

# BROCHURE TECHNIQUE OPEN RHONE 2021/2022



((MAJ LE 22/09/21))

## INDIVIDUELLES Open Rhône

Code FIG aménagé

**Autorisé aux : Loisirs - CF1 - CF2 - CF3**

**Autorisé aux : TR ensembles et OPEN REGION indivs et ensembles**

**Interdit aux : Nat - TFA/B/C - TR indivs et CF4**

**Musique avec paroles autorisée - Temps 45" à 1'**

Catégorie d'âge	Programme	Note D Code FIG aménagé DC : 3 Diff limitées à 0,1 dont une de chaque GC Minimum 2 S - 1R max et DE autorisées R 1 rotation max	Note E /12 points
<b>7-9 ans</b> 2013-2014- 2015	Main-Libre	Max D = 1,5 points	CODE FIG
<b>10-11 ans</b> 2011-2012	Ballon	Max D = 1,5 points DE = Max 3	CODE FIG
<b>-13 ans</b> 2009-2010	Ballon	Max D = 2,5 points DE = Max 5	CODE FIG
<b>-15 ans</b> 2007-2008	Libre	Max D = 3 points DE = Max 5	CODE FIG
<b>16 ans et +</b> 2006 et avant	Libre	Max D = 2,5 points DE = Max 5	CODE FIG

## ENSEMBLES Open Rhône

de 3 à 6 gyms

**Autorisé aux : Loisirs - CF1 - CF2 - CF3**

**Autorisé aux : TR ensembles et OPEN REGION indivs et ensembles**

**Interdit aux : Nat - TFA/B/C - TR indivs et CF4**

**Musique avec paroles autorisée - Temps 1' à 1'30**

Catégorie d'âge	Programme	Note D Code FIG aménagé Bonification de 0,20 par gymnaste supplémentaire à partir de la 4ème DC : 3 Diff limitées à 0,1 dont une de chaque GC Min 1 pas de danse - Min 4 collaborations Tableau des collaborations de la vie fédérale Les R - CR - CRR et plus sont interdites -0,50	Note E /12 points
<b>7-9 ans</b>	Ballons	Max D = 1,5 point 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
<b>10-11 ans</b>	Cerceaux	Max D = 2 points 2 échanges OBLIGATOIRE	CODE FIG
<b>-13 ans</b>	Cerceaux	Max D = 2 points 2 échanges OBLIGATOIRE	CODE FIG
<b>14 ans et +</b>	Libre	Max D = 2,5 points 2 échanges OBLIGATOIRE	CODE FIG

<b>DUOS Open Rhône</b> 2 gyms <b>Autorisé aux : Loisirs - CF1 - CF2 - CF3</b> <b>Autorisé aux : TR ensembles et OPEN REGION indivs et ensembles</b> <b>Interdit aux : Nat - TFA/B/C - TR indivs et CF4</b> <b>Musique avec paroles autorisée - Temps 1'00 à 1'30</b>			
Catégorie d'âge	Programme	<b>Note D</b> <b>Code FIG aménagé</b> <b>DC : 3 Diff limitées à 0,1 dont une de chaque GC</b> <b>Min 1 pas de danse - Min 4 collaborations</b> <b>Tableau des collaborations de la vie fédérale</b> <b>Les R - CR - CRR et plus sont interdites -0,50</b>	Note E /12 points
7-9 ans	Ballons	Max D = 1,5 point 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
10-11 ans	Cerceaux	Max D = 2 points 2 échanges OBLIGATOIRE	CODE FIG
-13 ans	Cerceaux	Max D = 2 points 2 échanges OBLIGATOIRE	CODE FIG
14 ans et +	Libre	Max D = 2,5 points 2 échanges OBLIGATOIRE	CODE FIG

<b>Les objectifs de la Coupe du Rhône</b>
---

Accentuer sur la propreté (travail net et en musique).  
 De vrais pas rythmés en corrélation avec la musique, respectant le rythme, les accents...  
 Des mouvements à l'engin clairs, s'appuyant sur la CF.  
 Lancer nos jeunes entraîneurs sur les bases du travail de composition.  
 Faire vivre le secteur loisir.

## **NOUVEAUTES !!**

### **Open Rhône Equipe Club**

**1 ensemble Open Rhône +  
1 indiv - 13 ans et 1 indiv + 14 ans**

Addition des trois notes. L'entraîneur donne la composition de son équipe en même temps que ses engagements.

### **Festi GR**

de 6 à 10 gyms

**Autorisé aux : Loisirs - CF1 - CF2 - CF3**

**Autorisé aux : TR ensembles et OPEN REGION indivs et ensembles**

**Interdit aux : Nat - TFA/B/C - TR indivs et CF4**

**Musique avec paroles autorisée - Temps 1'30 à 2'**

Catégorie d'âge	Programme	Code FIG aménagé	Note E /12 points
		Code FIG aménagé	
		<b>Note D</b> <b>Bonification de 0,20 par gymnaste supplémentaire à partir de la 7ème</b> <b>DC : 3 Diff limitées à 0,1 dont une de chaque GC</b> <b>Min 2 pas de danse - Min 6 collaborations</b> <b>Tableau des collaborations de la vie fédérale</b> <b>Les R - CR - CRR et plus sont interdites -0,50</b>	
<b>7-9 ans</b>	ML + Ballon	Max D = 2 points 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
<b>-13 ans</b>	ML + Ballon + Cerceau	Max D = 2,5 points 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
<b>14 ans et +</b>	ML + Ballon + Cerceau + Massues	Max D = 3 points 2 échanges OBLIGATOIRE	CODE FIG

Les DC - Collab - pas choré, peuvent être réalisés en ML ou à l'engin sans prédominance.

Le ML ne doit pas être prédominant.

Le nombre de gymnastes en mouvement est libre (indiv-duo-trio...toutes) sans prédominance d'un nombre.

### **Dates des rencontres Départementales pour toutes ces catégories**

**PREMIERE ETAPE : 5/6 MARS 2022 ECULLY  
DEUXIEME ETAPE : 2/3 AVRIL 2022 MONTANAY**