

RÈGLEMENT SPÉCIFIQUE

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Année 2025-2026

Nouveautés 25-26



GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

SOMMAIRE

TITRE I : DEFINITION des CHAMPIONNATS	2
Article 1 : Les championnats	2
Article 2 : Les catégories d'âge	2
Article 3 : Le championnat Promotionnel et le championnat Élite	2
3.1 La filière Élite du championnat national en GR	2
3.2 La filière Promotionnelle du championnat national en GR	2
TITRE II : ACCES aux CHAMPIONNATS NATIONAUX DE GR	4
Article 4 : Obligations	4
Article 5 : Conditions d'accès et modalités de qualifications	4
Article 6 : Les jeunes officiels	4
Article 7 : Tenue vestimentaire de compétition	4
Article 8 : Titres et récompenses	5
Article 9 : Statut de HNS modalités d'accès aux attestations et certification JO UGSEL	5
Article 10 : Dispositions particulières	5
TITRE III : RESERVES, RECLAMATIONS ET PROCEDURES DISCIPLINAIRES	6
Article 11 : Réserves et réclamations	6
11.1 Les réserves	6
11.2 Les réclamations	6
11.3 La commission des réclamations et litiges de la compétition	6
11.4 Répétition de l'exercice	6
11.5 Gymnastes remplaçantes	6
11.6 Les sanctions	6
Article 12 : Le dopage	6
TITRE IV : PROGRAMME des EPREUVES	7
Article 13 : Définition et code	7
13.1 Praticable	7
13.2 Musique	7
13.3 Secrétariat	8
13.4 Notes	8
13.5 Jury	8
13.6 Réunion des juges	9
13.7 Classement	9
13.8 Norme des engins	9

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

TITRE I : DEFINITION DES CHAMPIONNATS

ARTICLE 1 : LES CHAMPIONNATS

L'UGSEL organise chaque année un Championnat National de Gymnastique Rythmique pour les jeunes gymnastes licenciés conformément à l'article 7 des Règlements Généraux (RG). Chaque championnat national en GR propose une filière Promotionnelle et une filière Élite.

ARTICLE 2 : LES CATEGORIES D'AGE

2.1 CATEGORIES

Conformément à l'article 8 des RG :

En Elite

- une catégorie Benjamin·e/Minime 1 en individuel et duo
- une catégorie Minime 2/Cadet·te/Junior en individuel et duo
- une catégorie commune B/M/C/J en collectif à 4 ou 5

En Promotionnel

- une catégorie benjamin·e en duo et collectif à 4 ou 5 ou 6
- une catégorie minime en individuel et duo
- une catégorie C/J en individuel et duo
- une catégorie commune M/C/J en collectif à 4 ou 5 ou 6

Pour la catégorie commune Benjamin·e/Minime/Cadet·te/Junior :

Un collectif libre multi engins « OPEN » : 4 à 8 gymnastes avec un maximum de 50 % de gymnastes en catégorie Élite.

2.2 Le **surclassement** d'un·e Benjamin·e dans la catégorie immédiatement supérieure est autorisé dans les exercices d'ensemble à raison de 2 gymnastes pour les collectifs à 4, et maximum 3 gymnastes pour les collectifs 5 ou 6. **Cela n'est cependant pas autorisé en individuel.**

2.3 Le **surclassement** d'un·e Benjamin·e ou d'un·e Minime dans la catégorie immédiatement supérieure est autorisé en duo pour un·e gymnaste sur deux.

2.4 **Le surclassement d'un·e gymnaste est pris en compte pour une seule épreuve**

2.5 **La catégorie poussine est intégrée à la catégorie benjamine**

Pour tout surclassement, un certificat médical est obligatoire.

ARTICLE 3 : LE CHAMPIONNAT PROMOTIONNEL ET LE CHAMPIONNAT ÉLITE

Référence à l'article 23 des RG

3.1 LA FILIERE ÉLITE DU CHAMPIONNAT NATIONAL EN GR

3.1.1 Obligatoirement tout·e gymnaste pratiquant la Gymnastique Rythmique ou le Twirling en fédération affinitaire ou autre (FFG, FSCF, UFOLEP, FFGT...)

3.1.2 Tout·e gymnaste licencié·e à l'UGSEL qui le désire.

3.2 LA FILIERE PROMOTIONNELLE DU CHAMPIONNAT NATIONAL EN GR

Pour toutes les catégories, les gymnastes licencié·es à l'UGSEL et non licencié·es dans une fédération gymnique ou affinitaire.

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Dispositions particulières :

3.2.1 En individuel ou duo, un·e gymnaste ne peut concourir à la fois en filière Promotionnelle et en filière Élite. Un·e gymnaste concourant en duo ou individuel Élite ne peut concourir en collectif Promotionnel.

3.2.2 Un·e gymnaste concourant en filière Promotionnelle en individuel ou en duo, peut participer en filière Élite en collectif

3.2.3 Un·e gymnaste licencié·e en fédération, y compris Twirling, pour la première année, pourra cette même année participer au championnat national en filière Promotionnelle. L'année suivante, cet·te gymnaste devra concourir dans la filière Élite.

3.2.4 Pour toutes les catégories, un·e gymnaste ayant été licencié·e en fédération, y compris en Twirling, autre que scolaire ne pourra participer au championnat national en filière Promotionnelle qu'un an après son arrêt en fédération.

3.2.5 Un établissement ne peut pas présenter plus de 3 individuels en filière Élite. A partir de 4 individuels et plus, il sera tenu de présenter au moins 1 duo ou 1 collectif en Élite.

3.2.6 Au-delà de 6 gymnastes engagé·es en filière Élite, du même établissement, ce dernier devra aussi engager des gymnastes en filière Promotionnelle.

3.2.7 Un·e gymnaste ayant obtenu le titre National en individuel ou en duo Promotionnel devra se présenter en Élite l'année suivante. L'année N+2, seul·es les gymnastes n'ayant pas réalisé de podium en Élite, pourront se représenter en Promotionnel.

3.2.8 Les gymnastes licencié·es en fédération de niveau régional ou loisir peuvent concourir en Promotionnel au nombre maximum de deux en collectif imposé et un·e en duo.

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

TITRE II : ACCES AUX CHAMPIONNATS NATIONAUX DE GR

ARTICLE 4 : OBLIGATIONS

Respect de la charte

En références aux articles 7 et 9 des RG et article 12 des statuts :

Un seul encadrant licencié UGSEL sera autorisé à accompagner ses gymnastes sur le plateau.

ARTICLE 5 : CONDITIONS D'ACCES ET MODALITES DE QUALIFICATIONS

Les qualifications sont effectuées par la Commission Technique Nationale (CTN) de Gymnastique Rythmique, réunie en Commission de Qualification.

La commission valide les qualifiées dans chaque catégorie et dans chaque épreuve en fonction des résultats obtenus lors des épreuves territoriales, et transmis par les instances compétentes au plus tard la veille de la commission.

Pour cela, sur une année scolaire :

- 3 gymnastes au maximum peuvent être engagées pour les duos
- 6 gymnastes au maximum peuvent être engagés pour les collectifs à 4,
- 7 gymnastes au maximum peuvent être engagés pour les collectifs à 5,
- 8 gymnastes au maximum peuvent être engagés pour les collectifs à 6.
- 10 gymnastes au maximum peuvent être engagés pour l'OPEN.

Les modifications peuvent être effectuées sur Usport, jusqu'à 96h avant le 1^{er} jour du championnat National.

Référence chapitre 2 du RG : en cas d'absence d'organisation dans son comité ou territoire une demande de qualification exceptionnelle sera demandée par écrit à la CTN de GR. Art 17 et 18 des RG

ARTICLE 6 : LES JEUNES OFFICIELS

Référence à l'article 25 des RG

Une formation Nationale de Jeunes Officiels est organisée tous les 2 ans avec un examen théorique et un examen vidéo dans 2 domaines différents. (Exécution pour tous les JO et Valeur Technique ou Valeur Artistique).

La formation territoriale est obligatoire pour prétendre à une inscription à la formation Nationale.

ARTICLE 7 : TENUE VESTIMENTAIRE DE COMPETITION

7.1 Le justaucorps, académique sont autorisés. Les décolletés du devant et du dos doivent être corrects, et ne pas dépasser la ligne du soutien-gorge.

L'échancrure du maillot en haut des jambes ne doit pas dépasser le pli de l'aîne.

Les collants de jambe sans pieds, les jupettes et le shorty courts sont autorisés.

7.2 Les justaucorps ne doivent pas être décorés de façon extravagante.

7.3 La tenue doit être identique de forme et de couleur pour tous les membres de l'équipe ou d'un même duo.

7.4 **Open** : Tenue libre. Toutefois celle-ci devra être esthétique, décolleté décent, et ne pas cacher les mouvements (pas de vêtements amples).

Les tenues peuvent être différentes d'une gymnaste à l'autre, mais l'ensemble doit être harmonieux.

7.5 Maquillage sobre autorisé.

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

ARTICLE 8 : TITRES ET RECOMPENSES

Référence à l'article 24 des RG

ARTICLE 9 : STATUT DE HNS MODALITES D'ACCES AUX ATTESTATIONS ET CERTIFICATION JO UGSEL

Référence aux art. 11, 14.2 et 14.3 des RG

Procédure de formation des jeunes officiels en GR

Pour les collèges et lycées, chaque territoire organise une formation au jugement (EXE + VA ou VT), à l'issue de laquelle une sélection est effectuée pour accéder au stage de formation Nationale de jeunes officielles (théorique et pratique), qui a lieu tous les deux ans.

Procédure de certification des jeunes officielles en GR : Obtenir **12/20** à l'examen de certification dans l'une des catégories (VT ou VA ou EXE) qui a lieu à la fin du stage. **La validation finale a lieu en situation pratique lors du championnat National.**

ARTICLE 10 : DISPOSITIONS PARTICULIERES

10.1 Un·e gymnaste ne peut être qualifié·e en championnat national que dans **deux exercices maximums au choix**

10.2 Dans un souci d'ouverture de l'activité, une AS peut se voir proposer une qualification exceptionnelle par la CTN à l'issue de la commission de qualification.

10.3 Chaque AS présentant au moins **4 élèves**, toutes catégories confondues, devra également **présenter un jeune officiel ou un juge adulte** ayant suivi une formation au jugement de comité ou territoriale ou Nationale UGSEL (**voir pénalités juge secrétaire**).

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

TITRE III : RESERVES, RECLAMATIONS ET PROCEDURES DISCIPLINAIRES

ARTICLE 11 : RESERVES ET RECLAMATIONS

11.1 LES RESERVES

Référence à l'article 28 des RG

11.2 LES RECLAMATIONS

En cas de réclamation, il faudra s'adresser à la présidente du jury **30 minutes** au plus tard après la consultation des résultats. La réclamation doit être portée **par écrit**.

Si la réclamation ou la proposition peut modifier le déroulement de la compétition, la personne l'exposera devant le jury d'appel. Le jury délibérera sans sa présence, une réponse sera donnée et il n'y aura aucune possibilité de revenir sur sa décision.

11.3 LA COMMISSION DES RECLAMATIONS ET LITIGES DE LA COMPETITION

Composition d'un jury d'Appel : juges responsables de l'exercice + responsable de la compétition + responsable de la CTN GR + un membre de la CTN non impliqué dans l'exercice (ni jury, ni entraîneur).

11.4 REPETITION DE L'EXERCICE

Aucun exercice libre ou imposé ne pourra être recommencé, sauf en cas de force majeure, indépendante de l'équipe ou de la gymnaste et reconnu par les juges responsables de l'exercice et la responsable de la CTN de GR.

Si l'engin se casse au cours d'un exercice, la gymnaste ou le groupe ne sera pas autorisé à recommencer. Il est possible d'utiliser un engin de remplacement.

11.5 GYMNASTE(S) REMPLAÇANTE(S)

Si un·e gymnaste se blesse lors d'un collectif, l'équipe sera autorisée à recommencer avec un·e remplaçant·e.

11.6 LES SANCTIONS

Référence à l'art. 29 des RG

ARTICLE 12 : LE DOPAGE

Référence à l'art. 30 des RG

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

TITRE IV : PROGRAMME DES EPREUVES

ARTICLE 13 : DEFINITION ET CODE

En **Elite** :

- pour la catégorie **Benjamin·e/Minime 1** : 1 individuel libre, 1 duo libre
- pour la catégorie **M2/C/J** : 1 individuel libre, 1 duo libre
- pour la catégorie commune **B/M/C/J** : 1 collectif libre à 4 ou à 5

En **Promotionnel** :

Pour les catégories **Minime et Cadet·te/Junior** (catégorie unique)

- 1 collectif imposé à 4, 5 ou 6

Pour la catégorie **Cadet·te/Junior** :

- 1 duo libre
- 1 individuel libre

Pour la catégorie **Minime** :

- 1 duo libre
- 1 individuel libre

Pour la catégorie **Benjamin·e** :

- 1 collectif imposé à 4 ou 5 ou 6
- 1 duo libre

Pour la catégorie unique **Benjamin·e/ Minime/ Cadet·te/ Junior** :

1 collectif libre multi engins : OPEN (4 à 8 gymnastes)

Le programme des épreuves est fixé par la Commission Technique Nationale (CTN) de Gymnastique Rythmique et publié par les Services Nationaux.

Si nécessaire, la mise à jour de ce programme et les consignes générales font l'objet d'une publication particulière en début d'année.

Le tableau des engins est mis à jour tous les ans.

13.1 PRATICABLE

Tous les exercices sont exécutés sur une surface de **13m x 13 m**.

Tout dépassement de cette zone, par un ou deux pieds, ou une partie quelconque du corps prenant appui à l'extérieur de la zone définie, sera pénalisé (sauf Open).

Tout dépassement par un ou plusieurs engins au-delà de la zone et comportant un contact avec le sol, sera également pénalisé.

13.2 MUSIQUE

L'accompagnement musical doit être envoyé au préalable en format mp3 (**si possible laisser 2 sec de silence avant le BIP**) aux organisateurs de compétition en nommant le fichier de cette manière :

EXERCICE.CATEGORIE.CHAMPIONNAT.NOMNOM

Exemple: DUO.MIN.PROMO.DURANDMARTIN

INDIV.CADJUN.ELI.BROUSSARD

(Pour un collectif, ne prendre qu'un seul nom)

En cas de problème, les gymnastes doivent prévoir une copie de la musique sur une clé USB.

En imposé, les musiques sont fournies par la Commission Nationale.

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Individuels + Duos toutes catégories : **1' à 1'30**
Collectifs à 4 ou 5 Elite : **2' à 2'30**
Open : **2'30 à 3'**
Collectifs imposés : **Durée de la musique imposée**

13.3 SECRETARIAT

Il reçoit les feuillets de notes de juges et les fiches des juges de ligne et des chronométreurs (si besoin) pour chaque exercice par le juge secrétaire.
Il vérifie l'exactitude du report des notes et des pénalités.
Il établit le classement final pour chaque catégorie.
Les résultats sont consultables uniquement par la **CTN** avant le palmarès.

13.4 NOTES

Note finale

Chaque juge donne une note. Le juge secrétaire vérifie les écarts et enlève les pénalités éventuelles. Le logiciel supprime la note la plus haute et la plus basse, puis fait la moyenne des 2 notes restantes.

	Dans chaque catégorie
Ecart des notes centrales	0,40
Ecart des notes extrêmes	1,00

La note finale est obtenue par l'addition des 3 notes en ôtant les pénalités.
(VT + VA + exécution) - Pénalités = Note Finale

Note de base

Si l'écart préconisé entre les 2 notes centrales est dépassé et que les juges n'arrivent pas à se mettre d'accord lors de la réunion de juges, la note de base est calculée :
(Moyenne des 2 notes centrales + note du juge responsable) divisées par 2 = Note de Base

13.5 JURY

Chaque jury comprend 12 juges (3 groupes de 4 juges) + 2 juges secrétaires + 1 juge chrono + 2 juges de ligne

- un groupe apprécie la valeur technique (VT)
- un groupe apprécie la valeur artistique (VA) 2 juges apprécient le contrat de base (J5 et J6) et 2 juges apprécient les revalorisations (J7 et J8) pour duos et collectif. J5 et J6 : variété et choix des éléments du contrat de base, J7 et J8 : musique, espace et revalorisation pour l'individuel.
- un groupe apprécie l'exécution (EXE)

Chaque jury (exécution, technique et artistique) a un juge responsable qui vérifie la présence de son jury, avant la rotation. Il peut réunir son jury en cas d'écart des notes. Pour l'alternance, il pourra émettre son avis sur les jeunes officiels sur la fiche spécifique dédiée.

Chaque juge attribue une note à chaque exercice puis la transmet aux navettes.

La répartition des points à attribuer à la notation de chaque exercice est publiée dans le code fixé par la CTN. Si nécessaire, la mise à jour de ce code et les consignes générales font l'objet d'une publication particulière en début d'année scolaire (voir fiches récapitulatives).

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

	Juge VT (4)	Juge VA (4)	Juge EXE (4)	Juges de ligne	Chrono	Juge secrétaire
Individuel Duos C5	Note la valeur des diff corpo + échanges	Note la composition de l'enchaînement (espace, variété et revalorisations) +/- Formations	Note/8 Technique corpo, engin + rythme + ou - ensemble	Sortie engin ou sortie de gymnaste du praticable	Contrôle la durée de l'exercice	Il reçoit toutes les notes, vérifie les écarts et ajoute les pénalités
Collectifs imposés	Note l'exactitude de la partie imposée des collectifs	Idem + Formations	Idem + ensemble	Idem	Durée imposée	Idem
Open	Répartition des juges par 2 :	Variété Espace/Thème Revalorisations	Idem + ensemble	Idem	Idem	Idem

13.6 REUNION DES JUGES

Une réunion obligatoire pour tous les jeunes officiels et juges adultes convoqués pour le championnat National aura lieu avant la compétition.

A l'issue du jugement du deuxième exercice de chaque alternance, les juges devront se réunir un court moment afin de discuter de leurs notes et de s'harmoniser entre eux.

13.7 CLASSEMENT

Championnats Elite et Promotionnel

Collectif libre et collectif imposé :

Dans chaque catégorie, il est établi un classement à l'issue d'un passage unique. Le collectif ayant obtenu la meilleure note, est déclaré champion National. En cas d'égalité, la note de V.A. sera déterminante

Duo libre :

Dans chaque catégorie, il est établi un classement à l'issue d'un passage unique. Le duo ayant obtenu la meilleure note, est déclaré champion National. En cas d'égalité, la note de V.A. sera déterminante.

Individuel libre :

Dans chaque catégorie, il est établi un classement à l'issue d'un passage unique: la gymnaste ayant obtenu la meilleure note est déclarée championne Nationale. En cas d'égalité, les gymnastes seront déclarées ex æquo.

13.8 NORME DES ENGIN

Le tableau ci-après fixe les normes des engins :

	BENJAMINES	MINIMES	CADETTES/JUNIORS
Ballon	18 cm mini	18 cm mini	18 cm mini
Cerceau	70 à 90 cm	70 à 90 cm	70 à 90 cm
Ruban	Longueur mini : 4m Largeur : 4 à 6 cm	Longueur mini : 5m (4m autorisé pour les collectifs promo) Largeur : 4 à 6 cm	
Massues	Longueur : 30 à 50 cm	Longueur : 40 à 50cm	
Corde	Adaptée à la taille de la gymnaste. Possibilité d'un ou deux nœuds au niveau des poignets Pas de vérification		

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Une tolérance de quelques millimètres pour les massues et ballons et de moins de 3 cm pour les rubans sera acceptée.

Pour tous les engins, la couleur est au choix, ils peuvent être unicolores, bicolores ou multicolores.

Il est souhaitable, dans la prestation par équipe de rechercher une certaine harmonie dans le choix des couleurs.

Tableau des engins
ILLKIRCH GRAFFENSTADEN 2026 (Strasbourg)

Individuels		Duos			Collectifs		
Promo	Elite	Promo	Promo	Elite	Promo	Promo	Elite
Minime Cerceau	BM1/ M2CJ	Benj	MCJ	BM1/ M2CJ	Benj 4,5 ou 6	MCJ 4, 5 ou 6	BMCJ 4, 5 ou 6
CJF Cerceau	Cerceau	Massues	Cordes	Ruban Cerceau	Ballons	Rubans	Ballons