

PROGRAMME « FEDERALE A2 »

MAJ LE 14-10-2026

Applicables pour la saison 2026/2027

Uniquement pour les ÉQUIPES

FEDERALE A2 FINALITE INTER-DEPARTEMENTALE	
1 exigence par agrès	
1 bonification à 0.5 point possible par agrès	
Difficulté 5.6 points Bonification +0.5 points	Choix des éléments : • 7 éléments 0.8 points max choisis dans les grilles du code FFGym « Fédérale A » Exigences : Barres : 1 élément proche de la barre Poutre : 1 élément acrobatique Sol : 1 élément acrobatique Bonifications : Barres : 1 élément de bascule à 0.8 points Poutre : 1 série de 2 éléments gymniques dont un saut Sol : 1 série ou passage gymniques de 2 sauts différents Un SEUL élément à 1 point peut être tenté. Il aura la valeur de 0.8 point. Interdiction de faire plus de 1 élément à 1 point. Si tel est le cas, pas de valeur et fautes d'exécution
SAUT	Saut de lapin en trampo-tremp ET tremplin possible Seul le Saut en lune du programme fédérale A est autorisé en Trampo-tremp uniquement.

Pénalité :

- -1 point si dépassement de temps en poutre (50'')
- -0.5 pour absence de l'exigence

Particularités pour les 7-8 ans et 7-9 ans :

- **Barres** : Mouvement en BI
- **Saut** : Table de saut 1.15M
- **Poutre** : les entraineurs peuvent aider les gymnastes sur la poutre en cas de chute.

Particularités du programme (toutes catégories confondues):

- **Sol** : passage en musique selon les choix opérés en fédérale B (50'') / Passage sur un ½ praticable

Catégories :

- 7-8 ans
- 7-9 ans
- 10-11 ans
- 10-15 ans
- 10 ans et +

Format équipe : 5 / 5 / 3

Échauffement :

- 2' pour l'équipe
- Au saut 2 sauts par gymnaste.

Interdiction de participation :

Une gymnaste engagée en Performance ou Elite ou Fédérale A, Fédérale A2 (en équipe ou en individuel) ne peut pas concourir en Fédérale B.

Saut : présence de l'entraîneur près de la table de saut.

Barres : présence obligatoire de l'entraîneur pendant tout l'exercice.

Barres et poutre : obligation de retirer le tremplin après l'entrée.