



TROPHY DEP'86

Édition 2025



Concours **INDIVIDUEL** ouvert à tous les gymnastes loisirs
et/ou engagées en compétition par équipes filière
FÉDÉRAL B.

Ne seront pas admis, les gymnastes concourant dans le
secteur **PERFORMANCE** et **FÉDÉRAL A** par équipes et/ou
en individuel.

Deux filières d'engagements : - filière loisir
- filière fédéral B.

CÔTÉ TENUE

1

COMPÉTITIONS

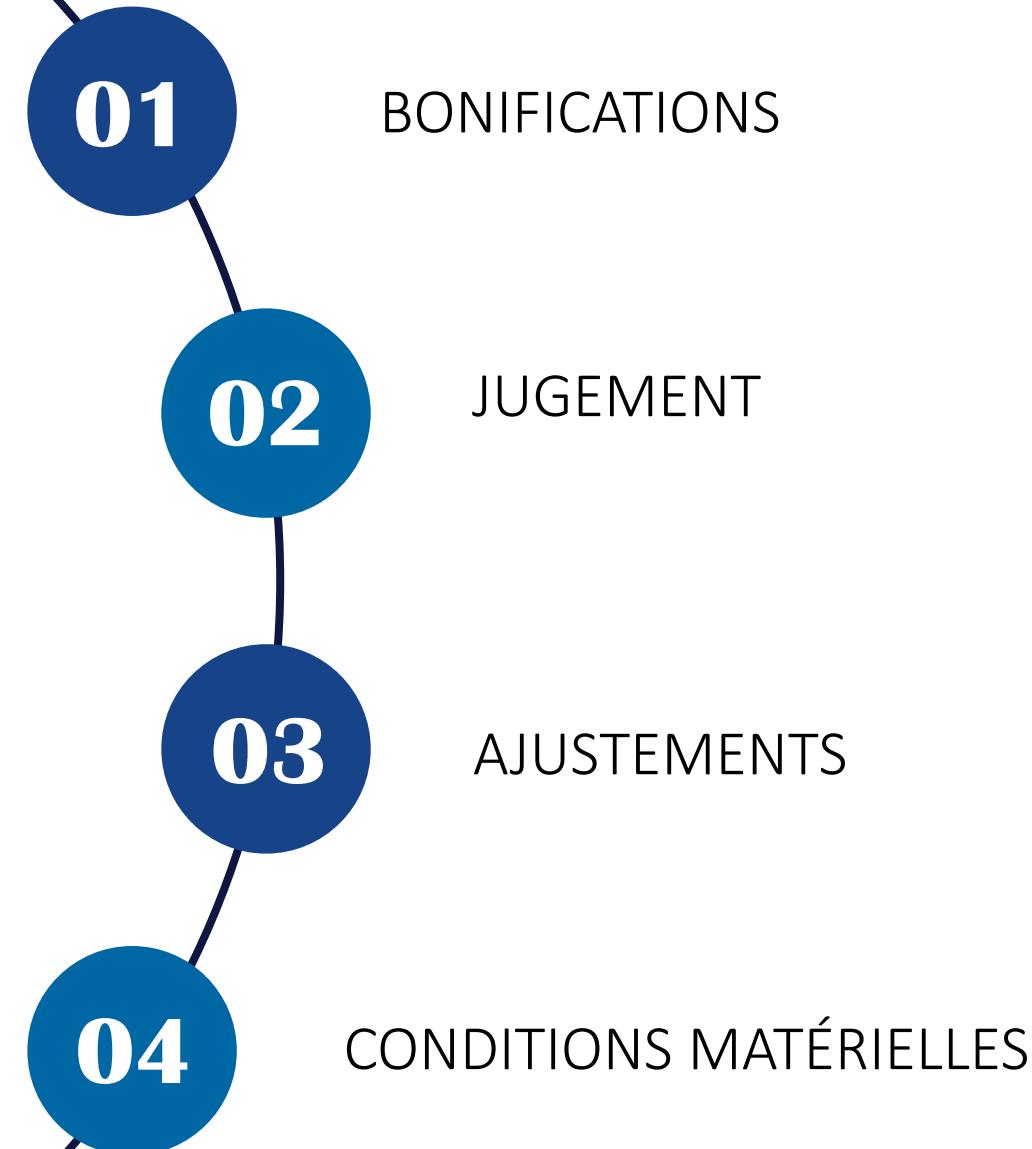
LOISIRS



Pour tous les gymnastes engagés, sont autorisés :

- Les lycra
- Un short avec un t-shirt près du corps

2 CÔTÉ TECHNIQUE

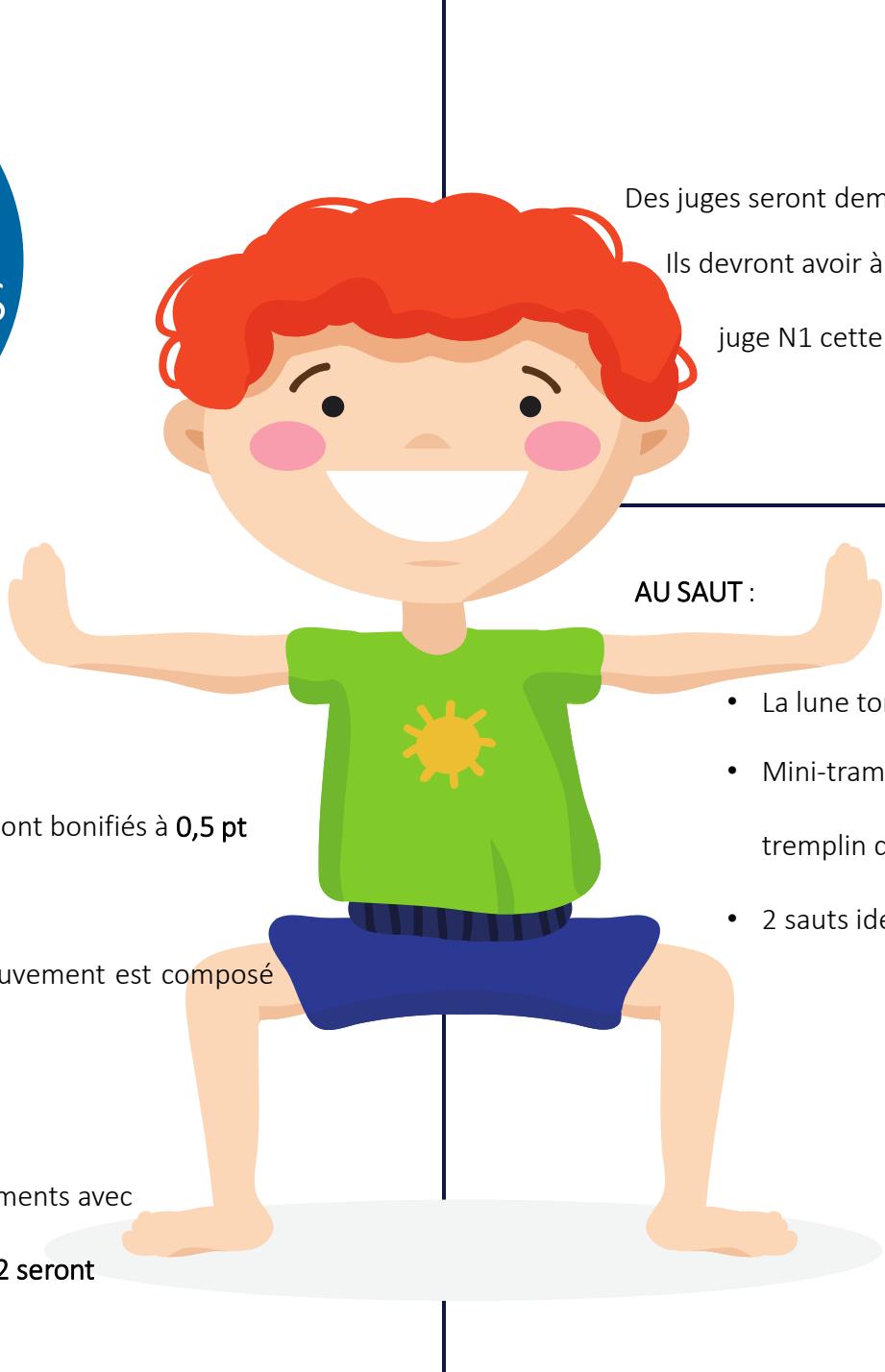


01 BONIFICATIONS

Ce sont les éléments valorisés.

- Éléments du programme Fédéral B, **de valeur 0,1**, sont bonifiés à **1 pt**
- Certains éléments du programme Fédéral B, **de valeur 0**, sont bonifiés à **0,5 pt**
- Tous les éléments reçoivent **la valeur minimale de 0,1 pt**.
- Bonus de composition du mouvement = **0,5 pt** (si le mouvement est composé d'un élément de chaque groupe)

ATTENTION : Les gymnastes peuvent composer leurs mouvements avec autant de bonifications qu'ils le souhaitent **MAIS seulement 2 seront bonifiées**.



Des juges seront demandés pour cet événement.

Ils devront avoir à minima suivi la formation juge N1 cette année pour le juge E.

02 JUGEMENT

AU SAUT :

- La lune tombée dos sera autorisée pour toutes les catégories.
- Mini-trampoline autorisé pour toutes les catégories avec ou sans tremplin devant une table de saut et/ou un plan haut.
- 2 sauts identiques ou différents à choisir dans la grille.

03 AJUSTEMENTS



04 CONDITIONS MATERIELS

SOL

La progression au sol se fera sur une piste gonflable ou bande de praticable dynamique au minimum de 12 m de long.

BARRES PARALLÈLES

HAUTEUR FIXE

(À DÉTERMINER)

SAUT

	10 ANS ET PLUS	9 ANS ET MOINS
HAUTEUR DU SAUT	1m 25	1m 15

MATÉRIELS AUTORISÉS (pour toutes les catégories) :

- Plan haut
- Trampoline
- Trampo-trempl
- Tremplin
- Caisson devant un trampoline
- Trampo-trempl + tapis de réception

BARRE FIXE

HAUTEUR LIBRE

CÔTÉ ORGANISATION

3

L'organisation de cet événement s'appuiera sur
le cahier des charges des compétitions
départementales.



4



PROGRAMME Composition des mouvements

Catégorie	SAUT	BARRES PARALLÈLES	BARRE FIXE	SOL
7 – 9 ans Compétition ou loisirs	<i>2 sauts identiques ou différents, le meilleur est pris en compte</i>	<i>5 éléments choisis dans la grille</i>	<i>5 éléments choisis dans la grille</i>	<i>5 éléments choisis dans la grille</i>
10 - 12 ans 13 - 15 ans 16 ans et plus Compétition ou loisirs	<i>2 sauts identiques ou différents, le meilleur est pris en compte</i>	<i>5 à 7 éléments choisis dans la grille</i>	<i>5 à 7 éléments choisis dans la grille</i>	<i>5 à 7 éléments choisis dans la grille</i>

DESCRIPTION	MATÉRIEL	NOTE DE DÉPART
Saut extension		3
Saut groupé		4
Saut carpé écarté ou serré		5
Salto avant groupé	Trampo-tremp + Tapis de réception	6
Salto avant carpé		7
Salto avant groupé avec 1/2 tour		8
Salto avant carpé avec 1/2 tour		9
Salto avant tendu		9
		10
Salto avant tendu 1/2 Vrille		

SAUT

TROPHY DEP' 86 (FED B)

DESCRIPTION	MATÉRIEL	NOTE DE DÉPART
Saut de lapin ou table de saut	Sur plan haut Mini-trampoline Trampo-tremp Tremplin	4 5 6
Lune arrivée dos	Sur plan haut Trampo-tremp Tremplin	6 7 8
Lune	Sur table de saut Mini-trampoline Trampo-tremp Tremplin	8 9 10

Salto avant tendu 1/2 Vrille

BARRES PARALLÈLES

TROPHY DEP' 86 (FED B)

Valeur des éléments	1	0,5	0,1	1
ELEMENTS EN APPUI				
2	ÉLÉMENSTS À LA POSITION BRACHIALE			
ELEMENTS EN SUSPENSION				
3	SORTIES			

BARE FIXE

TROPHY DEP' 86 (FED B)

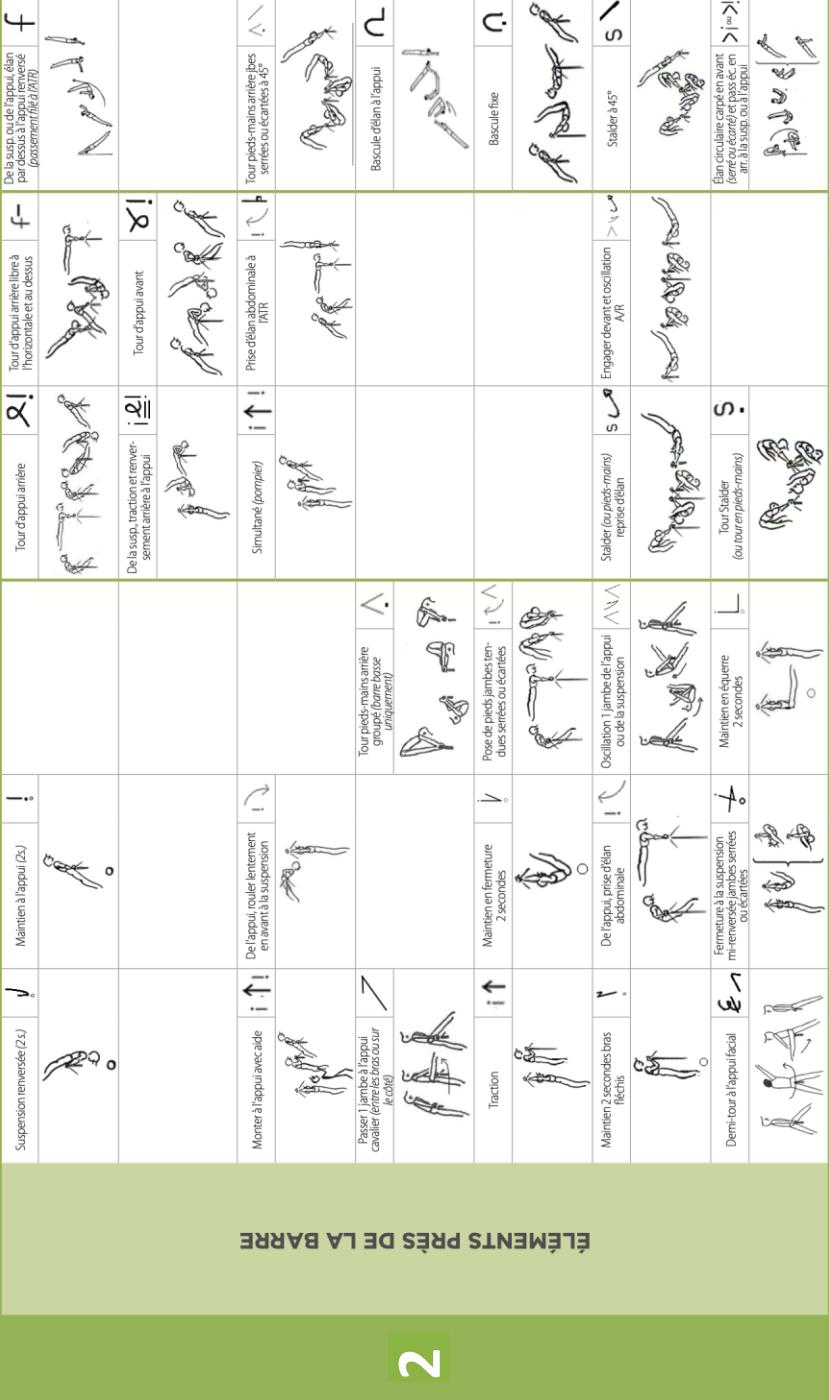
Valeur des éléments	0,1	0,5	1
Balancé complet sous 45° (à l'apogée base)	/ \	Balancé en suspension et changement d'orientation en appui	0
De l'appui ou de la susp. débarquer en avant sous 45° (à l'apogée base)	◐	Balancé en suspension et changement de prise et parution similaire	U - O
Balancé complet sous 45° (à l'apogée base)	—	Balancé en suspension et changement de prise et parution	U - O
Balancé en suspension et changement de prise et parution	m - o	Balancé en pénétration et changement de prise et parution	m - o
Balancé en pénétration et changement de prise et parution	—	Balancé en pénétration et changement de prise et parution	—
Bal. avant contre volteau au dessus de l'apogée basse aux phalanges mères ou doubles	2	Bal. avant contre volteau au dessus de l'apogée basse aux phalanges mères ou doubles	2
Courbe arrière et courbe avant maintenir 2 secondes	—	De l'appui basculer sur un pied pris dans une main et deux mains en appui	—
Demi-tour en suspension	—	Demi-tour en arrière (Sotii)	—
Balancé complet au dessus de l'apogée base	—	Établissement arrière à l'appui renversé (aussi avec 1 tour)	+ - I
De l'apogée ou de la suspension, prise d'élan en av au dessus de l'apogée basse	—	Établissement arrière à l'appui (grande amplitude)	+ - I
De l'apogée ou de la suspension, prise d'élan en av au dessus de l'apogée basse	—	Grand tour en avant (une)	O -
Bal. avant contre volteau au dessus de l'apogée basse aux phalanges mères ou doubles	2	Grand tour en avant avec ½ t à l'appui inverse	O - e
De l'appui basculer sur un pied pris dans une main et deux mains en appui	—	Grand tour en arrière (Sotii)	—
Demi-tour en arrière avec demi-tour à l'appui inversé	—	Grand tour en arrière avec demi-tour à l'appui inversé	b

LONGS ÉLANS

Valeur des éléments

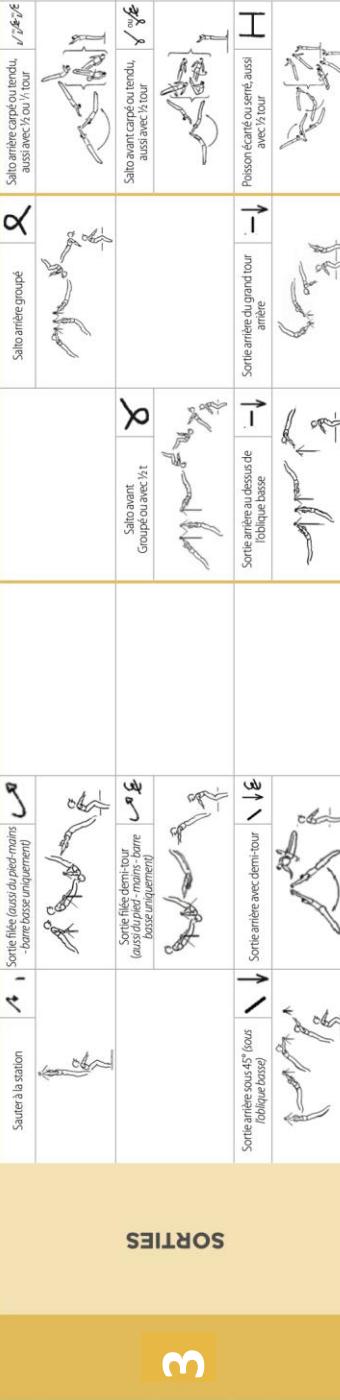
10

0,5



ELEMENTS PRÈS DE LA BARRAGE

2



SORTIES

三

SOL

TROPHY DEP' 86 (FED B)

Valeur des éléments

0,1

0,5

1

ÉLÉMENTS NON ACROBATIQUES

1

		Air renforcé non tenu		>		De la station ATR en force (2x)		>		De l'ATR sauté vers le haut ou écarté (2x)	
Tous placement du dos	1										
Roulade avant écartée (départ arrière en appui tête en bas)	2	AIR jambe à la verticale	>	Roulade par la chandelle (départ arrière en appui tête en bas)	L	AIR passagé ou marqué	P	De la position concrète face à l'appui et cap. de l'ATR (2x)	>	Appuie tendu envers l'arrière (2x)	>
Assis siège jambes écartées (2x)	3	Applaudissem. l'a. à l'appui facial (au mouvement)		Applaudissem. l'a. à l'appui facial (au mouvement)	E	Fermeture serrée (2x)					
Chandelle (2x)	4	Planchette jambes écartées corps à horizontale (2x)	1 pt	Équerre écartée (2x)	4	Équerre serrée (2x)	4	Tous grands écarts (2x)	1	Appliqué horizontal (2x)	>
Roulade bras fléchis corps groupé	5	Roulade bras tendus corps groupé	5	Roulade bras tendus corps à l'appui facial	5	Roulade bras tendus bras tendus à l'ATR	5	Rouler en arrière à l'appui revers avec 1/2 tour	5	Toutes planches (2x)	T
Saut sur de l'intérieur de l'atlas	6	Saut avec 1/2 tour	6	Saut 1/2 tour	6	Saut 1/2 tour et +	6	Saut en arrière à l'appui couche facial	6	Papillon	B
								2 cercles des jambes (à mi-coude courbés)	1,1 pt	Versant de brûlance	b
								Cercle des jambes écartées avec 1/2 pivot	1	Facia russe avec 360° ou 540°	J

AVEC ROULES SANS SALTO

2

Roie pied-pied (au ferme au ferme)	Y	Rondade	△			Saut de mains un pied (1/2)	1	Saut de mains 2 pieds	1		
						Saut de tête	6	Bascule de nage ou de tête avec 1/2 tour à l'ATR (Half)	3	Flipant	U

PARTIES ACROBATIQUES EN AVANT

(salto et renversement) ET ÉLÉMENTS

AVANT

2

Salto arrière groupé ou capé avec 1/2 tour	6	Salto arrière groupé ou capé avec 1/2 tour	6	Salto arrière groupé ou capé avec 1/2 tour et saut de poisson	6	Figarière	Λ				

ET SALTO EN ARRÈRE AVEC DEMI TOUR

(salto et renversement arrière)

ARRÈRE

3