ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT
GRS

PROGRAMMES
ENSEMBLES
2022 - 2024

G.R.S

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE

Sommaire & Introduction

Généralité 03

Descriptif des Programmes 05

- Masse Chorégraphié 06
- Précollectif 07
- Préexcellence 08
- Excellence 09
- National 10
- National A 11
- Duo Excellence 12
- Duo National & Duo National A 13

Valeur Technique des Ensembles 14

Valeur Artistique des Ensembles 15

Descriptif des Programmes Spécifiques UFOLEP 16

- Festi'Jeunes 16
- Festival 17
- Ensemble Expression 18
- Cotation & Jugement 19

Nouveauté :
La brochure "Programmes Ensembles" est valable pour **2 ans**.

Avant d'engager des gymnastes dans un programme compétitif, les clubs veilleront à :

1. Déterminer de manière objective le niveau de ce.lles.ux-ci (cf Règlement général).
2. Identifier le programme qui leur correspond compte tenu des descriptifs ci-après.

RAPPEL : ***le non respect de ces deux critères est passible de sanctions, lourdes de conséquences pour vos gymnastes. Se référer au Réglement Général de l'année en cours pour plus de détails.***

Généralité

Programme, Catégorie, Engins **Ensembles 2022 - 2023**

Catégories		Années	Engins
Masse Chorégraphié *2022/2023*		2011 - 2010 - 2009 - 2008	Imposé ***Massues***
Précollectif *2022/2023*	***1***	2011 - 2010 - 2009 - 2008	Imposé ***Rubans***
	2	2009 et avant	*Nouvel* Imposé ***Ballons***
Préexcellence *2022/2023*	***1***	2011 - 2010 - 2009 - 2008	*Nouveau* Semi-libre ***Ballons***
	2	2009 et avant	*Nouveau* Semi-libre ***Cerceaux***
Excellence *2022/2023*	***1***	2011 - 2010	Libre ***Cerceaux***
	2	2011 - 2010 - 2009 - 2008	Libre ***Massues***
	3	2009 - 2008 - 2007 - 2006	Libre ***Ballons***
	4	2007 et avant	Libre ***Ballons*** / Rubans
Duo Excellence *2022/2023*	***1***	2011 - 2010 - 2009 - 2008	Libre ***Cordes*** / ***Cerceaux***
	2	2007 et avant	Libre ***Ballon*** / ***Engin Libre***
National *2022/2023*	***2***	2011 - 2010 - 2009 - 2008	Libre ***Massues***
	3	2009 - 2008 - 2007 - 2006	Libre ***Cerceaux*** / Rubans
	4	2007 et avant	Libre ***Cordes***
	A	2007 et avant	Libre 1 : ***Cerceaux*** / Rubans
			Libre 2 : ***Massues***
Duo National *2022/2023*		2008 et avant	Libre ***Ruban*** / ***Engin Libre***
Duo National A *2022/2023*		2006 et avant	***Cerceaux***
Festi'Jeunes *2022/2023*		2011 - 2010 - 2009 - 2008	Thème et Musique libre
Festival *2022/2023*		2011 et avant	Thème : ***La Matière***
Ensemble Expression *2022/2023*		2011 et avant	***Mains Libres***

Précisions :

Les engins majoritaires sont indiqués en gras. En cas d'équipes à : **4** (2 ou 3), à **5** (3), à **6** (4)

En cas d'engins mixtes (Duo), l'engin libre doit être différent de l'engin imposé.

Si l'équipe ou duo composé (hors Festi'jeunes) comporte un.e gymnaste plus âgé.e d'un an maximum par rapport à la catégorie, alors ce.lles.ux-ci sera toléré.e sans demande de dérogation. Pour un écart d'âge plus important, une demande de dérogation doit être formulée.

Généralité

Programme, Catégorie, Engins **Ensembles 2023 - 2024**

Catégories		Années	Engins
Masse Chorégraphié *2023/2024*		2012 - 2011 - 2010 - 2009	Imposé ***Massues***
Précollectif *2023/2024*	***1***	2012 - 2011 - 2010 - 2009	Imposé ***Rubans***
	2	2010 et avant	Imposé ***Ballons***
Préexcellence *2023/2024*	***1***	2012 - 2011 - 2010 - 2009	Semi-libre ***Ballons***
	2	2010 et avant	Semi-libre ***Cerceaux***
Excellence *2023/2024*	***1***	2012 - 2011	Libre ***Massues***
	2	2012 - 2011 - 2010 - 2009	Libre ***Ballons***
	3	2010 - 2009 - 2008 - 2007	Libre ***Cerceaux*** / Ballons
	4	2008 et avant	Libre ***Cerceaux***
Duo Excellence *2023/2024*	***1***	2012 - 2011 - 2010 - 2009	Libre ***Massues***
	2	2008 et avant	Libre ***Ruban***
National *2023/2024*	***2***	2012 - 2011 - 2010 - 2009	Libre ***Ballons***
	3	2010 - 2009 - 2008 - 2007	Libre ***Massues***
	4	2008 et avant	Libre ***Ballons*** / Rubans
	A	2008 et avant	Libre 1 : ***Massues***
			Libre 2 : ***Ballons*** / Corde
Duo National *2023/2024*		2009 et avant	Libre ***Cerceaux*** / ***Cerceaux***
Duo National A *2023/2024*		2007 et avant	Libre ***Ruban*** / ***Engin Libre***
Festi'Jeunes *2023/2024*		2012 - 2011 - 2010 - 2009	Thème et Musique libre
Festival *2023/2024*		2012 et avant	Thème : ***Le temps en mouvement***
Ensemble Expression *2023/2024*		2012 et avant	***Mains Libres***

Précisions :

Les engins majoritaires sont indiqués en gras. En cas d'équipes à : **4** (2 ou 3), à **5** (3), à **6** (4)

En cas d'engins mixtes (Duo), l'engin libre doit être différent de l'engin imposé.

Si l'équipe ou duo composé (hors Festi'jeunes) comporte un.e gymnaste plus âgé.e d'un an maximum par rapport à la catégorie, alors ce.lles.ux-ci sera toléré.e sans demande de dérogation. Pour un écart d'âge plus important, une demande de dérogation doit être formulée.

Généralité

Jugement Ensembles

Masse Chorégraphié & Précollectif		Préexcellence, Excellence, National et Duo		
Jury Exécution	Jury Composition	Jury Execution	Jury Composition	
Exécution 10 pts	Composition (VT 4,5 + VA 1,5) 6 pts	Exécution 10 pts	Valeur Technique 4 pts	Valeur Artistique 6 pts
1 juge Arbitre 4 juges juges E1, E2, E3 et E4	2 juges juges Compo1 et Compo2	1 Juge Arbitre 4 juges juges E1, E2, E3 et E4	1 juge Arbitre et juge VT1 2 juges juges VT1 et VT2	1 Juge Arbitre et juge VA1 3 juges juges VA2, VA3 et VA4
10 Points	6 Points	10 Points	10 Points	
Note finale sur **16 Points**		Note finale sur **20 Points**		

Festi'Jeunes & Festival		Ensemble Expression	
Jury Exécution 10 pts	Jury Composition 12 pts	Jury Exécution 10 pts	Jury Valeur Artistique 12 pts
1 juge Arbitre & E1* 5 juges juges E2 à E6	1 juge Arbitre 6 juges** pour 3 thèmes 2 juges par thème	1 Juge Arbitre 4 juges juges E1, E2, E3 et E4	1 Juge Arbitre 4 juges juges VA1, VA2, VA3 et VA4
10 Points	2 x 12 Points	10 Points	2 x 12 Points
Note finale sur **34 Points**		Note finale sur **34 Points**	

Les notes sont calculées suivant les instructions du code de Pointage :

** Suppression des deux notes extrêmes et moyenne des 4 notes centrales)*

**Moyenne des 2 notes par thème et addition des moyennes des 3 thèmes.

Notation

Jugement de ...	Exécution	Valeur Technique	Valeur Artistique
se référer ...	Chapitre Exécution du ***Code de Pointage***	Chapitre Valeur Technique du ***Code de Pointage***	Chapitre Valeur Artistique du ***Code de Pointage***
	-	Page 14 pour les ensembles	Page 15 pour les ensembles Page 19 pour les prog. Ufolep

Textes et Musiques

Exercices imposés

Les textes et musiques des exercices imposés et des semi-libres peuvent être téléchargés sur le site d'information de la CNS GRS : http://www.cns.ufolep.org/grs/ ou transmis par mail, aux Responsables Techniques Régionaux, qui en assurent la diffusion.

Exercices libres

Les musiques sont libres, d'une durée variable entre 1'45'' et 2'30'' selon les programmes et catégories.

Attention cependant à respecter les consignes suivantes (cf. code de pointage) :

1. Choisir des musiques adaptées à l'âge des gymnastes
2. Le « Mix » de différents styles ou caractères musicaux est interdit (« Pot-pourri »), le montage éventuel des musiques doit être délicat
3. Les voix sont autorisées ainsi que 3 passages de 4" maximum avec paroles
4. En Festival, Festi'Jeunes et Ensemble Expression, les paroles sont autorisées sans limite et quelle que soit la langue.

Ensemble **Masse Chorégraphié**

A qui s'adresse ce programme

Le programme MASSE CHORÉGRAPHIÉ s'adresse à des gymnastes qui ont un comportement de type 5, défini par le code de pointage UFOLEP :

> **Le corps est en ruptures occasionnelles :** relâchements passagers du corps, la tête est baissée pour contrôler les appuis.''

Attention :

Ne sont pas autorisé.e.s à concourir en Masse Chorégraphié :

- Les gymnastes présent.e.s en Circuit National Individuel
- Les gymnastes en double affiliation avec une autre fédération

Orientation de travail

Amener les gymnastes au PRÉCOLLECTIF avec un travail technique simple, vers une recherche chorégraphique :

- Formation / Relation partenaire
- Jeux / Rythme / Expression

L'originalité de tout ordre est valorisée : rechercher l'effet et non la difficulté, un travail propre permettant un jugement facile est à privilégier. Les porters sont interdits.

Descriptif

	Masse Chorégraphié
Mouvement	***Texte imposé avec une petite partie libre***
Composition	***Libre***
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	***Imposée***
Nombre de Gymnastes	***4 à 6*** *(+ 2 remplaçant.e.s autorisé.e.s)*

Ensemble **PRÈCOLLECTIF**

A qui s’adresse ce programme

Le programme PRECOLLECTIF s’adresse à des gymnastes qui ont un comportement de type 5, défini par le code de pointage UFOLEP :

> **Le corps est en ruptures occasionnelles » :** relâchements passagers du corps, la tête est baissée pour contrôler les appuis, ayant une première maîtrise dans le maniement de l’engin.”

Attention :

Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, un.e seul.e individuel.le honneur qualifié.e au dernier Championnat National ou qualifié.e sur l’année en cours est autorisé.e à concourir en Précollectif. Les individuel.le.s Préexcellences sont interdit.e.s en Précollectif.

Ce programme Précollectif n’est autorisé qu’à des gymnastes ayant un à deux entraînements par semaine n’excédant pas 3h hebdomadaire.

Orientation de travail

Les précisions données pour le MASSE CHOREGRAPHIE sont également valables sur ce programme. Les échanges en moyenne sont autorisées dans le cas où les modalités de l'échange n'utilisent pas les difficultés corporelles (cf Code de Pointage, chapitre Valeur Technique). Les porters sont interdits.

Descriptif

	Précollectif 1 (11/14 ans) **et Précollectif 2** (13 ans et plus)
Mouvement	***Texte imposé avec une petite partie libre***
Composition	***Libre***
Catégories	*PC1, PC2*
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	***Imposée***
Nombre de Gymnastes	***4 à 6*** *(+ 2 remplaçant.e.s autorisé.e.s)*

Ensemble **PRÈEXCELLENCE**

A qui s'adresse ce programme

Le programme PRÈEXCELLENCE s'adresse à des gymnastes qui ont un comportement de type 4, défini par le code de pointage UFOLEP :

> **Le corps est sur une verticale stricte** : pieds, jambes, buste et tête sont alignés mais le.la gymnaste se contracte pour conserver ce placement."

Attention :

- Les individuel.le.s Honneurs et Préexcellences sont autorisé.e.s.
- Les individuel.le.s Excellences sont interdit.e.s en Préexcellence
- Les gymnastes alliant maîtrise de l'engin, vitesse d'exécution rapide, prise de risque avec perte de repères visuels, doivent concourir en Excellence.
- Les gymnastes ayant un entraînement supérieur à 4h par semaine ne peuvent se présenter dans ce programme.

Orientation de travail

Dans l'optique du passage en EXCELLENCE (libre complet), l'utilisation des différents paramètres de la Valeur Artistique devient un enjeu (effets spatiaux, rythmiques, travail relationnel).

Il faut viser la clarté et la justesse de la relation musique/mouvement.

L'enrichissement du vocabulaire corporel ne se fera pas au détriment d'un travail corporel maîtrisé.

Descriptif

	Préexcellence 1 (11/14 ans) **et Préexcellence 2** (13 ans et plus)
Mouvement	***Semi-libre***
Composition	***Libre***
Catégories	*PE1, PE2*
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	***Imposée ou Libre de 1'45 à 2'15*** *(cf Texte imposé de l'année en cours)*
Nombre de Gymnastes	***4 à 6*** *(+ 2 remplaçant.e.s autorisé.e.s)*

Ensemble **EXCELLENCE**

A qui s’adresse ce programme

Le programme EXCELLENCE s’adresse à des gymnastes ayant maîtrisé le PRÉEXCELLENCE et pouvant créer maintenant leur propre enchaînement. Gymnastes qui ont un comportement de type 3, défini par le code de pointage UFOLEP :

> **Le corps est organisé sur une verticale longue et souple** : la tête participe au mouvement”.

Attention :

- Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, les individuel.le.s Honneurs, Préexcellence et Excellences sont autorisé.e.s.
- Un.e seul.e individuel.le National de l’année en cours est autorisé.e à concourir en Excellence.
- Les gymnastes capables de sortir de leur axe (voir la définition du type 2 corporel petit volume), doivent concourir en National.
- Les gymnastes ayant un entraînement supérieur à 5h par semaine ne peuvent se présenter dans ce programme.

Orientation de travail

L’ensemble EXCELLENCE est le passage d’un semi-imposé à un enchaînement libre. Il reste un tremplin vers le collectif du programme NATIONAL, domaine de la performance sportive.

Viser la richesse chorégraphique par des jeux de rôles, des jeux rythmiques, du travail en sous-groupes,…
Privilégier les échanges mixtes en EXCELLENCE 3 et 4.

Descriptif

	Excellence 1 (11/12 ans)	**Excellence 2** (11/14 ans), **3** (13/16 ans), **4** (15 ans et plus)
Mouvement	***Libre***	
Composition	***Libre***	
Catégories	*E1*	*E2, E3 et E4*
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*	
Musique	***Libre de 1’45 à 2’15***	***Libre de 2’00 à 2’30***
Nombre de Gymnastes	***4 à 6*** *(+ 2 remplaçant.e.s autorisé.e.s)* *Regroupement de clubs autorisé en Excellence 4 sans dérogation*	

Ensemble **NATIONAL**

A qui s'adresse ce programme

Le programme NATIONAL s'adresse aux gymnastes qui ont un comportement de type 2, défini par le code de pointage UFOLEP :

> **Le corps est en petit volume autour de l'axe** : le corps sort de l'alignement vertical dans une organisation maîtrisée et en harmonie avec le mouvement, confirmés, tant au plan de la technique individuelle que dans la maîtrise des paramètres mis en jeu dans le travail d'ensemble."

Attention :

- Dans une équipe de 4 à 6 gymnastes, les individuel.le.s Honneurs, Préexcellences, Excellences et Nationals sont autorisé.e.s
- Un.e seul.e individuel.le Master ou Performance de l'année en cours est autorisé.e à concourir en National.
- Au-delà d'horaires d'entraînements hebdomadaires conséquents (environ 8h par semaine), l'équipe doit concourir en catégorie NATIONALE A.

Orientation de travail

A ce niveau, les exigences de l'Excellence ayant été acquises, on s'oriente vers une recherche artistique avancée, alliant le niveau technique exigé et la vitesse d'exécution.

Descriptif

	National 2 (11/14 ans), **3** (13/16 ans), **4** (15 ans et plus)
Mouvement	***Libre***
Composition	***Libre***
Catégories	*N2, N3, N4*
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	***Libre de 2'00 à 2'30***
Nombre de Gymnastes	***4 à 6*** *(+ 2 remplaçant.e.s autorisé.e.s)* *Regroupement de clubs autorisé en National 4 sans dérogation*

Ensemble **NATIONAL A**

A qui s’adresse ce programme

Le programme NATIONAL A s’adresse aux gymnastes confirmé.e.s, dans le domaine de la performance sportive, tant au plan de la technique individuelle que dans la maîtrise des paramètres mis en jeu dans le travail d’ensemble et en particulier :

- Équipes de centre de performance, de pôle et/ou école de GRS
- Équipes de région ou de regroupements de clubs
- Gymnastes bénéficiant d’horaires d’entraînement importants
- Gymnastes de type 1 défini par le code pointage UFOLEP :

> **Le corps est en grand volume :** Le corps occupe un large espace autour de l’axe”.

Orientation de travail

Les gymnastes sont capables de porter un véritable projet artistique complet, en maîtrisant l’ensemble des critères (voir notation Valeur Artistique ci-après).

Descriptif

	National A (15 ans et plus)
Mouvement	***2 Enchaînements Libres***
Composition	***Libre***
Catégories	*NA*
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	***Libre de 2’00 à 2’30***
Nombre de Gymnastes	***4 à 6*** *(+ 2 remplaçant.e.s autorisé.e.s)* *Regroupement de clubs autorisé sans dérogation*

Duo **EXCELLENCE**

A qui s’adresse ce programme

Le programme DUO EXCELLENCE s’adresse à des gymnastes, ayant maîtrisé le PRÈEXCELLENCE en équipe et pouvant créer maintenant leur propre enchaînement, qui ont un comportement de type 3, défini par le code de pointage UFOLEP :

> **Le corps est organisé sur une verticale longue et souple :** la tête participe au mouvement.”

Attention :

- Dans le duo, les individuel.le.s Honneurs, Préexcellences, et Excellences sont autorisé.e.s.
- Aucun.e individuel.le National de l’année en cours n’est autorisé.e à concourir en Duo Excellence.
- Un seul duo par programme, catégorie et par club sera sélectionné pour la finale nationale.
- Aucun.e gymnaste engagé.e dans un programme « duo » ne pourra concourir en équipes, même comme remplaçant.e.

Orientation de travail

Le duo EXCELLENCE est le passage d’un semi-imposé à un enchaînement libre. Il reste un tremplin vers le collectif du programme NATIONAL, domaine de la performance sportive.

Les programmes DUOS ont été conçus pour permettre à des gymnastes « isolé.e.s », par leur âge ou leur niveau de pratique, de participer aux compétitions.

Descriptif

	Duo Excellence 1 (11/14 ans) **et Duo Excellence 2** (15 ans et plus)
Mouvement	***Libre***
Composition	***Libre***
Catégories	*DE1, DE2*
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	***Libre de 1’45 à 2’00***
Nombre de Gymnastes	***2*** *(+ 1 remplaçant.e.s autorisé.e.s)*

Duo **NATIONAL** & **NATIONAL A**

A qui s'adresse ce programme

Les programmes DUOS NATIONAL et NATIONAL A s'adressent à des gymnastes confirmé.e.s, tant au plan de la technique individuelle que de la maîtrise des paramètres mis en jeu dans le travail d'ensemble.

Au-delà d'horaires d'entraînement hebdomadaire conséquent, le duo doit concourir en catégorie DUO NATIONALE A.

> Tout duo de comportement de **type 2 petit volume** doit être engagé en catégorie **DUO NATIONALE**
>
> Tout duo de comportement de **type 1 grand volume** doit être engagé en catégorie **DUO NATIONALE A**"

Attention :

- Un seul duo par programme, catégorie et par club sera sélectionné pour la finale nationale.
- Aucun.e gymnaste engagé.e dans un programme « duo » ne pourra concourir en équipes, même comme remplaçant.e.

Orientation de travail

Les duos NATIONAL & NATIONAL A se situent dans le domaine de la performance sportive.

Les programmes DUOS ont été conçus pour permettre à des gymnastes « isolé.e.s », par leur âge ou leur niveau de pratique, de participer aux compétitions.

Descriptif

	Duo National (14 ans et plus) **et Duo National A** (16 ans et plus)
Mouvement	***Libre***
Composition	***Libre***
Catégories	*DN, DNA*
Engins	***Imposés*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	***Libre de 1'45 à 2'15***
Nombre de Gymnastes	***2*** *(+ 1 remplaçant.e.s autorisé.e.s)*

Valeur TECHNIQUE - Ensembles

Généralité

Toute difficulté, si elle est autorisée, peut se substituer à une autre de niveau inférieur pour valider le contrat. Dans l'optique de la progression du.de la gymnaste, les difficultés en plus du contrat minimal, sont tolérées dans la limite du nombre maximum autorisé, mais ne sont pas valorisées. Le dépassement du nombre maximum de difficultés est pénalisé. Cette pénalité sera appliquée sur les difficultés du niveau le plus bas (voir tableau des pénalités applicables à toutes les catégories, ci-après et se référer au code de pointage - Chapitre Valeur technique).

Tableau des exigences techniques, répartition des points

Programmes Catégories	CONTRAT						Contrat de base	MAXIMUM AUTORISE			REVALORISATIONS					TOTAL NOTE VT
	Formation	Relation	DE	DM	DS	Manip. Spé.		DE	DS	DM+DS	Formation	Relation	Echange	Vitesse	Risque	
MC*	4	4 et *ÈM ÈS interdit*	0	0	0	0	4,0	0	0	0	0,5			-	-	4,5
PC1*	6	4** *et ÈS interdit*	Imp.	0	0	0	4,0	4	0	0	0,5			-	-	4,5
PC2*				1	0	0	4,0	7	0	1	0,5			-	-	4,5
PE1	6	4 *et ÈS interdit*	3+1 *Imp.*	0	0	0	3,4	7	0	1	0,2	0,3		-	0,1	4
PE2			3+2 *Imp.*	1	0	0	3,4	8	0	3	0,2	0,3		-	0,1	4
E1	6	4	4	1	0	1	3,1	NC	0	7	0,3	0,4		-	0,2	4
E2					0	2	3,1		1 EC	8	0,3	0,4		-	0,3	4
E3		4 *dt 1 ÈM*	3	2 *dt 1HC*	0	2	3,0		1	8	0,3	0,4		-	0,3	4
E4				3 *dt 2HC*	0	2	2,9		1	9	0,3	0,4		-	0,4	4
N2	6	6 *dt 2 ÈM*	NC	3 HC	2	2	3,0	NC	3	10	0,4			0,2	0,4	4
N3		6 *dt 1 ÉM et 1 ÉS*		3 HC	2 *dt 1 HC*	3	2,9		4	11	0,3			0,3	0,5	4
N4		6 *dt 1 ÉM et 1 ÉS*		3 HC	2 *dt 1 HC*	3	2,8		4	11	0,3			0,3	0,6	4
NA		6 *dt 1 ÉM et 1 ÉS et 1 ÉS en lancer*		3 HC	3 *dt 2 HC*	3	2,8		7	13	0,2			0,3	0,7	4
DE1	-	5 *dt 2 Échanges*	4	1	0	2	3,2	NC	0	8	-	0,3	0,2	-	0,3	4
DE2	-	6 *dt 1 É et 1 ÉM*	3	2 *dt 1HC*	0	2	3,2		1	8	-	0,2	0,2	-	0,4	4
DN	-	6 *dt 4 Échanges, dt 2 Lancers et 1 en ÉS*	NC	3 HC	2 *dt 1 HC*	3	2,8		4	10	-	0,3		0,3	0,6	4
DNA	-		NC	3 HC	3 *dt 2 HC*	3	2,8		6	12	-	0,2		0,3	0,7	4

PENALITES (se reporter aux fiches de juges)	DE	DM ÉM	DS ÉS	Porter	ÉM ou ÉS interdits	Manip. Spé.	Formation ou Relation
Elément manquant	0,2 pt	0,3 pt	0,6 pt			0,4 pt	0,3 pt
Elément en trop	0,2 pt	0,3 pt	0,6 pt	0,5 pt	0,5 pt		
Séquence imposée	Non réalisée : 0,5 pt			Non réalisée en même temps : 0,2 pt			Mal placée : 0,3 pt
	Dans la séquence imposée, élément manquant par 1 gym ou + : 0,2 pt						
Faute de texte	0,1 à 0,3 pt par le juge arbitre EXE avec accord du jury EXE.						

** En Masse Chorégraphié et Précollectif 1 & 2, les porters sont interdits.*
*** Les échanges en moyenne sont autorisées dans le cas où les modalités de l'échange n'utilisent pas les difficultés corporelles.*

DE = Difficulté élémentaire / È = Echange / HC = Hors Combinaison / EC = En Combinaison
DM = Difficulté moyenne / ÈM = Echange en moyenne / DS = Difficulté supérieure / ÈM = Echange en supérieure
NC = non comptabilisé dans le nbre max. de difficutés / Manip. Spé. = Manipulation spécifique / dt = dont / Imp. = Imposé

Valeur ARTISTIQUE - Ensembles

Généralité

Les critères de valeur Artistique sont valorisés de façon différente suivant les éxigences des programmes et catégories. Pour plus de détail se référer au tableau ci-après et au chapitre Valeur Artistique du Code de Pointage.

Tableau de décomposition de la valeur Artistique

DETAILS	Ensemble Masse Chorégraphié Ensemble Précollectif		
	Très varié	Varié	Peu Varié
Occupation de l'espace : Formations de tailles différentes, utilisation du praticable	0,50 pt	0,30 pt	0,10 pt
Trajets, niveaux, directions, orientations du corps	0,50 pt	0,30 pt	0,10 pt
Traitements rythmique, cascade, inversion de séquences, changement de rythme	0,30 pt	0,20 pt	0,10 pt
Utilisation de la partie musicale libre	0,20 pt	0,10 pt	0,00 pt
TOTAL NOTE VA*	**1,5 pts**		

** En Masse Chorégraphié et Précollectif 1 & 2, la notation de la Valeur Artistique est simplifiée. Il s'agit, dans ce cas, d'entourer les points accordés pour chaque rubrique et de faire le total.*

DETAILS	Ensemble Préexcellence Ensemble Excellence Duo Excellence	Ensemble National Ensemble National A Duo National Duo National A
Relation Musique / Mouvement	1,20 pts	1,20 pts
Richesse spaciale (Espace, orientation, trajectoires)	1,20 pts	1,20 pts
Variété des relations	1,20 pts	1,20 pts
Choix des éléments corporels et de la manipulation	1,20 pts	-
Variété des éléments corporels et de la manipulation	-	1,20 pts
Sous total "Contrat de Base"	**4,8 pts**	**4,8 pts**
Traitement rythmique	0,30 pt	-
Effets rythmique	-	0,30 pt
Effet spaciaux	0,30 pt	0,30 pt
Effets relationnels	0,30 pt	0,30 pt
Originalité	0,30 pt	0,30 pt
Sous total "Revalorisation"	**1,2 pts**	**1,2 pts**
TOTAL NOTE VA	**6 pts**	**6 pts**

Programme Spécifique UFOLEP

Festi'Jeunes

A qui s'adresse ce programme

Ce programme permet de prendre des distances vis-à-vis des normes établies dans la pratique codifiée de la GRS. Il s'adresse à **tou.te.s les licencié.e.s UFOLEP âgés de 11 à 14 ans**

Orientation de travail

L'objectif est de construire un ensemble artistique, grâce à un contrat simplifié, donnant aux plus jeunes les moyens de créer, produire et présenter un ensemble harmonieux. La production d'effets, tant sur le plan spatial que musical, par le biais de mouvements et de manipulations simples sera recherchée.

Corps : Les différentes formes d'expression dansées, gymniques sont autorisées. Les différentes familles corporelles doivent être représentées en éléments ou en difficultés.
Engin : En prise libre, en respectant la mise à distance. Il doit toujours être en mouvement, mais il peut être ponctuellement arrêté pour un effet chorégraphique. Si l'arrêt est abusif, il sera pénalisé de -0.20 pt pour statisme d'engin par les juges composition.
Espace : Occupation de tout le praticable et utilisation des différents niveaux, directions, orientations et plans.
Harmonie : La synchronisation entre le corps, la musique et l'engin doit être harmonieuse dans l'espace.

Descriptif

	Festi'Jeunes (11 à 14 ans)
Thème	***Libre***
Musique	*Toute musique est acceptée (parole autorisée) d'une durée de **1'50 à 2'00***
Nombre de Gymnastes	***6 à 16 gymnastes** (dont 2 remplaçant.e.s maximum autorisé.e.s)*
Tenue des Gymnastes	Au choix, permettant au jury la visibilité du mouvement. Elles peuvent être différentes pour les gymnastes d'une même équipe. Elles restent **gymniques**, pas de « costume de théâtre ». La tenue, comme le maquillage doivent être au service du propos. Le maquillage outrancier, n'ayant aucun rapport avec le thème sera à proscrire, ainsi que les effets théâtraux. **Pas de changement ni d'évolution de tenue**.
Mouvement & Composition	Un seul passage, avec engins traditionnels ET non traditionnels. Les engins traditionnels transformés font fonction des deux types d'engins. **Rechercher l'ensemble et l'harmonie entre l'engin, le corps, la musique et l'espace**. Les difficultés ne sont pas valorisées et les acrobaties sont interdites autres que la roue. Pas de porter, appui passager autorisé (Cf. code : chapitre ensembles porters). **Les passages aux mains libres ne sont pas autorisés.**
Exigences	3 gymnastes au minimum doivent toujours être présent.e.s sur le praticable et la totalité de l'équipe doit être en présence active sur le praticable pendant au moins 50% du temps. Les sorties, pour changer de place, d'engin, sont autorisées, dans le but d'enrichir la chorégraphie. Elles ne doivent pas se traduire par des temps d'attente prolongés. Les gymnastes doivent avoir un comportement correct et discret à l'extérieur du praticable. Les changements d'engins doivent être intégrés dans le projet chorégraphique. Chaque sortie d'engin doit être contrôlée et maîtrisée. Dans le cas inverse, elle sera considérée comme une sortie pénalisable de 0,10 point. 3 engins minimum représentés (1 traditionnel, 1 transformé, 1 non traditionnel).

Programme Spécifique UFOLEP

Festival

A qui s'adresse ce programme

Ce programme permet de prendre des distances vis-à-vis des normes établies dans la pratique codifiée de la GRS. Il s'adresse à **tou.te.s les licencié.e.s UFOLEP âgés de 11 ans et plus.**

Orientation de travail

C'est un mouvement d'ensemble basé sur l'innovation : le but est donc d'inventer, de reconstruire, de réorganiser la pratique au niveau du corporel et de la manipulation de l'engin, d'explorer d'autres domaines, sans toutefois dénaturer l'activité. Ce programme doit inciter à la création chorégraphique en premier lieu.

Corps : Les différentes formes d'expression dansées, gymniques sont autorisées. Les différentes familles corporelles doivent être représentées en éléments ou en difficultés.
Engin : En prise libre, en respectant la mise à distance. Il doit toujours être en mouvement, mais il peut être ponctuellement arrêté pour un effet chorégraphique. Si l'arrêt est abusif, il sera pénalisé de -0.20 pt pour statisme d'engin par les juges composition.
Espace : Occupation de tout le praticable et utilisation des différents niveaux, directions, orientations et plans.
Harmonie : La synchronisation entre le corps, la musique et l'engin doit être harmonieuse dans l'espace.

Descriptif

	Festival (11 ans et plus)
Thème	***Imposé*** *(cf tableau Catégories & Engins de l'année en cours - Pages 3 & 4)*
Musique	*Toute musique est acceptée (parole autorisée) d'une durée de* ***2'00 à 2'30***
Nombre de Gymnastes	***6 à 16 gymnastes*** *(toutes catégories confondues)*
Tenue des Gymnastes	Au choix, permettant au jury la visibilité du mouvement. Elles peuvent être différentes pour les gymnastes d'une même équipe. Elles restent **gymniques**, pas de « costume de théâtre ». La tenue, comme le maquillage doivent être au service du propos. Le maquillage outrancier, n'ayant aucun rapport avec le thème sera à proscrire, ainsi que les effets théâtraux. **Pas de changement ni d'évolution de tenue**.
Mouvement & Composition	Un seul passage, avec engins traditionnels ET non traditionnels. Les engins traditionnels transformés font fonction des deux types d'engins. Des passages à mains libres sont autorisés sur des séquences très brèves (30 secondes maximum sur la totalité de l'enchaînement, quel que soit le nombre de gymnastes concerné.e.s).
Exigences	3 gymnastes au minimum doivent toujours être présent.e.s sur le praticable et la totalité de l'équipe doit être en présence active sur le praticable pendant au moins 50% du temps. Les sorties sont autorisées (pour changer de place, d'engin) dans le but d'enrichir la chorégraphie. Elles ne doivent pas se traduire par des temps d'attente prolongés. Les gymnastes doivent avoir un comportement correct et discret à l'extérieur du praticable. Les changements d'engins doivent être intégrés dans le projet chorégraphique. Chaque sortie d'engin doit être contrôlée et maîtrisée. Dans le cas inverse, elle sera considérée comme une sortie pénalisable de 0.10 point. 3 engins minimum représentés (1 traditionnel, 1 transformé, 1 non traditionnel), avec une recherche de manipulation variée sur chaque engin.

Programme Spécifique UFOLEP

Ensemble Expression

A qui s'adresse ce programme

Ce programme permet de **réunir dans un projet chorégraphique commun**, des gymnastes d'un même club, quel que soit leur niveau individuellement. Il s'adresse à **tou.te.s les licencié.e.s UFOLEP âgés de 11 ans et plus.**

Orientation de travail

Créer du « vivre ensemble », permettre des échanges intergénérationnels lors de l'entrainement afin de créer des liens entre chaque âge et chaque niveau, pour exprimer un message collectif à travers un projet artistique choisi et cohérent.

Revisiter les bases de l'activité, essentielles à la formation du.de la gymnaste, pour les mettre au service d'une recherche artistique et expressive.

Développer la créativité et la sensibilité artistique et musicale afin d'enrichir les bases culturelles indispensables à la progression des gymnastes et à la connaissance de l'activité.

Permettre de travailler sur la posture, la présence des gymnastes et l'incarnation d'un projet artistique dans son ensemble. Ce programme peut être vu comme préparatoire au circuit classique, ou bien comme travail complémentaire à ce qui est réalisé de manière plus naturelle dans les clubs.

Descriptif

	Ensemble Expression (11 ans et plus)
Thème	***Libre***
Musique	Libre d'une durée de **2'00 à 2'30 avec ou sans paroles** et avec un montage délicat (Style identique, respect des phrases musicales, pas de pot pourri…)
Nombre de Gymnastes	***7 à 12 gymnastes*** *(plus 2 remplaçant.e.s maximum autorisé.e.s)*
Tenue des Gymnastes	**Tenue au choix,** identique mais sobre, permettant la visibilité des mouvements (Éviter les tenues trop amples desservant la fluidité du mouvement et le jugement) Aucun changement de tenue n'est autorisé pendant l'enchaînement. **Coiffure libre mais le visage doit rester dégagé**.
Mouvement & Composition	Un seul passage.
Exigences	Doit développer toutes les composantes de la Valeur Technique et analyser leur richesse, variété et surtout l'exploitation par rapport au thème et projet choisi. Attention: Les porters acrobatiques aériens, considérés comme dangereux sont interdit : ▪ Porter par propulsion pour réaliser toutes acrobaties avec « vol ». ▪ Porters statiques ou le.la « voltigeu.se.r » est figé.e dans une posture statique. *Exemple : Se tenir debout sur les épaules de porteurs, pyramides…*

Programme Spécifique UFOLEP

Cotation & Jugement

FESTI'JEUNES & FESTIVAL		
Thème 1 : Corps / Engins / Musique	**Détail**	**Total par Thème**
Toutes familles corporelles représentées (sauts, équilibres, pivots, souplesses).	1,00 pt	5,50 pts
Pour chaque engin traditionnel et non traditionnel : Respect des fondamentaux, engins toujours en mouvement, 4 manip. différentes	2,00 pts	
Relation Musique / Mouvement	1,50 pts	
Originalité / Innovation par rapport à l'engin non traditionnel	0,40 pt	
Originalité / Innovation dans l'utilisation de l'engin	0,60 pt	
Thème 2 : Richesse Spatiale		
Utilisation de tout le praticable et variété des formations (dessins, tailles, groupes)	0,50 pt	3,50 pts
Variété des déplacements (orientations, directions, types) et des niveaux (haut, moyen, bas)	0,50 pt	
Originalité / Innovation dans les formations	0,50 pt	
Thème visible	2,00 pts	
Thème 3 : Relationnel / Expression		
Relations avec ou sans échanges	0,50 pt	3,00 pts
Nature des échanges (transmission, rouler, rebond, lancer)	0,50 pt	
Modalité des relations (corps/corps, corps/engin, engin/engin)	0,50 pt	
Nombre de gymnastes concerné.e.s (2, 3, 4, 5, ...)	0,50 pt	
Originalité / Innovation dans les relations	0,50 pt	
Expression	0,50 pt	
	Total Composition	**12 pts**

ENSEMBLE EXPRESSION	
Musique	**Détail**
L'analyse va porter sur l'exploitation de la structure musicale, l'efficacité et l'originalité de la mise en valeur des temps forts, silences, respirations… La chorégraphie doit former une unité, renforcer la musique. La mélodie, le thème, le style, l'ambiance sonore doivent souligner et/ou induire le mouvement, et ainsi créer une unité, une cohérence expressive et artistique.	3,00 pts
Richesse Corporelle	
L'observation va permettre de repérer l'enrichissement du vocabulaire gestuel tant dans la forme (familles) que dans la diversité de la palette dynamique : variations d'énergies ou de vitesse liées au thème développé. La fluidité et la cohérence des enchaînements d'actions devront servir le propos expressif.	3,00 pts
Organisation spatiale	
On observera tout ce qui va apporter de la variété et enrichir l'espace par rapport aux formations, aux changements de formations, aux trajectoires, aux orientations, aux niveaux, aux sous-groupes mais aussi à ce qui se passe lors de ces déplacements. Là aussi, l'occupation et la gestion de cet espace doivent renforcer l'idée directrice de la chorégraphie et être en cohérence avec le thème musical.	3,00 pts
Organisation relationnelle	
Les relations proposées vont permettre aux partenaires des rencontres plus ou moins singulières qui renforceront le projet artistique. Toutes les relations sont possibles : avec ou sans contact, selon les 3 modalités classiques, avec ou sans porter. C'est la qualité et la cohérence expressive qui seront notées et non l'exploit ponctuel. Des instants brefs avec certain.e.s gymnastes à l'arrêt (ou « statufié.e.s ») pourront apparaître si ceux-ci viennent nourrir la proposition artistique.	3,00 pts
Total Valeur Artistique	**12 pts**

Les pénalités appliquées sont les mêmes que celles appliquées pour les équipes des autres programmes. A celles-ci s'ajoutent les pénalités suivantes (* spécifique pour Festi'Jeunes & Festival) :

PENALITES	
Sorties	Pénalités indiquées dans le code de pointage en vigueur si sorties non maitrisées
Mise en place	15s maximum (la mise en place et la sortie de praticable ne doivent pas se faire en musique)
Gymnastes*	- 0,50 pt si il n'y a pas toujours 3 gymnastes minimum sur le praticable
	- 0,50 pt si la totalité des gyms n'est pas en présence active sur le praticable au moins 50 % du temps.
	- 0,20 pt pour toute attente prolongée à l'extérieur du praticable
	- 0,50 pt pour des passages à mains libres sur des séquences supérieures à 30s
Engins*	- 1,00 pt en cas de non-respect de la règle concernant les engins et - 0,20 pt pour statisme abusif
Thème*	- 0,30 pt si le thème est explicité par une voix off ou un texte présenté par les gymnastes
Porter	- 1,00 pt par porter interdit, pour mise en danger des gymnastes