



Lausanne (SUI), mars 2018

A: Toutes les fédérations membres

Le CT AER FIG, après analyse des compétitions de l'année 2017, souhaite porter à la connaissance des fédérations membres les informations suivantes.

Formation des juges, entraîneurs et gymnastes:

Le CT AER FIG travaille assidûment, afin d'aider les entraîneurs, gymnastes et juges, à la mise en place d'une formation continue (en ligne, <https://www.fig-aerobic.com>). Lien:

Exécution: S'il y a plusieurs erreurs, la déduction sera appliquée comme suit (max. -0.5 par élément);

Exemple: Wenson shape -0.3 + Bent leg -0.1 = Déduction totale de -0.3

Wenson shape -0.3 + touch -0.3 = Déduction totale de -0.5

- Exemples d'erreurs générales 
- Exemples d'erreurs spécifiques
 - Groupe A 
 - Groupe B 
 - Groupe C 
 - Groupe D 
- Exemples d'exercices entiers
 - Individuel homme 
 - Individuelle femme 
 - Couple mixte 
 - Trio 
 - Groupe 
 - Aerobic Dance 
 - Aerobic Step 

Difficulté

- Exemples d'exercices entiers
 - Individuel homme 
 - Individuelle femme 
 - Couple mixte 
 - Trio 
 - Groupe 



NEWSLETTER DE LA GYMNASTIQUE AEROBIC – N° 3 – Mars 2018

- Description des éléments. Les éléments ont été mis à jour dans le CDP interactif pour le site Internet www.fig-aerobic.com, et nous continuons à ajouter de nouvelles descriptions en images des éléments et de la méthodologie, comme dans l'exemple ci-dessous:

http://www.fig-aerobic.com/A-101-PUSH-UP-2018_a1277.html

Artistique

- Exemples d'exercices entiers
 - Individuel homme 
 - Individuelle femme 
 - Couple mixte 
 - Trio 
 - Groupe 
 - Aerobic Dance 
 - Aerobic Step 

EXEMPLES DE G+ / PAS DE G+

Transitions / collaborations & partenariat

- Clarification des mouvements du contenu général 

Contenu général – Rappel:

Le CT tient à rappeler que pour recevoir un G+, le ou les mouvement(s) du contenu général doivent être complexes et donner un avantage artistique (Annexe 1 p. 18/26).

Ces mouvements doivent donc être bien liés entre eux, être fluides, avoir un haut niveau d'exécution, avoir un sens et améliorer la qualité de l'exercice, avec les caractéristiques suivantes:

- Complexité
- Variété
- Fluidité
- Créativité / caractère unique
- Dynamisme
- Caractère imprévisible
- Agilité

Ce type de mouvements exige coordination et entraînement des capacités physiques.

L'exécution d'un élément acrobatique ou élément acrobatique + saut chorégraphique ne recevra pas automatiquement un G+.

L'exécution de mouvements consécutifs (par exemple, cartwheel + roll + capoeira) ne recevra pas non plus automatiquement un G+.

Pour les collaborations et interactions physiques (MP, TR, GR, AD, AS), les mêmes principes seront appliqués.



Écriture symbolique Aerobic Step – Rappel

Chaque lettre compte pour 8 temps ou un bloc

Symbole	Si
S+ ou S	Tous les membres sont sur les steps
A	La chorégraphie se fait principalement au sol
G+ ou G	Transitions / liaisons, collaboration ou porters (le cas échéant)
F+ ou F	Déplacement des steps pour changer de formation (Évalué dans le contenu général; F+ = G+ et espace)

Combinaison de 2 éléments acrobatiques – Clarification

Les éléments acrobatiques A-1 à A-7 peuvent être réalisés seulement 2 fois dans un exercice et sans combinaison (CDP p. 28/29). Le cartwheel est considéré comme un élément acrobatique s'il est réalisé de la position debout à la position debout. A noter que l'enchaînement cartwheel (quel que soit la position de départ) + un autre élément acrobatique sera considéré comme une combinaison de 2 éléments acrobatiques, du fait que ce n'est pas la direction souhaitée de la gymnastique aérobic. Une déduction sera donc appliquée par le juge arbitre (-0.5).

Exemple 1 

Exemple 2 

Exécution – Clarification:

Les combinaisons d'éléments peuvent recevoir une déduction de 0.1 pour manque de fluidité dans la liaison entre chaque élément.

Difficulté – Clarification:

HELICOPTERE

Pour tous les hélicoptères with half turn, l'exigence minimale est: la position finale doit être dans la direction opposée à la position de départ.



ILLUSION

Lorsque l'illusion est réalisée avec une déduction de 0.1 en exécution pour rotation incomplète, l'élément recevra la valeur de difficulté à condition que les exigences minimales soient remplies.

- Exemple (rotation incomplète -0.1) 

Lorsque l'illusion est réalisée avec une déduction de 0.3 en exécution pour rotation incomplète, l'élément ne recevra **PAS** la valeur de difficulté.

- Exemple (rotation incomplète -0.3) 

TURN WITH LEG AT HORIZONTAL – Rappel:

Si la jambe libre n'est pas en position horizontale pendant le tour, l'élément ne recevra PAS de valeur de difficulté, et une déduction en exécution sera appliquée pour erreur spécifique (la position de la jambe n'est pas horizontale -0.3)

- Exemple 

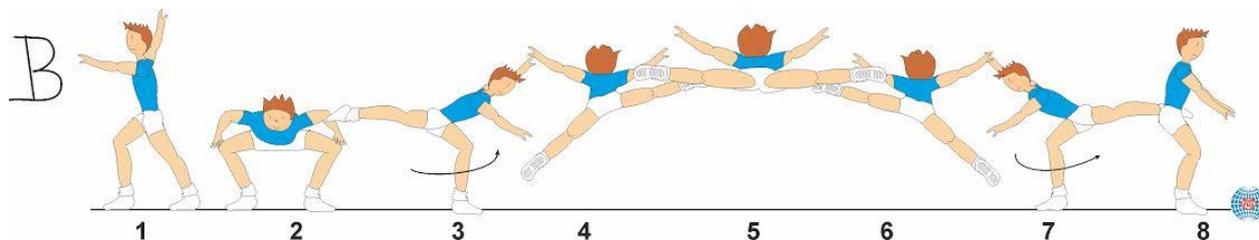
Butterfly – Clarification pour l'exécution:

La technique correcte pour le début de l'élément est d'exécuter ½ tour au sol avant l'impulsion.

Pendant la phase aérienne, le dos est légèrement cambré et les deux jambes tendues et écartées (alternativement) en passant au-dessus de l'horizontale.

Exemples de déductions: 

Déduction	Motif
0.1	Bras/jambes incontrôlés
0.3	Les jambes ne passent pas au-dessus de l'horizontale
0.3	Le corps est au-dessus de l'horizontale
0.5	Mauvaise technique
0.5	Pas de ½ tour avant l'impulsion





CRITERES POUR LE PORTER  **et DIRECTIVES POUR L'EVALUATION** 

PORTÉ: la personne portée

BASE: la personne qui porte

Critères		Explications	0.1	0.2
1	Début/Fin du porter	a) Le porté exécute un élément acrobatique, une inversion du corps et/ou une rotation SUR le(s) partenaire(s) au début du porter	X	
	Niveaux de hauteur des compétiteurs par rapport à l'axe des épaules, au-dessus du niveau des épaules (bras fléchis/tendus)	b) Le porté exécute un élément acrobatique, une inversion du corps et/ou une rotation à la fin du porter	X	
		c) Le porté est au niveau des épaules	X	
		d) Le porté est au-dessus du niveau des épaules et la base a les bras tendus		X
2	La démonstration de capacités physiques: force, souplesse, équilibre	a) Le porté démontre des capacités physiques (1 critère chaque fois dans le même mouvement) (souplesse) (force)	X	
3	Changement de niveaux	a) Le porté change de niveau avec ou sans différentes formes	X	
		b) Le porté passe sur une autre base au niveau des épaules ou au-dessus (valeur accordée seulement 2 fois)	X	
4	Une réalisation dynamique (vitesse, rotation) des compétiteurs	a) Rotation (minimum 3/4 ou plus) du porté sans phase aérienne	X	
		b) Rotation du porté autour du corps de la base	X	
5	Réalisation d'une phase aérienne avec ou sans rotation de 1 tour (quel que soit l'axe) <u>Clarification:</u> * <i>Seulement durant le porter: l'exécution d'une rotation ¾ tour (salto) est autorisée. Ne sera pas considéré comme élément interdit.</i>	a) Le porté en phase aérienne nettement au-dessus de la tête de la base sans rotation 1/1 tour (si en-dessous de la tête de la base, pas de valeur)	X	
		b) Le porté en phase aérienne en-dessous de la tête de la base avec rotation 1/1 tour	X	
		c) Le porté en phase aérienne nettement au-dessus de la tête de la base avec rotation 1/1 tour		X
		<i>Le porté montre différentes formes durant la phase aérienne, avec la même propulsion réalisée de manière consécutive (valeur accordée au maximum 2 fois).</i>		



NEWSLETTER DE LA GYMNASTIQUE AEROBIC – N° 3 – Mars 2018

DOCUMENTS DE DIFFICULTE:

Le CT a décidé que la soumission des documents de difficulté est supprimée (interrompue).

Dans le cas où ces documents seraient nécessaires, cela sera annoncé avant la compétition concernée.

NOUVEAUX ELEMENTS:

Le CT vous informe des nouveaux éléments pour 2018.

N°	Famille	Dénomination et valeur	Symboles
A366	Helicopter	Helicopter to Lifted Wenson both side Valeur: 0.6 LINK	
A375	Helicopter	Helicopter 1/2 turn Valeur: 0.5 LINK	
A376	Helicopter	Helicopter 1/2 turn to Wenson Valeur: 0.6 LINK	
A367	Helicopter	Helicopter 1/2 turn to lifted Wenson Valeur: 0.7 LINK	
A316	Leg circle	Flair 1/2 turn to Split Valeur: 0.6 LINK	
C588	Butterfly	Butterfly 1/1 twist to PU Valeur: 0.8 LINK	

CALENDRIER 2018:

ID	DATE	TITRE	VILLE	
15725	13-15 avril 18	19e Open Aérobic de Slovaquie	NOVE ZAMKY (SVK)	
15415	21-22 avril 18	29e Coupe du monde FIG Suzuki Cat. B	TOKYO (JPN)	
15597	12-13 mai 18	13e compétition Heathrow International Club	BRACKNELL BERKSHIRE (GBR)	
15544	25-27 mai 18	8es Compétitions mondiales par groupes d'âge FIG de gymnastique aérobic	GUIMARAES (POR)	
15414	01-03 juin 18	15es Championnats du monde FIG de gymnastique aérobic	GUIMARAES (POR)	
15731	12-14 juillet 18	Championnats d'Amérique du Sud 2018	LIMA (PER)	
15732	13-14 juillet 18	Coupe du Pérou 2018	LIMA (PER)	
15517	29 juillet-1 août 18	Championnats internationaux ANAC 2018	PHOENIX (USA)	
15663	12-14 sept. 18	Championnats d'Afrique 2018	BRAZZAVILLE (CGO)	
15795	26-27 oct. 18	9e Coupe Open Aérobic de Plovdiv	PLOVDIV (BUL)	
15542	27-28 oct. 18	Coupe du monde FIG Plovdiv 2018	PLOVDIV (BUL)	

Sergio GARCIA ALCAZAR
Président CT AER

Tammy YAGI-KITAGAWA
Vice-présidente CT AER