

FÉDÉRATION SPORTIVE ET CULTURELLE DE FRANCE

WWW.FSCF.ASSO.FR







(f) @laFSCF

REGLEMENT TWIRLING F.S.C.F 2018-2019

REGLEMENT DES CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX – REGIONAUX – NATIONAUX

La F.S.C.F.	R-2
Le Twirling	R-3
La Commission Nationale	R-4
Règlement des championnats	R-6
Schéma de formation fédérale	T-01
Apprentissage et passage des degrés	T-04

La F.S.C.F.

Fondée en 1898, pour fédérer les équipes gymniques et sportives des patronages, la Fédération Sportive et Culturelle de France (F.S.C.F) s'est appelée jusqu'en 1947 F.G.S.P.F. (Fédération Gymnastique et Sportive des Patronages de France).

En 1947 elle changea de nom pour devenir F.S.F. (Fédération Sportive de France) pour s'ouvrir à un plus grand nombre et faire profiter de ses compétences et de ses services, outre les équipes sportives des patronages, les groupements sportifs des divers mouvements et institutions. Elle a gardé son but premier "L'éducation de la jeunesse dans le loisir selon une vision de l'homme et du monde en cohérence avec l'Evangile", et demande aux dirigeants de ses associations affiliées sinon de diffuser ces principes, au moins de les respecter, ne serait-ce que par humanisme.

C'est en 1964 que la F.S.C.F. a pris son nouveau titre, manifestant ainsi sa volonté de ne pas dissocier le sport de la culture.

- 1° en continuant à faire du sport une véritable culture.
- 2° en proposant aux jeunes qui fréquentent ses associations sportives, des activités culturelles ou d'éducation populaire.

Pour ce faire, la Fédération organise des compétitions nationales dans une quinzaine de disciplines sportives: athlétisme, boules, gymnastique, judo, natation, ski, tennis de table, basket-ball, football, handball, volley-ball, twirling, etc.

Mais le sport, si passionnant soit-il, n'est que l'un des aspects du loisir. Nous voulons être au service de tous. C'est pourquoi nous voulons que le sport soit vraiment une culture et s'intègre dans une conception globale de l'homme qui nous conduit à proposer aux jeunes un éventail d'activités culturelles et d'éducation populaire.

Ces activités sont trop multiples pour être recensées : elles vont de la céramique à la poésie en passant par l'électronique et la photo. Sur le plan national, nous organisons des rencontres pour la danse, les harmonies, les fanfares, les batteries-fanfares, les chorales et l'expression corporelle.

La F.S.C.F. regroupe actuellement environ 2000 associations pour lesquelles l'expression et l'épanouissement des jeunes restent le but principal, ce qui sousentend que le résultat n'a qu'une importance secondaire et relative par rapport au développement des personnes, qui doit être le souci essentiel de tous les dirigeants d'associations.

Le Twirling

Il s'agit d'un sport reconnu comme tel par décret du 31 décembre 1985 ; l'entraînement exige des activités telles que la danse et la gymnastique qui sont indispensables pour une pratique harmonieuse. Cet entraînement peut se décomposer de la manière suivante :

La phase suivante est constituée d'une partie de chorégraphie, de danse et de gymnastique au sol liées aux mouvements de bâton. Le bâton est l'instrument principal mis en valeur par la dextérité qu'il exige.

Nos championnats sont obligatoirement exécutés en justaucorps, pantalons ou combinaisons, de manière à laisser entière liberté de mouvements aux twirlers.

Puisque nous parlons championnats, précisons que ceux-ci doivent être abordés par des twirlers confirmés.

Ces championnats comportent une production libre aussi bien pour les individuels, les duos, que les équipes.

L'objectif est d'atteindre la plus grande difficulté possible, tout en respectant la qualité, dans les mouvements de bâton tout en coordonnant ces derniers par des mouvements de danse et de gymnastique le tout en parfaite harmonie avec la musique choisie. La production est jugée sur des critères sportifs, techniques et artistiques.

On n'atteint un haut niveau qu'au prix d'un long travail en salle, comme dans tous les autres sports. La Fédération, par ses week-ends et ses stages, offre aux futurs cadres le moyen de se perfectionner sur le plan technique et pédagogique dans tous les domaines : technique du bâton, psychologie des enfants et des adolescents, animation d'un groupe et d'une équipe, danse, gymnastique au sol, etc...

Enfin, il faut savoir que l'activité twirling n'est pas une discipline exclusivement féminine. En effet, les garçons y trouvent également une nouvelle forme d'expression ; et depuis quelques années en France (depuis longtemps aux Etats-Unis) certains partagent avec les filles la même passion pour cette discipline.

Ajoutons que les équipes peuvent être composées d'un nombre indifférent de filles ou de garçons à condition d'être au moins 3 au total (voir règlement). Cependant, dans les championnats individuels, les garçons auront un classement séparé.

L'activité twirling n'est pas la seule pratiquée à la Fédération qui regroupe, au plan national, une vingtaine de disciplines sportives et socio-éducatives. Mais, c'est le même esprit qui doit régner dans toutes les activités, un esprit d'amitié, de franc jeu, de respect mutuel, car bien travailler est beaucoup plus important que gagner, se surpasser est plus important que battre les autres, former des jeunes épanouis, responsables, est bien plus important que former de brillants exécutants... Permettre aux jeunes de s'exprimer vraiment, de créer, d'inventer, tel doit être le premier souci de tous nos responsables.

Bonne pratique!

La Commission Nationale

Responsable national:

M^r LAMBERT Yves, 4 lotissement les Ormes – La Grande Coudre – 71390 St Germain lès Buxy yves.lambert65@gmail.com

Membres:

M^{me} BONIN Cindy, cindybonin01@gmail.com

M^{lle} BREHERET Audrey, uneurone@hotmail.fr

M^{me} CSERNAK Emilie emilie.csernak@sfr.fr

M^r FAURE Jean-Michel, jeanmichel.faure1@orange.fr

M^{me} M^{me}GOMBAUD Stéphanie stephanie.gombaud@orange.fr

M^{me} GILLET Véronique andre.gillet4@wanadoo.fr

M^{me} LE GOUIC Véronique legouic.veronique@gmail.com

Mr LOPES David davlopes87@gmail.com

M^{me} MARHOUM Daleila daleila.marhoum@gmail.com

M^{me} MARTIN-LEVREL Sabine, Malo sabinemartinlevrel@orange.fr

M^{me} MOMPER Patricia, patmomper@yahoo.fr

M^r NAVENOT Michaël mickael-navenot@bbox.fr

M^{lle} SCHWARTZ Alexandrine, alexandrine.schwartz@gmail.com

Mr VEYSSIERE Fabrice fabrice.veyssiere@wanadoo.fr

Représentant du Comité Directeur délégué à la Commission :

M^{me} NOEL Marie-France noelmf79@gmail.com

Contact pour l'activité Twirling au siège fédéral :

Pascal Le Gouic

pascal.legouic@fscf.asso.fr

Tél: 01.43.38.89.87

Représentation des Régions

o Auvergne Rhône-Alpes : Cindy BONIN

Yves LAMBERT David LOPES

o Bourgogne Franche-Comté : Jean-Michel FAURE

o Bretagne : Sabine MARTIN-LEVREL

o Centre Val-de-Loire :

o Grand Est : Patricia MOMPER

Alexandrine SCHWARTZ

Hauts de France
 Nouvelle Aquitaine :
 Ile de France :
 Emilie CSERNAK
 Fabrice VEYSSIERE
 Véronique LE GOUIC

Daleila MARHOUM

o Normandie:

o Occitanie:

o Pays de Loire : Audrey BREHERET,

Stéphanie GOMBAUD Véronique GILLET, Mickaël NAVENOT

o Provence Alpes Côte d'Azur :

SOMMAIRE

	01	Pages
۸۱	Chapitre I – GENERALITES	Б 0
Art. 1	- Types de championnats	R – 8
Art. 2	- Titres nationaux	,,
Art. 3	- Autorisations et Licences	,,
	3.1 - Autorisations	.,
	3.2 - Licences	
Art. 4	- Participation aux championnats nationaux	"
Art. 5	- Passeports compétition	R-9
Art. 6	- Inscriptions aux championnats nationaux	"
Art. 7	- Exécution du programme national	"
Art. 8	- Grand Prix National	"
Art. 9	- Catégories d'âges	R – 10
Art. 10	- Tenues de compétition et présentation	67
	10.1 - Tenue Individuels	"
	10.2 - Tenue Equipes et Duos	"
	10.3 - Présentation lors des compétitions	R – 11
Art. 12	- Musiques des Productions libres	"
	12.1 - Choix	"
	12.2 - Durée	"
	12.3 - Qualité	"
	12.4 - Entrée et sortie du praticable	"
Art. 13	- Chutes de bâton	R – 12
Art. 14	- Participation au festival	"
Art. 15	- Comportement des membres des associations	"
Art. 16	- Dérogations	"
Art. 17	Temps de repère du praticable	R – 13
Art. 18	Comportement des twirlers	67
	Les 10 commandements du champion national	R – 14
	Chapitre II - CHAMPIONNATS " INDIVIDUELS "	
Art. 21	- Organisation des championnats "Individuels"	R – 15
Art. 22	- Championnat Individuel'	.,
	22.1 - Conditions générales	67
	22.2 - Degrés exigés	"
	22.3 - Niveau technique	R – 16
	22.4 - Catégories	67
	22.5 - Musique	R – 17
	22.6 - Chutes de bâton	67
	22.7 - Nombre d'engagement des twirlers filles	67
Art. 23	- Championnat National Individuel	R – 18
, « « <u>-</u> -	23.1 - Conditions de participation	.,
Art. 24	- Coupe Nationale Individuel	"
7 (i t. 2-	24.1 - Conditions de participation	67
	24.2 - Degrés exigés	67
	Z4.Z - Dogios oxigos	
	Chapitre III - CHAMPIONNATS " EQUIPES & DUOS"	
Art. 30	- Organisation des championnats "Equipes et Duos"	R – 19
Art. 31	- Championnat "Duos"	R – 20
AIL. 31	31.1 - Conditions générales	",
	31.2 - Degrés exigés, niveaux techniques et catégories	"
		"
	31.3 - Musique 31.4 - Chutes de bâton	"
		٤,
Art. 32	31.5 - Participation au National	
AIL. 32		R – 21
	32.1 - Formation des équipes	67
	32.3 - Inscriptions des équipes	
	32.4 - Nombre de twirlers	R – 22
	32.5 - Catégorie des équipes selon l'âge	,,
	32.6 - Niveau technique	.,
	32.7 - Catégories	
	32.8 - Utilisation du Passeport "Equipes"	R – 24

	32.9 - Musique	"
Art. 33	- Championnat Equipes à "EFFECTIF REDUIT" 33.1 - Conditions générales 33.2 - Degrés exigés 33.3 - Niveau technique 33.4 - Catégories 33.5 - Musique 33.6 - Chutes de bâton 33.7 - Participation au National	R - 25
	Chapitre IV – PENALITES	
Art. 41	- Pénalités pour chutes de bâton	R – 26
Art. 42	- Pénalités "Temps"	"
Art. 43	- Autres pénalités	"
	Chapitre V - NOTATION	
Art. 51	- Notation	R – 27
Art. 52	- Cotation nationale	"
Art. 53	- Grille de notation	67
Art. 54	- Notes et Classement	"
	54.1 - Notes provisoires	"
	54.2 - Notes définitives	"
	54.3 - Classement	"
Art. 55	- Réclamations	R – 28
	OL 14 MILITARYO	
A 1 01	Chapitre VI – JURYS	D 00
Art. 61	- Formation des membres de jurys	R – 29
Art. 62	- Inscription des juges pour les nationaux	
Art. 63	- Composition des jurys	R – 30
Art. 64	- Désignation des jurys	R – 3′
Art. 65	- Bureau d'Accueil compétition	.,
Art. 66	Directeur de salle	.,
Art. 67	Tenue des juges	67
Art. 68	Non respect de la réglementation	
	Chapitre VII - ORGANISATION TECHNIQUE	
Art. 71	- Organisation du Championnat National	R - 32
Art. 72	- Mise en place et ordre de passage des individuels, duos ou équipes	"
	72.1 - Mise en place	"
	72.2 - Ordre de passage	"
Art. 73	- Commissaires	47
Art. 74	- Secrétariat Général	"
Art. 75	- Matériel et imprimés pour Jurys - Surface d'évolution	R - 33
	75.1 - Jurys	٤,
	75.2 - Surface d'évolution	"
Art. 76	- Sonorisation	"
Art. 77	- Récompenses	"
Art. 78	- Demande d'organisation d'un Championnat National	"
Art. 79	- Palmarès des championnats régionaux	R – 34
Lettres de	estinées à l'établissement de l'ordre de passage	R – 35
	ANNEXES	
Annexe 4		R – 36
	5 - Formulaire pour prêt de juges	R – 37

CHAPITRE I

GENERALITES

Art. 1 – Types de championnats

- Les championnats de Twirling peuvent être départementaux, régionaux, interrégionaux ou nationaux.
- Les championnats nationaux FSCF comprennent :
 - 1. des championnats "Individuels" : voir chapitre II.
 - 2. des championnats "**Equipes & Duos**" (équipes à 6 et plus, ou à effectif réduit): voir chapitre III.

Art. 2 – Titres nationaux

- En aucun cas, les termes "Championnats de France" et "Champions de France" ne doivent être utilisés, ceux-ci étant réservés à la Fédération délégataire.
- Seules les appellations "Championnats Nationaux FSCF", "Coupe Nationale" et "Champions Nationaux FSCF" sont autorisées.

Art. 3 – Autorisations et Licences

 Les associations affiliées et les twirlers sont soumis aux dispositions des Règlements Généraux de la F.S.C.F.

3.1 - Autorisations

- Pour participer à un championnat régional, interrégional ou national, les associations doivent obtenir l'autorisation de leur Comité Départemental, conformément à l'article 26 des Règlements Généraux.
- De plus, pour prendre part à un championnat interrégional ou pour l'organiser, l'autorisation préalable de la Commission Nationale de Twirling est requise.

3.2 - Licences

- Les associations ne peuvent présenter que des twirlers munis d'une licence FSCF de type AC (Activités Compétitions) ou AM (Activités Multiples), de l'année en cours (faisant état du contrôle médical avec date du certificat). Les licences sont à présenter au Bureau d'Accueil compétition (voir Chapitre VI) avant chaque passage.
- Les twirlers doivent être en possession d'une licence de l'année en cours. Il en est de même pour les membres de jury, les formateurs, les cadres fédéraux et régionaux ainsi que tous les AF.
 - Pour le championnat régional individuels, le Responsable de la Commission Technique Départementale (ou Régionale s'il n'y a pas de Commission Départementale), devra s'assurer que tous les membres de jury, les formateurs, cadres et AF détiennent une licence valide (listing à se procurer auprès du département ou de la région).

Art. 4 – Participation aux championnats nationaux

Sauf excuse reconnue valable ou dérogation accordée par la Commission Nationale qui reste seule juge, pour participer aux Championnats Nationaux :

- Les **équipes** ("6 et plus" et "effectif réduit") et les **individuels**, doivent participer aux championnats annuels :
 - o de leur Comité Départemental et de leur région ;
 - o de leur région seulement, s'il n'existe pas de départemental ;
 - o d'une autre région, s'il n'existe pas de Régional dans leur région.

- Les "Duos" doivent participer aux championnats annuels :
 - o de leur région ;
 - o d'une autre région, s'il n'existe pas de Régional dans leur région.

En conclusion, pour toutes les catégories, les championnats régionaux sont obligatoires.

De plus, la participation aux championnats nationaux oblige chaque association à inscrire des membres de jury (voir chapitre VI).

Art. 5 - Passeports compétition

- Les passeports compétition "Individuels", "Duos" et "Équipes" (6 et plus et à effectif réduit) sont **obligatoires**.
- Ils attestent de la participation réelle des twirlers aux différents championnats et des degrés des twirlers pour chaque catégorie. Ils doivent être signés par le bureau d'accueil de chaque championnat qui est garant du contrôle correct du passeport de l'équipe, du duo ou de l'individuel. Lors du championnat national si une équipe ou un twirler se trouve affecté dans une mauvaise catégorie, l'équipe, le duo ou le twirler sera noté mais non classé, et devra être présent au festival.
- Ils sont à présenter, en même temps que la licence, au Bureau d'Accueil compétition (voir chapitre VI) avant chaque passage.

Le passeport compétition Individuels et le livret individuel sont la propriété du twirler. En cas de mutation définitive, l'association que quitte le twirler doit lui remettre impérativement et obligatoirement ces 2 documents.

En conséquence, le passeport d'un twirler une année ne peut devenir le passeport d'un autre twirler la saison suivante même avec l'utilisation de correcteur.

Art. 6 – Inscriptions aux championnats nationaux

Les **adhésions** (questionnaires technique et administratif), sont à adresser dûment complétées, au comité d'organisation et au siège Fédéral **dans les délais indiqués** sur les questionnaires. Les musiques demandées pour constituer la playlist font partie de l'adhésion.

• Sauf cas de force majeure reconnu comme tel par la Commission Nationale (qui reste seule juge), tout dossier envoyé hors délai sera inscrit sur une liste d'attente et assorti d'une amende de 100 euros.

Les désistements seront traités catégorie par catégorie et non pour une association dans sa globalité. Dans ce dernier cas, l'organisateur ne sera pas tenu de prendre en compte leurs prestations.

Art. 7 - Exécution du programme national

Les associations sont soumises à l'exécution intégrale du présent programme national.
 Aucune fausse interprétation des règlements et du programme n'est admise.

Art. 8 – Grand Prix National

- Les catégories et les titres "Grand Prix National" (G.P.N.) ne peuvent être disputés ou attribués que lors des championnats nationaux, "Individuels" ou "Equipes & Duos", organisés par la Commission Nationale.
- Les catégories et les titres "Grand Prix Départemental, Régional ou Interrégional" sont réservés aux championnats départementaux, régionaux ou interrégionaux.

Art. 9 - Catégories d'âges

• Les catégories d'âges sont indiquées aux Articles 22.2 pour les individuels, 31.2 pour les duos et 32.7 pour les équipes.

Art. 10 - Tenues de compétition et présentation

10.1 - Individuels

• Tenue Féminine : Elle doit être appropriée à la pratique du twirling, et elle doit se conformer au respect de la pudeur

La tenue peut être composée

- Soit d'un justaucorps avec ou sans rajout ;
- Soit d'un pantalon long et d'une tunique, avec ou sans rajout. La tunique devra être attachée au pantalon (on ne doit pas voir la peau du ventre du twirler);
- Soit d'une combinaison (pantalon long) avec ou sans rajout ;
- Soit d'un académique long, avec ou sans rajout.
- Tenue Masculine : elle doit être appropriée à la pratique du twirling, et elle doit se conformer au respect de la pudeur ;.

La tenue est composée :

- Soit d'un pantalon long et d'un tee-shirt, qui devront être attachés (on ne doit pas voir la peau du ventre du twirler);
- Soit d'une combinaison (pantalon long non moulant).
- Le port de pantalon moulant au niveau de la culotte et les rajouts volants sont interdits.

• Obligations:

- o Les sous-vêtements doivent être adaptés à la couleur de la tenue.
- La couleur chair est interdite sur les seins et au niveau de la culotte. Elle est autorisée pour les autres parties du corps ; cependant l'effet maillot de bain 2 pièces est interdit.
- Les tissus ne doivent pas être transparents.
- Le décolleté ne doit pas dépasser la naissance des seins ; l'échancrure du dos ne doit pas dépasser la taille. De même la tenue ne doit pas être trop échancrée sur les hanches.

Sont interdites

- Les tenues ou présentations s'apparentant à un déguisement figuratif ou représentant un personnage connu;
- Les tenues sportives complètes ou partielles d'une autre discipline sportive, y compris un seul de ses accessoires.

10.2 - Équipes et Duos:

- La tenue doit répondre aux **mêmes critères** que les individuels et pour les filles, être identique pour toutes les exécutantes, y compris pour les collants (ce sont toutes les exécutantes qui ont un collant, ou aucune);
- la tenue des garçons doit rappeler, par la couleur principale du tee-shirt ou du haut de la combinaison, la couleur principale du buste de la tenue des filles. Cependant la couleur du tee-shirt ou du haut de la combinaison du garçon pourra être une base noire avec un rappel de la couleur principale du buste des filles.
- Les tenues avec "effet miroir" (motif inversé, rajout à droite et à gauche, motif sur le devant et dans le dos) sont autorisées uniquement pour les duos.
- Les chaussures peuvent être de modèles différents et de dégradés de couleur différents sous réserve que la couleur soit identique (sauf pour les garçons qui peuvent choisir leurs chaussures en fonction de leur tenue).

• Les bâtons peuvent être de marques différentes, mais doivent tous être de couleur identique (adhésifs et embouts).

10.3 - Présentation lors des compétitions

- Les bijoux sont interdits.
 - L'alliance pour les twirlers mariés et les boucles d'oreilles médicales sont tolérées, sous réserve d'en aviser, au préalable le Bureau d'Accueil, qui l'indique dans son coupon destiné au PJ.
- Pour les filles.
 - les cheveux longs doivent être attachés.
 - o **Un** seul **accessoire fantaisie** dans les cheveux est accepté sous réserve qu'il soit de **petite taille**.
 - Pour les équipes et les duos, l'accessoire devra être de la même forme, de la même couleur et de la même taille pour tous les twirlers.
 - Le maquillage, autorisé uniquement pour les catégories cadet, junior et senior doit rester discret. Le maquillage dit "de spectacle" (décoration sur le visage, ou maquillage excessif aux pourtours des yeux, sur le visage...) est interdit.
- Pour les garçons, I
 - o Les cheveux longs doivent être attachés.
 - Le maquillage n'est pas autorisé.

Toute tenue ou(et) présentation non conforme aux définitions et à l'esprit de l'Article 10, est pénalisée de 1 point (voir chapitre IV).

Le Président de Jury et le Directeur de Salle devront être en accord pour que la pénalité tenue et présentation soit appliquée.

Art. 11

Supprimé

Art. 12 - Musiques des productions libres

12.1 - Choix

- La musique de production libre est choisie et fournie par chaque twirler ou équipe.
- Sur l'enregistrement un bip est autorisé pour annoncer le début de la musique.
- Le système de playlist a été mis en place par la Commission Nationale. Cela fait partie de l'adhésion.
- Par prudence, il est conseillé aux associations de se munir de clés USB avec les musiques de leurs twirlers, avec une seule musique par clé.

12.2 - Durée

• La durée de la musique est limitée selon les catégories "Individuels", "Duos" ou "Equipes" (voir annexes 2 et 3).

12.3 - Qualité

• Dans la notation, il n'est pas tenu compte de la qualité de la musique d'accompagnement, mais il est recommandé de veiller au bon enregistrement.

12.4 - Entrée et sortie du praticable

 Les entrées et sorties se font sans musique. Le ou les twirlers effectuent leur mise en place en bon ordre à partir de l'extérieur de l'aire de compétition sans mouvement de bâton, ni évolution, en moins de 10 secondes pour adopter leur attitude de départ. La sortie s'effectue de la même manière, toujours sans musique.

Art. 13 - Chutes de bâton

- Une **pénalité** est appliquée pour **chaque chute** de bâton. Le barème est indiqué au chapitre IV.
- Les chutes sont décomptées dès l'entrée sur l'aire de compétition et jusqu'à la sortie complète du praticable.

Art. 14 - Participation au festival

- Le festival fait partie intégrante des championnats "Individuels" ou "Equipes & Duos".
- Sous peine de disqualification, les équipes, les duos et les individuels ayant concouru, doivent **obligatoirement participer au festival**.

Néanmoins, les twirlers qui sont convoqués à des épreuves d'examen (scolaire ou professionnel) le lendemain des championnats peuvent obtenir une dérogation auprès de la Commission Nationale sous la double condition:

- 1) que l'examen ait lieu à plus de 200 Km du lieu de la compétition ;
- que la demande de dérogation soit accompagnée d'une copie de la convocation à l'examen.

Cette dérogation pourra être également accordée dans le cadre de voyage scolaire, sur présentation de justificatif.

- Lors des festivals les twirlers doivent :
 - se présenter obligatoirement en tenue de compétition (sans port de survêtement). Par mesure de sécurité, le bâton est proscrit lors des festivals des compétitions nationales.
 - o exécuter, impérativement, les ordres qui sont donnés au micro.
 - o effectuer correctement les entrées, les démonstrations et les sorties.

Toute équipe ou twirler **indiscipliné** (e) qui se fait remarquer par des **débordements intempestifs** au cours du festival sera **déclassé** (e). Cette sanction sera prise par le Responsable de la Commission organisatrice du championnat.

Art. 15 – Comportement des membres des associations

- Pendant le championnat, le responsable d'une équipe, d'un duo, d'un twirler individuel est tenu d'éviter toute démonstration, amicale ou autre, vis-à-vis des juges ; il doit également s'abstenir de tout commentaire au sujet des notes attribuées.
- Aucun dirigeant n'est admis près de la table du jury durant la compétition.
- Toute personne communiquant avec les twirlers depuis le bord du praticable ou entrant sur l'aire de compétition verra son équipe ou twirler sanctionné d'une pénalité de 1 point pour l'épreuve concernée.
- Pendant la durée des championnats, tout **comportement antisportif** d'un twirler, d'un duo, d'une équipe ou d'un responsable ou dirigeant est sanctionné :
 - Lors d'un championnat départemental ou régional, par un avertissement puis par un déclassement en cas de récidive.
 - o Lors d'un championnat national, par un déclassement immédiat.

Cette sanction sera prise par le Responsable de la Commission organisatrice du championnat.

Art. 16 - Dérogations

Les seules dérogations pouvant être acceptées sont les suivantes :

- Une équipe de 6 twirlers se présentant à 5 au seul championnat départemental (voir Art.32.3).
- La convocation à un examen le lundi suivant la compétition (voir Art.14) :
- Un voyage scolaire.

- L'organisation de la fête de nuit d'un championnat national pour l'association organisatrice (voir Art. 72.2).
- La participation à un championnat régional d'une autre région (voir Art. 4).
- La participation à un championnat national d'une autre fédération.

Toute demande de dérogation concernant le **championnat national individuels** devra être envoyée au siège de la fédération le **15 mars** au plus tard, et le **15 mai** au plus tard pour le **championnat national équipes et duos**, en complétant le formulaire inclus dans le règlement. Il doit être rempli et signé (annexe 4).

- La dérogation doit être demandée par le Président de l'association, avec avis et validation du Responsable de la Commission Régionale.
- Pour les équipes se présentant à 5 au championnat départemental, la Commission Départementale devra être prévenue au plus tard dans les 48 heures à partir de la date du certificat médical. Ce délai passé la dérogation ne sera pas recevable, et en conséquence l'équipe ne pourra pas concourir. L'équipe dont la dérogation est acceptée ne sera pas classée mais figurera au palmarès avec la mention "Dérogation".
- La dérogation accordée au championnat précédent doit être présentée au "Bureau d'Accueil compétition" du championnat suivant.

Art. 17 - Temps de repère du praticable

- Il sera précisé dans la brochure technique des championnats nationaux.
- Un seul cadre technique par twirler ou équipe est autorisé pour conseiller le twirler.
- Pour toutes les catégories le cadre technique devra se positionner à l'extérieur du praticable pendant toute la durée du temps de repère.
- Le positionnement devant la table des juges est autorisé.

Les entrées s'effectuent par le côté du praticable où se trouve le Bureau d'Accueil, et les sorties par le côté matérialisé (podium où les twirlers attendent leurs notes).

Art. 18 – Comportement des twirlers

Les twirlers devront faire preuve d'un comportement sportif et **respectueux** pendant toute la durée de leur compétition :

- Dès la présentation devant le Bureau d'Accueil, y compris pour les responsables les accompagnant devant le Bureau d'Accueil ;
- A l'entrée sur le praticable ;
- Pendant toute la chorégraphie ;
- Lors de la sortie. Il est notamment demandé aux équipes et duos d'effectuer une sortie de façon ordonnée ;
- Lors de l'annonce des notes.

Une **pénalité de 2 points** pourra être appliquée en cas de non-respect de cet article.

Les dix commandements du Champion National

Humble tu seras
Un comportement irréprochable tu auras
Disponible tu veilleras
Ta passion tu partageras
La défaite tu accepteras
Preuve de fair-play tu feras
Les décisions du jury tu accepteras
Reconnaissant des personnes qui te suivent, tu seras
Les valeurs de la fédération tu représenteras
Respecter cette chartre tu devras

A chaque acteur du twirling FSCF, sportif, dirigeant, cadre technique, de faire sienne cette charte.

CHAPITRE II

CHAMPIONNATS INDIVIDUELS

Les dirigeants et les cadres techniques des associations ne doivent présenter aux championnats que des twirlers en bonne santé.

Art. 21 - Organisation des Championnats "Individuels"

- Les championnats" Individuels" comprennent une épreuve individuelle.
- Les championnats régionaux "Individuels" doivent obligatoirement être organisés par chaque région le 17 février 2019 (aucune dérogation possible) au plus tard et les dossiers d'inscription envoyés à la fédération par les associations le 18 février 2019 au plus tard.
- Afin d'établir les listes et les ordres de passage des twirlers pour le Championnat National, chaque commission régionale doit envoyer par mail, dès le lendemain du championnat, au siège de la Fédération, le palmarès complet de son championnat (et pas uniquement les qualifiés), avec la mention "CH" pour les twirlers sélectionnés pour le championnat national et "CO" pour les twirlers sélectionnés pour la coupe nationale, ainsi que les notes techniques et notes globales. Ce palmarès est saisi sur le fichier excel diffusé par la Commission Nationale.

Art. 22 - Championnats Individuels

22.1 - Conditions générales

- Un twirler ne peut participer au championnat national que s'il a concouru :
 - au Départemental de son Comité Départemental et au Régional de sa région;
 - o au Régional de sa région, s'il n'y a pas de championnat départemental;
 - o au Régional dans une autre région, s'il n'y a pas de Régional dans sa région.
 - Dans ce cas, après demande et accord de la Commission Nationale, Il convient alors que toutes les associations de la même région concourent au Régional de la même région qui les accueille.
- Il s'agit d'une production libre dont la notation est effectuée selon les critères indiqués au chapitre V.
- En ce qui concerne la tenue et la présentation, se reporter aux art. 10 et 11.
- Le passeport compétition obligatoire est du type "Individuel".

22.2 - Degrés exigés

Les catégories se décomposent en 2 séries :

- Les catégories Honneur, Excellence, Excellence Supérieur et Grand Prix dites fédérales qui ouvrent droit à la sélection pour le championnat national individuels et la coupe nationale. Les twirlers doivent avoir obtenu obligatoirement le degré imposé dans le tableau ci-dessous (le passeport compétition "Individuel" faisant foi).
- Les catégories Promotion dites non fédérales permettant de concourir en département, région ou rencontre de twirling suivant le choix des régions et à la Coupe Nationale. Le degré du twirler ne doit pas dépasser un niveau maximum (Cf. tableau ci-dessous).

CATEGORIES	POUSSIN	BENJAMIN	MINIME	CADET	JUNIOR 1 Fille	JUNIOR 2 Fille	JUNIOR Garçon	SENIOR	S+
Année naissance	2011- 2012	2009- 2010	2007- 2008	2005- 2006	2003- 2004	2001- 2002	2001- 2004	2000 et av.	1993 et av.
PROMOTION	1 ^{er} maxi	1 ^{er} maxi	1 ^{er} maxi	2 ^{ème} maxi	2 ^{ème} maxi	3 ^{ème} maxi	2 ^{ème} maxi	4 ^{ème} maxi	3 à 6
HONNEUR		2 ^{ème}	2 ^{ème}	3 ^{ème}	3 ^{ème}	1	3 ^{ème}	1	
EXCELLENCE		3 ^{ème} mini	3 ^{ème}	4 ^{ème}	4 ^{ème}	4 ^{ème}	4 ^{ème}	/	
EXCELLENCE Sup					5è	me	5 ^{ème}	5 ^{ème}	
GRAND PRIX			4 ^{ème} mini	5è mini	6 ^{ème}		6 ^{ème}	6 ^{ème}	

Les twirlers (filles et garçons) classés dans les 3 premiers hors sous-groupes (A, B, C,...), ainsi que tous ceux participant à une finale du championnat national se verront attribuer obligatoirement le degré supérieur à leur catégorie, sous condition d'obtenir une note technique supérieure ou égale à 7,000 (chutes non déduites).

Le degré supérieur ainsi obtenu ne sera valable qu'à partir de la **saison suivante**, afin de ne pas modifier pour l'année en-cours la moyenne de l'équipe dans laquelle le twirler figure. Le passeport sera visé le jour même du championnat par un cadre fédéral. Au vu du passeport, le degré sera noté sur le livret individuel par l'AF3 de la région du twirler concerné.

22.3 - Niveau Technique

Le niveau technique des productions, en référence à la grille de cotation, est le suivant :

CATEGORIES	POUSSIN	BENJAMIN	MINIME	CADET	JUNIOR 1 Fille	JUNIOR 2 Fille	JUNIOR Garçon	SENIOR	S +
Année naissance	2011- 2012	2009- 2010	2007- 2008	2005- 2006	2003- 2004	2001- 2002	2001- 2004	2000 et av.	1993et av.
PROMOTION	1 ^{er}	1 ^{er}	1 ^{er}	2 ^{ème}	2 ^{ème}	3 ^{ème}	2 ^{ème}	4 ^{ème}	4 ^{ème}
HONNEUR		2 ^{ème}	2 ^{ème}	3 ^{ème}	3 ^{ème}	1	3 ^{ème}	/	
EXCELLENCE		3 ^{ème}	3 ^{ème}	4 ^{ème}	4 ^{ème}	4 ^{ème}	4 ^{ème}	/	
EXCELLENCE Sup					5 ^{ème}		5 ^{ème}	5 ^{ème}	
GRAND PRIX			4 ^{ème}	5è	6 ^{ème}		6 ^{ème}	6 ^{ème}	

22.4 - Catégories

- Les catégories sont celles indiquées à l'article 22.2.
- Le sous classement est interdit.
- En Junior il n'y a pas de subdivision pour toutes les catégories garçons, ainsi que pour les filles Grand Prix et Excellence Supérieur.
- En ce qui concerne les catégories d'âge, se reporter à l'article 22.2.
- Lorsque le nombre de twirlers est trop important dans une catégorie, celle-ci est partagée en 2 groupes A et B, (voire 3 ou 4 groupes si nécessaire) selon le principe suivant :
 - 1. Partage de la catégorie en 2 groupes ou plus, de même importance (à l'appréciation de la commission nationale);

R - 16 Individuels

- 1. Partage de la catégorie en 2 groupes ou plus, de même importance (à l'appréciation de la commission nationale);
- 2. Le partage en groupe sera fait en classant tous les twirlers par le nombre de points obtenus au régional : dans le groupe A, les twirlers classés en 1, 3, 5, etc., et dans le groupe B les twirlers classés en 2, 4, 6, etc....
- 3. Classement des twirlers à l'intérieur de chaque groupe suivant l'ordre alphabétique correspondant à la catégorie, à partir de la lettre de passage tirée au sort (voir liste page R-33);
- 4. Il est possible d'organiser des groupes en région sous condition que la catégorie comporte plus de 24 twirlers. Dans ce cas, le nombre de twirlers sélectionnés doit être le même que s'il y avait eu un seul groupe. Si cette disposition n'est pas respectée, le twirler ayant la note la plus faible ne pourra concourir au national. La répartition dans les groupes se fera suivant les mêmes modalités décrites dans le point 3 ci-dessus au championnat départemental.
- En cas de partage d'une catégorie en plusieurs groupes, une finale est organisée avec les trois premiers de chaque groupe. L'ordre de passage en finale s'effectue dans l'ordre alphabétique, à partir de la lettre de passage tirée au sort pour la catégorie. Un twirler non présent à la finale ne sera pas remplacé.
- Pour la Coupe Nationale, lorsque le nombre de twirlers est trop faible dans une catégorie d'âge, la Commission Nationale se réserve le droit de pouvoir regrouper plusieurs catégories de niveau technique identique.

22.5 - Musique

- Pour la catégorie individuelle **Poussin**, la durée de la musique ne doit pas être inférieure à **1'00"** ou supérieure à **1'30"**.
- Pour les catégories individuelles Benjamin Promotion & Honneur et Minime Promotion & Honneur, la durée de la musique ne doit pas être inférieure à 1'30" ou supérieure à 2'00".
- Pour les **autres catégories** individuelles, la durée de la musique ne doit pas être inférieure à **2'00"** ou supérieure à **2'30"**.
- Une pénalité est appliquée pour tout écart de temps en plus ou en moins (voir Chapitre IV).
- Pour la qualité de la musique et la mise en place du twirler se reporter à l'article 12.3.

22.6 - Chutes de bâton

 Une pénalité de 0,2 point est appliquée par chute de bâton et ceci dès la première, de 0,3 point à partir de la 6^{ème}, et de 0,4 point à partir de la 11^{ème} (voir chapitre IV).

22.7 - Nombre d'engagement des twirlers filles uniquement

• Pour tout championnat, **y compris pour la coupe nationale**, les associations peuvent engager une twirler fille par "tranche" de 3 membres en possession d'une licence activité twirling uniquement, validée pour l'année en cours.

Exemples:

- De 1 à 3 licenciés : 1 twirler fille sélectionnable ;
- De 4 à 6 licenciés : 2 twirlers filles sélectionnables ;
- De 7 à 9 licenciés : 3 twirlers filles sélectionnables ;
- ٠..
- De 58 à 60 licenciés : 20 twirlers sélectionnables ;
- De 61 à 63 licenciés : 21 twirlers sélectionnables ;
- Etc...
- Cette vérification est de la responsabilité du **Président de la Commission Départementale ou Régionale**, selon le championnat.
- Cette limitation ne vaut que pour les catégories nationales.

Art. 23 - Championnat National Individuel

23.1 - Conditions de Participation au Championnat National (Filles et Garcons)

- Pour être sélectionné au championnat national le twirler doit remplir les conditions à suivantes à l'issue du championnat régional auquel il a pris part :
 - Avoir obtenu une note technique supérieure ou égale à 6,000 la pénalité chutes ayant été déduite de la note technique,
 - o Et une note totale supérieure ou égale à 12,00.
 - Pour les catégories Honneur Filles (Benjamin, Minime, Cadet, Junior) être classé dans la première moitié de la catégorie ou du groupe de la catégorie, le chiffre obtenu étant arrondi par excès.
 - Pour les catégories Junior Excellence Filles (1 et 2) et Excellence Supérieur Filles (Junior et Sénior), être classé dans les 3 premiers quarts de la catégorie ou du groupe de la catégorie, le chiffre obtenu étant arrondi par excès.
 - Il n'y a pas de quota pour les autres catégories filles et pour toutes les catégories garçons.

Art. 24 - Coupe Nationale Individuel

24.1 – Conditions de Participation à la Coupe Nationale (Filles et Garçons)

- Pour les **catégories fédérales** ouvertes au championnat national (Art. 23) le twirler devra remplir les conditions suivantes :
 - O Ne pas être sélectionné au championnat national.
 - o Avoir obtenu au championnat régional :
 - Pour les catégories Honneur Filles et Garçons (Benjamin, Minime, Cadet & Junior) une note technique supérieure ou égale à 6,000, la pénalité chutes ayant été déduite de la note technique, et une note totale supérieure ou égale à 12,00.
 - Pour les autres catégories, une note technique supérieure ou égale à 5,500, la pénalité chutes ayant été déduite de la note technique, et une note totale supérieure ou égale à 11,00.
- Pour les catégories non fédérales (promotion y compris poussins et S+) le twirler devra remplir les conditions suivantes :
 - Présenter un passeport correctement validé.
 - Avoir participé au championnat régional, ou départemental suivant l'organisation propre à chaque région.
 - Ne pas avoir participé la saison précédente à la Coupe Nationale dans la même catégorie d'âge (sauf catégorie S+).
 - o Avoir obtenu au championnat servant de sélection :
 - Une note technique supérieure ou égale à 6,500, la pénalité chutes ayant été déduite de la note technique et une note totale supérieure ou égale à 13,00.
 - Etre classé dans la première moitié de la catégorie ou du groupe de la catégorie, le chiffre obtenu étant arrondi par excès.

24.2 – Degrés exigés

- Pour les degrés exigés, se reporter au tableau de l'article 22.2.
- Pour les catégories fédérales, il n'y a pas de degré supérieur attribué pour les twirlers en finale ou sur le podium.
- Pour les catégories non fédérales, il n'y a pas de degré exigé.
 Cependant les twirlers (filles et garçons) classés dans les 3 premiers ainsi que tous ceux participant à une finale de la coupe nationale se verront attribuer obligatoirement le degré de leur catégorie s'ils n'en sont pas titulaires, sous condition d'obtenir une note technique supérieure ou égale à 7,000 (chutes non déduites).

CHAPITRE III

CHAMPIONNATS EQUIPES & DUOS

Les dirigeants et les cadres techniques des associations ne doivent présenter aux championnats que des twirlers en bonne santé.

Art. 30 -Organisation des Championnats "Equipes et Duos"

- Les championnats régionaux "Equipes" doivent obligatoirement être organisés par chaque région le 19 mai 2019 au plus tard et les dossiers d'inscription envoyés à la fédération par les associations le 20 mai au plus tard.
 - Si par exception, une dérogation est accordée à une région pour organiser le championnat après le 19 mai, les clubs sont tenus d'envoyer une inscription provisoire avec les équipes susceptibles d'être qualifiées avant le 20 mai, et leurs inscriptions définitives dès le lendemain du championnat régional.
- Afin d'établir les listes et les ordres de passage des équipes pour le Championnat National, chaque commission régionale doit envoyer par mail, dès le lendemain du championnat, au siège de la Fédération, le palmarès complet de son championnat (et pas uniquement les qualifiés) avec la mention "CH" pour les duos et les équipes sélectionnés ainsi que les notes techniques et les notes globales. Ce palmarès est saisi sur le fichier excel diffusé par la Commission Nationale.

Art. 31 - Championnat "DUOS"

31.1 - Conditions générales

- A l'occasion de tout championnat "Equipes" une épreuve dite "Duos" a lieu. Une association peut présenter plusieurs Duos.
- Concourir en "Duos", n'empêche pas de concourir en équipe.
- Néanmoins, un duo ne peut participer à un championnat national que s'il a concouru :
 - o au Régional de sa région (Départemental non obligatoire, voir Art. 4);
 - o au Régional dans une autre région, s'il n'y a pas de Régional dans sa région.
- Le duo peut-être masculin, féminin ou mixte (classement unique). La production s'effectue avec un bâton chacun.
- Un twirler ne peut en aucun cas participer à 2 duos différents dans un même championnat. Si le cas se produit, aucun des duos concernés ne sera classé.
- Il s'agit d'une production libre dont la notation est effectuée selon les critères indiqués au Chapitre V.
- En ce qui concerne la tenue et la présentation, se référer à l'article 10.
- Le passeport compétition obligatoire est du type "Duos".

31.2 - Degrés exigés, Niveaux techniques et catégories

• Les degrés exigés et les niveaux techniques, en référence à la grille de cotation, sont les suivants :

DUOS	DEGRE EXIGE TWIRLER 1	DEGRE EXIGE TWIRLER 2	Niveau technique	Année de naissance des 2 twirlers
Α	3 ^{ème}	2 ^{ème} au 3 ^{ème}	3 ^{ème}	2007 et après
В	4 ^{ème}	3 ^{ème} au 4 ^{ème}	4 ^{ème}	2003 et après
С	5 ^{ème}	4 ^{ème} au 5 ^{ème}	5 ^{ème}	2010 et avant
D	6 ^{ème}	5 ^{ème} au 6 ^{ème}	6 ^{ème}	2010 et avant

31.3 - Musique

- La durée de la musique ne doit pas être inférieure à 2'00" ou supérieure à 2'30".
- Une pénalité est appliquée pour tout écart de temps en plus ou en moins (voir Chapitre IV).
- Pour la qualité de la musique et la mise en place des twirlers, se reporter à l'article 12.

31.4 - Chutes de bâton

 Une pénalité de 0,2 point est appliquée par chute de bâton et ceci dès la première, de 0,3 point à partir de la 6^{ème}, et de 0,4 point à partir de la 11^{ème} (voir chapitre IV).

31.5 - Participation au National

- Pour participer au National, les duos doivent avoir obtenu au régional,
 - Une note technique supérieure ou égale 6,000, la pénalité chutes ayant été déduite de la note technique;
 - o Et une note totale supérieure ou égale à 12,00.

Art. 32 - Championnat Equipes

32.1 - Formation des équipes

Les équipes se divisent en 7 catégories :

- 5 catégories fédérales
 - o **Grand Prix** (national, interrégional, régional, départemental);
 - o Excellence Supérieure ;
 - Excellence ;
 - o Honneur.
 - Effectif Réduit (cf. article 33)
- 2 catégories supplémentaires régionales et/ou départementales.
 - o Espoirs:
 - La catégorie "Espoirs" est notée et classée sur une production libre de niveau 1er degré maximum. Elle s'adresse aux équipes débutantes sans exigence d'âge, mais comportant 6 twirlers au minimum.
 - Le qualificatif "Equipe débutante", est laissé à l'appréciation de chaque région (exemple : 1er degré maximum, sur présentation du livret individuel ou du passeport compétition "Equipes").
 - Une deuxième équipe de 3 à 5 twirlers est autorisée mais doit être classée à part.
 - Suivant le nombre d'équipes, les régions pourront regrouper les équipes espoirs en une seule catégorie.

o Poussins:

Il s'agit d'une catégorie réservée exclusivement à des poussins (voir catégorie d'âge à l'annexe 1) qui présente une production libre. Il y a un classement. L'équipe doit comporter un **minimum de 3 twirlers.**

32.2 - Supprimé

32.3 - Inscriptions des équipes

- Une même association a la possibilité d'inscrire aux championnats plusieurs équipes dans chaque catégorie à la condition que le nombre minimum de 6 twirlers soit respecté (voir Art.32.4).
- Un twirler ne peut en aucun cas participer à 2 équipes différentes dans un même championnat. Cette disposition s'applique également aux équipes 'effectif réduit'. Si le cas se produit, aucune des équipes concernées ne sera classée.
- Pour tout championnat, si une équipe comportant 6 twirlers inscrits, se trouve avoir une défection de dernière heure justifiée par un certificat médical couvrant la date du championnat, elle pourra être notée mais non classée sous condition de prévenir la Commission adéquate au plus tard dans les 48 heures de la date du certificat médical. Ce délai passé la dérogation ne sera pas recevable.
- Aucune équipe se présentant à moins de 6 twirlers au championnat régional ne pourra participer au championnat national.
- Pour le championnat national, aucun ajout de twirlers ne saura être accepté si le nombre de twirlers s'avère insuffisant, suite à une blessure par exemple. Chaque association doit s'assurer d'inscrire le maximum de twirlers dès la première compétition.
- La licence de tous les twirlers absents ainsi que l'éventuel médical sont à présenter au Bureau d'Accueil Compétition.

32.4 - Nombre de twirlers

- Le nombre minimal exigé pour concourir en équipe est de 6 twirlers garçons et/ou filles, (voir article 32.3), sauf en poussins et espoirs.
- Il n'y a pas de nombre maximum. Il est donc possible de concourir à 7, 8, 9, ... twirlers.

Liberté est laissée à l'association de constituer son équipe parmi les twirlers déclarés sur le passeport lors du premier championnat.

• Il en résulte qu'il n'est pas obligatoire que tous les twirlers présents au championnat régional par équipes soient présents au championnat national par équipes ; et vice et versa. Il en est de même pour la finale lors du championnat national.

32.5 - Catégorie des équipes selon l'âge

ÉQUIPES	POUSSIN	MINIME	CADET	JUNIOR
Années de naissance	2011 - 2012	2007 & après	2005 à 2010	2010 & avant

- Les catégories sont déterminées selon l'âge du twirler le plus âgé.
- Il n'est pas possible de faire concourir des poussins dans les catégories Cadet ou Junior.

32.6 - Niveau technique

Les niveaux techniques des productions libres, en référence à la grille de cotation, sont les suivants :

ÉQUIPES	POUSSIN	MINIME	CADET	JUNIOR	
Années de naissance	2011 - 2012	2007 & après 2005 à 2010		2010 & avant	
Catégories régionales	1 ^{er}	Espoirs			
Honneur		1 ^{er}	2 ^{ème}	2 ^{ème}	
Excellence		2 ^{ème}	3 ^{ème}	3 ^{ème}	
Excellence Supérieure				4 ^{ème}	
Grand Prix		3 ^{ème}	4 ^{ème}	5 ^{ème}	

32.7 - Catégories

- Les catégories équipes sont réparties en fonction de la moyenne des degrés des 6 twirlers possédant le degré le plus élevé, que ces twirlers soient présents ou non. Cette moyenne détermine la catégorie la plus basse dans laquelle l'équipe peut se présenter. Le surclassement est néanmoins autorisé.
 - En catégorie Cadet ou Junior, si des twirlers interviennent dans le calcul de la moyenne avec un degré 0, ils seront comptés comme ayant un degré de niveau 1.
- Pour pouvoir concourir dans les catégories nationales, les équipes doivent présenter une moyenne minimale calculée avec les degrés réels non forcés des 6 twirlers possédant le degré le plus élevé, que ces twirlers soient présents ou non.
- Le sous-classement est interdit ; en cas de non respect, l'équipe est non classée.
- Les catégories des équipes sont les suivantes :

CATÉGORIES	MOYENNE ÉQUIPE MINIME		MOYENNE ÉQUIPE CADET		MOYENNE ÉQUIPE JUNIOR	
Années de naissance	2007 & après		2005 à 201	2005 à 2010		nt
Moyenne mini	0,50		1,50		1,50	
Honneur	inférieure ou égale à	1,50	inférieure ou égale à	2,80	inférieure ou égale à	2,80
	supérieure à	1,50	supérieure à	2,80	supérieure à	2,80
Excellence	inférieure ou égale à	2,50	inférieure ou égale à	3,80	inférieure ou égale à	3,80
					supérieure à	3,80
Excellence Sup.					inférieure ou égale à	4,80
Grand Prix	supérieure à	2,50	supérieure à	3,80	supérieure à	4,80

Exemple:

o Une équipe Junior de 7 twirlers répartis comme suit:

1 twirler avec le 5ème degré (1x5)
3 twirlers avec le 3ème degré (3x3)
1 twirler avec le 2ème degré (2X1)
2

2 twirlers sans degré

⇒ 1 seul twirler compte pour obtenir un effectif de 6

⇒ Ce twirler est compté comme possédant le degré 1 = 1

Total =17

Moyenne: 17 divisé par 6 twirlers soit 2,833 (3 chiffres après la virgule).

- Cette équipe Junior ayant une moyenne de 2,833 doit se présenter au minimum en Junior Excellence mais peut, si elle le désire, concourir dans une catégorie supérieure.
- Aucun changement de catégorie n'est accepté après les inscriptions définitives. La vérification s'effectue à partir du passeport compétition "Équipes" contrôlé par le bureau d'accueil compétition (voir chapitre VI).
- Lorsque le nombre d'équipes est trop important dans une catégorie, celle-ci est partagée en 2 groupes A et B, selon le principe suivant :
 - 1. Le partage en groupe sera fait en classant toutes les équipes par le nombre de points obtenus au régional : dans le groupe A, les équipes classées en 1, 3, 5, etc., et dans le groupe B les équipes classées en 2, 4, 6, etc....
 - 2. En cas de partage d'une catégorie en plusieurs groupes, une finale est organisée avec les trois premières équipes de chaque groupe. L'ordre de passage en finale s'effectue dans l'ordre alphabétique, à partir de la lettre de passage tirée au sort pour la catégorie. Une équipe non présente à la finale ne sera pas remplacée.
- Toute équipe arrivée sur le podium ou ayant participé à une finale au championnat national de la saison précédente devra se présenter dans la catégorie de degré supérieur (cf article 32.5) si elle est composée de plus de <u>50% des twirlers de</u> <u>l'année précédente</u> (twirlers présents sur le praticable le jour du championnat national)

- Cette disposition ne s'applique que si la note de l'équipe concernée est supérieure ou égale à 13,00, que cette note soit obtenue en groupe ou en finale.
- Cette vérification se fera à l'aide du livret de la saison précédente, dont la présentation est **obligatoire** dès la première compétition. Dans le cas de non présentation de ce livret, l'équipe devra se présenter obligatoirement dans la catégorie supérieure.
- La bonne application de ces dispositions devra être vérifiée par le responsable de la commission twirling concernée.
- Le secrétariat national fera la copie des passeports des équipes classées sur le podium.

32.8 - Utilisation du Passeport "Equipes"

- Pour participer à tout championnat par équipes, chaque association doit présenter, pour chaque catégorie et pour chaque équipe, un passeport compétition "Équipes" (1 par équipe). Les livrets individuels de chaque twirler composant l'équipe devront accompagner le passeport Equipe lors de la première compétition officielle (championnat régional ou départemental suivant les régions)..
- Sur ce passeport doivent figurer dès le premier championnat :
 - o la **composition nominative** de l'équipe comprenant tous les twirlers susceptibles de concourir dans l'équipe ;
 - o les numéros de licences;
 - o les **degrés de chaque twirler inscrit** dans l'ordre décroissant.
- Un twirler peut être inscrit dans plusieurs équipes mais ne peut être titularisé que dans une seule équipe dans un même championnat.
- Les passeports compétitions présentés aux nationaux, doivent comporter le visa du bureau d'accueil de chaque championnat qui est garant du contrôle correct du passeport de l'équipe. (voir article 5).

32.9 - Musique

• La durée de la musique de la production libre pour chaque catégorie est la suivante :

Poussins
 JE, ER:
 JES, JGP:
 Autres catégories:
 1'00" à 1'30"
 2'30" à 3'00"
 3'00" à 3'30"
 2'00" à 2'30"

- Une pénalité est appliquée pour tout écart de temps en plus ou en moins (voir chapitre IV).
- Pour la qualité de la musique et la mise en place des twirlers, se reporter à l'article 12.

32.10 - Chutes de bâton

• Une pénalité de **0,1** point est appliquée par chute de bâton, dès la **première**, de **0,2** point à partir de la **6**ème, de **0,3** point à partir de la **11**ème, et de **0,4** point à partir de la **16**ème (voir chapitre IV).

32.11 - Participation au National

- Pour participer au National, toute équipe doit avoir obtenu au Régional
 - Une note technique supérieure ou égale à 5,000, la pénalité chutes ayant été déduite de la note technique,
 - o Et une note finale supérieure ou égale à 10,00.
 - Se présenter avec un effectif minimum de 6 twirlers, sauf production d'un certificat médical valable, postérieur à la date du championnat régional.

Art. 33 - Championnat Equipes à "EFFECTIF RÉDUIT"

33.1 - Conditions générales

- A l'occasion de tout championnat Equipes est organisée une épreuve dite à "Effectif Réduit" pour 3, 4 ou 5 twirlers (5 noms maximum sur le passeport).
 - Une association peut concourir en "Effectif Réduit", sans qu'il soit nécessaire qu'elle ait une équipe "6 et Plus". Par contre le fait d'avoir participé en Equipes "6 et Plus" ne l'empêche pas de prendre part à cette épreuve.
 - Une association ne pourra inscrire qu'une seule équipe dans cette catégorie.
 - Par contre un twirler (ou moniteur) ne peut en aucun cas participer à 2 équipes différentes dans un même championnat, y compris dans les équipes '6 et Plus''. Si le cas se produit, aucune des équipes concernées ne sera classée.
 - o II s'agit d'une production libre dont la notation est effectuée selon les critères indiqués au Chapitre V.
 - o La production s'effectue avec un bâton par twirler.
- Le passeport compétition de type "Equipes" est obligatoire.
- Pour la tenue et la présentation, celles-ci sont décrites aux articles 10 et 11.

33.2 - Degrés exigés

• Aucune moyenne minimum n'est exigée pour cette catégorie.

33.3 - Niveau technique

• Le niveau technique est, au national, le 5ème degré.

33.4 - Catégories

Cette catégorie est ouverte aux twirlers de 8 ans et plus.

33.5 - Musique

- La durée de la musique ne doit pas être inférieure à 2'30" ou supérieure à 3'00".
- Une pénalité est appliquée pour tout écart de temps en plus ou en moins (voir chapitre IV).
- Pour la qualité de la musique et la mise en place du twirler, se reporter à l'article 12.3.

33.6 - Chutes de bâton

Une pénalité de 0,1 point est appliquée par chute de bâton, dès la première, de 0,2 point à partir de la 6^{ème}, de 0,3 point à partir de la 11^{ème}, et de 0,4 point à partir de la 16^{ème} (voir chapitre IV).

33.7 - Participation au National

- Pour participer au national, l'équipe doit avoir obtenu, au Régional,
 - o Une note **technique** supérieure ou égale à **5,000** la pénalité chutes ayant été déduite de la note technique.
 - o Et une note finale supérieure ou égale à 10,00.

CHAPITRE IV

PENALITES

Art. 41 - Pénalités pour chutes de bâton

Rappel Article 13:

Toutes les chutes de bâton sont pénalisées, quel que soit le nombre de twirlers ou la catégorie, et sont décomptées dès l'entrée dans l'aire de compétition et jusqu'à la sortie de l'aire de compétition.

INDIVIDUELS & DUOS	de la 1 ^{ère} à la 5 ^{ème}	de la 6 ^{ème} à la 10 ^{ème}	à partir de la 11 ^{ème}	
INDIVIDUEL (art. 22.6)	0,2 pt par chute	0,3 pt par chute	0,4 pt par chute	
DUO (art. 24.6)	0,2 pt pai chute	0,5 pt par chute	0,4 pt par critice	

EQUIPES	de la 1 ^{ère}	de la 6 ^{ème}	de la 11 ^{ème}	à partir
	à la 5 ^{ème}	à la 10 ^{ème}	à la 15 ^{ème}	de la 16 ^{ème}
Réf. Art. 32.10 et 33.6	0,1 pt par chute	0,2 pt par chute	0,3 pt par chute	0,4 pt par chute

Art. 42 - Pénalités "Temps" (Individuels, Duos et Equipes)

Tout écart de temps en plus ou en moins des limites autorisées pour les épreuves libres est pénalisé comme suit:

- De 01" à 10" = 0,1 pt
- Puis 0,2 point supplémentaire par tranche de 10 secondes entamée

Art. 43 – Autres Pénalités (Individuels et Equipes)

	Référence Articles	INTITULES	PÉNALITÉS
А		Un twirler d'une équipe peut effectuer des commandements muets, au bras ou au bâton, qui sont seuls tolérés. Les autres formes sont pénalisées (compter fort, crier, chanter)	1 point
В		Le moniteur placé seul devant l'équipe	1 point
С	Art. 10	Toute tenue et (ou) présentation non-conforme	1 point
D	Art. 15	Toute personne communiquant avec les twirlers depuis le bord du praticable ou entrant sur l'aire de compétition	1 point
E	Art. 18	Comportement irrespectueux des twirlers	2 points

Pour les championnats nationaux, les déclassements et les disqualifications indiqués dans certains articles du présent règlement, sont du ressort de la Commission Nationale qui est seule juge.

Pour les championnats régionaux, les déclassements et les disqualifications indiqués dans certains articles du présent règlement, sont du ressort de la Commission régionale qui est seule juge.

CHAPITRE V

NOTATION

Art. 51 - Notation

• Les productions libres sont évaluées par des juges formés et nommés après examen. Ceux-ci décernent une note technique et une note artistique par production.

Art. 52 - Cotation nationale

- La Commission Nationale a établi les bases d'une cotation nationale, afin de donner aux pratiquants du twirling toutes garanties pour un jugement objectif et se référant à des bases communes, ceci pour tous les exercices exécutés dans les différents championnats départementaux, régionaux, interrégionaux et nationaux.
- Les juges nommés doivent respecter et appliquer la méthodologie du jugement enseignée en formation (voir Formation Membres de Jurys, page T-04) lors de tous les championnats où ils officient.

Art. 53 - Grille de cotation

 Les grilles de cotation pour les championnats individuels, duos et équipes sont définies dans le référentiel distribué à chaque juge présent lors du recyclage annuel ou lors de la formation.

Art. 54 - Notes et Classement

54.1 - Notes provisoires

- La méthode de calcul des notes techniques et artistiques, ainsi que le calcul des chutes sont définis dans le référentiel distribué à chaque Président de Jury ou Responsable Administratif présent lors du recyclage annuel ou de la formation.
- Les notes obtenues par les twirlers (individuels, duos ou équipes) sont annoncées, avant le passage suivant par le Président de Jury.

Annonce du nombre de chutes, des notes techniques de chaque Juge (pénalité chutes déduite) puis les notes artistiques de chaque juge, ainsi que les autres pénalités éventuelles.

NOTA : Les notes annoncées font l'objet d'une première vérification par le Directeur de Salle.

 Les individuels et les équipes au complet doivent se présenter devant le Jury pour l'annonce de leurs notes. Pour les équipes, les remplaçants sont acceptés pour l'annonce des notes, sous réserve de se présenter dans la même tenue.

54.2 - Notes définitives

- Après vérification de la feuille récapitulative, et retrait des pénalités mentionnées par le Président de Jury, les notes définitives (au millième de point) sont calculées, à l'issue du championnat, par le secrétariat général (voir article 74).
- Les notes techniques et artistiques sont calculées au millième de point.
- La note totale sera arrondie au centième de point.

54.3 - Classement

- Le classement est établi par le Secrétariat Général.
- En cas d'égalité au centième de point près, les twirlers ou les équipes seront déclarés ex-aequo.

Art. 55 - Réclamations

- Les décisions du jury sont sans appel.
- Aucune réclamation verbale n'est admise lors des championnats nationaux.
 Cependant une réclamation peut être déposée par une association, à condition d'être formulée par écrit à la Commission twirling intéressée, suivant les prescriptions des Règlements Généraux.

Lors des compétitions départementales et/ou régionales tout twirler (ou moniteur pour une équipe) accompagné de son responsable d'association, peut demander au Président du jury, des explications sur les notes le concernant (ou de son équipe) à l'issue du passage de sa catégorie.

CHAPITRE VI

JURYS

Art. 61 – Formation des membres de jurys

- L'association est tenue, chaque année, de présenter aux journées de formation ou de recyclage de membres de jurys (juges ou administratifs) organisées par les régions ou comités départementaux, au minimum : 1 juge technique et 1 administratif (PJ ou RA).
- Conditions d'inscription à la formation juge :
 - Avoir au minimum 16 ans le 31 août de la saison sportive en cours.
- Conditions de nomination :
 - Passer les épreuves de l'examen correspondant dans l'année et satisfaire les critères de réussite définis dans le référentiel.
 - o Avoir au minimum 17 ans le 31 août de la saison sportive en cours.
 - Assister à toutes les journées de formation le concernant (soit juge, soit administratif).
- Les personnes n'ayant pas l'âge requis pour être nommé juge pourront juger les compétitions départementales et régionales à blanc durant la saison. A l'issue de cette période, et suivant les compétences acquises par le juge en formation, le formateur juge régional l'orientera vers un recyclage aboutissant soit à une nomination, soit à une reprise complète de la formation. Cette décision sera motivée et validée en accord avec le formateur national.

Les formateurs régionaux juges et PJ/RA/CC devront lister les associations ne répondant pas à ces conditions, en informer la Commission Nationale et le Président de la Commission Régionale avant le 10 janvier, et prévenir les associations concernées de leur impossibilité de participer à un championnat. La Commission Nationale statuera sur les cas de force majeure, à condition qu'une demande de dérogation justifiée et mentionnant l'avis consultatif et motivé des commissions départementale et régionale lui soit adressée avant le 15 janvier.

Art. 62 – Inscription des juges pour les championnats nationaux et la coupe nationale

 Pour participer au championnat national Individuels, l'association est obligée d'inscrire un MINIMUM de membres de jury :

Nombre de passages par association	Nombre de juges techniques de niveau 2 minimum	Nombre de PJ ou RA ou CC
De 1 à 8 passages	1	1
De 9 à 16 passages	2	2
17 passages et plus	3	3

• Pour participer au championnat national 'Equipes & Duos, l'association est obligée d'inscrire un MINIMUM de membres de jury :

Nombre de passages par association	Nombre de juges techniques niveau 2 minimum	Nombre de PJ ou RA ou CC
De 1 à 6 passages	1	1
De 7 à 12 passages	2	2
13 passages et plus	3	3

• Pour participer à la coupe nationale, l'association est obligée d'inscrire un MINIMUM de membres de jury :

Nombre de passages par association	Nombre de juges techniques niveau 1 minimum	Nombre de PJ ou RA ou CC
De 1 à 8 passages	1	1
De 9 à 16 passages	2	2
17 passages et plus	3	3

L'inscription de membres de jury aux championnats nationaux ou coupe nationale sous-entend la présence obligatoire des juges pendant tout le week-end des championnats.

- Lors de l'inscription à chaque championnat national, un chèque de caution de 100 € par juge technique+PJ/RA/CC sera demandé à chaque association. En cas d'absence non justifiée d'un juge ou (et) un PJ/RA/CC inscrit (seul un certificat médical datant de moins de 8 jours sera accepté), le chèque sera encaissé à titre d'amende. L'association du juge absent devra proposer un juge de même niveau minimum qui ne concourt pas au même championnat.
- Une association n'ayant pas les effectifs juges suffisants devra trouver auprès d'autres associations les juges manquants pouvant officier lors du championnat. Pour ce faire, les associations peuvent solliciter l'aide de leur formateur régional de juges. La production du document « prêt de juge » est obligatoire. Dans ce cas, les frais de transport, de restauration et d'hébergement (hors forfait) concernant le juge retenu par la Commission Nationale sont à la charge de l'association utilisatrice. Seul le prêt de juge ne concourant pas au même championnat est autorisé.
- L'inscription de ces juges ne veut pas dire qu'ils seront automatiquement sélectionnés pour officier au championnat national concerné.
- La Commission Nationale sélectionnera les juges (titulaires et remplaçants) pour la composition des jurys de chaque championnat.
- Les juges retenus (titulaires et remplaçants) ne peuvent en aucun cas refuser leur affectation. Ils doivent être présents tout le week-end des championnats.
- L'absence non justifiée de juges sélectionnés pénalisera l'association concernée, outre l'encaissement du chèque de caution, par le non classement de tous ses twirlers au championnat Individuels ou de tous ses duos et équipes au championnat Equipes et Duos.
- Un juge ne peut représenter qu'une seule association.
- L'article 62 est applicable pour les championnats nationaux. En département ou en région, cela est du ressort de la commission de même niveau.
- Les clubs autorisés par dérogation de la Commission Nationale, à concourir pour le championnat régional dans une région différente de leur région d'appartenance devront y présenter obligatoirement un juge.

Art. 63 - Composition des jurys

- Chaque jury doit comprendre 1 Président de jury, 1 responsable administratif, 4 à 6 juges pour la technique et l'artistique (mais idéalement 6), 4 compteurs de chutes pour les catégories Equipes Grand Prix et Junior Excellence Supérieur, 3 compteurs de chutes pour les autres catégories.
- Aux compétitions nationales, le RA aura également un rôle de compteur chutes. Cette disposition peut être mise en place en région.
- Chaque Compteur Chutes doit apporter son chronomètre, le temps retenu étant la moyenne des temps annoncés par chaque CC.

Art. 64 - Désignation des jurys

- Tous les membres de tous les jurys du Championnat National sont désignés par la Commission Nationale de Twirling.
- Le nombre de jurys à constituer et les attributions de chaque membre des jurys départementaux et régionaux sont désignés par les commissions concernées sous la responsabilité des formateurs départementaux ou régionaux, dûment nommés par la Commission Nationale.
- Les tâches de chacun sont définies dans les référentiels des membres de jury.

Art. 65 - Bureau d'Accueil compétition

- A l'occasion de tout Championnat ("Individuels" ou "Equipes & Duos"), un Bureau d'accueil compétition est établi dans chaque gymnase.
- Ce Bureau est composé d'un membre de jury (Responsable Administratif ou Président de Jury) pour le championnat individuels et de 2 membres de jury pour les championnats par équipes & duos.
- Ce bureau a la charge de vérifier à chaque championnat les licences (de type AC ou mutation), les passeports compétition (en contrôlant les degrés des individuels et duos ou la moyenne de l'équipe avec les livrets individuels lors des seuls championnats départementaux et régionaux) et les dérogations éventuelles;
- La composition des Bureaux d'accueil compétition départementaux et régionaux est désignée par les commissions concernées sous la responsabilité des formateurs départementaux ou régionaux, dûment nommés par la Commission Nationale.

Art. 66 - Directeur de salle

- Le directeur de salle doit avoir suivi la formation PJ/RA (formation + examen). En cas d'échec à l'examen une dérogation pourra être demandée à la Commission Nationale.
- Un PJ/RA pourra se voir désigné directeur de salle par la Commission Nationale lors des nationaux.
- Les fonctions de directeur de salle sont répertoriées dans le référentiel du PJ/RA.

Art. 67 - Tenue des juges

• Il est impérativement demandé aux juges d'officier avec une tenue conforme : haut de **couleur blanche** (chemise, tee-shirt, chemisier, pull-over...) sans marque de leur association d'appartenance.

Art. 68 – Non respect de la réglementation

- Les membres de jury qui ne se présentent pas dans la tenue réglementaire exigée, ou non présents 10 minutes avant le début de la compétition ne seront pas acceptés et seront remplacés par les juges remplaçants.
- Les **membres de jury** doivent présenter obligatoirement leur **licence** et carnet à chaque championnat, et notamment les compétitions nationales.
- Tout manquement aux 2 points précédents entrainera l'encaissement du chèque de caution.

CHAPITRE VII

ORGANISATION TECHNIQUE

Art. 71 - Organisation du Championnat National

 Lors du championnat national l'organisation matérielle seule est confiée au Comité Départemental ou à l'association, l'organisation technique étant du ressort de la Commission Nationale.

Art. 72 - Mise en place et ordre de passage des individuels, duos ou équipes

72.1 - Mise en place

Pour assurer une organisation parfaite, il est indispensable que chaque équipe, chaque individuel ou chaque duo, avant son arrivée sur l'aire d'évolution, connaisse les numéros et emplacements des Jurys devant lesquels elle (ou il) doit se présenter, ainsi que l'heure de son passage.

72.2 - Ordre de passage

- Pour les équipes comme pour les individuels ou duos, en championnat national, l'ordre de passage des twirlers est tiré au sort lors d'une réunion de la Commission Nationale.
- Libre choix est laissé sur ce point aux régions et aux comités départementaux.
- Pour des raisons pratiques d'organisation de la fête de nuit, les organisateurs d'un national peuvent demander à la Commission Nationale la modification de l'horaire de passage de leurs twirlers ou de leurs équipes.
- Pour permettre un temps de récupération minimum, l'ordre de passage des duos et des équipes pourra être modifié par la Commission Nationale, pour des twirlers participant aux 2 épreuves.

Art. 73 – Commissaires

 Des Commissaires, désignés par l'organisateur, doivent être mis à la disposition du Président de Jury pour assurer la liaison entre les différents bureaux (jurys, contrôle) et le Secrétariat général du championnat.

Art. 74 – Secrétariat Général

- A l'occasion de tout Championnat est organisé un Secrétariat Général.
- Le Secrétariat est composé d'un responsable et de plusieurs aides dont la désignation est du ressort de la Commission nationale. La présence au minimum d'un administratif (Responsable Administratif ou Président de Jury) est obligatoire.
- Le Secrétariat a la charge de :
 - Retranscrire les notes sur les différents passeports compétitions (Individuels, Duos ou Equipes), les signer et apposer le tampon F.S.C.F.;
 - Etablir le palmarès (avec indication des "Non Classés" ou "Dérogation") et en assurer la distribution.
- La composition des Secrétariats départementaux et régionaux est désignée par les commissions concernées. Il est fortement conseillé que soit membre du secrétariat une personne RA ou PJ.

Art. 75 - Matériel et imprimés pour Jurys - Surface d'évolution

75.1 - Jurys

- Afin d'éviter tout retard, les tables, chaises et pancartes doivent être installées avant l'arrivée des membres du Jury.
- Les pancartes placées sur les tables de jurys doivent indiquer, d'une manière précise et claire, l'emplacement de chaque membre de jury, et respecter la disposition indiquée dans le principe de formation.
- Pour permettre aux membres de jurys de remplir leur fonction, il est impératif d'utiliser le modèle d'imprimés imposés par la Fédération.
- Les jurys placés en hauteur (dans la mesure du possible et au moins pour les championnats par équipes) et les aires d'évolution doivent être isolés du public par des séparations (laissées à l'initiative de l'organisateur).

75.2 - Surface d'évolution

- L'aire de compétition devra avoir les dimensions suivantes de 15m x 24m.
- La hauteur libre (sous plafond ou charpente) de la salle doit être au minimum de 8 mètres.

Art. 76 - Sonorisation

- Les organisateurs doivent s'assurer de la qualité de lecture des appareils.
- Chaque association doit enregistrer ses propres musiques sur le support choisi.
- Il est recommandé de veiller au bon enregistrement, avec une seule musique par clé USB, et de prévoir une clé USB de secours.

Art. 77 - Récompenses

- Les récompenses, à la charge des comités départementaux, des comités régionaux ou associations organisatrices, consistent en objets d'art, coupes, médailles et diplômes, et sont attribuées en fonction de leur valeur.
- Il est recommandé d'attacher une grande importance au choix et à la valeur des récompenses.
- Il est demandé de récompenser au moins les trois premiers de chaque catégorie. Ensuite, la Commission Twirling Nationale, Régionale ou Départementale répartira le reste des récompenses en fonction d'une part, de la difficulté de la catégorie (dans l'ordre : Grand Prix, Excellence Supérieure, Excellence, Honneur, Espoir et Poussin) et d'autre part, du nombre de participants dans chaque catégorie.

Art. 78 – Demande d'Organisation d'un Championnat National

- Toute association, ou Comité Départemental ou Comité Régional désireux d'organiser un championnat national de Twirling (Individuels ou Equipes) doit au préalable, formuler par écrit à la Commission Nationale ses intentions d'organisation.
- Au vu de cette pré-inscription, la Commission Nationale, par l'intermédiaire du siège fédéral
 - o attestera la réception de ce courrier ;
 - donnera (ou refusera) son accord de principe pour la présentation du projet global;
 - adressera au candidat organisateur un dossier complet comprenant la « convention d'organisation d'un national » assortie de l'annexe concernée (Individuels ou Equipes).
- A l'issue de ce courrier, et après étude des documents visés ci-dessus, le candidat organisateur présentera dans les meilleurs délais, sa demande officielle, munie de

l'avis du Comité régional et du Comité départemental, accompagnée du projet technique et administratif complet, y compris le budget prévisionnel.

• Tout dossier incomplet sera déclaré irrecevable.

Art. 79 - Palmarès des championnats régionaux

• Le Responsable de chaque Commission Régionale doit envoyer au siège de la fédération, le palmarès complet (y compris les catégories non fédérales) des championnats régionaux sous 48 heures, selon le fichier au format excel diffusé lors du recyclage des formateurs.

LISTE DES LETTRES DESTINEES A L'ETABLISSEMENT DES ORDRES DE PASSAGE DANS LES CHAMPIONNATS NATIONAUX 2019

EQUIPE	:s	DUO	S	TOUTES CATEGORIES INDIVIDUELS
J.G.P	В			
J.EX.SUP	Р			
J.E.	G			
J.H.	U			
C.G.P.	K	DUO A	J	
C.E.	С	DUO B		
C.H.	I	DUO B	S	R
M.G.P.	Y	DUO C	н	K
M.E.	0			
M.H.	Q	DUO D	x	
E.R	I			
ESPOIRS	M			
POUSSINS	Т			

Cette liste peut être utilisée pour les championnats Régionaux et Départementaux.



COMMISSION NATIONALE TWIRLING

FORMULAIRE DE PRET DE JUGE

Nom du juge :							
Niveau :							
Association du juge :							
Accepte de juger pour le championnat natior	nal						
INDIVIDUE	EL (1)						
EQUIPE &	DUO (1)						
Signature du président de l'association du juge	Signature du président de l'association demandeuse						

(1) Rayer la mention inutile

DEMANDE DE DEROGATION

A remplir par le responsable de l'association pour chaque twirler demandant une dérogation. Les twirlers doivent avoir été engagés au championnat régional et figurer sur le palmarès en fin de classement pour pouvoir demander une dérogation de participation au national (idem du départemental au régional).

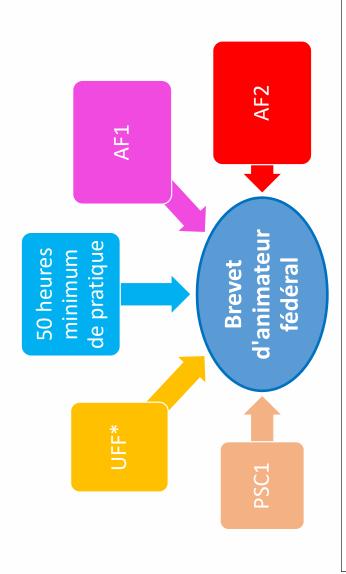
Date	Destinataire : FSCF / CN Twirling
Mme/Mr	, agissant en tant que responsable de
l'association :	, formulons
une demande de dérogation :	
pour participer au championnat région	individuel équipe et duo
pour participer au championnat nation	al individuel équipe et duo
pour un twirler	
Il s'agit de er	n catégorie
Ci-joint, certificat médical ou tout autre justific	catif le concernant.
Accord du Responsable de l'association Accord du Responsable départemental	Accord du Responsable régional Accord de la Commission Nationale

Les demandes de dérogation et les certificats médicaux (out tout autre justificatif) doivent êtres joints à l'envoi du palmarès du championnat Départemental ou Régional, ou être adressés à l'avance au responsable

FSCF- CNTwirling - 22 rue Oberkampf - 75011 PARIS- pascal@fscf.asso.fr

Si accord favorable ce document devra être présenté au bureau d'accueil du championnat concerné.

Présentation du cursus de formation de l'Animateur Fédéral (B.A.F) Un parcours en 5 points



*en fonction des circonstances, l'UFF peut être passée avant l'AF1 ou après l'AF2.

Délivrance du Brevet d'Animateur Fédéral uniquement sur présentation des attestations de participation à toutes les étapes



Révéler la passion qui vous anime.

MODALITES D'ENCADREMENT DES STAGES

Etre en possession d'un diplôme reconnu par la FSCF (Animateur Fédéral F.S.C.F)

STAGES DEPARTEMENTAUX:

- Diplôme minimum requis AF1 (initiateur, encadrement uniquement en club)
- L'AF1 ne peut encadrer seul le stage, il doit être accompagné obligatoirement par un AF2 ou 3 ou CF
- Quotas encadrement / twirlers : 1 animateur pour 12 stagiaires
- Stages départementaux possibles :
 - Recyclage AF1 (encadré par un AF3 minimum de la région ou le référent attribué par la CFT)
 - Travail AF/juges
 - o Apprentissage et perfectionnement :
 - 1^{er}, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} degrés
 - Le 1^{er} et 2^{ème} degré encadré par l'AF1 et le 3^{ème} et 4^{ème} par l'AF2
 - Perfectionnement technique tel que / Maniement général, lancers, roulers, gym, danse

STAGES REGIONAUX:

- Diplôme minimum requis AF2
- L'AF2 ne peut encadrer seul le stage, il doit être accompagné obligatoirement par un AF3 ou CF
- Quotas encadrement / twirlers : 1 animateur pour 12 stagiaires
- Stages régionaux possibles :
 - Recyclage AF1/2 (selon les régions). C'est au minimum un AF3 qui recycle les AF1/2
 - Apprentissage et perfectionnement : 1^{er}, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème}, 5^{ème}, 6^{ème} degrés (selon région)
 - Stage de formation Initiateur et AF1 (encadrer par un AF3, CFA ou CF)
 - Perfectionnement technique tel que (Encadrement possible par un AF2) : maniement général, lancers, roulers, gym, danse

STAGES FEDERAUX:

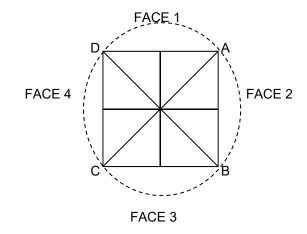
- Diplôme minimum requis AF3/CFA/CF
- L'AF3 ne peut encadrer seul le stage, il doit être accompagné obligatoirement par un CFA/CF
- Quotas encadrement / twirlers : 2 animateurs pour 5 à 16 stagiaires + 1 animateur par tranche de 8 stagiaires maximum.
- Stages fédéraux possibles :
 - o Week-end recyclage national AF3/CFA/CF
 - Stage de formation nationale AF2/AF3/CFA
 - Perfectionnement technique tel que : Maniement général, lancers, roulers, gym, danse
 - Sélection et encadrement week-end « équipe fédérale »

Formateurs :	Fonction	Formation	Conditions de nomination	Recyclage	Conditions pour être recyclé
- Formateur « Juges »	Formation, nomination et recyclage des juges	1 week-end	Remplir les conditions	1 Week-end	Remplir les conditions
- Formateur « Administratif »	Formation, nomination et recyclage des PJ, RA et CC	1 Week-end	indiquées dans le référentiel de formation	1 Week-end	indiquées dans le référentiel de formation

Membres de jury :		Fonction					
	Ju	ge les production	ns				
- Juge	Individuel	Equipe libre	Duos	Formation	Conditions de nomination	Recyclage	Conditions pour être recyclé
Niveau 1	1 ^{er} degré	-	-				Remplir les
■ Niveau 2	2 ^{ème} degré	2 ^{ème} degré	-		- Test Détection	4 to to alo 0	
■ Niveau 3	3 ^{ème} degré	3 ^{ème} degré	Duo A	3 journées	d'erreur	1 journée de 6 heures par an	conditions
■ Niveau 4	4 ^{ème} degré	4 ^{ème} degré	Duo B	de 6 heures + examen	- Test QCM	avec travail de	indiquées dans le référentiel de formation
■ Niveau 5	5 ^{ème} degré	5 ^{ème} degré	Duo C	· Oxamon	- Test Vidéo	détection d'erreurs	
■ Niveau 6	6 ^{ème} degré	6 ^{ème} degré	Duo D				
- Président de jury	et du déroulem - Gestion des r éventuelles et - Contrôle les l	Responsable du fonctionnement de son jury et du déroulement de la compétition. Gestion des notes des juges, des pénalités éventuelles et des demandes d'explications. Contrôle les licences, niveaux techniques et			heures Se référer aux 1 journée conditions ou indiquées dans le	3 heures	Se référer aux conditions indiquées dans le
- Responsable administratif	des juges et co	i wiriers. IJ dans la gestion omplète la feuille euilles des notes	récapitulative.	2 soirées de 3 h + examen	référentiel PJ/RA/CC		référentiel PJ/RA
- Compteur de chutes	Compte les chutes de toute production			en stage	Se référer aux conditions indiquées dans le référentiel PJ/RA/CC	en stage	

DEGRES

Public ou juges



Orientations:

FACES: DIAGONALES: 1-2-3-4A-B-C-D

MAINTIEN CORPOREL

- Chaque série de degré se commence et se termine en position « Fermeture » (pied droit devant pied gauche, jambes en extension, les deux bras le long du corps, bâton tenu pleine main, le long du corps).
- Par défaut, tous les mouvements s'exécutent en extension (jambes tendues, pieds sur demi-pointes)
- Si il n'y pas de précision sur le positionnement des bras, il faut se référer à la fiche pédagogique du mouvement. Dans le cas où cette précision n'est pas présente sur la fiche concernée, le placement est laissé à l'appréciation du Twirler dans la mesure où celui-ci est correct.
- Quand, dans la case « corps » il n'y a pas de précision de « Faces » ou de « Diagonales », le corps reste dans la dernière position indiquée.

BASE DE TRAVAIL (Hors passage)

<u>OBLIGATION DE CONNAITRE CES MOUVEMENTS DE BASE POUR PARTICIPER A UN PREMIER STAGE DE DEGRE</u>

- Mouvement horizontal rotation à l'endroit.
- Mouvement horizontal rotation à l'envers.
- Figure 8 à l'endroit.
- Figure 8 à l'envers.

LA COMPOSTION DES DEGRES

- Dans chaque degré, les mouvements seront identifiés en deux familles
 - Les mouvements « Fondamentaux » identifiés en **« gras »** dans les tableaux d'écriture des degrés
 - Les mouvements de « Transition » : par définition tous les autres mouvements du degré (Ils sont, pour la plupart, des « fondamentaux » du ou des degrés inférieurs)

- Dans chaque degré (à partir du 2^{ème} degré), il y a des mouvements précédés du signe « + ». Ce signe indique qu'ils font partie d'un enchainement et qu'ils sont considérés comme « un seul et même mouvement ».
- Les mouvements suivis d'un astérisque (*) informe qu'il existe une fiche pédagogique retraçant les étapes d'apprentissage du mouvement, ainsi que les variantes possibles (engagement, rattrapage, plan, etc.)

PASSAGE DE DEGRES

Les degrés peuvent être passés :

- Soit lors de journées spécifiques « passage de degrés » organisées par les commissions techniques départementales ou régionales.
 - Les 1^{er}, 2^{ème}, 3^{ème} et 4^{ème} degrés sont délivrés obligatoirement lors de stages départementaux ou régionaux. En cas d'échec le Twirler pourra le passer une seconde fois (uniquement) dans la même journée avec le même cadre sous la double condition :
 - qu'il puisse retravailler son degré avant de le tenter à nouveau
 - o que les conditions d'organisation le permettent (disponibilité de la salle, de l'AF...)
 - Les 5^{ème}, 6^{ème} degrés sont délivrés obligatoirement lors de stages régionaux. En cas d'échec le twirler pourra le passer une seconde fois (uniquement) dans la même journée avec le même cadre sous la double condition :
 - o qu'il puisse retravailler son degré avant de le tenter à nouveau
 - o que les conditions d'organisation le permettent (disponibilité de la salle, de l'AF...)
- soit à la fin d'un stage « journée de travail de degrés » ou « perfectionnement de degrés ». Dans ce cas un seul passage est autorisé.

Les passages de degré ne peuvent s'effectuer qu'après accord de la commission concernée (département ou région) ou le CD.

- Il est tout à fait possible de passer plusieurs degrés dans une même saison, il n'y a aucun délai à respecter entre les passages (possibilité de passer plusieurs degrés dans la même journée). Toutefois il est interdit de passer des degrés pendant la période des championnats (passage possible avant le premier championnat départemental individuel et après le championnat fédéral équipes).
- Pour le 1^{er} degré, celui se passe en étape (chaque « série » étant considérée comme une étape). Possibilités de passer plusieurs séries, voir la totalité, le même jour. Aucun délai de péremption pour les séries validées
- Des documents aidant au passage sont disponibles dans ce livret à partir de la page T-025

CONDITIONS DE VALIDATION DES DEGRES

> 1er DEGRE

- Il est composé de 5 séries. Pour être validé et donner le droit à être reconnu comme « 1^{er} degré validé » il faut que les 5 séries soient validées individuellement.
- L'ordre de passage des séries n'est pas imposé.
- Enchaînement parfaitement réalisé (sans erreur) : série validée.
- On ne peut avoir qu'un mouvement à refaire par série.
 - Enchaînement avec un maximum de d'un mouvement contenant une ou plusieurs erreurs : le mouvement sera demandé à l'issue de l'enchaînement avec la possibilité de le présenter 2 fois maximum.
 - Enchaînement effectué avec 2 mouvements contenant une ou plusieurs erreurs, la série n'est pas validée.
- Le corps est une série à valider, il convient de lui apporter les tolérances de la grille de cotation jugement.
- On notera sur la fiche « Validation des séries du 1^{er} degré » (voir feuille T-24 de l'actuel programme fédéral) la date, le lieu, le nom de l'Animateur Fédéral ainsi que sa signature ayant validé la (les) série(s). Une fois que toutes les séries sont validées, l'Animateur Fédéral (délivrant la dernière série obtenue) remplira le livret individuel, et le cas échéant, le livret de compétition.

> DU 2ème au 6ème DEGRES

- Passage de toutes les séries le même jour, dans le même temps de passage.
- L'ordre de passage des séries n'est pas imposé.
- Enchaînement parfaitement réalisé (sans erreur) : degré validé
- Enchaînement avec un maximum de 3 erreurs sur les mouvements « Fondamentaux » et 3 erreurs sur les mouvements de « Transition » sur l'ensemble des séries.
 - Enchaînement effectué avec 4 mouvements « Fondamentaux » contenant une ou plusieurs erreurs, le degré n'est pas validé.
 - Enchaînement effectué avec 4 mouvements « Transitions » contenant une ou plusieurs erreurs, le degré n'est pas validé.
- Les mouvements « Fondamentaux » seront demandés en premier à l'issue du degré. Refaire passer ensuite les mouvements « Transition ».
- Si une erreur est réalisée sur un « Lancer avec rattrapage laissé au choix », le Twirler aura la possibilité de changer de rattrapage en restant dans la même « catégorie » (voir grille de cotation de jugement).
- Pour le 2^{ème} et le 3^{ème} degré, le corps est une série à valider, il convient de lui apporter les tolérances de la grille de cotation jugement.
- Pour le 4^{ème}, 5^{ème} et 6^{ème} degré, le corps est lié directement à la réalisation des mouvements.
- Rappel : Les mouvements précédés du signe « + » sont considérés comme un seul mouvement, et doivent être passés enchaînés.
- Le degré est validé avec zéro erreur.
- Les mouvements redemandés seront présentés dans une limite de deux chances maximum par mouvement.

LISTE DES ERREURS (en relation avec la grille de cotation juge)

- o Tricherie
- o Axe
- o Plan
- Oubli d'un mouvement« Fondamental »
- Illusion avec pose de mains au sol / tibia
- Illusion jambe(s) fléchie(s)
- Axe de l'illusion
- Illusion avec jambe en dessous du plan horizontal
- Illusion avec déséquilibre
- Prise / contact du bâton avec la main pendant un rouler

- o Chute
- Lancer au « Tip »
- o Lancer « Bras en l'air »
- o Lancer sans révolution
- Lancer sans rotation autour du pouce
- Tour(s) piétiné(s) ou déséquilibré(s)
- o Tour incomplet
- o Tour sur les talons
- o Tour jambes fléchies
- o Tour avec pied libre non placé

EQUIVALENCES DES DEGRES avec la FEDERATION DELEGATAIRE

Ci-dessous le tableau de correspondance des degrés, ainsi que la procédure à suivre pour validation des équivalences

- 1^{er} degré FFSTB = 2^{ème} degré FSCF après validation des «Fondamentaux » en ponctuel
- 2^{ème} degré FFSTB = 3^{ème} degré FSCF après validation des «Fondamentaux » en ponctuel jusqu'au 3^{ème} degré
- 3^{ème} degré FFSTB = 4^{ème} degré FSCF
 après validation des «Fondamentaux » en ponctuel jusqu'au 4^{ème} degré
- o 4^{ème} degré FFSTB = 5^{ème} degré FSCF après validation des «Fondamentaux » en ponctuel jusqu'au 5^{ème} degré
- Il n'y a pas d'équivalence pour le 6ème degré FSCF, celui-ci se passe dans son intégralité.
- Les conditions de validation sont les mêmes que pour les passages de degrés.
- Si l'équivalence n'est pas obtenue, possibilité de présenter le degré inférieur, en suivant la même procédure.
- Ce système d'équivalence permet d'intégrer le cursus de nos degrés. Après une première équivalence obtenue par un Twirler issu de la fédération délégataire, le twirler doit passer les degrés supérieurs de la FSCF.
- Une équivalence ne peut être demandée que sur présentation du livret individuel FFSTB du Twirler, faute de quoi il devra passer tous les degrés FSCF à partir du 1^{er} degré.

ORGANISATION DES STAGES

Pour l'organisation pratique des stages voir T-02

- Un initiateur ne peut délivrer aucun degré.
- Un AF1 peut délivrer le 1^{er} et le 2^{ème} degré sous condition qu'il soit reçu au test « passage de degré » lors de sa formation AF1.
- Un AF2 peut délivrer du 1^{er} au 4^{ème} degré sous condition qu'il soit reçu au test « passage de degré » lors de ses formations AF1/2.
- Un AF3 peut délivrer du 1^{er} au 5^{ème} degré sous condition qu'il soit reçu au test « passage de degré » lors de ses formations AF1/2/3.
- Un CFA peut délivrer du 1^{er} au 6^{ème} degré sous condition qu'il soit reçu au test « passage de degré » lors de ses formations.
- Un CF peut délivrer du 1^{er} au 6^{ème} degré sous condition qu'il soit reçu au test « passage de degré » lors de ses formations.

Un AF ou un CF, quel que soit son niveau, peut ne pas avoir la délivrance de degré, cela reste une option dans sa formation.

Il aura la possibilité de repasser ce test lors de son recyclage.

LEXIQUE DES ABREVIATIONS PRESENTES DANS LES DEGRES

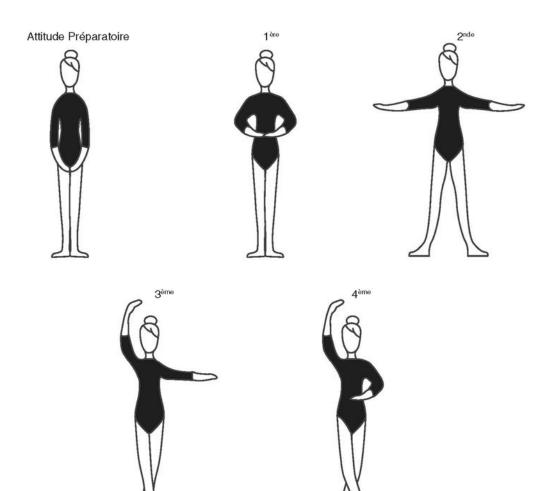
MD	<u>M</u> ain <u>D</u> roite	MG	<u>M</u> ain <u>G</u> auche
CF1,	<u>C</u> orps <u>F</u> ace <u>1</u>	C diago A	<u>C</u> orps <u>d</u> iagonale <u>A</u>
BD	<u>B</u> ras <u>D</u> roit	BG	<u>B</u> ras <u>G</u> auche
JD	<u>J</u> ambe <u>D</u> roite	JG	<u>J</u> ambe <u>G</u> auche
PD	<u>P</u> ied <u>D</u> roit	PG	<u>P</u> ied <u>G</u> auche
Н	<u>H</u> orizontal(e), <u>H</u> orizontaux	V	<u>V</u> ertical(e), <u>V</u> erticaux
T	<u>T</u> our	ОВ	<u>O</u> blique <u>B</u> asse
OA	<u>O</u> blique en l' <u>A</u> ir	вов	<u>B</u> ras <u>O</u> blique <u>B</u> asse
BHL	<u>B</u> ras <u>H</u> orizontale <u>L</u> atérale	MR	<u>M</u> ain <u>R</u> etournée

LISTE DES CATEGORIES DE RATTRAPAGE

Se référer aux grilles de cotations en vigueur pour la saison en cours

1^{er} Degré

CORPS (1er)



Phase	Temps	Corps	Pieds	Bras
	1-2	1 ^{ère} position	215	0
1	3-4	2 ^{ème} position	4 1	$\overset{\Diamond}{\rightarrow}$
'	5-6	3 ^{ème} position	2	0
	7-8	4 ^{ème} position		91
	1-2	Ramener PG derrière PD en extension. Descendre les BOB		
2	3-4	Pas chassé* PG vers l'avant, CF1, bras à l'H		
	5 à 8	Passage au sol*		
	1-2			
	3-4	Tour pivot* vers la gauche		
3	5-6	Croiser PG devant PD à plat, BH		
	7	Battement latéral* JD, BH		
	8	Ramener PD devant PG en 3ème mains à la taille		_

SERIE VERTICALE (1er)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1 à 4	1⁄4 de T à D CF2	Figure 8 endroit sur un doigt* devant MD
1	5-6	Retour F1 par la G,	Position « Fermeture »*
	7-8		Préparation verticale endroit * MD
	1-2		Fouetté endroit*
	3-4		Flip* endroit* MD
2	5-6		Position « Fermeture »*
	7-8	Poser PG à plat à côté du PD, J tendues, P serrés.	Bâton Tournant des 2 mains vertical* départ MD
	1-2	Fléchir les deux J, genoux collés, P à plat.	Passage direct* derrière les jambes fléchies de MG à MD
3	3-4		Préparation verticale endroit* MD
	5 à 8	PD devant PG en extension, CF1	Lancer V*, rattrapage MD

SERIE HORIZONTALE (1er)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	4 Mouvements H* avec
	3-4		changement de main (2 MD endroit vers 2 MG envers)
1	5-6		Lancer H* 1 révolution
	7-8		Prise de la ball MG bâton devant la poitrine (ball F4) pour effectuer un changement de main
	1-2		Boucle H* envers au-dessus de la tête MG
2	3-4		Boucle H* avec changement de main au-dessus de la tête de MG à MD.
	5-6		Boucle H* endroit MD sous le BD tendu, F1
	7-8		Prise de bâton MG dessous devant poitrine, en son milieu
	1-2		Préparation envers horizontale* MG
	3-4		passage direct* derrière le dos
3	5-6		Bâton tournant des 2 mains* H au-dessus de la tête, départ MD
	7-8		+ Ramener derrière le dos en cassant le poignet de MG à MD

SERIE ROULER (1^{er})

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Préparation verticale endroit* MD
1	3 à 6		Rouler Figure 8 à l'endroit sur le poignet* frontal MD
	7-8		Préparation verticale endroit* MD
	1-2	1/4 tour à D, CF2, pointer PD à D PG à plat	Rouler endroit intérieur bras*, engagement MD, réception MG à l'envers
2	3-4	1/4 tour à D, CF3, poser PD à D 2 pieds à plat	Ramener bâton direct dans le dos tenu des 2 mains
	5-6	Retour F1 par la D. Ramener PG derrière PD en extension	Préparation verticale endroit* MD
	7-8		Roulé coude* engagement MD rattrapage MD dessus
	1-2		Ramener bâton directement sous les coudes, tenu des 2 mains
3	3-4	Un tour pivot vers la G	
3	5-6	PD devant PG en extension	Rouler cou* H MD rattrapage MG
	7-8		Ramener le bâton derrière le dos, en cassant le poignet

SERIE PRETZEL(1^{er})

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Grand cercle frontal* à l'endroit MD
1	3 à 6	1 tour vers la G	Boucle bras tendu, collé à l'oreille*
	7-8		Grand cercle frontal à l'endroit*
	1-2		Boucle* endroit avec changement de main, de MD à MG devant bras tendus
	3-4		2 boucles* à l'envers
2	5-6		extérieures MG- les 2 bras à l'H tendus
	7-8		Boucle* envers derrière la tête avec changement de main, de MG à MD
	1-2		Redescendre latéralement les 2 bras
3	3-4		Grand cercle frontal à l'endroit* MD
	5-6		+ Fouetté endroit* MD
	7-8		Grand cercle frontal à l'endroit* MD

2ème Degré

CORPS (2ème)

Phase	Temps	Corps			
	1-2	Fente D frontale (en déplaçant PG vers arrière) Mains à la taille			
	3	letiré JG* derrière, PD pied à plat. Mains à la taille			
_	4	Pointer PG à G, PD à plat, jambes tendues. Mains à la taille			
1		Descendre les 2 BOB			
	5-6	- Si illusion à D : pieds dito 4			
		- Si illusion à G : poser PG à G et pointer PD			
	7-8	Illusion simple*			
	1-2	- Illusion simple*			
	3-4	Ramener PD devant PG jambes en extension, BOB			
2	5-6	Saut de chat* vers la G, BOB			
	7	½ tour à G en décalant PG à G, CF3			
	8-1	Débouler * vers la G			
	2	½ tour à G en posant genou D au sol CF1			
3	3-6	Roulade costale* droite			
	7	Retour F1 en posant PD devant genou G au sol, BOB			
8 Ramener PG derrière PD		Ramener PG derrière PD en 3ème, mains à la taille			

SERIE VERTICALE (2ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
1	1-2	CF1	Préparation verticale endroit* MD
	3 à 6	Tour pivot vers la G	Lancer 1 tour* vertical
	7-8		Position « Fermeture »*
	1-2	½ tour vers la G, CF3	Tournoiement envers frontal*
2	3 à 6		MD
	7-8	½ tour vers la G, CF1	Préparation verticale endroit* MD
	1-2		Flip endroit* MD rattrapage même main
3	3-4		+ Flip endroit* MD rattrapage MG
	5-6		1/2 figure 8 envers latérale extérieure MG, BGH
	7-8		Flip envers* MG rattrapage MD
	1-2		Préparation verticale endroit* MD
4	3 à 8		Lancer Vertical* Rattrapage Catégorie 1

SERIE HORIZONTALE (2ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Boucle*H envers MD au-dessus de la tête
	3-4		+ Amener derrière la taille, ball F1, coté G
1	5-6	1 tour pivot vers la G	+ Boucle* H endroit MD au- dessus de la tête en tournant
	7-8		Rouler taille MD rattrapage MD MR*
	1-2		Changement de main sous les coudes
2	3-4		Préparation H* MG
	5 à 8	Bras position tour	Lancer H* 2 révolutions
	1 à 4		Mouvement H à l'endroit sur 1 doigt* MD
3	5-6	Epaules vers la diago A à 5 : déplacer PD en diago. A à 6 : tirer JG en diago. C, pied G pointé	Préparation endroit à l'H MD vers la diago. A
	7-8		Rouler H autour du pouce vers la diago A

SERIE ROULER (2^{ème})

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	Pointer pied droit à droite, pied gauche à plat-CF1	Rouler cou* H MD
1	3-4		+ Blocage du bâton sur épaule droite
'	5-6	1 tour pivot vers la G	Prendre bâton MG par-dessus + passage direct dos
	7-8		Préparation verticale endroit* MD
	1-2		Rouler coude-coude* départ MD
	3-4		rattrapage MG dessous
2	5-6	à 5 : décaler PD à D, CF1 avec figure 8 envers MG à 6 : ½ tour vers la D, CF3 en décalant PG avec passage direct dans le dos	½ Figure 8 envers MG (F1) + changement de main dos (F3)
	7-8	½ tour vers la D, CF1	Rouler sur le poignet frontal à l'endroit MD
	1à 4	1/4 tour vers la D et pointer PD à D,	1 fish* endroit MD
	3-4	PG à plat – CF2	This is endroit wid
3	5-6	1/4 de tour vers la G, CF1	Ejection coude* G, ½ révolution (engagement MD)
	7-8		+ Rattrapage même main par- dessus
	1-2		Rouler endroit* sur le bras MD
	3-4		+ Rattrapage même main, MR
4	5-8	½ tour à G (F3) en décalant PG à G pieds à plat	Un demi « Ange*» MD rattrapage nuque MG

SERIE PRETZEL (2ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Grand cercle* frontal à l'endroit MD
	3-4	Pointer PG a G, PD à plat, CF1.	Boucle taille Frontale* MD
1	5-6	Epaules vers la diago. A	A 5 : ½ Boucle taille Frontale A 6 : Reprendre le bâton à l'endroit MG au milieu par-dessus devant le ventre
	7-8		Glisser le bâton au tip, grand cercle frontal à l'envers MG
	1-2	½ tour vers la G - CF3	Boucle extérieure endroit MG, bras plié, derrière épaule G
	3-4	1/4 tour vers la G en pointant PD en arrière - CF2.	Changement de main sous épaule G, MG à MD
2	5-6	1/4 vers la D en ramenant PD devant PG en extension - CF3	Grand cercle frontal à l'envers MD
	7-8	1/4 de tour vers la D – CF4	Bloquer le bâton à la verticale, Ball vers le haut- BD tendu à l'H vers la F4
3	1-2		Lâcher changement de direction (1 révolution) MD rattrapage même main
	3-4	1/4 de tour vers la D, en ramenant PD devant PG en extension - CF1	Grand cercle frontal à l'envers MD
	5 à 8		Lâcher vertical autour du cou rattrapage MG par-dessus

3ème Degré

CORPS (3^{ème})

Phase	Temps	Corps		
	1-2	Fente frontale D en déplaçant PG vers l'arrière. Main à la taille		
	3-4	Tour vers la G, JG en retiré devant, mains à la taille		
1	5-6	Repositionner directement PG derrière, en fente frontale JD		
	7-8	Ramener PG derrière PD en extension, descendre les 2 bras BOB		
	1	Attitude* sur JB, JG levé, PD en extension, BG à l'H, cercle endroit du BD.		
	2	Ramener PG derrière PD en extension BOB		
2	 ¼ de tour G corps face 4 en extension Poser PG devant pour jeté droit Poser PD devant pour jeté gauche 			
	4-5	Pas chassés* (G pour jeté G, D pour jeté D) vers l'avant		
	6 à 2	Jeté* (G ou D), BH A 2 : Pour « Jeté* D » : avancer PD devant PG Pour « Jeté G » : ramener PG derrière PD		
		- Pour « Jete G » : ramener PG derriere PD		
3	3	1/4 de tour à droite retour F1 en décalant PG pointé à G cercle env BG tête à D, BD à l'oblique en bas		
	4	Les 2 BOB, ramener PD devant PG		
	5-6	Illusion croisée*		
	7-8	Position « Fermeture »*		

SERIE VERTICALE (3^{ème})

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Préparation verticale endroit* MD
1	3 à 8	2 tours pivots vers la G	Lancer vertical* 2 tours rattrapage MD - « Fermeture »
	1-2	Décaler PD à D pointé, PG à plat, CF1	Flip endroit* MD rattrapage même MR
2	3-4	½ tour vers la D en déplaçant PG à G, pieds à plats. CF3	+ Lâcher (1 et ½ révolution) en tournant vers la D, rattrapage dos même main
2	5-6	Revenir par la D CF1, Décaler PD à D pointé, PG à plat	Flip endroit* MD rattrapage MG
	7-8		+ Flip envers* MG rattrapage même main
	1-2		+ Flip envers* MG rattrapage MD
3	3-4	½ tour vers la G, en décalant le PG à G, pointé le PG à G, CF3	Figure 8 envers MD
3	5-6		Flip aveugle* départ MD, BD tiré OB
	7-8		Bloquer
	1-2	¾ de tour vers la G arrivée CF4, PG à plat, PD pointé à D	Flip endroit* latéral MG à MD
	3-4	1/4 de tour vers la D, retour CF1, PD devant PG en extension	Préparation verticale endroit* MD
4	5 à 8		Lancer Vertical* rattrapage catégorie 2

SERIE HORIZONTALE (3ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	Corps diago. A	Préparation endroit Horizontale diago A, MD
	3-4		2 Flips horizontaux* vers la
1	5-6		diago. A
'	7-8	Retour CF1	Changement de main (MD poignet cassé et MG par-dessus – Tip diagonale D)
	1-2		Préparation envers H MG
2	3 à 8	1 tour pivot vers la G	Lancer H* 1 T rattrapage MD
3	1-2		Glisser le bâton au tip par l'H audessus de la tête pour effectuer un changement de main sous l'épaule D, reprise du bâton MG par-dessus (bâton envers MG)
	3-4		Rouler intérieur bras* H (bâton tenu par la ball) engagement derrière la taille rattrapage MD paume face au ciel, BD tendu OB vers la diago. A
	5-6	Tour pivot vers la G	Glisser le bâton au tip MD, boucle* endroit MD au-dessus de la tête en tournant
	7-8		Lâcher nuque H* rattrapage MG (paume face au ciel, bras tendu), ball F4

SERIE ROULER (3^{ème})

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-4	CF1	Ouverture latérale* MD
	5-7		4 Neek vell* MD, vettvenege MC
1	8	Revenir PD devant PG en extension, CF1	1 Neck roll* MD, rattrapage MG dessus
	1-2		Ramener le bâton dans le dos en cassant le poignet
2	3-6	1/4 tour vers la G, CF4, en pointant PG à G, PD à plat	1 fish envers* MD
	7-8	1/4 tour vers la D, CF1 en décalant PD à D, pieds à plat	½ Figure 8 endroit
3	1-2	¼ tour vers la D, CF2 en pointant PG à G, PD à plat	1 fish endroit* MD
	3 à 6	Revenir F1	+ vague* D
	7-8	½ tour vers la D, CF3	Préparation verticale endroit* MD
4	1-2		
	3-4	½ tour vers la D, finir PD devant PG en extension	½ fujimi* endroit MD
	5-8	Décaler PG à G, pieds à plats	Rouler de l' « Ange »* MD

SERIE PRETZEL (3^{ème})

Phase	Temps	Corps	Bâton	
	1-2	CF1	« Flèche taille »* MD	
	3-4	Pointer PG à G, PD à plat- CF1	« Fleche taille » WD	
1	5-6	Ramener PG derrière PD en	Boucle changement de main	
'	5-0	extension-CF1	derrière la tête de MG à MD	
	7-8		Grand cercle frontal* à l'endroit MD	
	1-2		Lâcher sous épaule frontal* MD	
	3-4		rattrapage MG (1 révolution.)	
	5-6	½ tour vers la G, CF3	Boucle* extérieure endroit MG, bras	
2		72 tour vers la O, Or o	plié, derrière épaule G	
	7-8	7-8 Décaler PG à G, pieds	Décaler PG à G, pieds à plat-CF3	Lâcher dos (1/2 révolution.)* de
			· · · · · ·	MG à MD
	1-2	½ tour vers la D en ramenant PD	Grand cercle frontal* à l'endroit MD	
	1 2	devant PG en extension-CF1		
	3-4	½ tour vers la G, PD devant PG en	Lâcher cou V MD rattrapage	
3		extension -CF3	même main (1 révolution)*	
	5-6	½ tour vers la G, CF1	Grand cercle frontal* à l'endroit MD	
	7-8	Epaule Gauche F4, et épaule	Lâcher sur épaule G de la MD,	
	7-0	Droite F1	rattrapage MR MD	

4ème Degré

SERIE VERTICALE (4ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Préparation verticale endroit* MD
1	3-4	- 01 1	Lâcher sous BGH latéral, rattrapage aveugle MD 1 révolution.
'	5-6	1 tour vers la G	Boucle* bras collé à l'oreille* en tournant
	7-8		Boucle* avec changement de main devant.
	1-2	½ tour vers la G, CF3	Lâcher nuque* envers (1
	3-4		révolution) rattrapage MD dessous
2	5-6	½ tour vers la G, CF1	Grand cercle* endroit MD
	7-8		Rouler poignet* OA vers F4, tiré à l'OB MD vers F2
	1-2	¼ de tour vers la D, CF2	LICA* lotéral MD vottropage MC
	3-4		USA* latéral MD rattrapage MG
3	5-6	½ de tour vers la G, CF1	Changement de main en bas bras tendus MG à MD par-dessus (bâton à l'H, à l'endroit MD)
	7-8	½ tour vers la D CF3	Préparation verticale endroit* MD
	1 à 4	¼ tour vers la G, CF2	½ Fujimi envers* MD
4	5-6	½ tour vers la D, CF1	Descendre le bâton
-	7-8	,	Figure 8 envers* MD
5	1 à 6		Flip endroit* MD, rattrapage « Ange »*
Э	7-8		Préparation verticale endroit* MG
	1-2		Vague* MG
	3-4		+ Vague* MD
6	5-6		+ Bascule* MD
	7-8		+ 1 Fujimi endroit* départ D
	1-2		·
7	3-4		+ Ejection coude* (1 révolution) rattrapage MD dessous, bâton bloqué à l'H
	5-6		Position « Fermeture »*
	7-8		Préparation verticale endroit* MD
8	1 à 8	2 Tours pivots vers la G	Lancer vertical* 2 tours MD, rattrapage catégorie 1

SERIE HORIZONTALE (4ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
1	1 à 6	CF1	Boucle H au-dessus de la tête, engagement sous épaule MD, rouler cou rattrapage MD derrière la nuque, paume face au ciel.
	7-8		Changement de main frontal, sous les coudes
	1-2	½ vers la G, CF3	Préparation H* MG
2	3 à 6		Lâcher H derrière le dos avec repère visuel, épaules F2, 1 révolution, rattrapage MD MR, BD tendu, sans repère visuel, épaules F3
	7-8	½ tour vers la G, CF1	Préparation H MD (par dessous) + Flip H MD en diago. A
	1-2		Flip envers* H MD devant, rattrapage MG par-dessus (F1)
	3 à 5	Un déboulé à G	Boucle* envers MG à l'H au- dessus de la tête
3	6	½ tour vers la G, CF4	
	7-8	Grand battement arrière sur JG, corps penché vers l'avant	Rouler intérieur bras, engagement MG derrière la JG, rattrapage MD paume au ciel
	1-2	3/4 de tour vers la G retour CF1	Changement de main bâton devant poitrine
4	3-4		Préparation H* MG
	5 à 8		Lancer H* 2 tours
	1-2	2 tours Pivots vers la G	Réception MD, bloquer le bâton à H, Ball vers l'avant
5	3 à 6	Passage au sol*, départ PG vers la Diag D (en posant le côté D en premier au sol)	Rouler poignet à l'H MD, audessus de la tête.
	7-8	Revenir CF1, genoux au sol	2BOB
	1-2		Rouler « épaule-cou-épaule »,
6	3-4		engagement MD, rattrapage MG sous épaule D
	5-6	Poser PD devant	Ramener le bâton derrière la
	7-8	Ramener PG derrière PD en extension	taille en cassant le poignet
7	1 à 6		2 Neck-rolls vers la G, départ MD
7	7-8	CF1	réception MD sur l'épaule D

5ème Degré

SERIE VERTICALE (5^{ème})

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Préparation verticale endroit* MD
1	3-4	½ tour vers la G, CF3	Flip « épaule-épaule »* MD rattrapage MD (avec repère visuel)
	5-6		Rouler poignet envers MD
	7-8	½ tour vers la D, C F1	Préparation verticale endroit* MD
	1 à 4		USA* frontal MD rattrapage MG
	5-6		Une figure 8 envers MG
2	7-8		Flip « main-main »* départ MG (avec repère visuel)
	1-2		Préparation verticale endroit* MD
	3-4	½ tour vers la G, CF3	Flip aveugle* MD rattrapage MG
3	5-6	à 5 : épaules F2 à 6 : épaules F3	+ Flip envers* MG rattrapage dos MD
	7-8	½ tour vers la D, CF1	Préparation verticale endroit* MD
	1 à 6	3 tours pivots vers la G	Lancé vertical* 3 tours MD
4	7-8		Position « Fermeture »*
	1-2	¼ de tour à G, CF4	BOB (si réception bâton à l'envers, le reprendre à l'endroit pour pouvoir enchainer)
5	3-4	½ tour vers la G, CF3	Changement de main de MD à MG : prise du bâton à la verticale (ball vers le ciel), près de l'épaule G, puis ½ figure 8 endroit MG
	5-6	1/4 de tour vers la D, CF4	Figure 8 envers MG devant
	7-8		1/2 Fujimi envers* MG
	1-2	⅓ de tour vers la G, CF1	+ Vague* MD
6	3-4		+ Bascule* MD
0	5 à 8		+ 1 Fujimi endroit départ MD
	1 à 4	½ de tour vers la G, CF1	+ 2 éjections coudes* G rattrapage MD MR
7	5-6		Position « Fermeture »*
,	7-8		Préparation verticale endroit* MD
8	1 à 8	2 tours pivots* vers la G	Lancer vertical* 2 tours MD, rattrapage catégorie 2

SERIE HORIZONTALE (5ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1 à 3	CF1	Préparation H endroit MD (par dessous), Flip H devant
	4	½ tour vers la D, CF3,	+ Rattrapage MD MR, BD tendu vers l'arrière
1	5-6		Changement de main devant la poitrine, de MD à MG, Ball dans MG
	7-8	Un tour pivot vers la G	Boucle* H avec changement de main au-dessus de la tête
	1	1/4 de tour vers la G CF2	Lâcher Nuque* H MD, ½ révolution
	2	1/4 de tour vers la G CF1	+ Rattrapage MD MR, BD tendu à l'H à D
	3-4	2 Bras à l'H latéral	Ball F1
2	5-6	Un tour piqué tendu sur JG vers la G	Bâton Tournant des 2 mains* à l'H au-dessus de la tête, reprise du bâton à l'endroit MD pardessus
	7-8	CF1	Préparation H* endroit MD (par dessous)
	1-2		Flip H* MD en diag A
	3-4	CF1	Flip envers* à l'H. MD, rattrapage même main devant
2	5-6	1/4 de tour vers la G, CF4	Boucle* H au-dessus de la tête
3	7-8	Grand battement*JG devant, CF4	Lâcher sous le battement autour de la cuisse de la jambe D, rattrapage MD MR, BD tendu
	1-2	1/4 de tour vers la G, CF3	Boucle* H au-dessus de la tête MD
4	3 à 6		Aller/Retour à l'H autour du cou, reprise bâton MG coté D, rouler autour du cou* de MG à MD
	7-8	½ tour vers la D, CF1	2BHL
5	1à 6		2 Neck-rolls vers la G, départ MD
	7 8		+ Réception du Bâton MG sous épaule D
	1-2		Préparation H* MG
6	3 à 8	2 tours pivots vers la G	Lancer 2 tours H, rattrapage Catégorie 1

6ème Degré

SERIE VERTICALE (6ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	F1	Préparation verticale endroit* MD
	3-4	½ tour vers la G, CF3	Flip « épaule-épaule »* MD
1	5-6	½ tour vers la D, CF1	Figure 8 endroit* extérieure en tournant MD enchaînée directement avec un demi USA* frontal MD rattrapage MG
	7-8		½ Figure 8 envers* MG
	1-2	CF2	Flip endroit* dans le dos MG engagement sous bras D (1 révolution)
2	3-4	A 3 : CF2 A 4 : ½ tour vers la G CF4	+ Rattrapage MD sous BG
	5-6		Grand cercle* frontal MD
	7-8	F1	« Flèche-taille »* MD rattrapage MG au milieu
	1-2	1 tour vers la G	½ figure 8 endroit MG extérieure en tournant
	3-4		Figure 8 envers MG
3	5-6	<u></u>	Flip « main-main » (MG à MD)
	7-8		Préparation verticale endroit* MD
	1 à 4		2 coude-coude enchainés MD
	5-6	1	+ ouverture latérale* MD
4	7-8		Glisser le bâton à la ball, changement de main frontal MD à MG sous épaule D, et reprise du bâton à l'endroit MD par-dessus (MG poignet cassé)
E	1-2		Préparation verticale endroit* MD
5	3 à 8	4 tours pivots vers la G	Lancer vertical* 4 tours MD
	1-2		Position « Fermeture »*
6	3-4		Bloquer le bâton à l'intérieur du coude gauche à l'H
	5-6		Intérieur coude G
	7-8		+ 2 Fujimis D/G
	1-2	4	-
7	3-4	-	+ 2 éjections coude G
/	5 à 8		+ Ejection coude D rattrapage MD MR
	1-2		Préparation verticale endroit* MD
8	3 à 8		Lancer Vertical + engagement + rattrapage = valeur « 7 points» minimum (voir grille cotation juge « 6ème degré »)

SERIE HORIZONTALE (6ème)

Phase	Temps	Corps	Bâton
	1-2	CF1	Changement de main sous les coudes
1	3-4		Préparation envers H* MG
	5 à 8	3 tours pivots vers la G	Lancer H* 3 tours
	1-2		+ rattrapage MD
	3-4		Flip endroit H* vers diago A
2	5-6		+ Flip envers H* MD rattrapage même main
	7-8		+ Flip envers H* MD rattrapage MG par-dessus
	1-2		+ Lâcher H derrière le dos
3	3-4	Piqué sur JG (après avoir déplacé PG à G)	(sans repère visuel), rattrapage MD MR, les 2 bras tendus
3	5-6	CF1	BOB
	7-8		Boucle à L'Horizontale au- dessus de la tête, MD
	1-2		Lâcher nuque* H MD, rattrapage même main par- dessus BD tendu devant, une demie révolution
	3-4	Un Tour pivot vers la G	Ramener le bâton sous les coudes
4	5-6	½ tour vers la G, CF3	Préparation H à l'envers* au- dessus de la tête
	7	Pas du PG vers la G – CF3	Lancer H*
	8	½ vers la G pour effectuer un pas du PD à D, CF1	+ BOB
	1-2	Attitude sur JD, JG tendue vers l'arrière	+ Cercle endroit du BD tendu
	3-4	½ tour vers la G, en décalant PG à G et ramener PD devant en extension, CF3	+ Rattrapage MD
5	5 à 7	Effectuer une courbe avec 3 pas GDG (2 premiers J fléchies, le dernier J tendues en ext°), de la F2 vers la F1	ВОВ
	8		Position « Fermeture »*
6	1 à 8	_	3 Neck-rolls engagement MD, rattrapage MD

1 - VALIDATION DES SERIES DU 1ER DEGRE

Association:			<u>Nom Prénom</u> :	<u>Nom Prénom</u> :	
<u>Ville</u> :					
	Série	Date	Lieu	Nom et signature "Animateur Fédéral"	Cachet du Comité Départemental/Ligue
	SERIE CORPS				
	SERIE VERTICALE				
	SERIE HORIZONTALE				
Ī	SERIE ROULER				
	SERIE PRETZEL				

2 - DEGRE VALIDE ENTIEREMENT

Attention reporter ces informations dans le livret individuel, et dans le livret de compétition

	Date	Lieu	Nom et signature "Animateur Fédéral"	Cachet du Comité Départemental/Ligue
•				

PREMIER DEGRE - VALIDATION DES FONDAMENTAUX

SERIE "CORPS"		
FONDAMENTAUX	VALIDER	
1ère position		
2ème position		
3ème position		
4ème position		
Pas chassé		
Passage au sol		
Tour Pivot		
Battement Latéral		

SERIE "HORIZONTALE"		
FONDAMENTAUX	VALIDER	
4 mouvements H avec changement de main		
Lancer H 1 révolution		
Boucle H envers au dessus de la tête		
Boucle H avec changement de main au-dessus de la tête de MG à MD		
Boucle H endroit MD sous BD tendu F1		
Bâton tournant des 2 mains H au dessus de la tête, départ MD, ramener derrière la taille		

SERIE "PRETZEL"		
FONDAMENTAUX	VALIDER	
Grand cercle frontal à l'endroit MD		
Boucle bras tendu, collé à l'oreille		
Grand cercle frontal à l'endroit MD		
Boucle endroit avec changement de main, de MD à MG devant bras tendus		
2 boucles à l'envers extérieures MG- les 2 bras à l'H tendus		
Boucle envers derrière la tête avec changement de main, de MG à MD		
Grand cercle frontal à l'endroit MD + Fouetté endroit MD		
Grand cercle frontal à l'endroit MD		

SERIE "VERTICALE"		
FONDAMENTAUX	VALIDER	
Figure 8 endroit sur un doigt devant MG		
Préparation verticale		
Fouetté endroit		
Flip endroit MD		
Bâton tournant des deux mains vertical		
Passage direct derrière les jambes fléchies		
Préparation verticale		
Lancer vertical		

SERIE "ROULER"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Préparation Verticale encroit MD	
Rouler Figure 8 à l'endroit sur le poignet frontal MD	
Préparation verticale endroit MD	
Rouler endroit intérieur bras, engagement MD, réception MG à l'envers	
Préparation verticale endroit MD	
Roulé coude engagement MD rattrapage MD dessus	
Rouler cou H MD rattrapage MG	

DEUXIEME DEGRE - VALIDATION DES MOUVEMENTS

SERIE CORPS		
FONDAMENTAUX	VALIDER	
Retiré JG		
Illusion simple		
Saut de chat		
Débouler		
Roulade costale		
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)		

SERIE "HORIZONTALE"		
FONDAMENTAUX	VALIDER	
Boucle H envers MD au-dessus de la tête + Amener derrière la taille, ball F1, coté G + Boucle H endroit MD au-dessus de la tête en tournant		
Rouler taille MD rattrapage MD MR		
Lancer H 2 révolutions		
Mouvement H à l'endroit sur 1 doigt MD		
Rouler H autour du pouce vers la diago A		
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	_	

SERIE "PRETZEL"		
FONDAMENTAUX	VALIDER	
Boucle taille Frontale MD		
Boucle extérieure endroit MG, bras plié, derrière épaule G		
Changement de main sous épaule G, MG à MD		
Lâcher changement de direction (1 révolution) MD rattrapage même main		
Lâcher vertical autour du cou rattrapage MG par-dessus		
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)		
· · ·		

SERIE "VERTICALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Lancer 1 tour vertical	
Tournoiement envers frontal MD	
Flip endroit MD rattrapage même main + Flip endroit* MD rattrapage MG	
Flip envers MG rattrapage MD	
Lancer Vertical Rattrapage Catégorie 1	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "ROULER"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Rouler cou H MD + Blocage du bâton sur épaule droite	
Rouler coude-coude départ MD rattrapage MG dessous	
1 fish endroit MD	
Ejection coude G, ½ révolution (engagement MD) +	
Rattrapage même main par-dessus	
Rouler endroit sur le bras MD + Rattrapage même main, MR	
Un demi « Ange» MD rattrapage nuque MG	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

TROISIEME DEGRE - VALIDATION DES MOUVEMENTS

SERIE CORPS	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Tour vers la G, JG en retiré devant	
Attitude sur JB, JG levé, PD en extension, BG à l'H, cercle endroit du BD	
Jeté	
Illusion croisée	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	•

SERIE "HORIZONTALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
2 Flips horizontaux vers la diago. A	
Lancer H 1 T rattrapage MD	
Rouler intérieur bras H (bâton tenu par la ball) engagement derrière la taille rattrapage MD paume face au ciel, BD tendu OB vers la diago. A	
Lâcher nuque H rattrapage MG (paume face au ciel, bras tendu), ball F4	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	
	·

SERIE "PRETZEL"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
« Flèche taille » MD	
Lâcher sous épaule frontal MD rattrapage MG (1 révolution.)	
Lâcher dos (1/2 révolution.) de MG à MD	
Lâcher cou V MD rattrapage même main (1 révolution)	
Lâcher sur épaule G de la MD, rattrapage MR MD	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "VERTICALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Lancer vertical 2 tours rattrapage MD - « Fermeture »	
Flip endroit MD rattrapage même MR + Lâcher (1 et ½ révolution) en tournant vers la D, rattrapage dos même main	
Flip endroit MD rattrapage MG + Flip envers MG rattrapage même main + Flip envers MG rattrapage MD	
Flip aveugle départ MD, BD tiré OB	
Lancer Vertical rattrapage catégorie 2	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "ROULER"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Ouverture latérale MD	
1 Neck roll MD, rattrapage MG dessus	
1 fish envers MD	
1 fish endroit MD + vague D	
½ fujimi endroit MD	
Rouler de l' « Ange » MD	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "VERTICALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDE
Lâcher sous BGH latéral, rattrapage aveugle MD 1 révolution.	
Lâcher nuque envers (1 révolution) rattrapage MD dessous	
USA latéral MD rattrapage MG	
½ Fujimi envers MD	
Flip endroit* MD, rattrapage « Ange »	
Vague MG + Vague MD + Bascule MD + 1 Fujimi endroit départ D + Ejection coude (1 révolution) rattrapage MD dessous, bâton bloqué à l'H	
Lancer vertical 2 tours MD, rattrapage catégorie 1	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "VERTICALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Flip « épaule-épaule »* MD rattrapage MD (avec repère visuel)	
USA frontal MD rattrapage MG	
Flip aveugle MD rattrapage MG + Flip envers MG rattrapage dos MD	
Lancé vertical 3 tours MD	
½ Fujimi envers MG + Vague MD + Bascule MD + 1 Fujimi endroit départ MD + 2 éjections coudes G rattrapage MD MR	
Lancer vertical 2 tours MD, rattrapage catégorie 2	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "VERTICALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Flip « épaule-épaule » MD	
Flip endroit dans le dos MG engagement sous bras D (1 révolution) + Rattrapage MD sous BG	
« Flèche-taille » MD rattrapage MG au milieu	
2 coude-coude enchainés MD + ouverture latérale* MD	
Lancer vertical 4 tours MD	
Intérieur coude G + fujimi endroit + 2 Fujimis D/G + 2 éjections coude G + Ejection coude D rattrapage MD MR	
Lancer V + engagement + rattrapage = valeur « 7 points» minimum (voir grille cotation juge « 6 ^{ème} degré »)	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "HORIZONTALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Boucle H au-dessus de la tête, engagement sous épaule	
MD, rouler cou rattrapage MD derrière la nuque,	
paume face au ciel.	
Lâcher H derrière le dos avec repère visuel, épaules F2, 1 révolution, rattrapage MD MR, BD tendu, sans repère visuel, épaules F3	
Flip envers H MD devant, rattrapage MG par-dessus (F1)	
Rouler « épaule-cou-épaule », engagement MD, rattrapage MG sous épaule D	
2 Neck-rolls vers la G, départ MD	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

FONDAMENTAUX	VALIDER
Préparation H endroit MD (par dessous), Flip H devant + Rattrapage MD MR, BD tendu vers l'arrière	
Lâcher Nuque H MD, ½ révolution + Rattrapage MD MR, BD tendu à l'H à D	
Flip envers à l'H. MD, rattrapage même main devant	
2 Neck-rolls vers la G, départ MD + Réception du Bâton MG sous épaule D	
Lancer 2 tours H, rattrapage Catégorie 1	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	

SERIE "HORIZONTALE"	
FONDAMENTAUX	VALIDER
Lancer H 3 tours + rattrapage MD	
Flip endroit H vers diago A + Flip envers H MD rattrapage même main + Flip envers H MD rattrapage MG par-dessus + Lâcher H derrière le dos (sans repère visuel), rattrapage MD MR, les 2 B tendus	
Lâcher nuque H MD, rattrapage même main par-dessus BD tendu devant	
Lancer H + BOB + Cercle endroit du BD tendu + Rattrapage MD	
3 Neck-rolls engagement MD, rattrapage MD	
MOUVEMENTS DE TRANSITIONS A REFAIRE (3 maximum)	



La fédération sport et culture

#FSCFmaPassion



Rejoignez une des 1 500 associations FSCF et vivez la passion du sport et de la culture aux côtés de 222 000 licenciés.

