

# BROCHURE TECHNIQUE DEPARTEMENTALE OPEN RHONE 2022-2023

Les objectifs de l'OPEN RHONE :

- Accentuer le travail sur la propreté (lisibilité de la composition et du rapport musique/mouvement)
- Les séries de pas doivent être en corrélation avec la musique, respectant le rythme, les accents...
- Vous pouvez vous appuyer sur les éléments à l'engin de la Coupe Formation afin de proposer des mouvements clairs et facilitants

## OPEN RHONE EQUIPE CLUB

Cette catégorie ne nécessite pas de passage supplémentaire. Addition des trois notes (celle de l'ensemble et des deux individuels).

➔ Il faut donner la composition de son équipe en même que ses engagements.

### Composition :

- 1 ensemble Open Rhône (hors FESTI GR)
- 1 individuel -13ans
- 1 individuel 14ans et +

## Individuels OPEN RHONE

**Autorisé** aux : loisirs – CF1 – CF2 – CF3 – Ens REG – Open Région indivs et ensembles

**Interdit** aux : NAT – TFA/B/C – Indivs REG – CF4

**Contenu** : Musique avec paroles autorisées – Temps = 45sec à 1min

- Code FIG aménagé
- 3 DC à 0,1 dont une de chaque GC (combinaisons de DC interdites)
- Minimum 2 séries de pas
- 2 ondes obligatoires
- 1 R max
- Nb DE limité
- R à 1 rotation max

Catégorie d'âge	Programme	Note D	Note E /12 points
<b>7-9ans</b> 2014-2015- 2016	Main-Libre	Max D = <i>en attente</i>	CODE FIG
<b>10-11ans</b> 2012-2013	Massues	Max D = <i>en attente</i> DE = MAX 3	CODE FIG
<b>-13ans</b> 2010-2011	Cerceau	Max D = <i>en attente</i> DE = MAX 5	CODE FIG
<b>-15ans</b> 2008-2009	Libre	Max D = <i>en attente</i> DE = MAX 5	CODE FIG
<b>16ans et +</b> 2007 et avant	Libre	Max D = <i>en attente</i> DE = MAX 5	CODE FIG

Nb : Si le nombre d'engagés en -15 et 16+ n'est pas suffisant, nous fusionnerons les deux catégories

## Ensembles OPEN RHONE

De 3 à 6 gymnastes

**Autorisé** aux : loisirs – CF1 – CF2 – CF3 – Ens REG – Open Région indivs et ensembles

**Interdit** aux : NAT – TFA/B/C – Indivs REG – CF4

**Contenu** : Musique avec paroles autorisées – Temps = 1min à 1'30

- Code FIG aménagé
- Bonification de 0,2 par gym supplémentaire à partir de la 4<sup>ème</sup>
- 3 DC à 0,1 dont une de chaque GC
- Minimum 1 série de pas
- Minimum 4 collaborations (cf. tableau des collaborations de la vie fédérale)
- R – CR – CRR et plus sont **interdites** → Pénalité : -0,5

Catégorie d'âge	Programme	Note D	Note E /12 points
<b>7-9ans</b> 2014-2015- 2016	Ballons	Max D = <b>en attente</b> 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
<b>10-11ans</b> 2012-2013	Cerceaux	Max D = <b>en attente</b> 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG
<b>-13ans</b> 2010-2011	Massues	Max D = <b>en attente</b> 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG
<b>14ans et +</b> 2009 et avant	Ballons / Cerceaux	Max D = <b>en attente</b> 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG

## FESTI GR - OPEN RHONE

De 6 à 10 gymnastes

**Autorisé** aux : loisirs – CF1 – CF2 – CF3 – Ens REG – Open Région indivs et ensembles

**Interdit** aux : NAT – TFA/B/C – Indivs REG – CF4

**Contenu** : Musique avec paroles autorisées – Temps = 1'30 à 2min

- Code FIG aménagé
- Bonification de 0,2 par gym supplémentaire à partir de la 7<sup>ème</sup>
- 3 DC à 0,1 dont une de chaque GC
- Minimum 2 série de pas
- Minimum 6 collaborations (cf. tableau des collaborations de la vie fédérale)
- R – CR – CRR et plus sont **interdites** → Pénalité : -0,5

Catégorie d'âge	Programme	Note D	Note E /12 points
<b>7-9ans</b> 2014-2015- 2016	ML + Ballons	Max D = <b>en attente</b> 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
<b>-13ans</b> 2010 à 2013	Ballons + Cerceaux	Max D = <b>en attente</b> 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG
<b>14ans et +</b> 2009 et avant	Massues + Cerceaux	Max D = <b>en attente</b> 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG

Nb : Application de la nouvelle forme de TFC = 3 parties de 30 à 40secs contenant chacune 1 échange et une DC.

⇒ Cf. Lettre FFGYM GR 2012-2022 – Page 24