

# LETTRE FFGYM GRAND EST

Revue du comite régional de gymnastique du Grand Est - Trampoline/Tumbling n°1 2019/2020

**Le programme compétitif régional pour le Trampoline et Tumbling se décline du règlement Fédéral disponible à travers le « Règlement Technique TR-TU 2019-2020 » et les lettres FFGym TR-TU 2019-2020.**

## Spécificités en Trampoline Synchronisé

En filière Fédérale, des catégories compétitives ont été mises en place pour permettre aux compétiteurs fédéraux de participer aux compétitions Synchronisées :

**Public :** débutants pratiquant 1 à 2 fois le trampoline par semaine

**Objectif :** découvrir le milieu compétitif

**Finalité :** Championnat Régional

**Catégories :** 9-11 ans mixte, 11-14 ans mixte, 15 ans et + mixte

**Matériel :** 2 trampolines réglementaires

**Compétitions qualificatives :** Aucune

**Programme :** Réaliser un exercice libre (cf. tableau ci-dessous).

Catégorie	TRS Fédéral 9-11 ans	TRS Fédéral 11-14 ans	TRS Fédéral 15 ans et +
Maxima (D)	2,8 points	4,4 points	6 points
Exigences	10 sauts dont au maximum 4 avec 360° de rotation transversale	10 sauts dont au maximum 5 avec 360° de rotation transversale	10 sauts dont au maximum 9 avec 360° de rotation transversale. Autorisation d'effectuer jusqu'à 2 rotations avec 450° de rotation transversale.

**Attention :** les gymnastes engagés dans la filière Nationale Individuelle ne peuvent pas être inscrits en Fédéral Synchro.

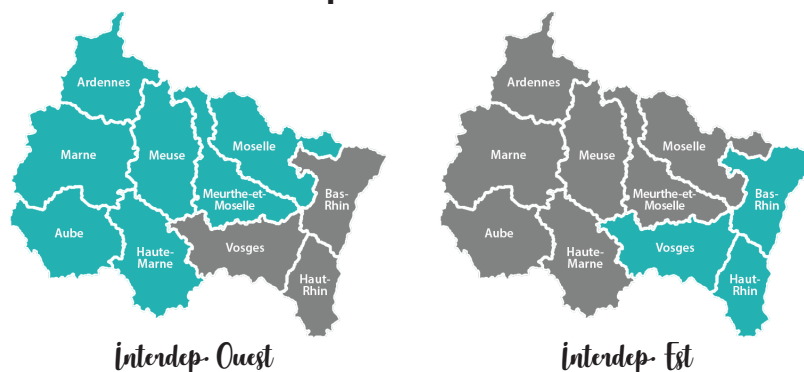
## Rappel sur les échéances d'engagements

**Les engagements nominatifs TRA/TUM sont à faire pour le 9 janvier 2020.**

Sachant que la compétition interdépartementale TR se déroule les 25 et 26 janvier 2020 à Chaumont et afin de pouvoir vous envoyer au plus tôt un ordre de passage nominatif (1ère semaine de janvier), merci de bien vouloir faire vos engagements sur cet évènement **avant le 15 décembre 2019.**

# Découpage des interdépartements

## Interdépartements TRA



## Interdépartements TUM



Retrouvez le découpage des différents interdépartements, disponibles sur notre site :

<http://grand-est.ffgym.fr/Competitions/Systeme-competitif>

Retrouvez la documentation technique et administrative sur le site officiel du comité régional de Gymnastique du Grand Est :

<http://grand-est.ffgym.fr>



TR-TUM  
2019/2020