

RÈGLEMENT DU CHAMPIONNAT FSUB GAF et GAM 2026

1. La compétition est ouverte à tous les étudiants des institutions membres de l'ASEUS et de la STUV. En effet, lorsqu'ils appartiennent à l'une de ces Fédérations, ils sont automatiquement affiliés à la Fédération Sportive Universitaire Belge (FSUB). Il s'agit des étudiants inscrits pour l'année académique en cours ou qui ont été diplômés l'année précédente.
2. La participation peut être individuelle ou par équipe :

Pour la participation par équipe, le nombre de gymnastes est limité à 8 (tous membre d'une même institution). Par équipe, seulement 4 gymnastes peuvent se présenter à chaque agrès, les 3 meilleures notes étant prises en compte pour le classement. Un minimum de 3 gymnastes est donc requis pour former une équipe.

En participation individuelle, les gymnastes peuvent s'inscrire et choisir de se présenter aux agrès qu'ils souhaitent.

3. Chaque équipe doit mettre un juge à disposition. Néanmoins, les gymnastes individuelles n'ont pas cette obligation d'inscrire un juge. Tous les juges auront droit à une indemnisation. Cette dernière sera composée d'un forfait de 20 euros, d'un sandwich et de boissons. Il n'y a cependant pas de frais de déplacement supplémentaire de prévu.
4. Le règlement suivant est une adaptation du **code FIG 2025-2028** pour la GAF et une adaptation du **code FIG de la FRBG pour division 2 espoirs** pour la GAM :

GAM :

a. Exécution (E-score)

- 7+1 éléments comptés avec adaptations si éléments manquants (voir annexe 1).
- Stick Bonus +0.1 si atterrissage sans pas supplémentaire pour :
 - Dernière acrobatie au sol élément valeur B minimum.
 - Sorties aux anneaux, barres parallèles, barre fixe => élément valeur B minimum.
 - Tous les sauts décrits dans la dernière version du Code FIG.
 - Pas de bonus pour le cheval d'arçons.

b. Difficulté (D-score)

- Valeur doublée des éléments (A: 0,2 / B: 0,4 / C: 0,6, etc.).
- Exigences :
 - EG-I : +0,5 pour élément A (comme FIG)
 - EG-II et EG-III : +0,3 pour élément A ou B ; +0,5 pour C ou plus
 - EG-IV : bonus selon valeur de l'élément (A: +0,1 ; B: +0,2 ; C: +0,3...)

c. Abolition des restrictions sur :

- Nombre d'éléments du même groupe
- Limites sur éléments de force ou de balancement.
- Pas de pénalités neutres pour manques de composition.
- Les éléments interdits aux juniors en FIG restent interdits.

d. Règles conservées

- Chaque élément ne compte qu'une seule fois.
- Un élément doit être inclus dans les 7+1 pour compter pour les exigences.
- La position d'équilibre ou saut gymnique est obligatoire au sol.

e. Bonus au sol pour combinaisons de saltos

- A + B (ou mieux) = +0,10
- C + C (ou mieux) = +0,20

Conditions : sans chute, éléments présents dans les 7+1 éléments.

f. Saut

Pour le classement à l'agrès, deux sauts doivent être réalisés.

- Le meilleur score compte pour le all round.
- La moyenne des deux scores compte pour le classement à l'agrès.
- Les deux sauts peuvent être identiques ou différents, peu importe le groupe.

g. Éléments valeurs neutres (éléments N)

Ces éléments peuvent être repris comme élément dans une série mais ne rapporte aucun point et ne compte ni pour une exigence ni pour une famille.

Exemples :

- Sol : roulades, rondades, sauts groupés, pont.
- Cheval : petits balancements, Faux ciseaux, transport en appui.
- Anneaux : balancements, simultané, équerre en suspension, petit suisse appui, trépied.
- Saut : chat, entre appui, écart.
- Barres parallèles : rétablissement arrière, trépied, roulade av. arr., sortie salto groupée, balancé mana, moy brachial.
- Barre fixe : bascule, bascule appui-appui, rétablissement arr., tour arr, av., grand allemand.

Certains éléments N absent de cette liste peuvent être reconnu par le juge D1.

h. Adaptation de la note d'exécution en fonction du nombre d'éléments présentés

8-7 éléments	10 points
6 éléments	10 points
5 éléments	8 points
4 éléments	7 points
3 éléments	6 points
2 éléments	5 points
1 éléments	4 points
0 éléments	0 points

GAF :

a. Exécution (E-score)

- 8 éléments, avec la note d'exécution adaptée.

b. Difficulté (D-score)

- La valeur des éléments reconnus est modifiée :

A = 0,1

B = 0,3

C = 0,5

D = 0,7

E = 0,9

- Les exigences (0,5 point par exigence) par agrès sont reprises dans l'annexe 1.

→ En cas d'exercice trop court, **application des règles FIG.**

→ Outre les modifications mentionnées ci-dessus (ainsi que les exigences en annexes), application stricte du code FIG.

5. Plusieurs prix sont attribués aux gymnastes et aux équipes :

– Classement final de la compétition par équipe : Les 3 meilleures notes à chaque agrès sont additionnées pour chaque équipe. L'équipe qui obtient la plus haute note reçoit une coupe.

– Classement final du concours général : Toutes les notes des gymnastes qui ont concouru à chaque agrès, en équipe ou individuellement, sont additionnées. Les 3 meilleures gymnastes reçoivent une médaille.

– Classement final individuel par agrès : Les meilleures notes par agrès des gymnastes, qu'il soit membre d'une équipe ou qu'il ait participé individuellement. Les 3 meilleures gymnastes par agrès reçoivent une médaille.

Annexe 1 : Exigences GAF

8 éléments du code FIG sont reconnus à l'avantage de la gymnaste : les éléments avec les valeurs les plus hautes sont comptés, en tenant compte des conditions suivantes. Au minimum 3 éléments acrobatiques dont la sortie et au minimum 3 éléments gymniques.

SAUT	
Note D	FIG
Hauteur	1,25m
Tremplin	FIG
Nombre de saut	2
Note finale	Meilleur saut

BARRES ASYMETRIQUES
1. Vol de BI à BS ou de BS à BI
2. Un élément proche de la barres min B ou un élément avec min ½ tour du groupe 3.
3. Volée ou élan à l'ATR
4. Sortie en salto min A (avant ou arrière)
Valeur de liaison : B + B = 0,2 (dont la sortie)

*Pas de pénalité pour tour arrière = A

*3/4 volée + tour arrière enchaîné = A

*Pas de pénalité pour jambes fléchies dans le pieds barre tour

POUTRE	
1. Liaison FIG de min 2 éléments gymniques différents dont un saut avec écart de 180° 2. Série acro avec min un élément avec envol 3. Pirouette min A 4. Éléments acro de sens différents (avant-latéral et arrière)	
Valeur de liaison	
<i>Acro</i>	<i>Gymnique</i>
B+B = 0,1	C+B = 0,1
B+C = 0,2	C+C = 0,2

SOL	
1. Liaison FIG de min 2 éléments gymniques différents dont un saut avec écart de 180° 2. Salto avec rotation longitudinale (min 360°) * 3. Ligne acrobatique avec 2 salti (identiques ou différents) 4. Éléments acro de sens différents (avant-latéral et arrière)	
Valeur de liaison	
<i>Acro directe</i>	<i>Acro indirecte</i>
B+A = 0,1	C+A = 0,1
C+A = 0,2	

* peut être effectué seul

RAPPEL : les musiques de sol doivent être envoyées à l'adresse mail ci-dessous le plus tôt possible, afin d'éviter tout désagrément le jour J. Il est également impératif de se munir le jour J de la musique sur une clé USB, en cas de panne informatique.

Pour toute question veuillez contacter l'adresse mail suivante :
wolves-gymnastiquedames@uclouvain.be

REGLEMENT VAN HET FSUB KAMPIOENSCHAP WAG en MAG

1. De competitie is geopend aan alle studenten van de instellingen die deelnemen van de ASEUS en de STUV. Inderdaad, wanneer die ingeschreven zijn in een van die instellingen zijn ze automatisch lid van de FSUB. Het gaat over de studenten die ingeschreven zijn in dit academisch jaar of die hun diploma vorig jaar hebben gekregen.
2. De deelneming mag individueel of per ploeg,

Wanneer jullie een ploeg inschrijven, mogen jullie 8 turnsters inschrijven (allemaal lid van dezelfde instelling). Per ploeg mogen eren er maar 4 gymnaste per toestel werken, de 3 beteren punten komen in aanmerking voor het klassement, Jullie moeten ten minste met 3 zijn om een ploeg te vormen.

Individueel mogen jullie aan alle toestellen werken of mogen jullie per toestel inschrijven.

3. Elk team moet een jurylid voorzien. De individuele gymnasten zijn echter niet verplicht om een jurylid te hebben. Alle juryleden hebben recht op een vergoeding. Deze vergoeding bestaat uit een bedrag van 20 euro, een broodje en een drankje. Er worden geen extra reiskosten in rekening gebracht.
4. De volgende regels zijn een toepassing van de **FIG code 2025-2028** voor de WAG en een toepassing van de **FIG code van de FRBG voor de 2e divisie "espoirs"** voor de MAG:

GAM :

a. E-score

- 7+1 aantal elementen (Junior code FIG) met het aangepaste mark van uitvoering.
- Stick Bonus +0.1 als landing zonder extra stap voor:
 - Laatste grondacrobatiek element waarde B minimum.
 - Afsprongen op ringen, parallelle brug, rek => element waarde B minimum.
 - Alle sprongen die in de laatste versie van de Code FIG worden beschreven.
 - Geen bonus voor het paard met bogen.

b. D-score

- De waarde van de herkende elementen is verdubbeld (A: 0,2 / B: 0,4 / C: 0,6, etc.).
- Vereisten :
 - EG-I : +0,5 voor waarde A (zoals FIG)
 - EG-II et EG-III : +0,3 voor waarde A of B ; +0,5 voor C of meer.
 - EG-IV : bonus volgens waarde van het element (A: +0,1 ; B: +0,2 ; C: +0,3...)

c. Afschaffing van beperkingen op :

- Aantal elementen in dezelfde groep
- Beperkingen op kracht- of balanselementen (grond).
- Geen neutrale straffen voor ontbrekende samenstelling.
- De elementen die verboden zijn voor junioren in FIG blijven verboden.

d. Bewaarde regels

- Elk element telt slechts één keer mee.
- Een element moet in de 7+1 zijn opgenomen om mee te tellen voor de vereisten.
- De evenwichtspositie of gymnastische sprong is verplicht op de grond.

e. Bonus op de grond voor combinaties van salto's

- A + B (of meer) = +0,10
- C + C (of meer) = +0,20

Voorwaarden: zonder val, elementen aanwezig in de 7+1 elementen.

f. Sprong

Voor de rangschikking op het toestel moeten twee sprongen worden uitgevoerd.

- De beste score telt voor de allround.
- Het gemiddelde van de twee scores telt voor de rangschikking op het toestel.
- De twee sprongen kunnen identiek of verschillend zijn, ongeacht de groep.

g. Neutrale waarde-elementen (N-elementen)

Deze elementen kunnen worden opgenomen als onderdeel van een reeks, maar leveren geen punten op en tellen niet mee voor een vereiste of een familie.

Voorbeelden:

- Vloer: rollen, rondjes, gebogen sprongen, brug.
- Paard: kleine schommelingen, schaarbewegingen, transport in steun.
- Ringen: schommelingen, gelijktijdig, hangende hoek, kleine Zwitserse steun, driepoot.
- Sprong: kat, tussensteun, spreiding.
- Parallele baren: achterwaartse herstelbeweging, driepoot, voorwaartse rol, gebogen salto, balans mana, moy brachial.
- Rekstok: schommel, schommel steun-steun, achterwaartse herstelbeweging, achterwaartse draai, voorwaartse draai, grote Duitse draai.

Bepaalde elementen die niet in deze lijst voorkomen, kunnen door de D1-jury worden erkend.

h. Aanpassing van de uitvoeringsnota op basis van het aantal voorgelegde elementen

8-7 éléments	10 points
6 éléments	10 points
5 éléments	8 points
4 éléments	7 points
3 éléments	6 points
2 éléments	5 points
1 éléments	4 points
0 éléments	0 points

GAF :

a. E-score

- 8 elementen, met aangepaste uitvoeringsnotitie.

b. D-score

- De waarde van de erkende elementen wordt gewijzigd :

A = 0,1

B = 0,3

C = 0,5

D = 0,7

E = 0,9

- De vereisten (0,5 punt per vereiste) per toestel zijn opgenomen in bijlage 1.

→ Bij een te korte oefening worden de FIG-regels toegepast.

→ Naast de hierboven genoemde wijzigingen (en de vereisten in de bijlagen) geldt een strikte toepassing van de FIG-code.

5. Meerdere prijzen zijn voorzien voor de gymnaste en de ploegen :

– Algemene klassement voor de ploegencompetitie : de 3 beste nota's per toestel worden opgeteld voor iedere ploeg. De ploeg die de hoogste nota's heeft krijgt een beker.

– Algemene klassement voor de All-around competitie : alle nota's van de gymnaste die aan alle toestellen hebben gewerkt, per ploeg of individueel, zijn opgeteld. De 3 beste krijgen een medaille.

– Algemene klassement per toestel : de beste nota's per toestel van de gymnaste (individueel of per ploeg). De 3 beste krijgen een medaille.

Bijlage 1 : WAG eisen

8 elementen van het FIG code zijn erkend in het voordeel van de gymnast. De elementen die de hoogste waarde hebben zijn opgeteld, maar je moet rekening houden met de volgende regels. Ten minste 3 acrobatische elementen waarvan de afsprong en ten minste 3 gymnastische elementen.

SPRONG	
D nota	FIG
Hoogte	1,25m
Springplank	FIG
Aantal sprongen	2
Punten	Beste sprong

BRUG
1. Vlucht van de lagere tot de hogere leger of omgekeerd
2. Een element kort bij de leger min. B of een element met draai van groep 3.
3. Reuzenzwaai of opzwaaien tot handstand
4. Afsprong met salto min. A (voor of achterwaarts)
Verbindingen waarde : $B + B = 0,2$ (waarvan de afsprong)

*Geen strafpunten voor achterwaartse buikdraai = A

***Buikopleg = A (3/4 zwaai voorwaarts verbonden met achterwaartse buikdraai)**

***Geen strafpunten voor gebogen benen bij zolendraai gespreid/open**

BALK	
1. FIG-verbinding met minimum 2 verschillende gymnastische elementen waarvan een sprong met 180° split 2. Acrobatische verbinding met minimum een vlucht element 3. Pirouette min. A 4. Acrobatische elementen van verschillende richtingen (voorwaarts; achterwaarts)	
Verbindingen waarde	
<i>Acrobatisch</i>	<i>Gymnisch</i>
B+B = 0,1 B+C = 0,2	C+B = 0,1 C+C = 0,2

VLOER	
5. FIG-verbinding met minimum 2 verschillende gymnastische elementen waarvan een sprong met 180° split 6. Acrobatische lijn met 2 salto's (dezelfde of verschillende) 7. Salto met rotatie op de lengteas (min. 360°; mag alleen) 8. Acrobatische elementen van verschillende richtingen	
Verbindingen waarde	
<i>Rechtstreekse acrobatische</i>	<i>Onrechtstreekse acrobatische</i>
B+A = 0,1 C+A = 0,2	C+A = 0,1

HERINNERING : de vloermuziek moeten zo snel mogelijk naar het onderstaande e-mailadres worden gestuurd om ongemakken op de dag zelf te voorkomen. Het is ook absoluut noodzakelijk om op de grote dag muziek op een USB-stick mee te nemen, voor het geval er een computerstoring optreedt.

Voor vragen kunt u contact opnemen via het volgende e-mailadres :
wolves-gymnastiquedames@uclouvain.be