

Programme départemental 2026 Gymnastique masculine



Championnat départemental individuel

Mise en compétition :

- d'un championnat pupille 6 agrès – degré 1 à 5
- d'un championnat adulte 6 agrès – degré 1 à 5
- d'un championnat jeune poussin 6 agrès – degré 1 à 4

Règlement

Règlement Imposés FSCF du programme fédéral de la saison en cours.

Chaque gymnaste peut réaliser le degré qu'il souhaite à chacun des 6 agrès, la majoration correspondante s'appliquera.

Classement

Championnat individuel pupille par catégorie d'âge

Poussin : années 2016-2015

Benjamin : années 2014-2013

Minime : années 2012-2011

Les 3 premiers par catégories seront médaillés.

Championnat individuel adulte

Au vu des effectifs de la saison. Le championnat adulte se déroule en une seule catégorie

Adulte : années 2010-2009-2008-2007-2006 et avant.

Les 3 premiers par catégories seront médaillés.

Championnat individuel jeune poussin par catégorie d'âge : 2017-2018-2019

Les 3 premiers par catégories seront médaillés.

Engagement

Les engagements se font à partir du site ALTO extension du nouveau régional <https://www.fscf-bfc.fr/> . Les droits d'engagement sont indiqués dans la circulaire. Les inscriptions doivent être enregistrées avec le paiement complet avant la date de clôture.

Juges

2 juges minimum par club engagés puis 1 juge pour 4 gyms

Discipline

- Les gymnastes et moniteurs doivent être irréprochables lors du déroulement de la compétition.

- Tous les moniteurs sont invités au début de la compétition à participer au briefing du jury et du directeur de concours pour prendre les consignes spécifiques à la compétition.

- Non présentation de la section aux juges avant ou après l'échauffement à l'agrès : pénalité de 0,3 points par gymnastes.

- Après l'échauffement, la section s'assoit en ligne sur le matériel mis à sa disposition ou sur la zone prévue à cet effet et respecte le plus grand silence. Le premier gymnaste attend, debout devant l'agrès, le signal des juges pour commencer son mouvement. A la fin de son mouvement, il va s'asseoir, le gymnaste suivant se présente debout à l'agrès et ainsi de suite jusqu'au passage de l'ensemble de gymnastes. Non-respect des consignes : 0,1 à 0,3 points de pénalités pour le gymnaste incriminé.

- Discussion gênante pour les juges : 0,1 point par gymnaste.

- Chaque gymnaste qui ne respecte pas individuellement les consignes demandées sera pénalisé de 0,5 point.

- Les gymnastes non présents lors du palmarès seront disqualifiés et non récompensés (sauf cas de force majeure), c'est le gymnaste suivant(e) qui montera sur le podium.

Matériel & Organisation

Tous les tapis seront liés entre eux par des velcros ou des scotch.

Sol

- 1 praticable ou à défaut 1 piste dynamique de 15,00 m x 2,00 m x 0,08 m
Pour le 5^{ème} degré Pupille et les 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} degrés Adulte une bande dynamique ou Piste gonflable sont autorisées, avec bande en mousse par-dessus pour les Pupilles.
Pour les Jeunes Poussins : bande de tapis 1,5 m x 10 m x 8 cm
- 1 table de juge + 4 chaises

Arçon

- 1 cheval d'arçon hauteur 1,05 m au-dessus des tapis à la partie supérieure du cheval, non comprise la hauteur des arçons.
 - 1 entourage au minimum d'un mètre de tapis de 10 cm d'épaisseur.
 - 1 tremplin autorisé minimes2, benjamin 2
 - 1 bac de magnésie
 - 1 table de juge + 4 chaises
- Jeune Poussin** : Arçons : Hauteur : 1 m. Tapis d'épaisseur 6 à 8 cm, sur 1 m de large autour du cheval. Utilisation d'un tremplin autorisé. Champignon posé au sol.

Anneaux

- 1 portique anneaux de 6,00 m de hauteur avec anneaux réglés à 2,60 m, soit 2,90m au-dessus des tapis de 20 cm d'épaisseur.
 - 2 tapis de 2,00 m x 5,00 m x 0,20 m de part et d'autres des anneaux avec sur tapis de 10 cm obligatoire.
 - Réglage de la barre de suspension autorisée.
 - 1 bac de magnésie
 - 1 table de juge + 4 chaises
- Jeune Poussin** : Hauteur anneaux bas 1,20 m. Tapis 2 m x 1 m x 0,08 m. Possibilité de fixer les anneaux bas sur une barre fixe ou une barre parallèle.

Saut

Pupilles :

- 1 table de saut hauteur 1,20 m
- 1 zone d'élan de 15 à 25 m avec si possible une piste
- 1 tremplin simple (5^{ème} degrés), 1 tremplin double (1^{er}, 2^{ème}, 4^{ème} degrés), 1 mini-trampoline (2^{ème}, 3^{ème} degrés)
- 1 table de juge + 4 chaises

Adultes

- 1 table de saut hauteur 1,35 m
- 1 zone d'élan de 15,00 à 25m avec si possible une piste

- 1 tremplin simple (1^{er}, 4^{ème}, 5^{ème} degrés) , 1 tremplin double (3^{ème} degrés), 1 mini-trampoline (2^{ème} degrés)
- 1 table de juge + 4 chaises

Jeune Poussin:

- 1 table de saut hauteur 1 m (2^{ème}, 4^{ème} degrés)
- Saut sur tapis : hauteur 0,80m (4x0,20mx2mx4m) (1^{er} et 3^{ème} degrés)
- 1 zone d'élan de 15 à 25 m avec si possible une piste
- 1 tremplin simple, 1 tremplin double (2^{ème} degrés) , 1 mini-trampoline (1^{er}, 3^{ème}, 4^{ème} degrés)
- 1 table de juge + 4 chaises

Réception : - Sauts par renversement : Tapis d'épaisseur 0,20 m, largeur 2,5 m, longueur 5 m minimum et sur tapis de 0,10 m d'épaisseur de la taille du tapis de réception.
 - Sauts sans renversement : Tapis d'épaisseur 0,20 m, largeur 2 m, longueur 4 m minimum.

Barres parallèles

- 1 bac de magnésie

Barres basses

- 1 barre parallèle haute de 1,20 m (pupilles 1 et 2 degrés & jeune poussin) au-dessus des tapis de 20 cm,
- 1 tremplin de 20 cm en entrée,
- 2 tapis de 2,00 m x 3,00 m x 0,20 m de part et d'autres des barres,
- 1 tapis au centre des barres adapté à la hauteur des tapis périphériques,
- 1 table de juge + 4 chaises

Barres hautes

- 1 barre parallèle haute de 1,80 m mesurée à l'arête supérieure des barres, au-dessus des tapis de 20 cm,
- Les gymnastes de petite taille pourront utiliser, à l'entrée, des plans inclinés ou trempins pour hisser le niveau supérieur de leurs épaules au niveau de l'arête supérieure des barres. A défaut, ils pourront abaisser la hauteur des barres dans les mêmes conditions.
- 1 tremplin de 20 cm en entrée,
 - 2 tapis de 2,00 m x 3,00 m x 0,20 m de part et d'autres des barres,
 - 1 tapis au centre des barres adapté à la hauteur des tapis périphériques, de façon à ne pas laisser d'espace en cas de chute au sol ainsi qu'un sur-tapis de 2 m x 1 m x 0,10 m.
 - 1 table de juge + 4 chaises

Barre fixe

- 1 bac de magnésie

Barre Jeune Poussin

- 1 barre fixe haute de 1,60 à 2m au-dessus du tapis, possibilité plan surélevé ou tapis supplémentaire 10cm selon degré
- 2 tapis de 2,00 x 2,00 x 0,20 de part et d'autres de la barre
- 1 tremplin ou plan surélevé

- 1 table de juge + 4 chaises
- Barre haute Pupille et Adulte
- 1 barre fixe haute de 2,50 m au-dessus du tapis (2,8m au dessus du sol)
 - 3 tapis de 3,00 x 2,00 x 0,20 réparti pour avoir 6,00 m côté sortie
 - 1 table de juge + 4 chaises

Directeur de concours

- 1 table + 4 chaises
- 1 sonorisation avec micro et musique pour les rotations

Secours

- 1 trousse de pharmacie

Secrétariat

- 1 pièce isolée
- 1 estafette pour les notes

Championnat Badges jeunes poussins

Mise en compétition :

Mise en condition permettant aux jeunes poussins d'évoluer en fonction de leur niveau pour appréhender doucement les compétitions

Règlement

Règlement Imposés FSCF du programme fédéral de la saison en cours.

Chaque gymnaste peut réaliser le degré qu'il souhaite à chacun des 6 agrès, la majoration correspondante s'appliquera.

Classement

Classement par catégorie d'âge sur les 6 agrès en suivant le tableau des points.

Badge	Minimum à réaliser
Blanc	40 points
Vert	46 points
Bleu	52 points
Marron	58 points
Tricolore	64 points

Chaque gymnaste ayant obtenu un badge est appelé pour la remise de son badge par ordre alphabétique et niveau de badge. Les badges sont fournis par les clubs.

Engagement

Les engagements se font à partir du site ALTO extension du nouveau régional <https://www.fscf-bfc.fr/> . Les droits d'engagement sont indiqués dans la circulaire. Les inscriptions doivent être enregistrées avec le paiement complet avant la date de clôture.

Juges

2 juges minimum par club engagés puis 1 juge pour 4 gyms

Discipline

- Les gymnastes et moniteurs doivent être irréprochables lors du déroulement de la compétition.
- Tous les moniteurs sont invités au début de la compétition à participer au briefing du jury et du directeur de concours pour prendre les consignes spécifiques à la compétition.
- Non présentation de la section aux juges avant ou après l'échauffement à l'agrès : pénalité de 0,3 points par gymnastes.

- Après l'échauffement, la section s'assoit en ligne sur le matériel mis à sa disposition ou sur la zone prévue à cet effet et respecte le plus grand silence. Le premier gymnaste attend, debout devant l'agrès, le signal des juges pour commencer son mouvement. A la fin de son mouvement, il va s'asseoir, le gymnaste suivant se présente debout à l'agrès et ainsi de suite jusqu'au passage de l'ensemble de gymnastes. Non-respect des consignes : 0,1 à 0,3 points de pénalités pour le gymnaste incriminé.

- Discussion gênante pour les juges : 0,1 point par gymnaste.

- Chaque gymnaste qui ne respecte pas individuellement les consignes demandées sera pénalisé de 0,5 point.

Championnat Départemental par équipe

Mise en compétition :

- d'un concours par équipe pour les pupilles
- d'un concours par équipe pour les jeunes poussins

Règlement

Règlement Imposés FSCF du programme fédéral de la saison en cours.

- Pour les pupilles, règlement imposés FSCF du programme fédéral

En raison des faibles effectifs de cette saison ; équipe de 3 à 6 gymnastes, possibilité d'engager plusieurs équipes

- Pour les jeunes poussins : règlement imposés FSCF jeune poussin du programme fédéral

Equipe de 4 à 7 gymnastes, possibilité d'engager plusieurs équipes.

- En adulte pas de compétition par équipe cette saison par manque d'effectifs.

Classement

- Pupilles : Somme des 3 meilleures notes de l'équipe à chaque agrès.
- Jeunes Poussins : Somme des 4 meilleures notes de l'équipe à chaque agrès.
- Note de discipline sur 3 points à chaque agrès par équipe.
- Les récompenses(coupe) sont fournies et remise par le CD39 aux 3 premières équipes.

Engagement

Les engagements se font à partir du site ALTO extension du nouveau régional <https://www.fscf-bfc.fr/> . Les droits d'engagement sont indiqués dans la circulaire. Les inscriptions doivent être enregistrées avec le paiement complet avant la date de clôture.

Juges

2 juges minimum pour la première équipe engagée, 1 juge par équipe au-delà

Discipline

- Les gymnastes et moniteurs doivent être irréprochables lors du déroulement de la compétition.
- Tous les moniteurs sont invités au début de la compétition à participer au briefing du jury et du directeur de concours pour prendre les consignes spécifiques à la compétition.
- Non présentation de la section aux juges avant ou après l'échauffement à l'agrès : pénalité de 0,3 points par gymnastes.
- Après l'échauffement, la section s'assoit en ligne sur le matériel mis à sa disposition ou sur la zone prévue à cet effet et respecte le plus grand silence. Le premier gymnaste attend, debout devant l'agrès, le signal des juges pour commencer son mouvement. A la fin de son mouvement, il va s'asseoir, le gymnaste suivant se présente debout à l'agrès et ainsi de suite jusqu'au passage de l'ensemble de gymnastes. Non-respect des consignes : 0,1 à 0,3 points de pénalités pour le gymnaste incriminé.
- Discussion gênante pour les juges : 0,1 point par gymnaste.
- Chaque gymnaste qui ne respecte pas individuellement les consignes demandées sera pénalisé de 0,5 point.
- Les gymnastes non présents lors du palmarès seront disqualifiés et non récompensés (sauf cas de force majeure), c'est le gymnaste suivant(e) qui montera sur le podium.

Matériel & Organisation

Tous les tapis seront liés entre eux par des velcros ou des scotch.

Sol

- 1 praticable ou à défaut 1 piste dynamique de 15,00 m x 2,00 m x 0,08 m
Pour le 5^{ème} degré Pupille et les 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} degrés Adulte une bande dynamique ou Piste gonflable sont autorisées, avec bande en mousse par-dessus pour les Pupilles.
Pour les Jeunes Poussins : bande de tapis 1,5 m x 10 m x 8 cm
- 1 table de juge + 4 chaises

Arçon

- 1 cheval d'arçon hauteur 1,05 m au-dessus des tapis à la partie supérieure du cheval, non comprise la hauteur des arçons.
 - 1 entourage au minimum d'un mètre de tapis de 10 cm d'épaisseur.
 - 1 tremplin autorisé minimes2, benjamin 2
 - 1 bac de magnésie
 - 1 table de juge + 4 chaises
- Jeune Poussin** : Arçons : Hauteur : 1 m. Tapis d'épaisseur 6 à 8 cm, sur 1 m de large autour du cheval. Utilisation d'un tremplin autorisée. Champignon posé au sol.

Anneaux

- 1 portique anneaux de 6,00 m de hauteur avec anneaux réglés à 2,60 m, soit 2,90m au-dessus des tapis de 20 cm d'épaisseur.
- 2 tapis de 2,00 m x 5,00 m x 0,20 m de part et d'autres des anneaux avec sur tapis de 10 cm obligatoire.
- Réglage de la barre de suspension autorisée.
- 1 bac de magnésie
- 1 table de juge + 4 chaises

Jeune Poussin : Hauteur anneaux bas 1,20 m. Tapis 2 m x 1 m x 0,08 m. Possibilité de fixer les anneaux bas sur une barre fixe ou une barre parallèle.

Saut

Pupilles :

- 1 table de saut hauteur 1,20 m
- 1 zone d'élan de 15 à 25 m avec si possible une piste
- 1 tremplin simple (5^{ème} degrés), 1 tremplin double (1^{er}, 2^{ème}, 4^{ème} degrés), 1 mini-trampoline (2^{ème}, 3^{ème} degrés)
- 1 table de juge + 4 chaises

Adultes

- 1 table de saut hauteur 1,35 m
- 1 zone d'élan de 15,00 à 25m avec si possible une piste

- 1 tremplin simple (1^{er}, 4^{ème}, 5^{ème} degrés) , 1 tremplin double (3^{ème} degrés), 1 mini-trampoline (2^{ème} degrés)
- 1 table de juge + 4 chaises

Jeune Poussin:

- 1 table de saut hauteur 1 m (2^{ème}, 4^{ème} degrés)
- Saut sur tapis : hauteur 0,80m (4x0,20mx2mx4m) (1^{er} et 3^{ème} degrés)
- 1 zone d'élan de 15 à 25 m avec si possible une piste
- 1 tremplin simple, 1 tremplin double (2^{ème} degrés) , 1 mini-trampoline (1^{er}, 3^{ème}, 4^{ème} degrés)
- 1 table de juge + 4 chaises

Réception : - Sauts par renversement : Tapis d'épaisseur 0,20 m, largeur 2,5 m, longueur 5 m minimum et sur tapis de 0,10 m d'épaisseur de la taille du tapis de réception.
 - Sauts sans renversement : Tapis d'épaisseur 0,20 m, largeur 2 m, longueur 4 m minimum.

Barres parallèles

- 1 bac de magnésie

Barres basses

- 1 barre parallèle haute de 1,20 m (pupilles 1 et 2 degrés & jeune poussin) au-dessus des tapis de 20 cm,
- 1 tremplin de 20 cm en entrée,
- 2 tapis de 2,00 m x 3,00 m x 0,20 m de part et d'autres des barres,
- 1 tapis au centre des barres adapté à la hauteur des tapis périphériques,
- 1 table de juge + 4 chaises

Barres hautes

- 1 barre parallèle haute de 1,80 m mesurée à l'arête supérieure des barres, au-dessus des tapis de 20 cm,
- Les gymnastes de petite taille pourront utiliser, à l'entrée, des plans inclinés ou trempins pour hisser le niveau supérieur de leurs épaules au niveau de l'arête supérieure des barres. A défaut, ils pourront abaisser la hauteur des barres dans les mêmes conditions.
- 1 tremplin de 20 cm en entrée,
 - 2 tapis de 2,00 m x 3,00 m x 0,20 m de part et d'autres des barres,
 - 1 tapis au centre des barres adapté à la hauteur des tapis périphériques, de façon à ne pas laisser d'espace en cas de chute au sol ainsi qu'un sur-tapis de 2 m x 1 m x 0,10 m.
 - 1 table de juge + 4 chaises

Barre fixe

- 1 bac de magnésie

Barre Jeune Poussin

- 1 barre fixe haute de 1,60 à 2m au-dessus du tapis, possibilité plan surélevé ou tapis supplémentaire 10cm selon degré
- 2 tapis de 2,00 x 2,00 x 0,20 de part et d'autres de la barre
- 1 tremplin ou plan surélevé

- 1 table de juge + 4 chaises
- Barre haute Pupille et Adulte
- 1 barre fixe haute de 2,50 m au-dessus du tapis (2,8m au dessus du sol)
 - 3 tapis de 3,00 x 2,00 x 0,20 réparti pour avoir 6,00 m côté sortie
 - 1 table de juge + 4 chaises

Directeur de concours

- 1 table + 4 chaises
- 1 sonorisation avec micro et musique pour les rotations

Secours

- 1 trousse de pharmacie

Secrétariat

- 1 pièce isolée
- 1 estafette pour les notes