



# TRAMPOLINE



## PROGRAMME

NIVEAU PREPARATOIRE  
&  
DIVISIONS 1-2-3-4

2014 ♦ 2015

Edition Septembre 2014



# SOMMAIRE

<b>SOMMAIRE</b>	<b>2</b>
<b>GENERALITES - TOUTES DIVISIONS</b>	<b>1</b>
CATEGORIES D'AGE	1
TENUE VESTIMENTAIRE DES GYMNASTES	2
PROGRAMME TECHNIQUE	2
COMPETITIONS	3
JURY	4
<b>NIVEAU PREPARATOIRE</b>	<b>5</b>
SERIES	5
SERIE IMPOSEE PRE-PUPILLES ET PUPILLES	5
SERIE IMPOSEE BENJAMINS	5
<b>DIVISION 1</b>	<b>6</b>
SERIES	6
SERIE IMPOSEE MINIMES 1	6
SERIE IMPOSEE MINIMES 2	6
SERIE IMPOSEE ESPOIRS	6
SERIE IMPOSEE JUNIORS	6
SERIE IMPOSEE SENIORS	7
<b>DIVISION 2</b>	<b>8</b>
SERIES	8
SERIE IMPOSEE MINIMES 1 & 2	8
SERIE IMPOSEE ESPOIRS	8
SERIE IMPOSEE JUNIORS	8
SERIE IMPOSEE SENIORS	8
<b>DIVISION 3</b>	<b>9</b>
SERIES	9
NIVEAU 3	9
NIVEAU 2	9
NIVEAU 1	9
<b>DIVISION 4</b>	<b>10</b>
PROGRAMME	10
SERIES	10
BREVET BRONZE	10
BREVET ARGENT	11
BREVET OR	11
<b>TABLEAU RECAPITULATIF</b>	<b>12</b>

# Généralités - Toutes divisions

## Catégories d'âge

Année Naiss.	Divisions			
	1	2	3	4
2007	Pré-pupilles (niveau préparatoire)			Bronze
2006	Pupilles (niveau préparatoire)			
2005	Benjamins (niveau préparatoire)			
2004	Minimes 1	Minimes 1	Niveau 3	Argent
2003	Minimes 2	Minimes 2		
2002 2001	Espoirs	Espoirs	Niveau 2	
2000 1999	Juniors	Juniors		
1998	Juniors ou Seniors	Seniors	Niveau 1	Or
1997 <i>et avant</i>	Seniors			

Les gymnastes nés après 2007 ne peuvent pas participer aux compétitions.

Les gymnastes de Div.1 peuvent participer dans une catégorie d'âge supérieure, comme autorisé par le règlement FIG. Les gymnastes de Div. 2 ou des niveaux préparatoires ne peuvent pas participer dans une catégorie d'âge supérieure. Les gymnastes de Div. 3 et 4 sont libres de s'inscrire dans le Brevet ou le Niveau de leur choix (sans limite d'âge) à condition, pour la Div. 3, que le gymnaste soit né en 2004 ou avant. Dans le cas contraire, le gymnaste doit s'inscrire soit dans le niveau préparatoire adéquat soit en D4.

Pour les catégories du niveau préparatoire ainsi que pour les Minimes 1 et 2 (Div. 1-2) et Espoirs (Div. 2), il n'y a pas de distinction entre les filles et les garçons. Idem pour la Div. 3 et la Div. 4 où le classement est effectué par Niveau/Brevet sans distinction entre les filles et les garçons.

Chaque gymnaste a le choix de la Division, du Niveau ou du Brevet dans lequel il participe. Le choix de cette Division/Niveau/Brevet est valable pour toute la saison. Un gymnaste ne peut pas descendre de Division, de Niveau ou de Brevet en cours de saison.



Au cas où les minimas de qualifications sont obtenus dans une catégorie (Div. 1-2), le gymnaste les ayant obtenus n'est pas autorisé à descendre de catégorie durant la saison ou la saison d'après.

## Tenue vestimentaire des gymnastes

- Div. 1 et Div. 2 (telle que définie dans le règlement FIG) :
  - Filles : une tunique.
  - Garçons : un maillot et un long pantalon ou un short de gymnastique (tout autre modèle de short (cycliste, football, plage, etc) ne sera pas accepté).
- Div. 3 et Div. 4 :
  - Idem qu'en Div. 1-2, ou
  - T-shirt uni et short de gymnastique (tout autre modèle de short (cycliste, football, plage, etc) ne sera pas accepté).

Le port de chaussons de gymnastique ou des chaussettes blanches est obligatoire. Tout manquement important aux règles vestimentaires se verra sanctionner (cf. règlement FIG).

## Programme technique

Pour les Divisions 1-2-3, les gymnastes exécutent 1 série imposée (ou libre à exigences) et 1 série libre. Pour la Division 4, les gymnastes exécutent deux fois la même série imposée. Pour les libres à exigences, les différentes exigences ne peuvent pas être combinées en 1 seul saut.

Les séries imposées sont décrites dans le programme ci-dessous. Elles doivent être exécutées dans l'ordre décrit sans quoi on considère qu'il y a interruption de la série. Pour les séries libres, veuillez vous référer au code de pointage FIG 2013-2016.

### Tableau récapitulatif des difficultés minimales et maximales par division et par catégorie pour la construction des séries libres

	Division 1	Division 2	Division 3
<b>Pré-pupilles</b>	<b>Niveau préparatoire</b> Pas de Min. – Pas de Max.		
<b>Pupille</b>	<b>Niveau préparatoire</b> Pas de Min. – Pas de Max.		
<b>Benjamins</b>	<b>Niveau préparatoire</b> Pas de Min. – Pas de Max.		
<b>Minimes 1</b>	Min. 3.50 pts	Min. 2.00 pts - Max. 3.50 pts	<b>Niveau 3</b> Min 1,3 pts – Max. 2,4 pts
<b>Minimes 2</b>	Min. 4.50 pts	Min. 2.50 pts - Max. 4.50 pts	
<b>Espoirs</b>	Min. 6.00 pts	Min. 3.00 pts - Max. 6.00 pts	
<b>Juniors</b>	Min. 8.00 pts (♀) Min. 9.00 pts (♂)	Min. 4.00 pts - Max. 8.00 pts	<b>Niveau 2</b> Min 2,0 pts - Max 2,9 pts
<b>Seniors</b>	Min. 9.00 pts (♀) ou 10.50 pts (♂)	Min. 4.00 pts - Max. 9.00 pts	<b>Niveau 1</b> Min. 2,5 pts - Max 4,7 pts

Chaque série doit être précédée de trois chandelles minimum. Dans le cas contraire, une pénalité de 0.5 points sera appliquée par chaque juge à l'exécution.



Si, lors de séries, la difficulté minimale n'est pas exécutée, le gymnaste sera pénalisé de -0.30 points par le juge arbitre pour chaque dixième de point sous la valeur de difficulté minimale. Une répétition n'est pas considérée comme une interruption de la série. La pénalité reste donc valable.

Quand la valeur de difficulté exécutée est plus haute que le maximum autorisé, la valeur maximale est attribuée.

Dans les séries libres, les éléments sans valeur de difficulté qui sont répétés reçoivent une pénalité de 1.5 points. Cette pénalité est attribuée par le juge arbitre.

Pour les Div. 1-2, le temps de vol doit être pris en compte pour le calcul de la note finale. Pour calculer le temps de vol, il faut suivre la règle suivante :

- utiliser une machine de temps de vol, ou
- filmer le gymnaste, et soustraire le temps du take-in du dernier saut par le temps du take-in de la dernière chandelle (avant le premier saut) et multiplier le résultat par 13/15.

Les salto (minimum 270°) avec une réception avant sur les pieds "en aveugle" ne sont pas autorisés dans une série de trampoline, excepté comme 10<sup>ème</sup> saut (saut final). Si cela se produit, la série est interrompue. Cette règle inclut, mais ne se limite pas aux sauts suivants : salto avant (.4-), double salto avant (.8--), vrille avant (.4 2), ...

## Compétitions

Pour les **Div. 1-2**, il y a trois compétitions par saison :

- Le Championnat provincial : participation ouverte à tous
- Le Championnat FfG : participation ouverte à tous
- Le Championnat de Belgique / la Coupe FRBG : participation sur sélection.

Pour le **Niveau Préparatoire** ainsi que pour les **Div. 3-4**, il y a deux compétitions par saison :

- Le Championnat provincial : participation ouverte à tous
- Le Championnat FfG : participation ouverte à tous

Pour participer au **Championnat de Belgique (Div. 1)**, les gymnastes doivent, lors du Championnat FfG, avoir obtenu les minima suivants :

Minimes 1		70.00 pts
Minimes 2		73.00 pts
Espoirs		76.00 pts
Juniors filles	garçons	81.00 pts   83.00 pts
Seniors filles	garçons	85.00 pts   88.00 pts

Un maximum de 8 wildcards peut être distribué pour l'ensemble des gymnastes de Div. 1 sur décision de la Commission technique TR FRBG.

Pour participer à la **Coupe FRBG (Div. 2)**, les gymnastes doivent, lors du Championnat FfG, avoir obtenu les minima suivants :

Minimes 1	63.00 pts
Minimes 2	65.00 pts
Espoirs	68.00 pts
Juniors	72.00 pts
Seniors	75.00 pts

Un maximum de 8 wildcards peut être distribué pour l'ensemble des gymnastes de Div. 2 sur décision de la Commission Technique TR FRBG.

Les cartes de compétition doivent être rendues au secrétariat de la compétition au plus tard au début de l'échauffement spécifique, sans quoi le gymnaste ne sera pas autorisé à participer à la compétition.



## Finales

L'organisation d'une finale est à la discrétion de l'organisateur pour la Division 2 mais obligatoire pour la Division 1. Si une finale est organisée, le nombre de finalistes est de 5 gymnastes quel que soit le nombre de participants.

Les gymnastes qui n'obtiennent pas 30.00 points dans les qualifications ne peuvent pas participer à la finale. Les points ne sont pas remis à zéro pour la finale; les points des qualifications sont ajoutés aux points des finales pour arriver à la note totale. En finales, les gymnastes présentent uniquement leur série libre.

Si, après les deux passages qualificatifs, il y a encore un score égal et que celui-ci détermine quels gymnastes sont autorisés à participer à la finale, alors tous les gymnastes participeront à la finale. L'ordre de départ pour la finale sera décidé par tirage au sort entre les deux gymnastes.

## Accès aux podiums

En Div. 1-2, l'accès au podium n'est autorisé que si les minimas de qualifications sont obtenus. En Div. 3, l'accès au podium n'est autorisé que si le gymnaste a obtenu un minimum de :

- Niveau 1 : 43,00 points
- Niveau 2 : 44,30 points
- Niveau 3 : 45,50 points

En Div. 4, il n'y a pas de podium individuel. Seul un podium par équipe est organisé.

Il n'y a pas de règles d'ex-æquo. Si deux gymnastes obtiennent la même note, ils seront à la même place.

## Jury

**Pour les Championnats FfG**, un juge minimum par club sera exigé, sans quoi les sanctions prévues par le Règlement général des compétitions seront appliquées. Trois semaines avant la compétition, le responsable juge FfG contacte les juges pour connaître leurs disponibilités.

**Pour les Championnats FRBG**, la FfG devra fournir 2 juges.

## Calcul de la note

Le jury est composé de 7 juges :

- 5 juges Exécution
- 1 juge Difficulté
- 1 juge Arbitre

Pour les pénalités, se référer au code de pointage FIG 2013-2016.

La note finale par série se calcule comme ceci :

<b>Note d'Exécution + Note de Difficulté + Temps de vol = Note finale</b>
---



# Niveau préparatoire

## Séries

### Série imposée Pré-pupilles et Pupilles

01. Assis
02. ½ Debout
03. Saut écart
04. Dos
05. Debout  
STOP
06. Ventre
07. Debout
08. Saut carpé
09. Saut groupé
10. Salto avant groupé

L'imposé se compose de deux demi-séries de cinq sauts avec une interruption obligatoire à l'imposé. Cet arrêt est soumis aux mêmes déductions que l'arrêt final. Les déductions des deux arrêts sont cumulées et divisées par deux dans la note d'exécution.

### Série imposée Benjamins

01. Salto arrière groupé
02. Assis
03. Debout
04. Saut écart
05. Ventre
06. Debout
07. Saut carpé
08. ½ tour
09. Saut groupé
10. Barani groupé



# Division 1

## Séries

Il existe une valeur de difficulté maximale par élément dans la catégorie Minimes 1 et 2 (1,5) dans la catégorie Espoirs (1,7) et dans la catégorie Juniors (1,8). Quand la valeur de difficulté exécutée est plus haute que le maximum autorisé, la valeur maximale est attribuée.

### Série imposée Minimes 1

10 éléments différents dont :

- 5 sauts avec min. 270° de rotation de salto
- 4 sauts imposés :
  1.  $\frac{3}{4}$  salto avant tendu (piqué) ou  $\frac{3}{4}$  salto arrière (libre)
  2. Barani tendu
  3. Salto arrière tendu
  4. Cody (libre) ou salto BO (libre) ou babyfliffis (libre)

La difficulté de la série libre doit être supérieure à 3,50 points.

### Série imposée Minimes 2

10 éléments différents dont :

- 6 sauts avec min. 270° de rotation de salto
- 5 sauts imposés :
  1.  $\frac{3}{4}$  salto avant tendu (piqué)
  2.  $\frac{3}{4}$  salto arrière (libre)
  3. Barani tendu
  4. Salto arrière tendu
  5. Cody (libre) ou babyfliffis (libre)

La difficulté de la série libre doit être supérieure à 4,50 points.

### Série imposée Espoirs

10 éléments différents dont :

- 9 sauts avec min. 270° de rotation de salto
- 5 sauts imposés :
  1.  $\frac{3}{4}$  salto arrière (libre)
  2. Babyfliffis carpé
  3. Cody (libre)
  4. Salto arrière tendu
  5. Salto arrière tendu avec vrille complète (full)

La difficulté de la série libre doit être supérieure à 6,00 points.

### Série imposée Juniors

Selon le règlement B de la FIG.

10 éléments différents dont :

- 9 sauts avec min. 270° de rotation de salto
- 4 sauts imposés :
  1. une réception sur le dos ou sur le ventre
  2. un saut à partir du ventre ou du dos (en combinaison avec exigence 1)
  3. un double salto avant ou arrière avec ou sans vrille
  4. un saut avec min. 360° de rotation en salto et 540° de rotation en vrille (1,5 vrille)



La série libre doit avoir une difficulté supérieure à 8,00 points pour les filles (♀) et une difficulté supérieure à 9,00 points pour les garçons (♂)

### **Série imposée Seniors**

- 10 éléments différents, avec chacun au minimum 270° de rotation de salto

La valeur de difficulté de 2 éléments sera comptabilisée en plus de la note d'exécution et la note de temps de vol pour déterminer ainsi le score total de la 1<sup>ère</sup> série. Les 2 sauts dont la valeur de difficulté est prise en compte sont indiqués sur la feuille de compétition avec une petite étoile. Dans la 2<sup>ème</sup> série des qualifications, ces éléments ne peuvent plus être utilisés. Dans le cas contraire, leur valeur de difficulté ne sera plus comptabilisée.

La série libre doit avoir une difficulté supérieure à 9,00 points pour les filles (♀) et une difficulté supérieure à 10,50 points pour les garçons (♂).



## Division 2

### Séries

#### Série imposée Minimes 1 & 2

10 éléments différents dont 4 imposés :

1.  $\frac{3}{4}$  Salto avant tendu (piqué) ou  $\frac{3}{4}$  arrière (libre)
2. Barani (libre)
3. Salto arrière groupé
4. Salto arrière carpé

La difficulté de la série libre doit être comprise entre 2,00 et 3,50 points pour les Minimes 1, et entre 2,50 et 4,50 points pour les Minimes 2.

#### Série imposée Espoirs

10 éléments différents dont 4 imposés :

1.  $\frac{3}{4}$  Salto avant tendu (piqué) ou  $\frac{3}{4}$  arrière (libre)
2. Barani (libre)
3. Salto arrière carpé
4. Salto arrière tendu

La difficulté de la série libre doit être comprise entre 3,00 et 6,00 points.

#### Série imposée Juniors

10 éléments différents dont :

- 5 sauts avec min 270° de rotation de salto
- 4 éléments imposés :
  1.  $\frac{3}{4}$  Salto avant tendu (piqué) ou  $\frac{3}{4}$  arrière (libre)
  2. Barani tendu
  3. Salto arrière carpé
  4. Salto arrière tendu

La difficulté de la série libre doit être comprise entre 4,00 et 8,00 points.

#### Série imposée Seniors

10 éléments différents dont :

- 6 sauts avec min 270° de rotation de salto
- 2 éléments imposés :
  1.  $\frac{3}{4}$  Salto avant tendu (piqué) ou  $\frac{3}{4}$  arrière (libre)
  2. Combinaison obligatoire : salto arrière carpé, barani tendu, salto arrière tendu.

La difficulté de la série libre doit être comprise entre 4,00 et 9,00 points.



## Division 3

### Séries

Le programme imposé de Div. 3 est composé de 3 niveaux de difficulté croissante. Les gymnastes sont libres de s'inscrire dans le niveau de leur choix car il n'existe pas de catégorie d'âge. Le classement est donc effectué par niveau.

### Niveau 3

01. 1/2 assis
02. 1/2 debout
03. Saut carpé
04. Ventre
05. Debout
06. Saut groupé
07. Dos
08. 1/2 debout
09. Saut écart
10. Salto avant groupé

La difficulté de la série libre doit être comprise 1,30 et 2,40 points.  
Le minimum de points à obtenir pour avoir accès au podium est de 43.00 points.

### Niveau 2

01. Arrière groupé
02. 1/2 assis
03. 1/2 debout
04. Saut écart
05. 1/2 ventre
06. Debout
07. Dos
08. 1/2 debout
09. Saut groupé
10. Avant carpé

La difficulté de la série libre doit être comprise 2,00 et 2,90 points.  
Le minimum de points à obtenir pour avoir accès au podium est de 44.30 points.

### Niveau 1

01. Salto arrière tendu
02. 1/2 assis
03. 1/2 debout
04. Saut carpé
05. Salto arrière groupé
06. Saut groupé
07. Barani carpé
08. Saut écart
09. Piqué
10. 1/2 debout

La difficulté de la série libre doit être comprise 2,50 et 4,70 points.  
Le minimum de points à obtenir pour avoir accès au podium est de 45.50 points.



# Division 4

## Programme

Le programme de Div. 4 est composé de 3 brevets de difficulté croissante. Les gymnastes sont libres de s'inscrire dans le brevet de leur choix : il n'existe pas de catégorie d'âge.

Les gymnastes exécutent 2 fois la série imposée. La meilleure des deux séries sera prise en compte.

Il n'y a pas de classement individuel. Cependant, afin que le gymnaste puisse connaître son degré de performance, on lui attribue un nombre d'étoile :

- ☆ = 15 - 17 points (échec)
- ☆☆ = 18 - 20 points (échec)
- ☆☆☆ = 21 - 23 points (réussi)
- ☆☆☆☆ = 24 - 26 points (réussi)
- ☆☆☆☆☆ = 27 points et plus (réussi)

Cela permet au gymnaste de se situer par rapport aux exigences à atteindre.

Il existe toutefois un classement par équipe :

- Tous les gymnastes d'un même club font partie de la même équipe
- Il n'y pas de nombre maximum de participants par équipe
- La difficulté du brevet présenté (or, argent, bronze) n'entre pas en ligne de compte dans le résultat de l'équipe
- Les notes des 4 meilleurs participants sont additionnées et constituent le résultat de l'équipe

Panel de juges : il est composé de 3 à 5 juges d'exécution et d'un juge arbitre. Un juge de difficulté n'est pas requis car il s'agit d'imposés et ce rôle peut-être joué par le juge arbitre.

## Séries

### Brevet Bronze

01. ½ assis
02. Debout
03. Saut écart
04. ½ vrille
05. Saut carpié  
STOP
06. Ventre
07. Debout
08. Saut groupé
09. Assis
10. ½ debout

L'imposé se compose de deux demi-séries de cinq sauts avec une interruption obligatoire à l'imposé. Cet arrêt est soumis aux mêmes déductions que l'arrêt final. Les déductions des deux arrêts sont cumulées et divisées par deux dans la note d'exécution.



## Brevet Argent

01. Ventre
02. Debout
03. ½ assis
04. Debout
05. Saut groupé
06. Assis
07. ½ debout
08. Saut écart
09. Dos
10. ½ debout

## Brevet Or

01. ½ assis
02. ½ debout
03. Saut écart
04. Ventre
05. Debout
06. Saut groupé
07. Dos
08. ½ debout
09. Saut carapé
10. Salto arrière groupé



# Tableau récapitulatif

	D1	D2	D3	D4
<b>2007 &amp; 2006 Pré-pupilles et Pupilles</b>	01. Assis 02. ½ Debout 03. Saut écart 04. Dos 05. Debout STOP 06. Ventre 07. Debout 08. Saut carpé 09. Saut groupé 10. Salto avant groupé			<b>Brevet Bronze</b> 01. ½ assis 02. Debout 03. Saut écart 04. ½ vrille 05. Saut carpé STOP 06. Ventre 07. Debout 08. Saut groupé 09. Assis 10. ½ debout
<b>2005 Benjamins</b>	01. Salto arrière groupé 02. Assis 03. Debout 04. Saut écart 05. Ventre 06. Debout 07. Saut carpé 08. ½ tour 09. Saut groupé 10. Barani groupé			
<b>2004 Minimes 1</b>  2.0 < D2 < 3.5 3.5 < D1	- 5 sauts 270° salto - ¾ Avant tendu (piqué) ou ¼ Arrière libre - Barani tendu - Arrière tendu - Cody libre ou BO libre ou BBO libre	- ¾ Avant tendu (piqué) ou ¼ Arrière libre - Barani libre - Arrière groupé - Arrière carpé	<b>Niveau 3</b> <i>Diff entre 1,3 et 2,4</i> 01. 1/2 assis 02. 1/2 debout 03. Saut carpé 04. Ventre 05. debout 06. Saut groupé 07. Dos 08. 1/2 debout 09. Saut écart 10. Salto avant groupé	<b>Brevet Argent</b> 01. Ventre 02. Debout 03. ½ assis 04. Debout 05. Groupé 06. Assis 07. ½ debout 08. Ecart 09. Dos 10. ½ debout
<b>2003 Minimes 2</b>  2.0 < D2 < 4.5 4.5 < D1	- 6 sauts 270° salto - ¾ Avant tendu (piqué) - ¼ Arrière libre - Barani tendu - Arrière tendu - Cody libre ou BBO libre		<b>Niveau 2</b> <i>Diff entre 2,0 et 2,9</i> 01. Arrière groupé 02. ½ assis 03. ½ debout 04. Saut écart 05. ½ ventre 06. Debout 07. Dos 08. ½ debout 09. Saut groupé 10. Avant carpé	
<b>2002 &amp; 2001 Espoirs</b>  3.0 < D2 < 6.0 6.0 < D1	- 9 sauts 270° salto - ¾ Avant tendu (piqué) - ¼ Arrière libre - Full - Arrière tendu - Cody libre - BBO carpé	- ¾ Avant tendu (piqué) ou ¼ Arrière libre - Barani libre - Arrière carpé - Arrière tendu		
<b>2000 à 1998 Juniors</b>  4.0 < D2 < 8.0 8.0/9.0 < D1	- 9 sauts 270° salto - Une réception dos ou ventre en combinaison avec un départ du dos ou du ventre - Un double arrière ou avant - Un saut 540° vrille	- 5 sauts 270° salto - ¾ Avant tendu (piqué) ou ¼ Arrière libre - Barani tendu - Arrière carpé - Arrière tendu	<b>Niveau 1</b> <i>Diff entre 2,5 et 4,7</i> 01. Salto arrière tendu 02. 1/2 assis 03. 1/2 debout 04. Saut carpé 05. Salto arrière groupé 06. Saut groupé 07. Barani carpé 08. Saut écart 09. Piqué 10. 1/2 debout	
<b>1997 &amp; avant Seniors</b>  4.0 < D2 < 9.0 9.0/10.5 < D1	- 10 sauts 270° salto  (2 sauts comptent en difficulté, non repris en libre.)	- 6 sauts 270° salto - ¾ Avant tendu (piqué) ou ¼ Arrière libre - Combinaison : arrière carpé, barani tendu, arrière tendu		