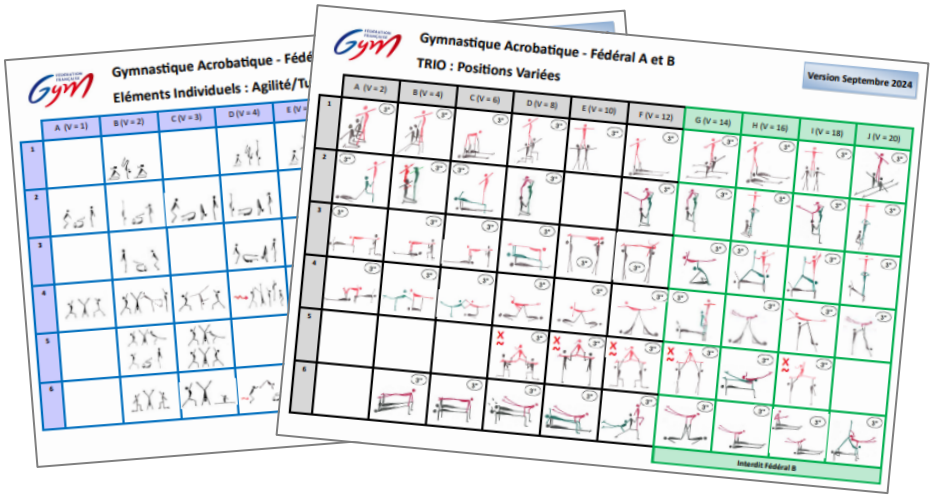
Déclaration des éléments

- 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. (une pénalité de 0,3 pts pour chaque erreur sur la carte est appliquée)

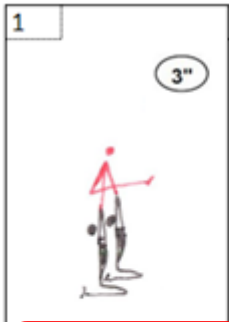
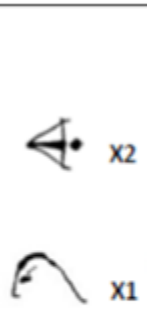
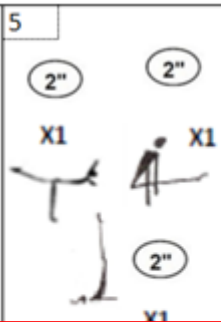
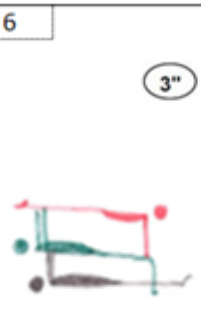
Exercices sur programmes imposés :

Fédéral / National B



- indiquer pour chaque élément collectif ou individuel :

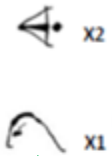
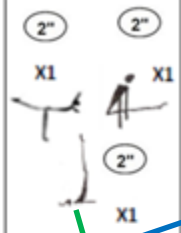
  - la grille de référence
  - la colonne (lettre de A à J)
  - la ligne (1 à 6)
  - sa valeur en difficulté.

	1	2	3	4	5	6	7	8
								
Valeur	12	10	12	3 3 2	4 6 3	8	6	1 1 1
Maintien								
Volt.	Equerre	Dynamique 1	Dynamique 2	Souplesse	Maintien	Pos. variées	ATR	Agilité Tumbling
Port.	F2	E2	F6	C1 C1 B2	D4 C3 F4	D3	C1	A4 A4 A4

- 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

CARTE DE COMPETITION *2024-2025*

Compétition • Championnat Interplanétaire

	1	2	3	4	5	6	7	8
	 3"	 1/4 B	 3/4 B	 X2 X1	 2" 2" X1 X1 2" X1	 3"	 3"	 X3
Valeur	12	10	12	3 3 2	4 6 3	8	6	1 1 1
Maintien								
Volt.	Equerre	Dynamique 1	Dynamique 2	Souplesse	Maintien	Pos. variées	ATR	Agilité Tumbling
Port.	F2	E2	F6	C1 C1 B2	D4 C3 F4	D3	C1	A4 A4 A4

	9	10	11	12	13	14	15	16
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

	17	18	19	20	21	22	23	24
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

Statique
12+8+6 = 26

Dynamique
10+12

Individuels
8

(3+3+2+4+6+3+1+1+1) / 3 = 24 / 3 = 8

CLUB
• AS Kelkepart

GYMNASTES
• Raoul ADAVAN
• Filipa RIAIRE
• Jess EIFER-LAROUX
•

ENTRAINEUR
• Jim NASTIK
Tél : 01.23.45.67.89
Mail : jim.nastik@ffgym.fr

JUGE
• Magali PETEBEL
Niveau : 12

CATEGORIE		
Fed B	7-14	TC
Fed A	7-14	TC
Nat B	8-15	TC
Nat A	8-16	TC
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE
• Trio

EXERCICE	S	D	C

DIFFICULTE			
Valeur Stat	26	Total Valeurs	56
Valeur Dyn	22	Coef	0,04
Valeur Indiv	8	**Note Diff**	2,24

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

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 Fédéral
  0,02 en National 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 difficulté de l'exercice est donc ici de 2,36 points.
- 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 peut pas créditer de valeur supplémentaire.

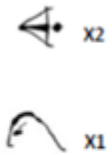
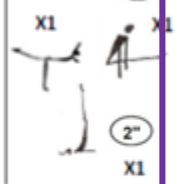
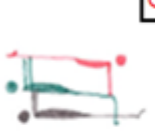
Alternatives…

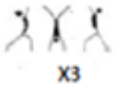
- En cas d'hésitation entre deux éléments, collectifs ou individuels, il est possible de déclarer une alternative dans la même case ou dans des cases voisines, en mentionnant clairement le mot « OU » entre les éléments représentés.
- Seule la valeur de l'élément effectivement réalisé sera prise en compte.
- 1 seule alternative par carte de compétition est autorisée, elle peut porter sur n'importe quel élément (statique, dynamique, individuel) en Fed / NB.



CARTE DE COMPETITION *2024-2025*

Compétition • Championnat Interplanétaire

	1	2	3	4	5	6	7	8
	 3"	 1/4 B	 3/4 B	 X2 X1	 2" X1 2" X1 2"	 3"	 3" OU	 3"
Valeur	12	10	12	3 3 2	4 6 3	8	12	6
Maintien								
Volt.	Equerre	Dynamique 1	Dynamique 2	Souplesse	Maintien	Pos. variées	Pos. variées	ATR
Port.	F2	E2	F6	C1 C1 B2	D4 C3 F4	D3	F2	C1

	9	10	11	12	13	14	15	16
	 X3							
Valeur	1 1 1							
Maintien								
Volt.	Agilité Tumbling							
Port.	A4 A4 A4							

	17	18	19	20	21	22	23	24
Valeur								
Maintien								
Volt.								
Port.								

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

CLUB
• AS Kelkepart

GYMNASTES
• Raoul ADAVAN
• Filipa RIAIRE
• Jess EIFER-LAROUX
•

ENTRAINEUR
• Jim NASTIK
Tél : 01.23.45.67.89
Mail : jim.nastik@ffgym.fr

JUGE
• Magali PETEBEL
Niveau : 12

CATEGORIE		
Fed B	7-14	TC
Fed A	7-14	TC
Nat B	8-15	TC
Nat A	8-16	TC
Elite	AV	ES
	JU	SE

UNITE
• Trio

EXERCICE	S	D	C

DIFFICULTE			
Valeur Stat	26 ou 30	Total Valeurs	56 ou 60
Valeur Dyn	22	Coef	0,04
Valeur Indiv	8	**Note Diff**	2,24 ou 2,40

La carte est remplie, et après?







- Avant le passage en compétition, la carte va être corrigée :
  - vérification des valeurs de chaque éléments
  - vérification des exigences spécifiques (nombre d'éléments, familles représentées, etc.)

- En cas de problème, le juge correcteur doit pouvoir 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

- Pour les filières Fédérales et Nationales 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.

- Exception championnat de France par Equipe (NB) :

Envoyer 10 jours en amont de la compétition au format .PDF à l'adresse : CarteCompetGAC@ffgym.fr, comme pour les autres catégories.



- 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.

⇨ cnsgac@ffgym.fr



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym