

FEDERATION SPORTIVE ET CULTUREL DE FRANCE
LIGUE DE L'ORLEANAIS

CONCOURS REGIONAL EN SECTION POUSSINES

ST DENIS EN VAL Village Sportif (45)- 25 Mai 2008

CONSIGNES

1) Vous aurez à disposition

- 2 tables de saut
- 3 barres (dont 2 à haubans et 1 traditionnelle)
- 3 poutres
- 3 bandes de sol (dont 2 dynamiques)
- 5 emplacements pour la formation physique

2) Organisation de la compétition

- L'échauffement se fera dans la « salle annexe ». Il n'y aura pas d'échauffement général aux agrès.
- Le contrôle des licences se fera également dans la salle annexe.
A l'appel vous vous rendrez à votre premier agrès (votre agrès de départ est inscrit sur la grille des horaires)
- Préparez vos cartons de passage en appliquant les consignes données les années précédentes.
- L'échauffement spécifique est :
 - 30 s par gyms en Saut, Poutre, Sol et Evolution rythmée
 - 40 s par gyms aux Barres

Les temps d'échauffement seront chronométrés par les juges.

- Suivant l'effectif de votre association et selon votre choix, vous dédoublez ou non vos groupes : *1^{er} demi-groupe* : Echauffement + Passage
2^{ème} demi-groupe : Echauffement + Passage

Les 2 groupes se rendent ensemble au prochain agrès à la fin de leur passage. Les gyms seront assises « en attente »

- **Attention les rotations ne sont pas dans l'ordre olympique :**

Saut - Poutre (dans le gymnase 2) Barres –Sol – Formation physique (dans le gymnase 1)

3) Rappel

- Gymnastes :

- Justaucorps, strapping, bijoux...conformément au programme fédéral
- Discipline (note sur 10) programme fédéral

- Moniteurs et accompagnateurs des gyms sur le plateau

- Port obligatoire d'un tee-shirt blanc, avec pantalon de survêtement ou corsaire, ou tenue complète du club (tenue uniforme dans la couleur des vêtements)

Le non respect de cette consigne entraînera une pénalité de 0,3 point par moniteur et l'exclusion du plateau.

- Juges

- Tenue blanche ou marine et blanche (pour les dames), tenue grise et marine (pour les messieurs) et chaussons de gyms obligatoires
- Jugements : Relire soigneusement le programme fédéral.

4) Répartitions

4 Jury saut

6 Jury Barres : *Les juges seront regroupés aux barres à haubans, 2 groupes pour l'une, 2 groupes pour l'autre, et les juges de la barre traditionnelle (2 groupes) se déplaceront, si nécessaire, pour les gyms qui utilisent un écartement supérieur à celui de cette barre)*

6 Jury Poutre

5 Jury Sol : *Les juges seront regroupés 2 groupes pour une bande dynamique, 2 groupes pour l'autre bande dynamique, et les juges du sol « classique » (1 seul groupe) se déplaceront, si nécessaire, pour les gyms qui utilisent un sol dynamique (4^{ème} ou 5^{ème} degré).*

5 Jury Formation Physique

5) Résultats

Vous apporterez vos pancartes pour la présentation des associations pour le palmarès qui est prévu à 16h45.