RÈGLEMENTS TECHNIQUES

GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

FÉVRIER 2026

TABLE DES MATIÈRES

1 RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX 1

1.1 OBJECTIFS 1

1.2 OBJECTIF DES RÈGLEMENTS TECHNIQUES 1

1.3 CATÉGORIES 2

1.4 DOCUMENTS DU PROGRAMME ACROBATIQUE 2

1.5 AUTORITÉ EN MATIÈRE DE LA RÉGLEMENTATION 2

2 ADMISSIBILITÉ 3

2.1 ADMISSIBILITÉ DES ATHLÈTES 3

2.2 ADMISSIBILITÉ DES ATHLÈTES SELON L'ÂGE 4

2.3 ADMISSIBILITÉ DES ENTRAÎNEURS 4

3 ÉVÉNEMENTS ET COMPÉTITIONS DE GYMCAN 6

3.1 INTRODUCTION 6

3.2 OBJECTIFS 6

3.3 QUALIFICATION ET QUOTAS D'INSCRIPTION 7

3.4 DROITS DES ATHLÈTES 7

3.5 OBLIGATIONS DES ATHLÈTES 8

3.6 SANCTIONS (ATHLÈTES) 8

3.7 DROITS DES ENTRAÎNEURS 9

3.8 OBLIGATIONS DES ENTRAÎNEURS 9

3.9 SANCTIONS (ENTRAÎNEURS) 9

3.10 TENUE DE COMPÉTITION, ACCESSOIRES ET AIDES 10

3.11 TENUE DE COMPÉTITION – JUGES ET ENTRAÎNEURS 10

3.12 MESURE DES ATHLÈTES – DIFFÉRENCE DE TAILLE 10
3.13 ENTRAÎNEMENT 11
3.14 ZONE D'ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL ET D'ÉTIREMENTS 11
3.15 SOL D'ÉCHAUFFEMENT 11
3.16 ORDRE DE PASSAGE 11
3.17 MUSIQUES ET FEUILLES DE DIFFICULTÉ 12
3.18 STRUCTURE DE COMPÉTITION 12
3.19 FINALES 12
3.20 ÉGALITÉS 13
3.21 ÉVALUATION DES ROUTINES ET NOTATION 13
3.22 APPELS 13
3.23 JURY D'APPEL 14
4 DATES DU DOCUMENT 15
5 ANNEXE A – JEUNESSE 16
6 ANNEXE B – FORMULAIRE D'APPEL 20

1 RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

1.1 OBJECTIFS

Les objectifs des programmes techniques de Gymnastics Canada (GymCan) sont les suivants :

a) Coordonner et superviser les aspects techniques de toutes les activités nationales et internationales de GymCan;

b) Élaborer et établir un règlement technique pour le Canada, conformément aux règles techniques de la Fédération internationale de gymnastique (FIG);

c) Planifier et tenir des compétitions, des cliniques et des cours et mettre sur pied des écoles en lien avec le programme de GymCan;

d) Diriger et définir la formation requise pour les instructeurs, les entraîneurs, les juges et les officiels aux niveaux national et international et la fournir;

e) Approuver, présenter et promouvoir les articles ou la littérature technique et le matériel pédagogique publié sous l'autorité ou avec la sanction de GymCan ;

f) Établir et exécuter le programme de l'équipe nationale et en assurer l'entière prestation.

1.2 OBJECTIF DES RÈGLEMENTS TECHNIQUES

L'objectif des règlements techniques de gymnastique acrobatique est d'établir des références communes et d'assurer une application uniforme des règlements relatifs aux activités de gymnastique acrobatique au Canada. Il vise en outre à décrire la structure et le fonctionnement des programmes techniques de CGC.

Le règlement technique vise les championnats nationaux de gymnastique acrobatique se déroulant au Canada pour les niveaux suivants :

- Niveau 7 (PDEU)
- Niveau 8 (PDEU)
- Niveau 9 (PDEU)
- Niveau 10 (PDEU)
- Jeunesse (annexe A)
- FIG Pré-jeunesse (11-16)
- FIG Jeunesse (12-18)
- FIG Junior (13-19)
- FIG Senior

Tous les niveaux en dehors des niveaux des championnats nationaux mentionnés ci-dessus seront soumis à des directives séparées définies par l'organisation provinciale ou territoriale concernée.

1.3 CATÉGORIES

La gymnastique acrobatique compte cinq catégories d'épreuves :

a) Duo féminin (W2/WP)
b) Duo masculin (M2/MP)
c) Paire mixte (Mx2/MxP)
d) Groupe féminin (W3/WG)
e) Groupe masculin (M4/MG)

1.4 DOCUMENTS DU PROGRAMME ACROBATIQUE

En plus du règlement de la FIG, du code de pointage et du présent règlement technique, le programme de gymnastique acrobatique est également régi par les documents suivants, disponibles dans la portion Acro du site Internet de GymCan :

a) Règlement des juges de gymnastique acrobatique de GymCan
b) Code de pointage de développement des États-Unis (s'applique aux niveaux 7 à 10 seulement)
c) Règlements Jeunesse
d) Exigences relatives à l'organisation de championnats de gymnastique acrobatique de GymCan

1.5 AUTORITÉ EN MATIÈRE DE LA RÉGLEMENTATION

- Le personnel du programme, avec l'aide du comité de programme de chaque discipline, élaborera les règlements et les politiques pour la discipline spécifique.
- La règlementation technique est valable jusqu'à ce qu'elle soit modifiée par la procédure appropriée.
- Le comité technique de la discipline a l'autorité de recommander et d'approuver des changements à la réglementation technique du programme spécifique.
- Le comité du programme de chaque discipline élaborera et adoptera les politiques du programme selon la règlementation technique.
- Les amendements, changements et additions aux règlements techniques pourraient avoir lieu durant l'année.
- Chaque année, l'assemblée du programme (AP) aura l'opportunité de soumettre des motions au comité technique (CT). Ces motions seront analysées par le CT et celles qui sont pertinentes seront présentées à l'AP qui votera lors de l'assemblée annuelle (suite aux Championnats canadiens).

- Les modifications/ajouts proposés et leur justification seront distribués par écrit à tous les membres de l'assemblée par le gestionnaire du programme des Jeux mondiaux trente jours avant le vote.
- Les modifications/ajouts proposés seront adoptés si une majorité des 2/3 des provinces et territoires répondent positivement par écrit avant la date limite.

2 ADMISSIBILITÉ

2.1 ADMISSIBILITÉ DES ATHLÈTES

a) Afin de participer aux activités ou aux compétitions de GymCan, les athlètes :

   i. doivent avoir le statut d'athlète amateur aux termes des règlements de GymCan, de la FIG et du Comité international olympique (CIO);

   ii. doivent être membres en règle de l'association de leur province ou territoire de résidence et de GymCan;

   iii. ne doivent pas être sous le coup d'une sanction de GymCan ou de leur association provinciale/ territoriale;

   iv. doivent être citoyens canadiens ou résidents permanents;

   v. ne doivent pas compétitionner ou avoir compétitionné au niveau international pour un autre pays que le Canada.

b) Un gymnaste citoyen canadien qui réside à l'extérieur du Canada et désire participer à une compétition de niveau national doit être membre d'un club affilié à un organisme provincial/territorial. Il doit en outre respecter les règles provinciales et nationales en ce qui a trait à la participation aux compétitions nationales.

c) Un citoyen canadien qui possède une double citoyenneté et qui fait de la compétition au niveau international peut ne pas être admis au sein de l'équipe nationale. Il peut, cependant, à la demande de l'autre pays, participer hors compétitions aux qualifications des Championnats canadiens.

d) Un athlète étranger qui ne représente pas ou n'a pas représenté son pays lors d'une compétition internationale, qui a résidé au moins 12 mois d'affilée au Canada, mais qui n'a pas atteint les deux années de résidence au moment de présenter sa demande peut participer hors compétition aux Championnats canadiens dans la mesure où :

   i. il en fait la demande par écrit au bureau de GymCan

   ii. il répond aux exigences de son organisme provincial/territorial pour la compétition.

   iii. les athlètes étrangers qui prennent part aux Championnats canadiens ne peuvent pas prendre la place d'un athlète canadien sur le podium. L'athlète étranger sera à égalité avec l'athlète canadien.

e) Les gymnastes ont le droit de participer aux championnats du GymCan dans une seule catégorie et à un seul niveau.

f) Les athlètes qui participent aux compétitions internationales avec GymCan et tous les membres de l'équipe nationale doivent avoir un statut One Badge valide.

2.2 ADMISSIBILITÉ DES ATHLÈTES SELON L'ÂGE

L'âge requis pour participer aux compétitions nationales de GymCan sera déterminé en fonction de l'année de la compétition et précisé dans les directives de chaque compétition. Les compétitions de niveau national de GymCan se dérouleront conformément aux spécifications d'âge suivantes :

Niveau	Âge minimal	Différence d'âge maximum au sein d'un duo/groupe
Niveau 7	9 ans, pas de max.*	Maximum 8 ans
Niveau 8	9 ans, pas de max.*	Si un membre de l'unité est âgé de 9 ans : maximum de 8 ans 10 ans : maximum 9 ans 11 ans et plus : maximum 10 ans
Niveau 9	9 ans, pas de max.*	Si un membre de l'unité est âgé de 9 ans : maximum de 8 ans 10 ans : maximum 9 ans 11 ans et plus : maximum 10 ans
Niveau 10	9 ans, pas de max.*	Si un membre de l'unité est âgé de 9 ans : maximum de 8 ans 10 ans : maximum 9 ans 11 ans et plus : maximum 10 ans
Jeunesse	9 à 16 ans	Maximum 8 ans
FIG Pré-jeunesse (11-16)	9 à 16 ans	NA
FIG Jeunesse (12-18)	10 à 18 ans	NA
FIG Junior (13-19)	11 à 19 ans	NA
FIG Senior	13 ans et +	NA

*Ces niveaux peuvent encore être subdivisés par âge selon le nombre de participants inscrits à la compétition. S'il y a plus de 20 duos/groupes inscrits dans une même catégorie à un même niveau, les niveaux seront divisés en groupes plus petits, de taille similaire, en fonction de l'âge du gymnaste le plus âgé du duo/groupe. Toute subdivision additionnelle d'un niveau ou d'une catégorie sera annoncée après la date limite des inscriptions nominatives. Les retraits signalés après cette annonce n'auront aucune incidence sur les subdivisions déjà annoncées.

L'âge de compétition est défini comme l'âge de l'athlète au 31 décembre de l'année de compétition (année de compétition = année civile au cours de laquelle la compétition doit avoir lieu).

Les duos/groupes ne répondant pas aux critères d'âge n'ont pas le droit de participer aux championnats nationaux de GymCan.

2.3 ADMISSIBILITÉ DES ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs doivent:

- Être des membres inscrits en règle de leur OPT ;
- Respecter les politiques et les procédures de GymCan ; et
- Maintenir un dossier personnel à jour pour toutes les exigences de GymCan en termes de gestion des risques.

- Adhérer aux exigences de sport sécuritaire

Les exigences en matière de certification des entraîneurs pour participer aux compétitions nationales de GymCan sont les suivantes :

- Certifié Compétition 1 du PNCE en gymnastique acrobatique
- Certifié Compétition 2 du PNCE en gymnastique artistique (GAM ou GAF) ; ou
- Certification d'entraîneur en gymnastique acrobatique d'une académie de la FIG ou d'un pays reconnu par Gymnastique Canada comme un pays où la formation des entraîneurs est réputée. Un entraîneur qui a obtient sa certification en empruntant ce parcours devra passer par le processus d'évaluation de GymCan.

2.3.1 CERTIFICATION PNCE POUR LES ENTRAÎNEURS ACRO

Les exigences concernant les compétences des entraîneurs seront réévaluées à l'issue du cours d'entraînement spécifique à l'acro du PNCE.

2.3.2 PROCESSUS D'EXEMPTION DES ENTRAÎNEURS AFIN DE PARTICIPER À UN ÉVÉNEMENT NATIONAL

Si un entraîneur ne satisfait pas aux exigences minimales en termes d'entraînement énoncées au point 2.3. Admissibilité des entraîneurs, il doit soumettre une demande d'exemption d'entraîneur pour participer à un événement de GymCan.

Les demandes d'exemption des entraîneurs doivent être soumises au moins 4 semaines avant le début de l'événement. Les demandes d'exemption doivent inclure les frais d'administration de 25 $ payables à GymCan (les entraîneurs formés Compétition Acro 1 du PNCE sont exemptés de ces frais si les demandes d'exemption sont soumises au moins 4 semaines avant le début de l'événement). Les demandes d'exemption tardives feront l'objet de frais de traitement supplémentaires de 100 $ et seront traitées à la discrétion du gestionnaire de programme ou de son représentant. D'autres demandes peuvent être prises en considération dans des circonstances atténuantes (par exemple, maladie grave de dernière minute). Le formulaire d'exemption doit être rempli au lien suivant : https://activitymessenger.com/p/6oq5glP?lang=fr

L'entraîneur qui demande une exemption doit être accompagné d'un entraîneur responsable en tout temps lorsque sur le plateau de compétition. Ceci serait considéré comme une opportunité de mentorat.

3 ÉVÉNEMENTS ET COMPÉTITIONS DE GYMCAN

3.1 INTRODUCTION

Les compétitions nationales de gymnastique acrobatique de GYMCAN sont des épreuves annuelles se déroulant au Canada. Elles mettent en vedette le talent des gymnastes canadiens dans les épreuves ci-dessous.

Catégorie	Niveau
Duo féminin (DF) 1 duo = 2 gymnastes féminines	PDEU 7 à 10 Jeunesse FIG Pre-jeunesse (11-16) FIG Jeunesse (12-18) FIG Junior (13-19) Senior
Duo masculin (DH) 1 duo = 2 gymnastes masculins	PDEU 7 à 10 Jeunesse FIG Pré-jeunesse (11-16) FIG Jeunesse (12-18) FIG Junior (13-19) Senior
Duo mixte 1 duo = 1 gymnaste féminine et 1 gymnaste masculin	PDEU 7 à 10 Jeunesse FIG Pré-jeunesse (11-16) FIG Jeunesse (12-18) FIG Junior (13-19) Senior
Groupe féminin 1 groupe = 3 gymnastes féminines	PDEU 7 à 10 Jeunesse FIG Pré-jeunesse (11-16) FIG Jeunesse (12-18) FIG Junior (13-19) Senior
Groupe masculin 1 groupe = 4 gymnastes masculins	PDEU 7 à 10 Jeunesse FIG Pré-jeunesse (11-16) FIG Jeunesse (12-18) FIG Junior (13-19) Senior

3.2 OBJECTIFS

Les principaux objectifs des Championnats canadiens de gymnastique acrobatique sont les suivants :

a) Désigner les champions nationaux;
b) Promouvoir la gymnastique acrobatique et accroître son rayonnement au Canada;
c) Célébrer la communauté gymnique;
d) Mettre en place un environnement axé sur les athlètes afin d'amener ceux-ci à réaliser leur plein potentiel.
e) Servir de processus de sélection pour :
    i. l'équipe nationale;
    ii. les compétitions internationales.
    iii. les Championnats du monde
    iv. les Championnats du monde par groupes d'âges

3.3 QUALIFICATION ET QUOTAS D'INSCRIPTION

Les organismes provinciaux/territoriaux (OPT) détermineront eux le processus de qualification des athlètes de leur OPT, GymCan recommande cependant que les athlètes participent à au moins une compétition provinciale durant la saison.

Le tableau ci-dessous indique les notes minimales de qualification aux Championnats canadiens pour chaque catégorie.Les recommandations de pointage sont basées sur l'obtention d'une note d'environ 7,5 pour l'artistique et l'exécution (dans la plupart des niveaux USDP) et 7,0 (niveaux FIG) et la valeur maximale pour la difficulté d'une routine. Ces recommandations ont pour but d'aider à déterminer si les athlètes sont prêts à participer aux compétitions canadiennes, mais elles ne sont pas obligatoires :

Niveau	Note de qualification aux Championnats canadiens
JO 7	21,0 (REQUISE)
JO 8	45 (Recommandée)
JO 9	45,7 (Recommandée)
JO 10	46,1 (Recommandée)
Jeunesse	23 (Recommandée)
FIG Pré-jeunesse (11-16)	43 (Recommandée)
FIG Jeunesse (12-18)	65,5 (Recommandée)
FIG Junior (13-19)	67,1 (Recommandée)
FIG Senior	67,1 (Recommandée)

3.4 DROITS DES ATHLÈTES

a) Concourir dans une seule catégorie d'épreuve aux championnats nationaux.
b) Avoir accès à des installations d'entraînement sécuritaires, comparables à celles qui seront utilisées durant la compétition. Effectuer au moins une séance d'entraînement sur le praticable de l'aire de compétition avec la musique choisie.
c) Être informés du plan d'entraînement par l'entraîneur et le chef de délégation.
d) S'échauffer avant chaque exercice conformément à l'horaire prévu sur un praticable

règlementaire dans des conditions comparables à celles de la compétition (maximum de huit duos/groupes en même temps sur l'aire d'échauffement).

e) Recommencer un exercice lorsque, pour des raisons indépendantes de leur volonté, celui-ci ne peut être terminé (ex. : en cas de panne d'électricité).

3.5 OBLIGATIONS DES ATHLÈTES

a) Connaître et respecter les politiques, le règlement technique et les règlements antidopage en vigueur, les codes de pointage applicables et le serment de l'athlète.

b) Répondre aux critères d'âge de la compétition, définis dans le présent règlement technique.

c) Se montrer polis envers les officiels, les entraîneurs, les bénévoles, les autres concurrents et les spectateurs, et faire preuve de dignité, d'intégrité et d'esprit d'équipe en tout temps.

d) Connaître et respecter les horaires de compétition.

e) Être prêts pour la compétition, adéquatement vêtus, au moins une heure avant l'heure indiquée sur le programme et être prêts à s'exécuter à l'heure prévue. Les organisateurs de la compétition, avec la permission du jury d'appel, se réservent le droit de devancer une séance si des athlètes se retirent de la compétition.

f) Suivre toutes les instructions données par les officiels de la compétition.

g) Ne faire aucune marque sur le praticable de compétition afin de faciliter la réalisation de l'exercice.

h) Se présenter à la cérémonie des médailles à l'heure et vêtus adéquatement.

i) Se présenter à l'heure à l'endroit prévu pour la mesure de la taille.

3.6 SANCTIONS (ATHLÈTES)

a) Tout manquement entraînera un avertissement ou une sanction de la part du président du jury d'appel.

b) Une absence lors de la cérémonie des médailles ou un manquement volontaire aux règles de présentation sur le podium entraînera les sanctions suivantes :

- Le duo/groupe sera exclu de la compétition;
- Le classement sera revu;
- Les médailles seront attribuées en fonction des nouveaux classements.

c) Dans des circonstances exceptionnelles, par exemple si un athlète est malade, le président du jury d'appel peut excuser une absence de la cérémonie des médailles sans imposer de pénalité.

d) Un deuxième manquement, quel qu'il soit, entraînera des sanctions.

e) Les compétiteurs qui ne se présentent pas à la mesure à l'heure, qui empêchent la prise de mesures (tentative de tricherie) en ne suivant pas les instructions ou qui tentent d'obtenir des mesures favorables par quelque moyen que ce soit seront disqualifiés de la compétition.

3.7 DROITS DES ENTRAÎNEURS

a) Être informés de l'ordre de passage des compétiteurs, déterminé par tirage au sort.

b) Avoir accès à des installations d'entraînement sécuritaire dotées d'équipement comparable à celui qui sera utilisé en compétition.

c) Recevoir la documentation concernant les horaires d'entraînement et de compétition et avoir accès aux notes quotidiennement durant les compétitions. Les entraîneurs inscrits ont également droit à une place désignée près du podium afin d'observer les exercices des compétiteurs.

d) Lors des championnats canadiens, être informés avant le début des compétitions, à un endroit et à un moment désigné, de tout problème relatif aux cartes de compétition pouvant avoir une incidence sur les exigences spécifiques ou la valeur de difficulté de l'exercice.

3.8 OBLIGATIONS DES ENTRAÎNEURS

a) Se conduire en tout temps avec honnêteté, intégrité et esprit sportif dans l'intérêt de la gymnastique acrobatique.

b) Se comporter de manière respectueuse, courtoise et polie envers tous les compétiteurs, juges, entraîneurs et officiels, et respecter les droits de la personne, les lois sur la protection de l'enfance et les codes d'éthique et de conduite de GymCan et des organismes provinciaux/territoriaux.

c) Assurer la sécurité de tous les compétiteurs.

d) Connaître et respecter à la lettre les politiques, le règlement technique et les règlements antidopage en vigueur, et les codes de pointage applicables.

e) N'avoir aucun contact verbal, électronique ou de tout autre nature avec les juges durant les périodes d'échauffement ou les compétitions. Tout manquement à cet égard entraînera la disqualification du juge visé pour la séance de compétition. Un avertissement formel sera également adressé au juge et à l'entraîneur.

f) Il incombe à l'entraîneur de s'assurer que les cartes de compétition sont exactes avant de les remettre.

g) Informer les juges de difficulté de la catégorie concernée si des modifications mineures doivent être apportées au contenu d'un exercice en leur remettant un dessin avec indication des valeurs au moins 30 minutes avant le début de la compétition.

h) Adhérer à toutes les exigences de sport sécuritaire.

3.9 SANCTIONS (ENTRAÎNEURS)

a) Les entraîneurs qui enfreignent les règles en trichant, en essayant d'influencer les notes, en ayant des comportements ou des propos abusifs envers les compétiteurs, les autres entraîneurs, les juges ou les officiels ou en détournant l'attention pendant l'exécution des exercices seront immédiatement exclus de la salle de compétition par le président du jury d'appel. Un avertissement officiel sera également adressé à l'entraîneur fautif et à sa province ou son territoire. Son retour se fera à la discrétion du jury d'appel.

b) Un deuxième manquement entraînera des sanctions.

c) Les avertissements sont valides pour toute la durée du cycle pour toutes les compétitions nationales officielles. Par exemple, si un entraîneur reçoit un premier avertissement pour manquement grave lors des championnats nationaux et un deuxième au cours d'une épreuve de GymCan ou d'un organisme provincial/territorial, une proposition de sanction sera automatiquement soumise à la commission disciplinaire.

d) Les entraîneurs qui ne portent pas l'uniforme provincial/territorial, national ou de leur club seront exclus de l'aire de compétition. Leur retour se fera à la discrétion du jury supérieur.

e) Les sanctions sont régies par la politique de GymCan.

3.10 TENUE DE COMPÉTITION, ACCESSOIRES ET AIDES

La tenue de compétition, les accessoires et les aides (dans l'aire de compétition) sont régis par l'article 34 du code de pointage de la FIG pour le cycle visé.

3.11 TENUE DE COMPÉTITION – JUGES ET ENTRAÎNEURS

Tous les juges et entraîneurs doivent être vêtus de façon appropriée sur le site de compétition.

a) **Juges** : Tenue conforme au règlement de la FIG sur les juges. Jusqu'au début du cycle 2026, les complets noirs seront autorisés.

b) **Entraîneurs :** T-shirt de l'équipe provinciale ou du club, polo, pantalon de survêtement avec ou sans veste de survêtement. Les casquettes ne sont pas permises sur le plateau de compétition.

c) **Pénalités** : Entraîneurs – Interdiction d'accéder à l'aire de compétition; Juges – Interdiction de juger.

3.12 MESURE DES ATHLÈTES – DIFFÉRENCE DE TAILLE

Tous les compétiteurs devront se présenter pour le mesurage selon l'horaire publié dans la documentation officielle de la compétition. La " Procédure pour les mesures athlétiques " est conforme au Code de pointage de la FIG ou du PDEU.

Les mesures seront enregistrées par un membre du comité du programme d'acro (ou un membre désigné du personnel de GymCan) et seront confirmées par le représentant chargé de l'enregistrement et un représentant officiel des athlètes (c.-à-d. l'entraîneur personnel accrédité, le directeur d'équipe ou le chef de délégation/chef de mission P/T).

Les mesures confirmées des enregistrements seront saisies dans le système KSIS et examinées par le JA avant le début de la compétition. Le JA confirmera la pénalité applicable pour la taille à partir de la note finale de chaque exercice.

Les différences de taille autorisées entre les gymnastes sont définies dans le Code de pointage de la FIG et PDEU. Pour le niveau Jeunesse, il n'y a pas de déduction de taille.

3.13 ENTRAÎNEMENT

Tous les duos/groupes doivent s'entraîner au moins une fois sur le site de compétition (aires d'échauffement et de compétition) le jour même ou la veille de la compétition. L'entraînement se fait au son de la musique. Tous les duos/groupes pourront exécuter tous leurs exercices avec leur musique sur le praticable de compétition. Cet entraînement pourra être réalisé en deux séances pour les niveaux qui présentent trois exercices différents (B, D, C), selon le temps alloué et l'horaire des compétitions.

3.14 ZONE D'ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL ET D'ÉTIREMENTS

Les duos/groupes auront accès à l'aire d'échauffement et d'étirement commune pendant 30 minutes avant chaque période d'entraînement ou de compétition.

3.15 SOL D'ÉCHAUFFEMENT

Les duos/groupes auront une plage horaire réservée sur l'aire d'échauffement officielle (praticable dynamique de 12 x 12 m) immédiatement avant chaque entraînement podium ou période de compétition, selon les conditions suivantes :

- Entraînement : 30 minutes sur l'aire d'échauffement officielle
- Compétition : 25 minutes (niveaux USDP et Jeunesse)
- Compétition : 35 minutes (niveaux FIG)

Pendant l'entraînement, un maximum de six duos/groupes à la fois est autorisé dans la zone d'échauffement. Les duos/groupes passent d'une zone à l'autre en « groupes d'entraînement ».

Pendant la compétition, un maximum de huit duos/groupes à la fois est autorisé dans la zone d'échauffement. Les duos/groupes passent d'une zone à l'autre individuellement, en fonction de l'heure de leur compétition.

3.16 ORDRE DE PASSAGE

L'ordre de passage pour chacune des routines est déterminé par tirage au sort (S, D, C). GymCan procède au tirage et communique l'ordre de passage au moins 10 jours avant le début de la compétition.

La détermination de l'ordre de passage pour la finale est effectuée conformément au Règlement technique 2025 de la FIG (Article 3.2.2).

3.17 MUSIQUES ET FEUILLES DE DIFFICULTÉ

La musique doit être téléchargée sur KSIS avant la date spécifiée dans les directives de l'événement. Les fichiers musicaux doivent être clairement libellés avec les informations suivantes :
Niveau partenariat : (B,D,C)_Catégorie (W2,M2,Mx2,W3,M4)_province/territoire_noms de famille.
(Exemple : Junior_B_W2_ON_Smith-Johnson)

Les duos/groupes doivent aussi prendre des précautions pour apporter une copie accessible par USB en cas de problème technique pendant la compétition ou l'entraînement.

Les feuilles de difficulté doivent être téléchargées sur KSIS avant la date spécifiée dans les directives de l'événement. Une pénalité conformément aux directives sera appliquée aux athlètes remettant leurs feuilles de difficulté en retard.

3.18 STRUCTURE DE COMPÉTITION

Les championnats de GymCan se déroulent selon la structure de compétition suivante :

a) Les gymnastes de niveau JO 7 et Jeunesse exécutent un exercice combiné deux fois. Dans chaque catégorie, les vainqueurs sont ceux qui obtiennent la note totale la plus élevée. La note totale est la somme de la note finale des deux exercices combinés (C + C).

b) Les gymnastes de niveau JO 8, 9 et 10 et exécutent un exercice statique et un exercice dynamique. Dans chaque catégorie, les vainqueurs sont ceux qui obtiennent la note totale la plus élevée. La note totale est la somme de la note finale des exercices statiques et dynamiques (B + D).

c) Les gymnastes des niveaux FIG pré-jeunesse (11-16), jeunesse (12-18), junior (13-19) et senior compétitionner selon les règles FIG.

d) Dans les catégories comptant une seule inscription, il est possible de décerner le titre de champion canadien au seul duo/groupe participant, dans la mesure où celui-ci a obtenu la note minimale requise, comme indiqué au paragraphe 3.4.

3.19 FINALES

Aux niveaux FIG 11-16, 12-18, 13-19 et Senior, le nombre de duos/groupes en finale dépend du nombre total de duos/groupes inscrits dans la catégorie visée :

a) 8 duos/groupes inscrits ou moins = Les 6 meilleurs se qualifient en finale

b) 9 à 15 duos/groupes inscrits = Les 8 meilleurs se qualifient en finale

c) 16-20 duos/groupes inscrits = Les 10 meilleurs se qualifient en finale

d) 21 duos/groupes inscrits ou plus = Les 12 meilleurs se qualifient en finale

3.20 ÉGALITÉS

a) PDEU 7 à 10 : Voir les règles et politiques de USAG pour le cycle de compétition visé.

b) FIG pré-jeunesse (11-16), jeunesse (12-18), junior (13-19) et senior : Voir le code de pointage de la FIG pour le cycle de compétition visé.

c) Jeunesse : Voir l'annexe A.

3.21 ÉVALUATION DES ROUTINES ET NOTATION

a) Niveaux 7 à 10 : Voir le code de pointage PDEU de USAG pour le cycle de compétition visé.

b) FIG pré-jeunesse (11-16), jeunesse (12-18), junior (13-19), Senior : Voir le code de pointage de la FIG pour le cycle de compétition visé.

c) Jeunesse : Voir l'annexe A.

Le processus de détermination de la note A/E dépend du nombre de juges affectés au jury :

- S'il y a trois juges, la note totale A/E est déterminée en calculant la moyenne des trois notes soumises.
- S'il y a 4 ou 5 juges dans le jury, la note totale A/E est déterminée en éliminant les notes les plus élevées et les plus basses et en calculant la moyenne des notes moyennes restantes.
- S'il y a 6 juges dans le jury, la note totale A/E est déterminée en éliminant les 2 notes les plus élevées et les 2 notes les plus basses et en calculant la moyenne des notes intermédiaires restantes.

3.22 APPELS

a) Il est possible de faire appel d'une note uniquement pour des motifs liés à la note de difficulté, à une défaillance de l'équipement ou à une erreur mathématique.

b) Un entraîneur peut examiner la feuille de difficulté remplie par le JA et de JD sans faire appel officiellement s'il s'interroge sur la note de difficulté ou une pénalité attribuée par le JA ou le JD. Les feuilles de difficulté peuvent être consultées à un endroit donné une fois que les notes ont été entrées et communiquées par les juges. Aucuns frais ne sont exigés pour cet examen.

c) Seul l'entraîneur officiel d'un duo/groupe peut demander à examiner une feuille de difficulté ou faire appel d'une note pour ses gymnastes. Toute demande de révision ou tout appel présenté par une autre personne sera refusé.

d) Après avoir examiné la feuille de difficulté, l'entraîneur peut faire appel de la note officiellement s'il estime qu'une erreur constituant un motif d'appel a été commise (voir le paragraphe a) ci-dessus).

e) Il doit le faire dans les 10 minutes suivant l'affichage des notes de l'exercice visé.

f) Aucuns frais ne sont exigés.

g) La procédure d'appel est la suivante :

- L'entraîneur doit faire appel par écrit (en anglais ou en français) auprès du membre désigné du jury d'appel en utilisant le formulaire d'appel (voir l'annexe B).
- Il doit indiquer clairement les détails des éléments ou de la note concernée.
- À la réception du formulaire, le membre désigné convoque le jury d'appel.
- Le jury d'appel fera tout ce qui est en son pouvoir pour trancher l'appel immédiatement, mais il devra possiblement attendre une interruption de la compétition (ex. : la fin d'une rotation ou d'une séance).
- Le jury examinera l'appel et décidera s'il y a lieu de changer la note initiale.
- Pour ce faire, il pourra consulter le jury ou visionner la vidéo de l'exercice visé.
- La preuve devra être claire et concluante pour que le jury d'appel accepte de modifier la décision initiale du jury.
- Les pénalités attribuées par le JA ou le JD pourront être revues positivement ou négativement si la note de difficulté est modifiée après l'appel.
- Les notes d'exécution et artistiques accordées par le jury ne peuvent être modifiées des suites d'un appel.
- Si l'appel est accueilli, le JA procèdera à l'ajustement de la note, le membre désigné du jury d'appel informera l'entraîneur et la note modifiée (si applicable) sera inscrite à la feuille de notation officielle et annoncée au public.
- Le GP des Jeux mondiaux avisera l'entraîneur par courriel lors que la décision finale sera prise.
- Les décisions du jury d'appel sont finales.

3.23 JURY D'APPEL

Le jury d'appel est l'ultime instance de la compétition. Il intervient en cas d'appel ou d'enjeu non résolu par le jury ou les organisateurs de la compétition.
Il peut démettre un juge de ses fonctions en cas d'erreur de jugement évidente ou de partialité.

Toute décision rendue par le jury d'appel est finale. Le président du jury d'appel peut ajouter des membres au jury en cas de besoin.

Le jury d'appel se compose des personnes suivantes :

- Le juge arbitre
- Les juges de difficulté du jury applicable
- Le gestionnaire de programme de GymCan (président du jury et membre désigné pour la présentation des appels)

4 DATES DU DOCUMENT

Version	Date	Changement(s)
Finale 1.0	16 avril 2026	Traduction de la version anglaise

5 ANNEXE A – JEUNESSE

Tous les championnats de GymCan comptent des épreuves de niveau Jeunesse dans chacune des catégories.

Les gymnastes de ce niveau exécutent un exercice combiné d'une durée maximum de 2 minutes (sans durée minimum).

Règles générales :

- Chaque duo ou groupe doit présenter un exercice combiné, qui doit être chorégraphié et exécuté sur de la musique.
- L'exercice est composé d'éléments obligatoires, sélectionnés des règles mondiales pour les groupes d'âge et les éléments optionnels, sélectionnés dans le tableau de difficulté de la FIG.
- La musique de tous les exercices est d'une durée maximale de deux minutes. Il y a une tolérance de deux secondes avant qu'une punition de prolongement d'exercice soit appliquée. Il n'y a aucune longueur minimale.
- La première note de la musique indique le début du moment de l'exercice. Le premier geste pose par un ou plusieurs des compétiteurs depuis la position de départ est considéré comme le « début » d'un exercice. La fin d'un exercice est la **position statique** des partenaires, qui doit coïncider avec la fin de la musique.
- Il n'y a pas de pénalité de hauteur. Cependant, les règles de relation logique entre les partenaires sur le plan artistique sont appliquées.
- Chaque duo/groupe doit exécuter les éléments comme dans les croquis.
- Chaque duo/groupe doit aussi exécuter le nombre requis d'éléments optionnels. Les éléments optionnels peuvent être les mêmes que dans les tableaux obligatoires, mais pas dans la même rangée que celle utilisée dans ces éléments obligatoires et doivent être choisis à partir des tableaux de difficultés (afin d'indiquer qu'il s'agit de l'élément optionnel).
- Chaque élément choisi depuis les tableaux de difficulté OBLIGATOIRES a une valeur de difficulté énoncée, qui est utilisée pour déterminer la valeur de difficulté de l'exercice.
- Les éléments optionnels ne sont PAS utilisés pour calculer la valeur de difficulté de l'exercice, bien qu'ils doivent être exécutés pour satisfaire aux exigences spéciales.
- La valeur de difficulté de l'exercice est calculée selon la valeur de difficulté des éléments exécutés jusqu'à un maximum de 0,5.

Une pénalité de 1,0 est appliquée :

- Pour chaque exigence manquante
- Dans l'exécution d'un plus grand nombre d'éléments que ceux requis.
- Un élément du duo/groupe ou individuel va au-delà de la valeur maximale indiquée.
- Un simple élément va au-delà du nombre maximal de rotations, de vrilles ou de la valeur maximale de 5.
- Un élément interdit est exécuté (voir les règlements pour les éléments interdits de la FIG 11-16)

Cette pénalité est appliquée pour chaque violation, même si l'élément exécuté n'est pas déclaré sur la fiche.

Sur l'ensemble de l'exercice, exactement trois éléments individuels doivent être exécutés par chaque partenaire de n'importe quelle catégorie (Statique ou dynamique). Aucun salto n'est requis.

Les éléments individuels sélectionnés dans les tableaux de difficulté de la FIG ne doivent pas exécuter une valeur de 10.

Les éléments de tumbling (flic flac, salto, renversement…) doivent être précédés par un mouvement (préparation, conclusion, …) et atterrir sur n ou deux pieds selon le caractère de l'élément. Si un élément individuel n'est pas déclaré, l'élément qui suit ne reçoit aucune difficulté.

Commented [PG1]: ENG - Handsprings

Chaque duo ou groupe peut utiliser des entrées, des mouvements, des liens, des attrapés et des sorties simples. Ils n'ont pas à être déclarés sur la fiche.

Ces éléments doivent :

- Être sélectionnés depuis les tableaux de difficulté de la FIG
- Ne pas excéder une valeur de 5.
- Ne pas excéder**3/4 de** rotation ou plus de **360°** en vrille.
- Une pénalité de 0.3 s'applique en cas de fiche incorrecte (ordre d'élément, mauvais élément…)

Cette pénalité est appliquée seulement **une fois** par exercice.

- Toutes les exigences spéciales doivent être respectées dans les éléments déclarés sur la fiche.

Exception : *Si un autre élément est exécuté que celui déclaré pour la difficulté par l'entraîneur sur la fiche, les gymnastes ne recevront pas la valeur de difficulté pour cet élément. Cependant, cet élément sera comptabilisé pour les exigences particulières et il y aura toujours une pénalité de 0,3 pour une erreur sur la fiche.*

- Seulement deux sorties sont autorisées pour la difficulté.
- Un maximum de trois sorties est autorisé dans l'exercice.
- Tous les atterrissages de tous les éléments dynamiques et les sorties avec une valeur de plus de 1 doivent être appuyés. Si l'atterrissage est exécuté sans appui, une pénalité de 0,5 est appliquée dans chaque cas.

Exceptions : *L'appui est optionnel pour les sorties d'éléments « boulets de canon » et un salto 5/4*

Commented [PG2]: ENG - 5/4 gainer salto from wrap

- Pour des raisons de développement, dans les éléments statiques et dynamiques en duo et en groupe, **tous les équilibres sur les mains** peuvent être exécutés avec les jambes en chevauchant ou dans toute position autorisée ou avec les jambes collées aux chevilles. Il n'y a aucun besoin d'identifier la position particulière des jambes sur la fiche.
- Les éléments qui passent d'un bras bas vers un bras élevé comme indiqué dans les tableaux obligatoires peuvent être exécutés d'abord vers le bas bras puis passant un équilibre renversé sur les mains en un seul geste, mais la position basse doit être incluse dans le mouvement.

Commented [PG3]: ENG - Elements that move from low arm to high arm as indicated in the compulsory tables may be performed first to low arm then moving into high handstand as one motion, but the low position must be included in the motion.

JEUNESSE

Exercices en duo

- Il doit y avoir exactement deux (2) éléments obligatoires statiques en duo, chacun choisi d'une différente rangée, I, II, III et IV du tableau des éléments obligatoire (c.-à-d., un de la rangée I, un de la rangée II, etc.).
- Il doit y avoir exactement un (1) élément optionnel statique en duo sélectionné dans les tableaux de difficulté de la FIG.
- Il doit y avoir exactement deux (2) éléments dynamiques obligatoires, chacun choisi dans une rangée différente, I, II, III et IV du tableau des éléments obligatoires (c.-à-d., un de la rangée I, un de la rangée II, etc.).
- Il doit y avoir exactement un (1) élément dynamique optionnel sélectionné dans les tableaux de difficulté de la FIG.
- Un des éléments dynamiques (obligatoire ou optionnel) doit être un attrapé.

Restrictions pour les duos

- La difficulté des éléments dynamiques optionnels doit être d'une valeur minimale de 1 et d'une valeur maximale de 14.
- La difficulté de l'élément statique optionnel doit être d'une valeur minimale de 1 et d'une valeur maximale de 9.

Exercice de groupes :

- Il doit y avoir une (1) pyramide obligatoire d'une rangée du tableau des éléments obligatoires.
- Il doit y avoir une (1) pyramide optionnelle sélectionnée dans les tableaux de difficulté de la FIG avec une valeur de difficulté minimale de 4 et une valeur de difficulté maximale de 16 pour la position statique de tous les partenaires (valeur de la position de base + la valeur au sommet) et ne peut pas être joint à la pyramide obligatoire. Chaque pyramide doit être exécutée comme une construction distincte.
- Il doit y avoir exactement deux (2) éléments dynamiques obligatoires, chacun sélectionné dans une rangée différente, I, II, III et IV du tableau des éléments obligatoires (c.-à-d., un de la rangée I, un de la rangée II, etc.)
- Il doit y avoir exactement un (1) élément dynamique optionnel choisi des tableaux de difficulté de la FIG.
- Un des éléments dynamiques (obligatoire ou optionnel) doit être un attrapé.

Restrictions pour les groupes :

- La difficulté des éléments dynamiques optionnels doit être d'une valeur de difficulté minimum de 1 et d'une valeur de difficulté maximum de 14 pour les femmes et d'une valeur de difficulté maximale de 10 pour les hommes.
- Les groupes féminins peuvent exécuter un maximum de trois (3) attrapés horizontaux.
- Les groupes masculins peuvent exécuter un (1) attrapé horizontal sélectionné dans le tableau des éléments obligatoires.

- Les groupes masculins peuvent exécuter un (1) attrapé horizontal sélectionné dans les tableaux des éléments de difficulté.

Bris d'égalité dans les qualifications

- La note E la plus élevée de l'exercice combiné prévaut.
- Si l'égalité persiste, elle ne sera pas brisée.

Bris d'égalité en finale

- La note E la plus élevée de l'exercice combiné prévaut.
- La somme la plus élevée des notes E et A de l'exercice combiné prévaut.
- Si l'égalité persiste, elle ne sera pas brisée.

Valeur de difficulté des éléments obligatoires
0,0
0,1
0,2
0,3
0,4
0,5

6 ANNEXE B – FORMULAIRE D'APPEL

1. Il est possible de faire appel d'une note uniquement pour des motifs liés à la note de difficulté, à une défaillance de l'équipement ou à une erreur mathématique.
2. Seul l'entraîneur officiel d'un duo/groupe peut demander une révision de la feuille de pointage ou faire appel d'une note pour ses gymnastes.
3. Il doit le faire dans les 10 minutes suivant l'affichage des notes de l'exercice visé.
4. Aucuns frais ne sont exigés.
5. Pour ce faire, il pourra consulter le jury ou visionner la vidéo de l'exercice visé.
6. Les décisions du jury d'appel sont finales.

Appel pour :

groupe :_____

Province/Territoire : _____

Catégorie : WP MP MxP WG MG

Niveau/Groupe d'âge :

Routine: BAL DYN COMB

Nom de l'entraîneur :_____

Nom des athlètes :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Heure de la soumission de l'appel: _____

Description de l'appel: _____

Signature de l'entraîneur : _____

Décision/Réponse du jury : _____

Signature du juge arbitre : _____

Résultat de l'appel :

Changement à : ☐

Aucun changement à la note : ☐

Valeur de difficulté : _____

Note D ajustée : _____

Ajustement aux pénalités du JA/JD:_____

Nom:_____