

Lettre GR n°1 :
Cette lettre de cadrage fait office de plan
d'action pour tous les clubs GR du Grand Est.

Indispensable pour tous les clubs compétitifs GR, elle informe et détaille les contenus, les calendriers, les exigences et les programmes pour la saison 2020/2021.

LETTRE FFGYM GRAND EST

Revue du Comité Régional de Gymnastique du Grand Est - Gymnastique Rythmique n°1
Edition mai 2020



Fanny Cortyl

GR
2020 / 2021

Programmes Nationaux

ENGINS INDIVIDUELLE 2020/2021					
	NA 10-11	NA 12-13	NA 14-15	NA 16-17	NA +18
2020/2021	Ballon / ML	Ballon / Cerceau	Corde / Cerceau	Libre / Ruban	Libre / Ballon
	NB 10-11	NB 12-13	NB 14-15	NB 16-17	NB +18
2020/2021	Ballon / ML	Massues / ML	Ballon / Cerceau	Cerceau / Massues	Libre / Ruban
	NC 10-11	NC 12-13	NC 14-15	NC 16-17	NC +18
2020/2021	Ballon	Massues	Corde	Ballon	Corde
	TF 10-11	TF 12-13	TF 14-15	TF 16-17	TF +18
2020/2021	Ballon	Corde	Ballon	Cerceau	Libre

ENGINS ENSEMBLES 2020/2021					
	NE 10-11	NE 12-13	NE 14-15	NE 16-17	NE +18
2020/2021	Massues	Cerceau	3 ballons/2 cerceaux	3 ballons / 2 rubans	Ballons
	Fed A 10-11	Fed A 12-13	Fed A 14-15	Fed A 16-17	Fed A +18
2020/2021	Cerceau	Massues	Cerceaux / Ballons	Massues / Ballons	Ballons
	Fed B 10-11	Fed B 12-13	Fed B 14-15	Fed B 16-17	Fed B +18
2020/2021	Massues	Cerceau	Massues / Cerceaux	Cordes / Ballons	Cerceaux / Rubans
	E.N.	Duo Nat -13	Duo Nat TC	TFC -13	TFC +13
2020/2021	Massues	Cerceau/Ballon	2 ballons	Massues / Cerceau / ballon	Cerceau / Massues / Ballon / Ruban

Programmes Régionaux

Programme des catégories individuelles régionales :

Contenus techniques : Identique que la saison passée : (Min 1 R, Max 3R (avec 1 rotation, avec 2ème rotation derrière, pour toutes les Régionales), pas de minimum de DE. Mêmes engins que les Fed et mêmes totaux de points que l'année dernière.

Programmes des catégories ensembles régionaux :

Duos : 10-13 : Ballon - Ballon TC : Cerceau Ruban

Mêmes contenus techniques ; un seul duo par club autorisé.

Ensembles 7-9ans : Fédéral : Cerceau / Performance : Corde

Ensembles régionaux : Programmes identiques que la saison 2019-2020 : (de 3 à 6 gymnastes ; pas de remplaçante autorisée), revalorisation de 0,20 à partir de la 4ème gymnaste : 3 DC ou EC (à 0,10) pour toutes les catégories. Attention les totaux D de points Max doivent être 1,50 pts en dessous des Fed B,

En raison de la crise sanitaire de 2020, il a été décidé de reconduire les engins des Ensembles TR:

	TR 10/11	TR 12/13	TR 14/15	TR 16/17	TR +18
2019/2020	Cerceau	Massues	Cerceau - Ballon	Ballon - Massue	Ballons
2020/2021	Cerceau	Massues	Cerceau - Ballon	Ballon - Massue	Ballons