



**CODE
CATEGORIE 2**

EDITION 2017

**Gymnastique
féminine**

Compétition sur
le programme libre



Fédération
Sportive
et Culturelle
de France

www.fscf.asso.fr

AVANT PROPOS

Les compétitions individuelles Catégorie 2 sont organisées seulement sur le plan départemental et régional.

Pour s'engager en Catégorie 2, la gymnaste doit avoir un niveau minimum 5^{ème} étoile et ne pas avoir participé au 1^{er} tour des Coupes OU ne pas avoir obtenu le nombre de points qualificatifs pour les ½ Finales des Coupes.

Les valeurs des éléments et les critères de notation sont définis dans le Code de Pointage FIG 2017-2020 en cours et le Code Catégorie 2 FSCF édité par la CNGF.

Ce Code Catégorie 2 reprend les difficultés les plus couramment réalisées par nos gymnastes en Catégorie 2 et figurant sur le code FIG en vigueur. Cependant, certains éléments non répertoriés dans le code FIG 2017-2020 ont été ajoutés sous l'appellation « **A_{FSCF}** ».

Pour les Barres, Poutre et Sol, la composition des mouvements est libre, en ce qui concerne le Saut, pour toutes les catégories d'âges, 2 sauts identiques ou différents sont demandés.

Si une gymnaste tient absolument à réaliser un saut à la table, une difficulté en barres, poutre, sol (minimum "B") ne figurant pas dans ce Code :

Avant le début de la compétition, l'entraîneur devra prévenir par écrit le Président du Jury et spécifier la référence de l'élément du code FIG choisi. Il lui appartiendra ensuite d'en informer les juges de l'agrès concerné.

LES GYMNASTES

- La gymnaste doit porter un justaucorps correct, non transparent dont le style doit être élégant, avec ou sans manche (les bretelles de moins de 2 cm ne sont pas autorisées).
- Elle ne doit pas porter de bijoux (bracelets ou colliers) seules les petites boucles d'oreilles (clous d'oreilles) sont autorisées.
- Les rembourrages au niveau des hanches sont interdits. La gymnaste peut porter des bandages, ceux-ci doivent être fixés correctement.
- Les poignets de protection sont autorisés.
- La gymnaste peut à sa convenance porter des chaussons ou chaussettes.
- **Utilisation de la magnésie :**
 - Pour la préparation des barres, la magnésie doit être utilisée de façon raisonnable.
 - Il est possible de placer des petits repères magnésie sur la poutre.
 - Il n'est pas permis de mettre de la magnésie sur le praticable ou à la table de saut.
- **Signal de départ :** la gymnaste doit faire attention au panneau vert ou au signal de départ. Elle dispose de 30 secondes pour commencer son exercice, sinon pénalité de 0,30 pt. Si elle ne commence pas dans les 60 secondes, elle n'est pas autorisée à faire son mouvement.
- **Chutes :**

Après une chute en barres, elle a 30 secondes pour remonter sur l'agrès sans pénalité (remettre de la magnésie, parler avec son entraîneur) :

 - Si la gym dépasse ce temps, une déduction de 0,30 pt est appliquée sur la note finale.
 - Si au bout de 60 secondes la gym n'a pas recommencé, son exercice est considéré terminé.

Après une chute en poutre, elle dispose de 10 secondes pour remonter sur l'agrès sans pénalité :

 - Si la gym dépasse ce temps, une déduction de 0,30 pt est appliquée sur la note finale.
 - Si au bout de 60 secondes la gym n'a pas recommencé, son exercice est considéré terminé.

Le chronométrage de la chute commence quand la gymnaste s'est remise debout.
- Elle doit assister aux remises de récompenses en justaucorps.
- **Modification des agrès :**
 - La gymnaste doit mettre un tapis supplémentaire de 10 cm au-dessus du tapis de réception normal (20 cm) pour les sorties au saut, barres et poutre. Le tapis supplémentaire ne peut être déplacé pendant l'exercice.
 - Aux barres asymétriques, **avec une autorisation écrite du Président du Jury**, elle peut monter les deux porte-mains (de 5 cm chacun) si ses pieds ou son bassin touchent le tapis (nb : il faut respecter les normes d'écartement des barres 1m80 maxi à l'oblique).
 - **Echauffement :** 30 secondes par gymnaste en poutre et sol, 50 secondes en table de saut et en barres. La fin de l'échauffement ayant été signalée, la gymnaste encore sur l'agrès peut terminer la séquence ou l'élément commencé. Pour le saut : chaque gymnaste a le droit d'effectuer 3 courses (pour 2 sauts) même si le temps d'échauffement est écoulé.
- La gymnaste doit se présenter en début et en fin d'exercice.

LES ENTRAINEURS

- Ils doivent se comporter **de manière sportive et loyale** aux agrès, pendant les déplacements et lors de la remise des récompenses.
- Ils doivent connaître le Code Catégorie 2 et les règlements du Programme Fédéral Féminin et s'y conformer.
- **Ils ont le droit :**
 - D'aider la gymnaste pendant la durée de l'échauffement (sécurité, déplacement tremplin et tapis ou régler les barres).
 - De rester près ou à l'intérieur des barres pendant la durée de l'exercice sans pénalité.
 - De donner des conseils à la gymnaste pendant la durée d'une chute.
 - De se renseigner auprès du Président du Jury au sujet de l'évaluation de l'exercice (note D).
 - D'être deux par groupe d'association et par agrès.
- **Il n'est pas permis aux entraîneurs de :**
 - Parler, faire des signes ou des appels ou crier pendant l'exercice.
 - Gêner la visibilité des juges lorsqu'ils restent près de l'agrès ou lorsqu'ils enlèvent le tremplin.
 - Modifier la hauteur des barres sans l'autorisation du Président du Jury.
 - Se renseigner auprès du jury au sujet du jugement pendant la compétition.
 - Retarder la compétition.
 - Enlever les ressorts du tremplin.

LES JUGES

- Ils doivent avoir une connaissance exacte du Code Catégorie 2.
- Ils doivent assister aux formations et aux recyclages.
- Ils doivent être présents sur le lieu de compétition à l'heure convenue et participer à la réunion de juges.
- Ils doivent porter la tenue réglementaire des juges.
- Ils doivent juger de **"manière précise, régulière, rapide, objective et impartiale"** et en **cas de doute de prendre une décision en faveur de la gymnaste.**
- Ils ne doivent pas quitter leur place sans autorisation.
- Ils ne doivent pas avoir de contacts avec les entraîneurs lors des pauses ou des changements de rotation.
- Ils doivent remplir les feuilles de cotation en écriture symbolique.

NOTATION

SAUT :

Chaque valeur du saut est donnée par le jury D et le saut est noté par le jury E.
La note de chaque saut est calculée séparément.
La meilleure note est retenue comme note finale.

BARRES, POUTRE ET SOL :

JURY D : • Valeurs de difficultés (VD) A = 0,10 pt A_{FSCF} = 0,10 pt B = 0,20 pt C = 0,30 pt
En Barres, Poutre et Sol : 7 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée.
Tous les éléments **doivent être codifiés** (Code FIG et Catégorie 2) pour être comptabilisés en VD.

Tous les éléments doivent être différents pour être comptabilisés.

Le jury D reconnaît toujours la VD. Si les éléments ne répondent pas aux exigences techniques ils reçoivent une VD inférieure ou sont reconnus comme autres éléments du tableau des difficultés (ou sans valeur).

Le décompte se fait dans l'ordre chronologique.

Une seule difficulté C est autorisée par le jury D. Si une gymnaste exécute une 2^{ème} C dans son mouvement, elle sera pénalisée de **2 points** sur la note finale par le jury D.

- Exigences de Composition (EC) **4 x 0,50 pt = 2,00 pts**

$$\text{VD} + \text{EC} = \text{NOTE D}$$

JURY E : Exécution (fautes générales, fautes spécifiques à l'agrès, fautes d'artistiques et/ou exercice trop court).

$$\text{NOTE E} = \text{sur 10 points}$$

$$\text{NOTE FINALE} : \text{NOTE D} + \text{NOTE E}$$

La gymnaste conservera toujours sa note D même si la note E est de 0 ou négative.

EXIGENCES DE COMPOSITION

Seuls les éléments issus du tableau des difficultés peuvent remplir les EC.

Un élément peut remplir plusieurs EC.

Les Exigences de Composition seront développées à chaque agrès.

REPETITION

Tout élément répété n'est comptabilisé qu'une seule fois en VD.

Un élément exécuté en entrée et en cours de mouvement ne reçoit qu'une fois la VD.

La répétition des éléments ne sera pas pénalisée mais les éventuelles fautes d'exécution seront déduites de la note E.

DIRECTIVES TECHNIQUES

Les pirouettes gymniques et les sauts gymniques avec rotation(s) à la poutre et au sol

Reconnaissance des tours :

- Le tour doit être complètement terminé (placement du pied) ou un autre élément du code sera attribué.
- La position des épaules et des hanches est décisive ou un autre élément du code sera attribué.
- Pour les sous-rotations, l'élément reçoit une valeur inférieure :
- En poutre : 2 tours deviennent 1 tour $\frac{1}{2}$
- Au sol : 2 tours deviennent 1 tour.

Exigences pour les tours :

- Doivent être exécutés sur $\frac{1}{2}$ pointes.
- Doivent avoir une forme fixe et précise pendant toute la rotation.
- La valeur de difficulté ne change pas que la jambe d'appui soit tendue ou fléchie.
- Pour les tours sur 1 jambe avec la jambe libre placée dans une position spécifique, celle-ci doit être maintenue pendant tout le tour. Sinon, un autre élément du code sera attribué.

Reconnaissance des SAUTS avec tours :

- L'augmentation de la rotation est de :
 - 180° à la poutre et au sol (sauts grand écart, écart latéral et pied-tête)
 - 360° au sol
- Pour les sous-rotations de 30° ou plus, on reconnaît un autre élément du code (avec pénalité de 0,10 pt pour manque de précision).

Exemples : Changement de jambes $\frac{1}{2}$ tour devient changement de jambes $\frac{1}{4}$ de tour poutre/sol)

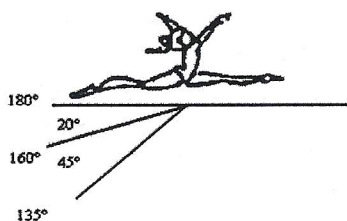
Saut vertical 2 tours devient saut vertical 1 tour (sol)

Saut vertical 1 tour $\frac{1}{2}$ devient saut vertical 1 tour (poutre).

- L'élément n'est pas différent avec $\frac{1}{4}$ de tour supplémentaire (- 0,10 pt pour manque de précision).

Exigences pour les écarts

Pour les sauts et les tours avec écarts de 180°



Ecart insuffisant

Jury E :

- De 0 à 20° - 0,10 pt
- De 20° à 45° - 0,30 pt
- 45° et + : reçoit la valeur d'un autre élément du code ou pas de VD

EXIGENCES POUR ELEMENTS GYMNINIQUES PARTICULIERS

Saut changement de jambes



Exigences :

- Elan de jambe libre à 45° min.
- Elan avec jambe libre tendue

Jury D

- Manque d'élan de la jambe libre : saut grand écart

Jury E

- Elan de jambe libre moins de 45° - 0,10 pt
- Jambe libre fléchie - 0,10/0,30 pt

Saut de mouton



Exigences :

- Haut du dos cambré et tête en extension et les pieds couronnent la tête
- Extension des hanches

Jury D

- Pas de cambré et extension de tête - pas de VD
- Pieds dessous hauteur des épaules - pas de VD

Jury E

- Cambré insuffisant - 0,10 pt
- Pieds à hauteur épaules et en-dessous - 0,10 pt
- Extension insuffisante des hanches - 0,10 pt
- Jambes pas assez fléchies $\leq 90^\circ$ - 0,10 pt

Saut groupé avec/sans tour



Exigences :

- Angle des hanches inférieur à 90°
- Genoux au-dessus de l'horizontale

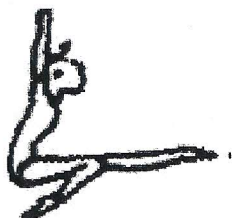
Jury D

- Angle hanches/genoux $> 135^\circ$ - pas ou autre VD

Jury E

- Genoux à l'horizontale - 0,10 pt
- Genoux sous l'horizontale - 0,30 pt

Saut cosaque avec/sans tour



Exigences :

- Angle des hanches moins de 90°
- Jambe tendue au-dessus de l'horizontale

Jury D

- Angle hanches/genoux $> 135^\circ$ - pas ou autre VD

Jury E

- Jambe tendue à l'horizontale - 0,10 pt
- Jambe tendue sous l'horizontale - 0,30 pt

Saut de chat avec/sans tour



Exigences :

- Montée alternative des jambes
- Genoux au-dessus de l'horizontale
- Evaluation par rapport au genou le plus bas

Jury D

- Angle des hanches > 135° - pas ou autre VD
- Manque d'alternance - saut groupé

Jury E

- Une ou les deux jambes à l'horizontale - 0,10 pt
- Une ou les deux jambes sous l'horizontale - 0,30 pt

Saut carpié écarté avec/sans tour



Exigences :

Les deux jambes doivent être au-dessus de l'horizontale

Jury D

- Angle des hanches > 135° - pas ou autre VD

Jury E

- Position incorrecte des jambes (asymétriques) - 0,10 pt
- Jambes à l'horizontale - 0,10 pt
- Jambes sous l'horizontale - 0,30 pt

NOUVEAU

Le maximum de déductions cumulées pour déviation par rapport aux exigences pour la position du corps ne peut pas dépasser 0,50 pt.

Les déductions pour la forme du corps incluent :

Manque d'écart

Jambes fléchies

Pointes de pieds pas tendues

Déductions spécifiques à la forme du corps (listées au point 4.3).

A cela peuvent s'ajouter les fautes pour manque d'amplitude et les fautes de réception (déséquilibre par exemple).

LES CHUTES

- **A la Table de Saut** : Si la réception n'est pas faite sur les deux pieds d'abord, le saut est nul.
- **Aux Barres**, pour les éléments avec envol :
 - Avec saisie de la barre des deux mains (suspension ou appui momentané), la VD est attribuée.
 - Sans saisie de la barre, la VD n'est pas attribuée.
- **En Poutre**, pour les éléments gymniques et acrobatiques :
 - S'il y a réception sur un ou deux pieds, la VD est attribuée.
 - S'il n'y a pas réception sur un ou deux pieds, la VD n'est pas attribuée.
- **Au sol ou pour les réceptions de salto en sortie de poutre et de barres** :
 - S'il y a réception sur les pieds d'abord, la VD est attribuée.
 - S'il n'y a pas réception sur les pieds, la VD n'est pas attribuée.

SORTIE AUX BARRES ET EN POUTRE

- La chute se produit quand la sortie est commencée mais sans arriver sur les pieds d'abord :
 - Jury D : Pas de VD - 6 éléments seulement comptabilisés
 - Jury E : 1,00 pt pour la chute.

- La chute se produit sans que la gym ne tente une sortie :
 - Jury D : Pas de VD - 6 éléments seulement comptabilisés
 - Jury E : - 0,50 pt «pas de sortie»
 - déductions pour fautes de réception (ou 1,00 pt si chute).

EXERCICE TROP COURT

Après notification du jury D, le jury E additionnera la déduction pour exercice trop court aux autres déductions (exécution/artistique) :

- 5 éléments ou + reconnus : pas de déduction
- 4 éléments reconnus : - 4 points
- 3 éléments reconnus : - 5 points
- 1 à 2 éléments reconnus : - 8 points
- Aucun élément reconnu : - 10 points

TABLEAU DES FAUTES GENERALES

Fautes d'exécution – Jury E		Petites	Moyennes	Grosses	Très grosses
		0,10	0,30	0,50	0,80 ou plus
• Bras fléchis ou jambes fléchies	Ch. fois	X	X	X	
• Jambes ou genoux écartés	Ch. fois	X	> largeur épaules		
• Jambes croisées dans les éléments avec vrilles	Ch. fois	X			
• Hauteur insuffisante des éléments	Ch. fois	X	X		
• Manque de précision de la position groupée ou carpée dans les salti simples	Ch. fois	X 90° angle bassin	X > 90° angle bassin		
• Ne pas maintenir la position corps tendu (<i>fermeture trop tôt</i>)	Ch. fois	X	X		
• Hésitation pendant l'exécution des éléments et mouvements	Ch. fois	X			
• Déviation par rapport à l'axe	Ch. fois	X			
• Position du corps et/ou des jambes dans les éléments (<i>non gymniques</i>) : • Alignement du corps • Pas d'extension pieds/pieds relâchés • Ecart insuffisant dans les éléments acro (<i>sans envol</i>)	Ch. fois Ch. fois Ch. fois	X X X	X		
• Ne pas remplir les exigences techniques des éléments gymniques	Ch. fois	X	X	X	
• Précision (<i>chaque mouvement a une position de départ et finale précise. Chaque phase du mouvement doit démontrer un contrôle parfait</i>)	Ch. fois	X			
• Essai sans exécuter un élément (<i>course à vide</i>)			X		
• Rebond sur le tremplin avant l'entrée (quel que soit le nombre)				X	
Fautes de réception (tous les éléments y compris les sorties)		S'il n'y a pas de chute la déduction maximum pour fautes de réception ne peut dépasser 0,80 pt.			
• Exécution de la sortie trop près de l'agrès (barres, poutre)			X		
• Jambes écartées à la réception	Ch. fois	X			
• Elan supplémentaire des bras		X			
• Déséquilibre	Ch. fois	X	X		
• Pas supplémentaire, petit sursaut	Ch. fois	X			
• Très grand pas ou saut (<i>plus d'1 mètre</i>)	Ch. fois		X		
• Fautes de position du corps	Ch. fois	X	X		
• Flexion profonde	Ch. fois			X	
• Flexion profonde + chute	Ch. fois				1,00
• Appui sur le tapis ou l'agrès avec 1 ou 2 mains	Ch. fois				1,00
• Chute sur le tapis sur les genoux ou le bassin	Ch. fois				1,00
• Chute sur ou contre l'agrès (<i>sauf aux barres</i>)					1,00
• La réception des éléments n'est faite sur les pieds d'abord	Ch. fois				1,00

FAUTES – Jury D		Petites	Moyennes	Grosses	Très grosses
		0,10	0,30	0,50	0,80 ou plus
• La réception n'est pas faite sur les pieds d'abord (ou dans la position demandée)	Ch. fois				Pas de VD, EC
• Ne pas se présenter avant et/ou après l'exercice au jury de l'agrès	Gym/agrès		X sur la note finale		
Comportement de l'entraîneur					
• Aide (se cumule avec présence de l'entraîneur)	Barres, Poutre, Sol Ch. fois			1,00 sur la note finale Pas de VD, EC	
• Présence non autorisée d'une aide	Gym/agrès			0,50 sur la note finale	
• Signes, conseils verbaux, cris, etc. de l'entraîneur à sa gymnaste	Gym/agrès			0,50 sur la note finale	
Par le jury D (sur la Note Finale)					
Comportement de la gymnaste					
• Rembourrages incorrects ou inesthétiques	Gym/agrès		X		
• Utilisation de la magnésie incorrecte	Gym/agrès			X	
• Tenue incorrecte – justaucorps, bijoux	Gym/agrès		X		
Irrégularités aux agrès					
• Ne pas utiliser le tapis de réception supplémentaire	Gym/agrès			X	
• Modifier la hauteur des agrès sans autorisation	Gym/agrès			X	
• Placer le tremplin sur une surface non autorisée	Gym/agrès			X	
• Enlever les ressorts du tremplin	Gym/agrès			X	
• Utilisation de tapis supplémentaire non autorisé	Gym/agrès			X	
• Déplacer le tapis supplémentaire pendant l'exercice	Gym/agrès			X	
Remarque par le jury D de l'agrès					
• Dépassement flagrant du temps d'échauffement (après avertissement) pour les gymnastes individuelles	Gym/agrès		X sur la note finale		
• Ne pas commencer dans les 30 sec. après la mise du carton vert	Gym/agrès		X sur la note finale		
• Ne pas commencer l'exercice dans les 60 sec.	Gym/agrès				Exercice terminé
• Dépassement du temps de chute autorisé (barres et poutre)	Gym/agrès		X sur la note finale		
• Dépassement du temps de chute de 60 sec. (barres et poutre)	Gym/agrès				Exercice terminé
• Dépassement du temps de l'exercice (sol)	Gym/agrès	X			
Par le président du jury (après avoir consulté le jury)					
Comportement de la gymnaste					
• Quitter l'aire de compétition sans la permission de la présidente du jury					Disqualifiée
• Ne pas participer à la remise des récompenses (sans permission)					Note / classement annulé
• Retard injustifié ou interruption de la compétition					Disqualifiée
• Comportement antisportif de la gym	Gym/agrès		X		
• Présence interdite sur le podium			X		
• Parler avec les juges en activité pendant la compétition	Gym/agrès		X		