

SAISON 2026-2027



BROCHURE RÉGIONALE

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE



**COMITÉ RÉGIONAL
NOUVELLE-AQUITAINE**

RÉGLEMENTATION

Tableau synoptique régional GAM

Niveau de pratique	Filières	Âges																Format Équipe	Étapes compétitives		
		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	21 ans et -	22 ans et +	Département	Inter-département		Région		
	Fédérale Régionale				10 ans et plus											5.5.3	X	X			
					10-14 ans										5.5.3	X	X				
					10-12 ans										5.5.3	X	X				

Restriction de participation

Une équipe Fédérale Régionale **ne peut pas comprendre plus de 2 gymnastes engagés en Individuels Fédéral A.**
Engagement interdit aux gymnastes qui concourent en **Performance**.

Composition des équipes : 5/5/3

- 5 gymnastes **maximum** dans l'équipe
- 5 gymnastes passent à **chaque agrès**
- Addition des **3 meilleures notes à chaque agrès** pour établir le total de l'équipe

Engagement

Les engagements se font **via Engagym** au niveau **Départemental**

Tarif

Appliquer le **tarif Équipe Fédérale** de la grille **des tarifs régionaux 2026-2027**.

Étapes compétitives

Départementale / Interdépartementale

CLASSEMENT

- Classement des équipes par catégorie d'âges
- Classement individuel :
 - **3 premiers en 10-12 ans**
 - **3 premiers en 10-14 ans**
 - **3 premiers en 10 ans et plus**

TEMPS D'ÉCHAUFFEMENT À L'AGRÈS
3 MINUTES

TENUE RÉGLEMENTAIRE

- Short, sokol et léotard
- Tenue **identique** pour tous les gymnastes composant l'équipe
- T-shirt uni
- Short autorisé à tous les agrès

MATÉRIEL

Se référer au règlement technique GAF-GAM
page 68

PROGRAMME COMPÉTITIF

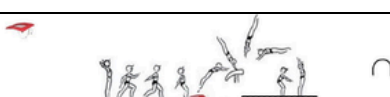
6 agrès	
Mouvement libre d'au moins 5 éléments choisis dans la grille Fédérale A (valeur max : 0.10 pts) et/ou dans la grille Fédérale Régionale (valeur : 0.10 pts)	
Possibilité de présenter 1 élément de valeur 0.20 pts à chaque agrès. Cet élément sera comptabilisé dans le nombre d'éléments et sa valeur sera de 0.10 pts.	
Pénalité de 1 point par élément manquant.	
Bonification de 0.10 points pour réception pilée (sauf aux arçons)	
CALCUL DE LA NOTE	
Note d'exécution : 10 points à chaque agrès	Note de départ : La note de départ maximale est de 1 point (Sauf au saut). Elle se calcule en additionnant la valeur des éléments X2 (5 éléments d'une valeur de 0.10 points = 0.5 x2 = 1 point)

ÉLÉMENTS "RÉGIONAUX" AUTORISÉS Valeur 0.10 point

	 ROULE	 ROULE PIED PIED	 ROULADE AV ELEVÉE avec ou sans extension	 FENTE AV ATR RETOUR FENTE AV	 1 BATTEMENT IRE D PUIS 1 IRE G
	 ENGAGER 1 IRE	 DEGAGER 1 IRE			
	 EQUERRE / IRE FLECHES 2sec	 SIMULTANE EN DESCENDANT	 DE L'APPUI, ROULER EN AV / IRE TENDUES	 TRACTION MAINTENUE 2sec	
	 BALANCE A L'OBlique BASSE	 1 POMPE A L'APPUI	 MONTÉE A L'APPUI AVEC/SANS AIDE et AVEC/SANS TREMPLIN	 BALANCE ARR SORTIE ENTRE LES BARRES	 VENIR AU SIEGE ECARTE
	 MONTÉE A L'APPUI AVEC AIDE				

SAUTS AUTORISÉS

Tremplin autorisé à partir de 12 ans sans changement de la note "D"

0.20	 Course progressive - impulsion sur trampoline - saut groupé entre les bras - saut vertical - réception à la station debout
0.40	 Course progressive - impulsion sur trampoline - saut groupé entre les bras - saut extension groupé - réception à la station debout
0.60	 Course progressive - impulsion sur trampoline - saut groupé entre les bras - saut extension corps écarté ou serré - réception à la station debout
1.20	 Course progressive - impulsion sur trampoline - renversement latéral avec 1/4 de tour debout réception station debout
1.20	 Course progressive - impulsion sur trampoline - saut amorce debout réception station debout