



PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT 2022 - GRI

ÂGE AU 31 DÉC 2022	"A" Nouvelle ou qui revient Athlètes développement		"B" Nouvelle ou qui revient Athlètes développement		"C" Nouvelle ou qui revient Athlètes développement		Exigences Junior du Code de points FIG
Niveau 1 7, 8 Né en 2015, 2014			Corde Libre	4-6 Éléments de difficulté Min 1 – Max 2 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0			<p>Exigences de routine Libre Pour les niveaux 1B, 2A, 2B, 2C, 3A, 3B, 3C : vous référer au tableau des exigences pour la routine libre</p> <p>Difficulté combinée 1 difficulté de corps combinée est permise pour les niveaux 3 et plus. Une difficulté de corps combinée peut inclure une difficulté obligatoire. Par contre, l'athlète ne peut pas performer la même difficulté deux fois, tel qu'indiqué dans le CdP FIG.</p> <p>Combinaisons de mouvements de danse : Min 2 séries Min 8 sec chaque Valeur : 0.3 chaque</p> <p>Éléments pré acrobatiques : MAX 2 0.2 – 2 éléments identiques sur l'axe longitudinal ou transversal 0.3 – 3 éléments identiques sur l'axe longitudinal ou transversal 0.3 – 2 éléments identiques sur l'axe longitudinal ou transversal + 1 différent 0.3 – 2 rotations différentes 0.4 – 3 rotations différentes Aucune rotation verticale permise</p> <p>Ondes : Min 3 ondes Valeur : 0.1 chaque Aucune répétition de la même vague isolée. Chaque onde est performée debout et doit terminer à ½ pointes.</p> <p>Exigences d'appareils Tel que le CdP FIG Junior</p> <p>Risques : Niveaux 1B, 2A, 2B, 2C, 3A, 4A, 5A, 6A : min 1 rotation avec l'appareil Niveaux 3B, 3C, 4B, 4C, 5B, 5C, 6B, 6C : min 2 rotations avec l'appareil</p> <p>Le risque peut être compté si une gymnaste lance durant une rotation OU complète la rotation sous un lancer OU attrape avec une rotation</p> <p>Maximum 4 risques Difficulté d'appareil : min 1, max 15</p>
Niveau 2 9, 10 ans Né en 2013, 2012	Corde Libre	4-6 Éléments de difficulté Min 1-Max 2 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Ballon Libre	4-6 Éléments de difficulté Min 1- Max 2 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Libre Cerceau Ballon	4-6 Éléments de difficulté Min 1-Max 2 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	
Niveau 3 9, 10, 11 ans Né en 2013, 2012, 2011	Cerceau Libre	4-7 difficultés d'éléments Min 1-Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Libre Ballon Choix (Cerceau ou Massues)	4-7 Éléments de difficulté Min 1-Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Libre Massues Choix (Cerceau ou Ballon)	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	
Niveau 4 11, 12, 13 ans Né en 2011, 2010, 2009	Ballon Libre	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Libre Cerceau Choix	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Libre Ruban Choix (Cerceau ou Massues)	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	
Niveau 5 13, 14, 15 ans Né en 2009, 2008, 2007	Choix Libre Cerceau	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Ballon Ruban Choix	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Cerceau Massues Choix	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	

Niveau 6 15 & plus Né en 2007 et plus âgé	Choix Ballon Cerceau	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Ballon Massues Choix	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Cerceau Ruban Choix	5-7 Éléments de difficulté Min 1 – Max 3 de chaque groupe Difficulté maximale de 8.0	Nombre de groupes techniques fondamentaux et fondamentaux spécifiques requis, conformément au tableau du CdP.
--	---	---	---	--	--	--	--

NOTES SUPPLÉMENTAIRES

- **Niveau 1 : il n’y aura pas de classement ou d’affichage de note.** Le même certificat de reconnaissance sera donné à toutes les gymnastes.
- Pour tous les niveaux, la musique d’accompagnement avec voix qui contient des mots peut être utilisée pour 4 exercices individuels afin de respecter l’éthique (1 point de déduction si dépasse la limite)
- Choix d’appareil (n’inclut pas Libre) : une seule remise de récompenses aura lieu pour le choix d’appareil. Le concours multiple est le total de trois routines.
- Les gymnastes individuelles du programme national de l’année précédente doivent entrer dans la catégorie B ou C (niveau d’âge approprié : Niveau 3B ou 3C, 4B ou 4 C, 5B ou 5C, 6B ou 6C)
- Niveaux de développement GRI : 1B, 2A, 2B, 2C, 3A, 3B, 3C : se référer au tableau d’éléments de difficulté obligatoires
- Gymnastes de développement GRI : ne peuvent pas faire le défi de monter de niveau
- Participation régionale : 3B, 3C, 4B, 4C, 5B, 5C, 6B, 6C



PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT 2022 - GRG

Âge au 31 décembre 2022	Appareils et nombre de gymnastes	Durée de la routine (minutes)	Composition	Formations & Collaborations
Développement de base / Groupe d'introduction (aucun classement) 7, 8 ans Né en 2015, 2014	Libre 3 & 4 5	1 min 15 – 1 min 30	3 difficultés de corps (1 de chaque groupe) (3 x 0.3) 2 éléments acrobatiques (2 x 0.3) 1 pas de danse (1 x 0.3) 1 onde de corps (1 x 0.3) 3 collaborations (3 x 0.3) (C) Difficulté maximale de 3.00	Minimum 4 formations pour les groupes de 4 & 5 Minimum 3 collaborations pour les trios
Niveau 2 9, 10 ans Né en 2013, 2012	Ballon 3 & 4 5	1 min 45 – 2 min	3 difficultés de corps (1 de chaque groupe) (3 x 0.3) 1 diff. avec échange (1 x 0.3) à un min. de 4 mètres de séparation 1 onde de corps (1 x 0.3) 3 éléments acrobatiques (3 x 0.3) 2 pas de danse (2 x 0.3) 3 collaborations (3 x 0.3) (CC) 1 collaboration avec rotation (1 x 0.3) (CR) o (CR2) Difficulté maximale de 4.20	Minimum 4 formations pour les groupes de 4 & 5 Minimum 3 collaborations pour les trios
Niveau 3 11, 12 ans Né en 2011, 2010	Corde 3 & 4 5	2 min – 2 15 min	3 difficultés sans échange (1 diff. de ch. groupe) 2 difficultés avec échange Max. 6 difficultés (1 au choix) Min. 4 collaborations (min. 3 CC) Max.1 Risque Min. 2 pas de danse Min. 2 ondes de corps Min. 2 élé. de ch. app. fondamental spécifique	Minimum 4 formations pour les groupes de 4 & 5 Minimum 3 collaborations pour les trios

<p>Niveau 4 13, 14 ans Né en 2009, 2008</p>	<p>Ruban ou Cerceau 3 & 4 5</p>	<p>2 min 15 – 2 min 30</p>	<p>3 difficultés sans échange (1 diff. de ch. groupe) 3 difficultés avec échange Max. 7 difficultés (1 au choix) Min. 4 collaborations (min. 3 CC) Max.1 Risque Min. 2 pas de danse Min. 2 ondes de corps Min. 2 élé. de ch. app. fondamental spécifique</p>	<p>Minimum 4 formations pour les groupes de 4 & 5 Minimum 3 collaborations pour les trios</p>
<p>Niveau 5 15 & plus Né en 2007 & avant</p>	<p>Choix de : Appareil simple : Ballon ou Mix 2 & 3; 4 & 5 1 Cerceau & 2 Massues 2 Cerceaux & 2 Massues 2 Cerceaux & 4 Massues 3 Cerceaux & 4 Massues</p>	<p>2 min 15 – 2 min 30</p>	<p>4 difficultés sans échange (1 diff. de ch. groupe) (1 diff. combinée est permise) 3 difficultés avec échange Max. 8 difficultés (1 au choix) Min. 4 collaborations (min. 3 CC) Max.1 Risque Min. 2 pas de danse Min. 2 ondes de corps Min. 2 élé. de ch. app. fondamental spécifique</p>	<p>Minimum 4 formations pour les groupes de 4 & 5 Minimum 3 collaborations pour les trios</p>

NOTES SUPPLÉMENTAIRES

- Le formulaire D doit être soumis. Le formulaire D sera redonné aux entraîneurs pour analyse d'amélioration et rétroaction.
- **Développement de base/Groupe d'introduction : Aucun classement ou affichage de notes.** Le formulaire D sera redonné aux entraîneurs pour analyse d'amélioration et rétroaction.
- Pour tous les groupes d'âge - les groupes fondamentaux techniques d'appareils peuvent être performés durant les difficultés d'éléments, pas de danse, combinaison, éléments dynamiques avec critère de rotation, collaborations, échanges ou éléments de connexion.
- Tous les groupes fondamentaux techniques d'appareils ne sont pas requis pour les exercices de groupe.
- Un minimum de 1 élément fondamental technique d'appareil est requis pour les combinaisons de pas de danse.
- Une variété de choix d'éléments des groupes fondamentaux techniques d'appareils et des groupes non fondamentaux sont requis.
- Les difficultés de corps, échanges, pas de danse, combinaisons, éléments dynamiques avec critère de rotation et collaborations pour les niveaux 1 et 2 ont une valeur de 0.3 chacun, peu importe leur valeur dans le CdP. Ceci permettra aux gymnastes et entraîneurs de se concentrer sur l'exécution technique du corps et du mouvement de l'appareil plutôt que sur la valeur. Cette exigence est aussi alignée avec le programme de développement par groupes d'âge de la FIG.
- Le manque de variété est pénalisé dans la partie Artistique.
 - Déduction de 0.3 si moins d'une difficulté de chaque groupe
 - Déduction de 0.3 si moins du nombre d'éléments de difficulté requis
 - 0,3 déduction pour plus que le nombre requis de BD au-dessus de 0,1



- Déduction de 0.3 si plus de difficultés d'échange que requis
- Les athlètes peuvent compétitionner dans un niveau d'âge plus élevé que celui où elles participent en individuel (excluant le niveau 1 ou tout athlète âgé de 8 ans ou moins)
- Une athlète ne peut pas compétitionner dans les groupes de développement 3 et 4 ainsi que groupe de développement 5 dans la même saison de compétition.
- Une athlète ne peut pas compétitionner dans un groupe de développement et tout groupe national dans la même saison de compétition sauf si le groupe de développement devient un groupe national. Il ne peut pas par la suite retourner au groupe de développement dans la même saison.
- Une gymnaste du programme national peut compétitionner dans le groupe d'âge approprié du groupe de développement 5 ou 6 (4 ou 5) si elle ne fait pas partie d'un groupe national.
- Une athlète peut compétitionner dans un groupe de développement et un groupe de gymnastique esthétique dans la même année.
- Une athlète peut compétitionner dans un groupe national et un groupe de gymnastique esthétique dans la même année
- Une gymnaste ne peut pas descendre de groupe d'âge.
- La musique d'accompagnement avec voix et mots peut être utilisée en respectant l'éthique.

AUGUST 2021 - FINAL (erreurs de frappe corrigées en octobre 2021)

