

INFO Gym. féminine

N° 24

FÉDÉRATION SPORTIVE ET CULTURELLE DE FRANCE

Edito

2009-2013 une nouvelle mandature, un nouveau départ !

Ce sont les 10 et 11 Octobre que la nouvelle CFGF s'est réunie pour la première fois au grand complet ou presque, il ne manquait que quelques correspondants qui n'avaient pu faire le voyage jusque Vienne où le comité directeur nous a tracé le chemin à suivre pour les 4 années à venir.

Une nouvelle organisation est en place pour être la plus proche possible du terrain fédéral.

18 membres titulaires ont été nommés par le Comité directeur pour gérer la formation des cadres, des juges, les compétitions nationales, la communication, pour écrire le programme fédéral et adapter les règlements et les imposés à notre public.

18 bénévoles qui acceptent de prendre de leur temps pour faire avancer la gymnastique à la FSCF : je compte sur vous tous pour les aider dans leur tâche en les aidant à faire remonter les informations des différentes régions par exemple.

18 cadres, juges, dirigeants de clubs, de départements ou de régions qui consacrent une partie de leur temps à la FSCF, aidés par 4 consultants dont la plupart aimeraient que la CFGF s'intéresse encore plus à leurs régions qui ont des difficultés à cause d'un effectif souvent très faible, et 6 correspondants qui nous permettent de « balayer » tout le territoire français fédéral excepté la Picardie (région pour laquelle nous n'avons pas encore de représentant).

La CFGF vous souhaite une très bonne année sportive et vous donne rendez-vous à Villefranche sur Saône pour le congrès fédéral, Vienne pour les finales des coupes, Lanester pour les individuels et La Motte-Servolex puis Limoges pour les fédéraux par équipes.

Marie Noëlle Cottalorda

Calendrier 2009/2010

- **26-27 Septembre 2009** : Réunion CFGF
- **10-11 Octobre 2009** : Séminaire de rentrée des commissions et du comité directeur à Seyssuel
- **17-18 Octobre 2009** : Stage de juges Fédéraux à Lyon
- **25 au 29 Octobre 2009** : Stage de perfectionnement Fédéral à Estaires
- **30 Octobre au 1^{er} Novembre 2009** : Séminaire des formateurs à Bourges
- **21-22 Novembre 2009** : Compétition Internationale à Würzburg (Allemagne)
- **28-29 Novembre 2009** : Congrès Fédéral à Villefranche sur Saône
- **5-6 Décembre 2009** : 1^{er} tour des Coupes dans les régions
- **12-13 Décembre 2009** : Réunion CFGF
- **9 Janvier 2010** : Examen écrit juges RL
- **23-24 Janvier 2010** : ½ finales des Coupes
- **6-7 Février 2010** : Réunion CFGF
- **13-14 Mars 2010** : Assises de printemps à Senlis
- **20-21 Mars 2010** : Finale des Coupes à Vienne
- **27 ou 28 Mars 2010** : Examen écrit juges D2-R6 (pratique jusqu'au 1^{er} Juin 2010)
- **8-9 Mai 2010** : Réunion CFGF
- **15-16 Mai 2010** : Fédéral individuel à Lanester
- **25, 26 et 27 Juin 2010** : Fédéral F - F1 à La Motte-Servolex
- **2, 3 et 4 Juillet 2010** : Fédéral F2 - F3 à Limoges
- **5 Juillet 2010** : Réunion CFGF à Limoges



Les tirages au sort de vos horaires de compétition

Principe

Chaque groupe est constitué de 10 associations prises dans l'ordre du palmarès de la saison précédente. Le dernier groupe est également composé des « nouveaux arrivants ».

Attention : Ce tirage au sort est donné à titre d'information préalable. Il pourra être modifié après les engagements définitifs compte tenu des associations qui changent de catégorie, ne se présentent pas, ou tout simplement qui ont une incompatibilité d'horaires avec d'autres équipes de la même association engagée dans d'autres catégories.

Exemple : si vous étiez 7^{ème} l'année précédente et que vous vous engagez cette saison dans la même catégorie, vous êtes dans le groupe 1 (de 1 à 10).

Attendez donc vos horaires définitifs pour organiser définitivement votre déplacement.

Tirage au sort Fédéral et Fédéral 1 à La Motte-Servolex

	Horaire 1	Horaire 2	Horaire 3	Horaire 4
Fédéral Jeunesses				
Fédéral Aînées				
Fédéral 1 Jeunesses				
Fédéral 1 Aînées				

Tirage au sort Fédéral 2 et Fédéral 3 à Limoges

	Horaire 1	Horaire 2	Horaire 3	Horaire 4	Horaire 5	Horaire 6
Fédéral 2 Jeunesses						
Fédéral 2 Aînées						
Fédéral 3 Jeunesses						
Fédéral 3 Aînées						



Engagements 2009-2010

Les adhésions de principe sont insérées dans les chapitres des règlements concernés par les dites compétitions.

Elles sont à faire parvenir à la Fédération et à l'organisateur avant le 21 Janvier 2010 pour les individuels et les équipes (le cachet de la Poste faisant foi). Au-delà de cette date, cette pré-inscription ne sera pas validée ce qui serait dommage pour vos gymnastes.

Concernant les adhésions définitives, les dates butoirs sont :

- ▶ le 15 Mars 2010 pour les individuels
- ▶ le 25 Mars 2010 pour les équipes



Formation

Validation AF2

Le diplôme d'Animateur Fédéral niveau 2 (AF2) est délivré après l'obtention de 3 unités de formation : l'animateur fédéral niveau 1 (AF1), l'Unité de Formation Fédérale (UFF) et l'animateur fédéral niveau 2 (AF2). **A partir de 2010, il faudra également être titulaire de l'unité d'enseignement « Prévention et**

Secours Civiques de niveau 1 » (PSC 1) pour obtenir ce diplôme.

La formation PSC 1 remplace depuis le 1er août 2007, par arrêté ministériel, l'Attestation de Formation aux Premiers Secours (AFPS).

Le prix de la formation varie selon les associations de 40 à 90 €. Sa durée est fixée à 10 heures (hors repas et pauses) mais peut varier légèrement selon l'encadrement et selon les associations.

Du côté des juges



Candidature

Juge Fédéral Formateur

Le juge fédéral formateur est le dernier niveau de la filière juge FSCF. Son rôle va au-delà de la notation dans les compétitions. En effet, il est amené à être une force de propositions et à mettre ses compétences au service de son département, sa ligue voire de la Fédération pour assurer la formation des juges et assumer la responsabilité de jury de compétitions et de sessions d'examens. La CFGF propose une formation complète où le candidat sera mis dans toutes les situations de jugement ou de responsabilité de jugement.

Une nouvelle session sera ouverte courant Janvier 2010. Alors, pour les personnes intéressées, n'hésitez pas à **envoyer votre candidature (lettre de motivation) début Décembre 2009** à la Fédération.

La nouvelle cotation

Vous n'êtes pas sans savoir que la nouvelle cotation a été mise en application. Celle-ci suscite encore quelques interrogations. Pour aborder en toute sérénité la refonte du système de cotation, un document synthétisant les points importants a été édité.

Ce document, adressé bien sûr aux juges mais également aux cadres, est disponible au téléchargement.



Rendez-vous sur le site de la Fédération
(www.fscf.asso.fr)
dans la rubrique
« Docs à télécharger »



Commission Fédérale

Nouvelle mandature 2009-2013

La nouvelle saison 2009-2010 est marquée par le renouvellement des commissions fédérales.

Les présidents des commissions et les membres ont été nommés par le comité directeur pour une entrée en fonction en Septembre 2009. La grande rentrée de la nouvelle mandature 2009-2013 a eu lieu les 10 et 11 Octobre 2009 à Vienne.

Au sein de la CFGF, qui a pour mission d'organiser et de gérer la pratique de la Gymnastique Féminine au sein de la Fédération, 18 membres titulaires, 4 consultants et 6 correspondants composent donc la nouvelle équipe 2009-2013.



La CFGF, version 2009-2013, lors du séminaire de rentrée (Octobre 2009 – Vienne)

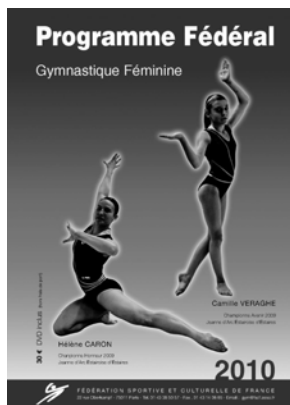
6 nouveaux titulaires ont été nommés :

- ▶ Kelly Lepeinteur-Joly (Ligue de Bretagne)
(à ajouter page 5 de votre programme !)
- ▶ Jean Parisse (Ligue de Bourgogne)
- ▶ Geneviève Cariou (Ligue D.S.V.)
- ▶ Bénédicte Rongeat (Ligue du Lyonnais)
- ▶ Marie-Odile Hanssens (Ligue du Nord)
- ▶ Magaly Hars (Ligue du Nord)

Ces nouveaux titulaires succèdent à Nicole Lacour et Céline Jegou qui quittent la CFGF. Merci à elles pour le travail considérable accompli tout au long de ces années.



**La CFGF souhaite
une bonne saison
sportive à toutes
et à tous !**



Programme fédéral 2010

Vous avez dans vos mains un nouveau programme fédéral tout neuf ainsi que le DVD des mouvements de sol. Malgré tous les soins apportés à la rédaction de ce programme, des imperfections subsistent. Nous tenons donc à vous apporter quelques informations, errata ou encore précisions.

4 pages à diffuser et commenter sans modération !



Astuce : vous pouvez **couper** les parties modifiées du programme 2010 apparaissant ci-dessous. Il vous suffit de les **coller** directement sur la page correspondante du programme.

Chapitre REGLEMENT TECHNIQUE

✓ Page 16

Modification du paragraphe 14.4.3 concernant la Note B

- 14.4.3 Si la gymnaste ne continue pas l'exercice à la suite d'une chute ou autre évènement, elle sera notée :
- Note A : sur la valeur de la partie réalisée (addition des éléments effectués)
 - Note B : pénalités pour fautes d'exécution sur la partie exécutée + une pénalité de 0,80 point par paragraphe non coté non exécuté + une pénalité de 3 points par paragraphe coté non exécuté.

✓ Page 17

Modification de l'Art. 14.7 concernant l'élément supplémentaire

Art. 14.7 - Ordre des éléments

Les éléments d'un exercice imposé doivent être exécutés dans l'ordre chronologique du texte.

- élément non exécuté dans l'ordre chronologique : **0.80 point**
- élément supplémentaire (tout élément rajouté à l'enchaînement prévu) : **0.80 point + fautes d'exécution (du 1^{er} au 5^{ème})**
- élément non exécuté : **voir article 14.5 bis**

✓ Page 18

Modification de l'Art. 14.10

Art. 14.10 - Eléments au choix

Lorsque des éléments au choix sont proposés, la gymnaste doit choisir l'une des deux options. En cas de chute lors de la 1^{ère} exécution, la gymnaste peut exécuter à nouveau le même élément (voir Art. 14.4.1) mais n'a pas le droit de tenter l'autre élément.

- option différente après chute : ***l'élément n'est pas reconnu mais les éventuelles fautes d'exécution seront comptabilisées***

Art. 14.12 - Annonce des degrés

Les gymnastes sont responsables de l'annonce des numéros des degrés qu'elles exécutent.

- **mauvaise annonce du degré (Aînées et Jeunesses) :**
pour tous les agrès : notation du degré exécuté (note A) et pénalité **0.80 pt** sur note B
- **mauvaise annonce du degré (Poussin) :**
pour tous les agrès : sans pénalité
- **annonce du saut :** si au 1er saut la gymnaste n'exécute pas le saut annoncé, l'entraîneur peut demander aux juges la nullité du saut.
Exemple : 1er saut annoncé 3ème degré, saut exécuté 2ème degré. Le juge doit avertir l'entraîneur de l'erreur. L'entraîneur intervient alors et demande la nullité du saut.
2ème saut la gymnaste peut annoncer et réaliser le 3ème degré.
1er saut annoncé 3ème degré, saut exécuté 2ème degré. L'entraîneur ne dit rien. Le juge note le 2ème degré et pénalise de 0.80 pt pour mauvaise annonce du saut. La gymnaste est obligée d'effectuer le 2ème degré au deuxième saut car les deux sauts doivent être identiques. Si elle réalise un 3ème degré, elle ne sera pas notée.
- **pas d'annonce du saut :**
le juge ne laisse pas sauter la gymnaste avant de connaître son degré

Art. 14.13 – Notation au saut pour les compétitions sur programme imposé

Les gymnastes ont droit à deux essais dans le degré présenté.

La moyenne de chaque saut est calculée séparément.

La meilleure moyenne est retenue comme note finale.

Chapitre AINEES JEUNESSES GENERALITES

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
AINEES			
		<ul style="list-style-type: none"> • hauteur : 1.20 m si tapis 12 cm • hauteur : 1.25 m si tapis 20 cm (la hauteur se mesure à partir du sol) • tremplin : 1 	


Chapitre SAUT POUSSINS

Appui	◆ Déplacement des mains (3 ^{ème})		X
	◆ Bras fléchis		X
	◆ Pose alternative des pieds (3 ^{ème})		
	◆ Manque de continuité (3 ^{ème})		X
	◆ Toucher la table avec les pieds (4 ^{ème})		
	◆ Appui prolongé (4 ^{ème})		X
	◆ Passage en saut de flanc : les 2 jbes à D ou à G des prises (4 ^{ème})		

Chapitre BARRES ASYMETRIQUES POUSSINS

✓ Page 97

Le paragraphe 1.7 disparaît et le 1.6 devient :





1.6 – Rotation AV	1
<ul style="list-style-type: none">- De l'appui facial BI, rotation AV, descente contrôlée, corps groupé, pour poser les pieds au sol- Effectuer un pas en AR en lâchant BI pour se placer à la station face à BI, jbes mi-fléchies, bras libres	

✓ Page 98

Le paragraphe 2.8 disparaît et le 2.7 devient :

2.7 – Equerre groupée ou écartée	1
<ul style="list-style-type: none">- De la suspension BI, élever les jbes en AV, cuisses à l'horizontale minimum, jbes fléchies à l'équerre groupée ou jbes tendues à l'équerre écartée, position tenue. Poser les pieds au sol- Effectuer un pas en AR en lâchant BI pour se placer à la station face à BI, bras libres	

✓ Pages 100 et 148 (sorties)

Ces 2 signes   sont remplacés par :  et 

Chapitre POUTRE POUSSINS


✓ Page 105

Le titre du paragraphe 1.1 « Déplacement » devient « Chorégraphie »

1.1 - Chorégraphie	
<ul style="list-style-type: none">- 1 pas du pied G, pointer pied D en AV- Poser pied D, pointer pied G en AV- Poser pied G, rassembler pied D derrière pied G	

✓ Page 106

La sortie est devenue « gras et souligné »

2.6 - Sortie	1
<ul style="list-style-type: none">- Marcher sur ½ pointes jusqu'à l'extrémité de la poutre, rassembler les pieds- Mi-flexion des jbes en abaissant les bras à l'oblique AR basse- Sortie saut vertical groupé en élevant les bras à l'oblique AV haute minimum, réception jbes mi-fléchies, bras libres	

✓ Page 153

Le titre du paragraphe 1.1 « Déplacement » devient « Chorégraphie »

1.1 - Chorégraphie

- 1 pas du pied G, pointer pied D en AV
- Poser pied D, pointer pied G en AV
- Poser pied G, rassembler pied D derrière pied G

✓ Page 181

Précisions concernant l'exécution Barres, Poutre et Sol

A6.7.2 Barres, Poutre et Sol :

La réalisation des Difficultés 6^{ème} peut entraîner des fautes pénalisées conformément au tableau des fautes générales (Art. 15). A ces fautes peuvent s'ajouter des fautes techniques.

Un exercice sans sortie (difficulté 6^{ème} ou élément : voir Art. A6.2.2) sera pénalisé de : **0.80 pt.**

Un exercice avec une entrée non codifiée ne sera pas pénalisé.

✓ Page 186

La description de l'élément 1) devient :

6-6	1) Echappe BS, salto AR tendu (Rotation AR en courbe AV ou Gainage)
SORTIES	2) De l'appui facial BS ou du pieds-mains, sortie filée avec 1 tour ou plus

✓ Page 189

La description de l'élément 1) dans la Famille 6-6 SORTIES devient :

1) Echappe BS, **salto AR tendu** (Rotation AR en courbe AV ou Gainage)



DES INFOS FEDE A NE PAS MANQUER!



L'association, une solution
de santé publique ?



Fédération Française de Gymnastique et Fédération Française de Sportifs

Le congrès 2009

Les 28 & 29 novembre 2009, le pays Beaujolais vous accueillera pour le 97^e congrès fédéral.

Cette nouvelle édition se déroulera à Villefranche-sur-Saône sur le site "Parcexpo", situé à 35 km au nord du centre de Lyon.

N'hésitez pas à réserver dès maintenant pour avoir une chambre proche du lieu, la couverture hôtelière de proximité étant limitée.

Sachez également que le comité d'organisation assurera des navettes pour vous amener de la gare SNCF de Villefranche au site "Parcexpo" et aux hôtels.

Pour tout renseignement n'hésitez pas à contacter:

Mme Françoise Houdayer au comité départemental du Rhône au 04.72.74.14.13 (Fax: 04.72.74.22.05)

mail : fscfud69@wanadoo.fr

Ou rendez-vous sur le site de la fédération:
<http://www.fscf.asso.fr/Congres-de-Villefranche-sur-Saone.html>

Le site internet

N'oubliez pas que le site de la fédération est une source d'information à votre disposition!

www.fscf.asso.fr

Rendez-vous également sur l'espace chant choral du site :

www.fscf.asso.fr/-Gymnastique-feminine-.html

La boutique FSCF

Vous souhaitez trouver des produits FSCF?

Rendez-vous sur l'espace boutique du site internet de la fédération!

Vous y trouverez tous les produits mis en vente par la fédération.

<http://www.fscf.asso.fr/-Boutique-.html>

Ou n'hésitez pas à passer à la boutique du siège :

Horaires d'ouverture de la Boutique : du lundi au vendredi 9h-12h / 13h-17h

22 rue Oberkampf - 75011 Paris

Tel : 01 43 38 89 89

Prochaine lettre info :

ATTENTION

Désormais les prochaines lettres infos seront des NEWSLETTERS !

Vous pourrez ainsi les recevoir par email sur votre boîte personnelle.

Pour cela, faites nous parvenir votre adresse mail en précisant votre nom et le nom de l'activité (Gym Féminine) à l'adresse suivante :

communication@fscf.asso.fr