

SAISON 2026-2027



BROCHURE RÉGIONALE

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

COMITÉ RÉGIONAL
NOUVELLE-AQUITAINE

FÉDÉRAL RÉGIONAL : RÉGLEMENTATION

Tableau synoptique régional Équipes GAF

Niveau de pratique	Filières	Âges												Format Équipe	Étapes compétitives	Finalité	
		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +				
	Fédérale Régionale				10 ans et plus							5.4.3	D É P A R T E M E N T	Championnat Inter-Départemental			
									14 ans et plus						5.4.3		
					10 - 15 ans												5.4.3
					10 - 13 ans											5.4.3	
					10-11 ans											5.4.3	

Restriction de participation

Une équipe Fédérale Régionale **ne peut pas comprendre plus de 2 gymnastes engagées en Individuels Fédéral A.**

Engagement interdit aux gymnastes qui concourent en **Performance**.

Composition des équipes : 5/4/3

- 5 gymnastes **maximum** dans l'équipe.
- 4 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

TENUE RÉGLEMENTAIRE

Se référer à la réglementation Fédéral A

TEMPS D'ÉCHAUFFEMENT À L'AGRÈS

3 MINUTES

MATÉRIEL

Se référer au règlement technique GAF-GAM
page 68

FÉDÉRAL RÉGIONAL : PROGRAMME COMPÉTITIF

4 agrès	
Mouvement libre composé de 7 éléments choisis dans la grille Fédérale A.	
Valeur des éléments : 5 éléments à 0.8 pts + 2 éléments à 1 pt (= 6 pts max) - Au-delà de deux éléments à 1 point, les éléments supplémentaires ne seront pas reconnus - Possibilité de présenter des éléments de valeur inférieure	
Une bonification à réaliser sans chute = 0.50 point	
Barres : Tour Proche	Poutre : 1 élément acrobatique avant ou latéral + 1 élément arrière
Sol : 2 lignes acrobatiques minimum	

CALCUL DE LA NOTE

Note d'exécution : 10 points à chaque agrès	Note de départ : La note de départ maximale est de 6,5 points (Sauf au saut). Elle se calcule en additionnant la valeur des éléments + la bonification.
Bonus artistique identique au programme Fédéral A	
Temps de l'enchaînement = 1 minute	
Pénalité = moins 1 point en cas de dépassement du temps	

PROGRAMME SAUT

		Trampo-trempe	Tremplin
	Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table de saut puis saut vertical	5	6
	Renversement avant avec ½ tour (180°) dans le 1er envol	6	7
	Renversement avant	7	8

FÉDÉRAL B : RÉGLEMENTATION

Tableau synoptique régional Équipes GAF

Niveau de pratique	Filières	Âges												Format Équipe	Étapes compétitives	Finalité
		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et +			
	Fédérale B				10 ans et plus								5.5.3	D É P A R T E M E N T	Championnat Inter-Départemental	
									14 ans et plus				5.5.3			
					10-15 ans											5.5.3
					10-13 ans											5.5.3
					9-10-11 ans											5.5.3
		7-9 ans														5.5.3
		7-8 ans														5.5.3

Restriction de participation

Une équipe Fédérale B **ne peut pas comprendre plus de 2 gymnastes engagées** 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 par catégorie d'âge.
Les gymnastes déjà engagées en Individuels Fédéral A ne seront pas récompensées

TEMPS D'ÉCHAUFFEMENT À L'AGRÈS PAR ÉQUIPE

2 MINUTES 30

TENUE RÉGLEMENTAIRE

Se référer à la réglementation Fédéral A

MATÉRIEL

Se référer au règlement technique GAF-GAM
page 68

FÉDÉRAL B : PROGRAMME COMPÉTITIF

4 agrès	
Mouvement libre composé de 5 éléments choisis dans la grille Fédérale A.	
Valeur des éléments : - Valeur maximale des éléments : 0.60 pts (5 éléments x 0.6 = 3 pts) - Les éléments de valeur supérieure ne seront pas reconnus - Possibilité de présenter des éléments de valeur inférieure	
Une bonification au choix à réaliser sans chute = 0.50 pt	
CALCUL DE LA NOTE	
Note d'exécution : 10 points à chaque agrès	Note de départ : La note de départ maximale est de 3,5 points (Sauf au saut).
Les gymnastes de 9 ans engagées dans la catégorie 9-10-11 ans doivent réaliser le programme 10 ans et plus.	
Temps de l'enchaînement = 40 secondes	
Pénalité = moins 1 point en cas de dépassement du temps	

PROGRAMME SAUT

Catégories : 7/8 ans & 7/9 ans			Catégories : 9/10/11 ans, 10/13 ans, 10/15 ans, 10 ans et +, 14 ans et +		
Tapis de 80cm de hauteur			Table de saut 1m25		
Trampo-trep uniquement			Trampo-trep uniquement		
Course : 15m maximum			Course : 25m maximum		
	saut droit	3 pts		Saut avec pose des mains puis de pieds sur la table de saut puis saut vertical	5 pts
	saut droit + ATR tombé dos	4 pts		Renversement avant avec 1/2 tour (180°) dans le 1er envol	6 pts
	lune tombé dos	5 pts		Renversement avant	7 pts

FÉDÉRAL B : PROGRAMME COMPÉTITIF

PROGRAMME BARRES

5 éléments au choix parmi les éléments des grilles "Fédéral A" et de valeur max 0,60 pts

1 bonification (sans chute) : 1 élément "tour proche" à 0,60 pts

SPÉCIFICITÉS :

Mouvement uniquement sur barre inférieure pour les 7/8 & les 7/9 ans

Possibilité de faire l'élément suivant en sortie :



Avec ou sans maintien

PROGRAMME POUTRE

5 éléments dont 1 entrée et 1 sortie issus des grilles "fédéral A" et de valeur max 0,60pts

1 bonification (sans chute) : 1 élément acrobatique avant/latéral ET arrière dont 1 élément de valeur 0,60pts (sauf équerre renversée)

SPÉCIFICITÉS :

Hauteur de Poutre : 1m pour les 7/8, & les 7/9 ans

Possibilité de faire le placement de dos à 0.40 points (uniquement pour les 7-8 ans et 7-9 ans)

PROGRAMME SOL

5 éléments au choix parmi les éléments des grilles "Fédéral A" et de valeur max 0,60 pts

1 bonification (sans chute) :

- 7/8 ans & 7/9 ans : 1 ligne acrobatique de 2 éléments différents maximum sans envol
- 9-10-11 ans, 10-13 ans, 10-15 ans, 10 ans et +, 14 ans et + : 1 ligne acrobatique de 2 éléments différents maximum dont 1 élément avec envol minimum

SPÉCIFICITÉS :

Bande de tapis dynamique ou piste gonflable

Musique non obligatoire / interdite pour les 7/8 & les 7/9 ans

Flip (sous toute ses formes interdit pour les 7/9 ans)

TABLEAU SYNOPTIQUE RÉGIONAL INDIVIDUELS GAF

Niveau de pratique	Filières	Âges														Étapes compétitives	Finalité
		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 - 20 ans	21 ans et +			
	Performance Régionale												18 ans et +				
											16-17 ans						
									14-15 ans								
							12-13 ans										
					10-11 ans												

Niveau de pratique	Filières	Âges														Étapes compétitives	Finalité
		7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18-20 ans	21 ans et +			
	Fédéral A												18 ans et +		Département	Championnat inter-départemental	
											16-17 ans						
								14-15 ans									
						12-13 ans											
				10-11 ans													