

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
7-9ans 2014-2015- 2016	Main-Libre	Max D = <i>en attente</i>	CODE FIG
10-11ans 2012-2013	Massues	Max D = <i>en attente</i> DE = MAX 3	CODE FIG
-13ans 2010-2011	Cerceau	Max D = <i>en attente</i> DE = MAX 5	CODE FIG
-15ans 2008-2009	Libre	Max D = <i>en attente</i> DE = MAX 5	CODE FIG
16ans et + 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^{ème}
- 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
7-9ans 2014-2015- 2016	Ballons	Max D = en attente 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
10-11ans 2012-2013	Cerceaux	Max D = en attente 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG
-13ans 2010-2011	Massues	Max D = en attente 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG
14ans et + 2009 et avant	Ballons / Cerceaux	Max D = en attente 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^{ème}
- 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
7-9ans 2014-2015- 2016	ML + Ballons	Max D = en attente 1 échange OBLIGATOIRE	CODE FIG
-13ans 2010 à 2013	Ballons + Cerceaux	Max D = en attente 2 échanges OBLIGATOIRES	CODE FIG
14ans et + 2009 et avant	Massues + Cerceaux	Max D = en attente 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