

CAHIER DES CHARGES DES COMPÉTITIONS REGIONALES

SPECIFIQUE AEROBIC

Saison 2016 - 2017

Cycle Olympique 2017-2020

**notre ambition 2017
notre conquête 2017**

La gym **qualité**, c'est dans un **Club FFG**



MINISTÈRE DES SPORTS
DE LA JEUNESSE,
DE LA SÉNESE ET
DU TOURISME
ANNUAIRE ET DE
L'ACTIVITÉ

CNDS
CENTRE NATIONAL
DÉVELOPPEMENT
DU SPORT

R É G I O N
AQUITAINE
LIMOUSIN
POITOU-CHARENTES



1. PLATEAU de COMPETITION

Idéalement la compétition se déroule sur un paquet flottant de 12X12m et possède deux aires d'évolution imbriquées l'une dans l'autre:

- 10x10 pour les Groupes
- 7x7 pour les Solos et duo/trio fédéral

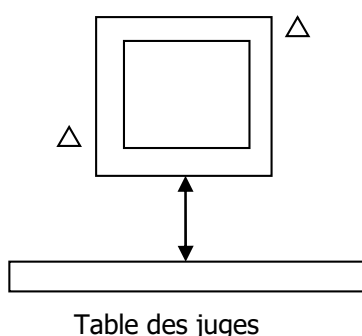
Aire de compétition sur une surface lisse type parquet ou « taraflex » de 10X10m matérialisée par une bande de couleur contrastée avec le sol et faisant partie intégrante de la surface de compétition. Une seconde aire de 7X7m est imbriquée à l'intérieur est centrée

La table des juges doit être éloignée de 3 m minimum de l'aire de compétition, prévoir une douzaine de juges

Prévoir 2 chaises supplémentaires pour les juges de ligne.

Prévoir une navette (2 personnes entre l'informatique et le juge arbitre)

ex :



Matériel pour la catégorie basic :

- deux caisses
- deux step ou petit module en mousse

2. SALLE d'ECHAUFFEMENT

L'échauffement doit pouvoir comprendre une aire d'échauffement général ainsi qu'une aire de 10X10m distincte sur laquelle un passage en musique est réalisé.

L'échauffement de chaque groupe ne se déroule pas en même temps et un organigramme spécifique est mis en place (par le comité régional).

On distingue alors 3 zones:

- Echauffement général et spécifique
- Echauffement sans musique
- Echauffement en musique sur une surface de 10X10m, avec à l'intérieur une surface de 7X7m

L'échauffement en aérobic peut avoir lieu sur un praticable dynamique. Dans le cas contraire, mise à disposition de tapis de chute (réceptions poignets type shushu).

3. SALLE de REUNION des JUGES

Une salle de réunion doit être mise à la disposition des juges une heure avant le début de la compétition. Cette salle doit être équipée de chaises et de tables.

4. RECAPITULATIF des BESOINS MATERIELS

- **136 m de ruban adhésif pour la matérialisation des surfaces échauffement et compétition**
- **Tapis de réception en salle d'échauffement**
- **2 caisses et 2 steps, pour le programme ILLUSION.**

5. RECAPITULATIF des BESOINS HUMAINS

- **1 personne à la sono dans la salle d'échauffement**
- **2 navettes entre les juges et l'informatique**
- **1 personne à la sono salle de compétition**
- **1 personne à côté de l'aire de compétition**