



# GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

## Saison 2024/2025

### 1 CALENDRIER GÉNÉRAL

EPREUVES	DATES ET HORAIRES	LIEUX	ENGAGEMENTS
CHAMPIONNAT ET COUPE Île-de-France	Jeudi 30 Janvier 2025  12h30 – 17h30	<a href="#">Complexe sportif La Fontaine - Arnaud Beltrame</a>  ANTONY	Individuels/ Duos - Trios / Ensemble <b>EN LIGNE JUSQU'AU</b> <b>JEUDI 16 JANVIER SOIR</b> <i>(Filtrer sur Académie de PARIS)</i>  Composition équipes <b>Fichier</b> à transmettre par mail à la LIFSU Paris <b>Au plus tard le 23/01/2025 soir</b>
CHAMPIONNAT ET COUPE DE FRANCE	Jeudi 13 mars 2025	THIAIS (Ile-de-France)	Sur QUALIFICATION

**Attention** : Aucune inscription ne sera acceptée si l'étudiant n'a pas sa licence FF Sport U 2024/2025.

### 2 ADRESSE ET MOYENS D'ACCES

- [Complexe sportif La Fontaine - Arnaud Beltrame](#)  
14, rue Pierre-Kolhmann  
92160 ANTONY  
Transports : RER B arrêt Parc de Sceaux.

### 3 REGLEMENT GENERAL

#### 3.1 PRINCIPE

Le format compétitif en GR est composé de 2 filières : Championnat de France et Coupe de France, au sein desquelles différentes formules sont proposées.

La participation aux épreuves régionales Île-De-France est obligatoire pour la sélection aux phases nationales, sauf blessure ou examen sur justificatif.

### 3.2 CONDITIONS DE PARTICIPATION :

- **Licences FFSU** : Seuls les gymnastes titulaires de la licence FF Sport U régulièrement enregistrée pour l'année en cours peuvent participer aux différentes épreuves.  
**La présentation de la licence FF Sport U dématérialisée et de la carte étudiante est obligatoire** avant le début de chaque compétition.
- Les différentes compétitions ainsi que chaque formule sont ouvertes aux jeunes gens et jeunes filles.
- Les A.S. peuvent présenter des gymnastes en Championnat de France et en Coupe de France.
- En Coupe de France, il n'est pas nécessaire de faire partie de la même AS pour créer un duo ou un quatuor.
- Un ou une même gymnaste ne peut être engagé(e) que dans une filière (championnat ou coupe).
- Le passage du Championnat de France à la Coupe de France n'est pas autorisé pour les qualifiées individuelles du championnat précédent (sauf dérogation exceptionnelle demandée à la commission mixte nationale avant le 30/01/2025).
- Les trois premier(ère)s individuel(elle)s en coupe de France N-1 ne peuvent s'engager en individuel(le), que dans la formule championnat de France pour l'année suivante.
- Les engagements des équipes doivent impérativement être nominatifs et complets (noms, prénoms, A.S.).

### 3.3 MODALITES D'ENGAGEMENT :

Vous devez **impérativement** :

Enregistrer **en ligne** votre inscription individuelle et/ou celle de votre Duo\*/ Trio\*/ Ensemble \*  
(Filtrer sur Académie de Paris)  
**Au plus tard jeudi 16 Janvier soir (23h59)**

**ATTENTION : AUCUN ENGAGEMENT NE SERA ACCEPTE APRES CETTE DATE**

\* Pour valider l'engagement de votre Duo/ Ensemble, obligation de saisir au moins un nom

- ◆ Communiquer par mail **le nom et le niveau de votre juge** ainsi que **la fiche dirigeante** (pdf ouvert) remplie de  **votre juge** à l'adresse suivante :

[creteil@sport-u.com](mailto:creteil@sport-u.com)

**Au plus tard jeudi 23 janvier 2025 au soir**

- ◆ Communiquer par mail **les musiques** de chaque gymnaste en renommant les fichiers sous la forme suivante : **Nomassociationssportive\_Nom\_prémon.mp3**. à l'adresse suivante :

[creteil@sport-u.com](mailto:creteil@sport-u.com)

**Au plus tard jeudi 23 janvier 2025 au soir**

- ◆ Communiquer par mail votre **composition de Duo, Trio ou Ensemble** à l'adresse suivante :

[creteil@sport-u.com](mailto:creteil@sport-u.com)

**Au plus tard jeudi 23 janvier 2025 au soir**

## 4 CHAMPIONNAT N1 ÎLE-DE-FRANCE

### 4.1 FORMULES SPORTIVES :

Trois formules de compétition sont proposées : ensemble (quatuor), duo, individuel.

- **Ensemble (Quatuor) N1** = programme collectif de 4 gymnastes (+ 2 remplaçantes possibles), durée 2' à 2'30, engin imposé.
- **Duo N1** = programme à 2 gymnastes (+ 1 remplaçante possible), durée 1'15 à 1'45, engin imposé.
- **Individuel N1** = durée 1'15 à 1'30, engin libre au choix.
  
- Un(e) gymnaste peut participer à 2 formules au maximum.  
**Cas particulier** : possibilité de participation à 2 formules individuelles si engins différents.

## 4.2 COMPOSITION DES EQUIPES :

---

- Quatuor : ouverture possible à un ou une gymnaste d'une autre AS (licence extérieure) ou sans AS (licence individuelle).
- Duo : gymnastes appartenant à la même AS. Un duo peut également être composé d'un ou d'une gymnaste titulaire d'une licence individuelle associé à un ou un gymnaste licencié au sein d'une AS.
- Combiné : gymnastes appartenant à la même AS (sauf règles spécifiques pour le quatuor et le duo).

## 4.3 PROGRAMME SPORTIF ET NOTATION :

---

- Engins :

<b>Programme 2025</b>	<b>Programme 2026</b>
Ensemble : Ballons/Massues	Ensemble : Massues
Duo : Cerceaux	Duo : Cerceau/Ballon
Individuel : Engin au choix	Individuel : Engin au choix

- Programme et notation :

Application du **Code FIG aménagé 2022-2024**.

[Programme et notation CFU N1](#)

## 4.4 CLASSEMENT ET TITRES :

---

- Chaque formule (quatuor, duo et individuel) donne lieu à un classement spécifique.
- Les titres de champion- ne d'Île-de-France seront attribués :
  - en individuel : au gymnaste vainqueur à chaque engin
  - au duo vainqueur
  - à l'ensemble (quatuor) vainqueur

# 5 CHAMPIONNAT N2 ÎLE- DE- FRANCE

## 5.1 FORMULES SPORTIVES :

---

Deux formules sont proposées au choix des A.S. pour des gymnastes JG et/ou JF appartenant ou non à la même A.S :

- **Individuel N2** : engin au choix, durée 1' à 1'30  
Une même gymnaste ne peut pas présenter deux engins différents dans cette formule.
- **Duo-trio N2** : 2 ou 3 gymnastes, durée de 1'15 à 1'45

## 5.2 PROGRAMME SPORTIF ET NOTATION :

---

- Application du **Code FIG aménagé 2022-2024**.
- [Programme et notation CFU N2](#)

## 5.3 CLASSEMENT ET TITRES :

---

- Chaque formule (1,2) donne lieu à un classement spécifique.
- Les titres de champion d'Île-de-France seront attribués :
  - en individuel : au gymnaste vainqueur (tous engins confondus)
  - au duo ou trio vainqueur

## 6 JURY ET REGLEMENT

### 6.1 JURY POUR LE CHAMPIONNAT ÎLE-DE-FRANCE :

---

- Les membres du jury sont majoritairement convoqués par la LIFSU-Paris.
- Chaque AS doit fournir un juge formé **dès l'engagement de 2 gymnastes**. Elles doivent communiquer par mail [la fiche dirigeante](mailto:la_fiche_dirigeante) remplie du juge à l'adresse suivante :  
[creteil@sport-u.com](mailto:creteil@sport-u.com)  
**Au plus tard jeudi 23 janvier 2025 au soir**

### 6.2 JURY POUR LE CHAMPIONNAT DE FRANCE :

---

- Disposition obligatoire pour une AS avec au moins 2 étudiant(e)s engagé(e)s : chaque AS doit fournir à ses frais, un juge formé pour le bon déroulement de la compétition et sur toute la durée des finales. Le non-respect de cette règle entraînera une pénalité de 3 points pour chaque passage.
- Remarque : Un.e étudiant.e désirant matcher et juger sur le CFU peut le faire à condition de ne pas pénaliser l'organisation de la compétition en se faisant remplacer par un.e juge de son AS pendant la durée de sa catégorie.

### 6.3 MODALITES DE JUGEMENT :

---

Selon le code FIG en vigueur 2022-2024

Des précisions sur les caractéristiques de composition, d'exécution, de répartition des points d'évaluation ainsi que les fiches de notation sont à disposition sur le site internet de la FF Sport U.

- o Championnat de France N1 :

[Programme et notation CFU N1](#)

[Carnet de juge CFU](#)

- o Championnat de France N2 :

[Programme et notation CFU N2](#)

[Carnet de juge EXE](#)

[Carnet de juge Coord](#)

## 7 DEROULEMENT DE LA COMPETITION REGIONALE ÎLE- DE- FRANCE

### 7.1 HORAIRES

---

Les horaires sont donnés à titre indicatif et pourront être modifiés selon le nombre d'équipes engagées et les contraintes locales.

- 12h30 : Accueil (vérification des licences et carte étudiante) et Réunion de juges
- 13h00 : Echauffement Général
- 14h00 : Début compétition
- 17h30 : Fin compétition et palmarès.

### 7.2 PALMARES ET REMISE DES RECOMPENSES :

---

- Présence impérative des étudiants et des juges jusqu'à la fin de la compétition.
- Les récompenses ne seront remises qu'aux seuls présents.

### 7.3 MUSIQUE :

---

Nous vous demandons de nous faire parvenir vos **fichiers musicaux au format MP3** par mail **au plus tard le jeudi 23 janvier 2025 au soir** à [creteil@sport-u.com](mailto:creteil@sport-u.com) .

Les noms de fichiers doivent être envoyés sous la forme suivante : **Nomassociationssportive\_Nom\_prémon.mp3**.

Toutes les musiques sont autorisées (chants compris mais pots pourris interdits), une préparation de 20'' maximum est possible.

### 7.4 TENUE :

---

- Tous les gymnastes doivent être en tenue règlementaire sur le plateau de compétition.
- **Tenue gymnique près du corps** (jambes couvertes autorisées) sans inscription (sauf logo AS) et pas de costume.
- En ensemble, les tenues doivent être harmonisées.

### 7.5 PRINCIPES GENERAUX :

---

- Praticable de 13 x 13
- Un seul passage.

## 8 QUALIFICATION CHAMPIONNATS DE FRANCE ET COUPE DE FRANCE U

### 8.1 MODALITES DE QUALIFICATION AU CFU ET CDF U :

---

- La sélection aux phases nationales est effectuée par la Commission Mixte Nationale et ne peut se faire qu'à condition qu'il y ait eu : compétition, classement et production de résultats par la Ligue du Sport U organisatrice.
- Le Championnat de France aura lieu le **13 Mars 2025** à Thiais (Ile de France).

### 8.2 QUALIFICATION EXCEPTIONNELLE :

---

**La demande de QE** est à remplir (utilisation obligatoire de l'imprimé spécifique) et à renvoyer à la FF Sport U via la LIFSU- Paris pour validation préalable à l'adresse suivante : [creteil@sport-u.com](mailto:creteil@sport-u.com) **au plus tard le 30 janvier 2025 au soir**.

Les demandes de QE pour cause de sélection en équipe de France, blessure ou examen lors des compétitions de conférence qualificatives aux CFU, avec justificatifs joints (respectivement attestation du médecin ou du chef d'établissement) seront examinées comme prévu au chapitre spécifique du guide sportif FFSU.

Tout autre motif de demande de QE ne sera pas recevable. Dans tous les cas, la CMN reste souveraine.

Ces demandes de QE avec justificatifs doivent être validées par la LIFSU-Paris. Elles doivent impérativement être posées à l'engagement pour les phases qualificatives auprès de la Ligue organisatrice qui les complètera et les enverra à la FFSU au plus tard à la date de retour des résultats. Aucune relance ne sera faite.

Toute demande de qualification exceptionnelle doit donc être posée au plus tard à l'engagement pour les phases qualificatives au CFU.

## 9 INFORMATIONS NATIONALES

Vous retrouverez toutes les informations nationales (règlement national, dossier CFU, liste qualifiés CFU, documents divers, etc) sur la **page Gymnastique Rythmique** du site de la FF Sport U :

<https://sport-u.com/sports-ind/GYMNASTIQUES/>

Pour toutes les informations réglementaires non précisées dans la circulaire régionale, c'est le **règlement national** figurant sur le site de la FF Sport U, qui fait foi et à défaut, l'avis de la CMN.

Page Facebook « Gymnastique Rythmique Universitaire FFSU » : <https://bit.ly/3rOjnRb>

Blog : <http://gruniversitaire.blogspot.fr>

**La Directrice Régionale du Sport U**  
Valérie TERRIEN-CONQUES