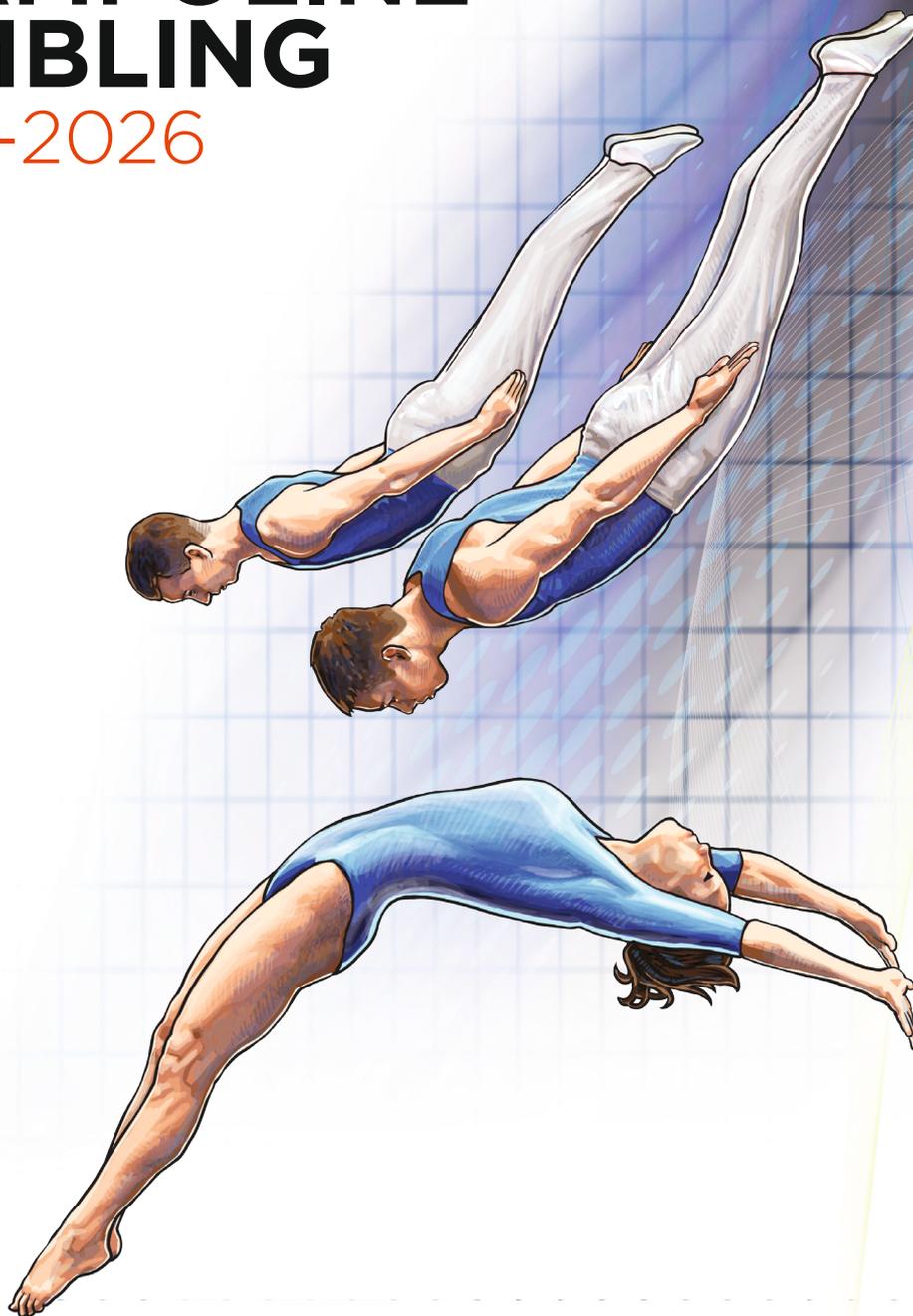


LETTRE FFGYM

TRAMPOLINE TUMBLING

2025-2026



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

FÉDÉRER,
POUR CONSTRUIRE L'AVENIR



Table des matières

GÉNÉRALITÉS.....	2
CALENDRIER DES COMPÉTITIONS NATIONALES.....	2
DROIT D'ENGAGEMENTS.....	2
ORGANISATION DES SÉLECTIVES.....	3
Calendrier des compétitions sélectives en Trampoline.....	3
Calendrier des compétitions sélectives en Tumbling.....	4
FÉDÉRAL.....	9
PERFORMANCE.....	10
Filière Nationale Individuelle.....	10
Filière Nationale Synchronisée	11
Filière Élite Individuelle.....	12
Filière Élite Synchronisée.....	13
SÉLECTIONS CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPES 2025.....	14
SÉLECTIONS CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPES 2025.....	18
LE HAUT NIVEAU TRAMPOLINE - TUMBLING.....	19
LE PROGRAMME ACCESSION SPORTIF (P.A.S).....	20

GÉNÉRALITÉS

CALENDRIER DES COMPÉTITIONS NATIONALES

DATE	COMPÉTITION
5 et 6 décembre 2025	Championnat de France par équipes
2 et 3 mai 2026	Masters
29-30 et 31 mai 2026	Trophée Fédéral
5-6 et 7 juin 2026	Championnat de France individuel et Synchronisé



DROITS D'ENGAGEMENTS

	COMPÉTITION	INDIVIDUEL	SYNCHRO	ÉQUIPE
	ÉLITE Filière Élite - Championnat de France	60 €	50 €	
	PERFORMANCE Filière Nationale - Championnat de France	45 €	35 €	50 €
	FÉDÉRAL Filière Fédérale - Trophée Fédéral	22 €		44 €

» Pour les autres compétitions, les assemblées générales des comités départementaux et régionaux ont le pouvoir de fixer les droits d'engagements de la façon suivante :

- Comité départemental: échelon départemental.
- Comité régional : échelon interdépartemental et régional.

» Pour les compétitions interrégionales ainsi que celles organisées au niveau d'un regroupement de comités régionaux, les droits d'engagements sont fixés à 80% des droits des finales nationales, à l'exception des niveaux de pratique Élite et Performance pour lesquels les droits d'engagement sont fixés à 65 %.



ORGANISATION DES SÉLECTIVES

Calendrier des compétitions sélectives en Trampoline

Les sélectives 1, 2 et 3 doivent être organisées, dans cet ordre avant le 06 avril 2026. Les sélectives pour le Trophée Fédéral doivent être organisées avant le 19 avril 2026.

Les régions organisatrices doivent confirmer leur capacité à organiser les sélectives inter-régionales dont elles ont la charge, au plus tard, au 30 novembre de la saison en cours.

Le cas échéant, un appel à candidatures sera effectué auprès des régions concernées.

Inter-région	Date	Région organisatrice
S3 Est	avant le 6 avril 2026	BOURGOGNE FRANCHE-COMTE
S3 Nord		ILE DE FRANCE
S3 Ouest		BRETAGNE
S3 Sud-Est		AURA
S3 Sud-Ouest		OCCITANIE
S4 Nord	18-19 avril 2026	GRAND EST
S4 Sud		PACA



Calendrier des compétitions sélectives Tumbling

Les régions organisatrices doivent confirmer leur capacité à organiser les sélectives inter-régionales dont elles ont la charge, au plus tard, au 30 novembre de la saison en cours.

Le cas échéant, un appel à candidatures sera effectué auprès des régions concernées.

Les sélectives pour le Trophée Fédéral doivent être organisées avant le 19 avril 2026.

Inter-région	Dates	Régions organisatrices
Sud-Ouest	21-22 février 2026	OCCITANIE
Est	7-8 mars février 2026	GRAND-EST
Sud Est	21-22 mars 2026	AURA
Ouest	4-5 avril 2026	REGROUPEMENT

CALCUL DE LA DIFFICULTE EN TRAMPOLINE (nouvelles valeurs Code FIG 2025-2028)

PRINCIPE DE BASE		
	degrés	valeur
par 1/4 de salto	90°	0,1
par 1/2 vrille	180°	0,1
Les éléments sans vrille ni salto (saut groupé, saut carpé, saut écart, auront une valeur de difficulté de 0,1 pt		

BONUS POSITION AU DELA DE 360° DE SALTO*		
positions	symbole	valeur
groupée	o	0,0
carpée	<	0,1
tendue	/	0,1
*sauf saltos de 360° à 630° avec vrille : pas de bonus		

VALEURS POUR LES SALTOS COMPLETS		
nb de saltos	degrés de salto	valeur
simple	360°	0,5
double	720°	1,0
triple	1080°	1,6
quadruple	1440°	2,2

BONUS POUR LES ROTATIONS ARRIERE		
degrés de salto	représentation	valeur
360° - 630°		0,0
720° - 990°		0,1
1080° - 1260°		0,2
1440°		0,3

BONUS VRILLE POUR LES DOUBLES ROTATIONS		
Pour les doubles rotations avec plus de 720° de vrille, chaque 180° de vrille supplémentaires recevra un bonus de 0,1 pt		
degrés de vrille	nombre de vrille	valeur
0°	0	0,0
180°	0,5	0,0
360°	1	0,0
540°	1,5	0,0
720°	2	0,0
900°	2,5	0,1
1080°	3	0,2
1260°	3,5	0,3
1440°	4	0,4
1620°	4,5	0,5
1800°	5	0,6

BONUS VRILLE POUR LES TRIPLES ROTATIONS		
Pour les triples rotations avec plus de 360° de vrille, chaque 180° de vrille supplémentaires recevra un bonus de 0,2 pt		
degrés de vrille	nombre de vrille	valeur
0°	0	0,0
180°	0,5	0,0
360°	1	0,0
540°	1,5	0,2
720°	2	0,4
900°	2,5	0,6
1080°	3	0,8
1260°	3,5	1,0
1440°	4	1,2
1620°	4,5	1,4
1800°	5	1,6

QUADRUPLES ROTATIONS AVEC VRILLES		
	degrés de vrille	valeur
	par 180°	0,2

BONUS POUR TRIPLES ET QUADRUPLES ROTATIONS DANS UN EXERCICE					
	degrés de vrille	valeur		degrés de vrille	valeur
Femmes	Les exercices avec + de 2 éléments comportant 1080° de salto ou + recevront un bonus supplémentaire de 0,3 pt pour chaque élément supplémentaire de 1080° de rotation ou +		Hommes	Les exercices avec + de 5 éléments comportant 1080° de salto ou + recevront un bonus supplémentaire de 0,3 pt pour chaque élément supplémentaire de 1080° de rotation ou +	

VALEURS DES PRINCIPAUX ELEMENTS EN TRAMPOLINE (nouvelles valeurs Code FIG 2025-2028)

JUSQU'À 630° DE SALTO (≤ 1 3/4)

ELEMENTS DE BASE (jusqu'à 90° de salto)				
Nom usuel	Numérique	position	ancienne valeur	nouvelle valeur
saut groupé, carpé ou écart	0 0	o < v	0,0	0,1
assis	0 0		0,0	0,1
debout (du assis)	0 0		0,0	0,1
1/2 vrille	0 1		0,1	0,1
1/2 vrille debout (du assis)	0 1		0,1	0,1
1/2 assis	0 1		0,1	0,1
1/2 assis (du assis)	0 1		0,1	0,1
ventre	1 0		0,1	0,1
debout (du ventre ou du dos)	1 0		0,1	0,1
dos	1 0		0,1	0,1
1/2 debout (du dos)	1 1		0,2	0,2
1/2 vrille ventre	1 1		0,2	0,2
ROTATIONS VERS L'AVANT (270° à 630°)				
Nom usuel	Numérique	position	ancienne valeur	nouvelle valeur
3/4 avant	3 0	/	0,3	0,3
salto avant groupé	4 0	o	0,5	0,5
salto avant carpé	4 0	<	0,6	0,6
Barani groupé, carpé, tendu	4 1	o < /	0,6	0,6
ball out groupé	5 0	o	0,6	0,6
ball out carpé	5 0	<	0,7	0,7
Barani ball out groupé, carpé, tendu	5 1	o < /	0,7	0,7
Rudy	4 3		0,8	0,8
Rudy ball Out	5 3		0,9	0,9
1 3/4 avant groupé	7 0 0		0,8	0,8
1 3/4 avant carpé	7 0 0		0,9	0,9
ROTATIONS VERS L'ARRIERE (270° à 630°)				
Nom usuel	Numérique	position	ancienne valeur	nouvelle valeur
3/4 arrière	3 0	o < /	0,3	0,3
salto arrière groupé	4 0	o	0,5	0,5
salto arrière carpé, tendu	4 0	< /	0,6	0,6
cody groupé	5 0	o	0,6	0,6
cody carpé, tendu	5 0	< /	0,7	0,7
Full	4 2		0,7	0,7
double full	4 4		0,9	0,9



VALEURS DES PRINCIPAUX ELEMENTS EN TRAMPOLINE (nouvelles valeurs Code FIG 2025-2028)

DOUBLES ROTATIONS (720° - 990°)

ROTATIONS VERS L'AVANT				
Nom usuel	Numérique	position	ancienne valeur	nouvelle valeur
Barani out groupé	8 0 1	o	1,1	1,1
Barani out carpé	8 0 1	<	1,3	1,3
Barani in back groupé	8 1 0	o	1,1	1,1
Barani in back carpé	8 1 0	<	1,3	1,3
barani out ball out groupé	9 0 1	o	1,2	1,2
barani out ball out carpé	9 0 1	<	1,4	1,4
Rudy out groupé	8 0 3	o	1,3	1,3
Rudy out carpé	8 0 3	<	1,5	1,5
Full in Barani out groupé	8 2 1	o	1,3	1,3
Full in Barani out carpé, tendu	8 2 1	</	1,5	1,5
Randy out groupé	8 0 5	o	1,5	1,6
Randy out carpé	8 0 5	<	1,7	1,8
Full in Rudy groupé	8 2 3	o	1,5	1,6
Full in Rudy carpé, Tendu	8 2 3	</	1,7	1,8

ROTATIONS VERS L'ARRIERE

Nom usuel	Numérique	Position	Ancienne valeur	Nouvelle valeur
double arrière groupé	8 0 0	o	1,0	1,1
double arrière carpé, tendu	8 0 0	</	1,2	1,3
half in half out groupé	8 1 1	o	1,2	1,3
half in half out carpé	8 1 1	<	1,4	1,5
Half in Rudy out groupé	8 1 3	o	1,4	1,5
Half in Rudy Out carpé	8 1 3	<	1,6	1,7
Full in Full out groupé	8 3 1	o	1,4	1,5
Full In Full out carpé	8 3 1	<	1,6	1,7
Full in Full out tendu	8 2 2	/	1,6	1,7
Miller groupé	8 3 3	o	1,6	1,9
Miller carpé, tendu	8 3 3	</	1,8	2,1
Half In Randy Out groupé	8 1 5	o	1,6	1,9
Half in Randy Out carpé	8 1 5	<	1,8	2,1
Killer (double double) tendu	8 4 4	/	2,0	2,5

TRIPLES ET QUADRUPLES ROTATIONS (1080° et +)

ROTATIONS VERS L'AVANT				
Nom usuel	Numérique	position	ancienne valeur	nouvelle valeur
Triffis groupé	12 0 0 1	o	1,7	1,7
Triffis carpé	12 0 0 1	<	2,0	2,0
Triffis Rudy Out groupé	12 0 0 3	o	1,9	2,1
Triffis Rudy Out carpé	12 0 0 3	<	2,2	2,4
Full Front Barani Out groupé	12 2 0 1	o	1,9	2,1
Full Front Barani Out carpé	12 2 0 1	<	2,2	2,4
Quadriffis groupé	16 0 0 0 1	o	2,3	2,5
Quadriffis carpé	16 0 0 0 1	<	2,7	2,9
ROTATIONS VERS L'ARRIERE				
Nom usuel	Numérique	position	ancienne valeur	nouvelle valeur
triple arrière groupé	12 0 0 0	o	1,6	1,8
triple arrière carpé	12 0 0 0	<	1,9	2,1
Half in Triff groupé	12 1 0 1	o	1,8	2,0
Half in Triff carpé	12 1 0 1	<	2,1	2,3
Full Full Full	12 2 2 2	o	2,2	3,2
Half in quadriffis groupé	16 1 0 0 1	o	2,4	3,1
Half in quadriffis carpé	16 1 0 0 1	<	2,8	3,5



Niveau de pratique	Filière	7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans	21 ans	22 ans et +	contenu de sélection	Genre	Difficulté L2	finale (Trophée Fédéral)	
		2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004					
FEDERAL	FE	7-8 ans																deux L2	F G	2,0 maxi	un L2	
				9-10 ans															deux L2	F G		2,6 maxi
						11-12 ans													deux L2	F G		4,0 maxi
								13-14 ans											deux L2	F G		5,0 maxi
										15-16 ans									deux L2	F G		5,8 maxi
												17 ans et +						deux L2	F G	6,3 maxi 7,6 maxi		



PERFORMANCE

FILIÈRE NATIONALE INDIVIDUELLE

Niveau de pratique	Filière	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans	21 ans	22 ans et +	contenu de sélection	Genre	Difficulté L2	Total Sélectif	Finale	Certificat médical	
		2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004							
PERFORMANCE	NA	9 ans														un L1 deux L2	F	1,6 mini	74	un L2	Certificat médical de non contre indication obligatoire	
																		G	3,4 maxi			73
			10 ans														un L1 deux L2	F	1,9 mini			76
																		G	3,4 maxi			75
				11 ans													un L1 deux L2	F	2,5 mini			77
																		G	4,6 maxi			77
					12 ans												un L1 deux L2	F	3,5 mini			78
																		G	5,7 maxi			78
							13-14 ans										un L1 deux L2	F	4,4 mini			80,5
																G		5,0 mini	81,5			
									15-16 ans								un L1 deux L2	F	5,2 mini			82
																G		6,3 mini	84,5			
											17-21 ans					un L1 deux L2	F	5,8 mini	84			
																	G	7,6 mini	88			
															Senior	un L1 deux L2	F	6,3 mini	84,5			
														G			8,1 mini	88,5				



FILIÈRE NATIONALE SYNCHRONISÉE

Niveau de pratique	Filières	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans et +	Contenu de sélection	Genre	Difficulté du L2	Total sélectif	finale	Certificat Médical	
		2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009 et avant							
PERFORMANCE	NA SYNCHRONISE	9-11 ans										L2	mixte	1,6 mini 3,4 maxi	36,5	un L2	Certificat médical de non contre-indication obligatoire
				11-13 ans								L2	mixte	2,5 mini 4,6 maxi	37,5		
						13-15 ans						L2	mixte	3,9 mini 7,9 maxi	38,5		
								15 ans et +				L2	mixte	5,2 mini 11,3 maxi	41,0		



FILIÈRE ÉLITE INDIVIDUELLE

Niveau de pratique	Filière	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans	20 ans	21 ans	22 ans et +	contenu de sélection	Genre	Difficulté L2	Total Sélectif	Finale	Certificat médical		
		2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004								
ELITE	EL	10 ans													un L1 deux L2	Mixte	3,8 mini	77	un L2	Certificat de non contre indication obligatoire		
		sur dérogation	11 ans													un L1 deux L2	F G	4,4 mini			79	Certificat médical élite obligatoire
			sur dérogation	12 ans												un L1 deux L2	F G	5,2 mini			80	
				sur dérogation	13-14 ans											un L1 deux L2	F G	6,3 mini 7,6 mini			82,5 84	
					sur dérogation	15-16 ans										un L1 deux L2	F G	8,1 mini 9,3 mini		84,5 87,5		
										17-21 ans						un L1 deux L2	F G	11,5 mini 14,0 mini		88,5 95		
									sur dérogation	Seniors						deux L2	F G	11,3 mini 15,1 mini		49,5 54,5		



FILIÈRE ÉLITE SYNCHRONISÉE

Niveau de pratique	Filières	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans et +	contenu de sélection	Genre	Difficulté du L2	Total sélectif	finale	Certificat Médical
		2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009 et avant						
ELITE	EL SYNCHRONISE		sur dérogation	11-12 ans							L2	mixte	4,4	37,0	un L2	Certificat médical de non contre indication obligatoire
					sur dérogation	13-14 ans					L2	mixte	5,8	39,0		Certificat médical élite obligatoire
						sur dérogation		15-16 ans			L2	F	7,0	39,0		
										sur dérogation		17 ans et +	L2	G		8,1
												F		8,8	42,0	Certificat médical élite obligatoire
												G	10,8	44,0		



SÉLECTIONS CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPES 2025



FEMMES

Nationale 1		
1	LEVALLOIS	1 ^{er} N.1 2024
2	BOIS COLOMBES	2 ^{ème} N.1 2024
3	FAMECK	3 ^{ème} N.1 2024
4	LE PECQ	4 ^{ème} N.1 2024
5	RENNES	5 ^{ème} N.1 2024
6	HAGUENEAU	6 ^{ème} N.1 2024
7	SEVRAN	7 ^{ème} N.1 2024
8	OULLINS	2 ^{ème} N.2 2024
9	EVRY	4 ^{ème} N.2 2024
10	ST ETIENNE	5 ^{ème} N.2 2024

Nationale 2

1	TOULOUSE	8 ^{ème} N.1 2024
2	CHATILLON	9 ^{ème} N.1 2024
3	LE PECQ	1 ^{er} N.2 2024
4	LEVALLOIS	3 ^{ème} N.2 2024
5	COURBEVOIE	6 ^{ème} N.2 2024
6	RENNES	7 ^{ème} N.2 2024
7	WATTRELOS	1 ^{er} N.3 2024
8	BOIS COLOMBES	2 ^{ème} N. 3 2024
9	ARQUES	3 ^{ème} N.3 2024
10	METZ	4 ^{ème} N.3 2024

HOMMES

Nationale 1		
1	BOIS COLOMBES	1 ^{er} N.1 2024
2	VANNES	2 ^{ème} N.1 2024
3	SEVRAN	3 ^{ème} N.1 2024
4	LA SEYNE SUR MER	4 ^{ème} N.1 2024
5	SAINT-DENIS	5 ^{ème} N.1 2024
6	COURBEVOIE	6 ^{ème} N.1 2024
7	LEVALLOIS	7 ^{ème} N.1 2024
8	WATTRELOS	1 ^{er} N.2 2024
9	COURNON D'AUVERGNE	2 ^{ème} N.2 2024
10	CHATILLON	5 ^{ème} N.2 2024

Nationale 2

1	LE PECQ	8 ^{ème} N.1 2024
2	ST LAURENT DU VAR	9 ^{ème} N.1 2024
3	AIX LES BAINS	10 ^{ème} N.1 2024
4	LA SEYNE SUR MER	3 ^{ème} N.2 2024
5	LEVALLOIS	4 ^{ème} N.2 2024
6	ST GERMAIN DES MONTS D'OR	6 ^{ème} N.2 2024
7	ANTIBES	7 ^{ème} N.2 2024
8	TOULOUSE	1 ^{er} N.3 2024
9	SEVRAN	2 ^{ème} N.3 2024
10	ST ETIENNE	3 ^{ème} N.3 2024

Nationale 3		
1	ANTIBES	8ème N.2 2024
2	CHAMALIERES	9ème N.2 2024
3	ST GERMAIN DES MONTS D'OR	10ème N.2 2024
4	GRENOBLE	1er AURA
5	HAGUENEAU	1er GRAND EST
6	WATTRELOS	1er HAUTS DE France
7	CHATILLON	1er ILE DE France
8	TOULOUSE	1er OCCITANIE
9	ST LAURENT DU VAR	1er PACA
10	ST PIERRE	1er LA REUNION
11	LE HAILLAN	1er NOUVELLE AQUITAINE
12	LONS LE SAUNIER	1er BOURGOGNE FRANCHE COMTE
13	VANNES	1er BRETAGNE
14	ALLAUCH	1er classement vertical (141,180)
15	ST PAUL	2e classement vertical (132,840)
16	RODEZ	3e classement vertical (129,980)

Nationale 3		
1	EVRY	8ème N.2 2024
2	LE PECQ	9ème N.2 2024
3	LE HAILLAN	1er NOUVELLE AQUITAINE
4	CHAMALIERES	1er AURA
5	LONS LE SAUNIER	1er BOURGOGNE FRANCHE COMTE
6	VANNES	1er BRETAGNE
7	HAGUENEAU	1er GRAND EST
8	ARQUES	1er HAUTS DE France
9	CHATILLON	1er ILE DE France
10	ST PAUL	1er LA REUNION
11	TOULOUSE	1er OCCITANIE
12	ALLAUCH	1er PACA
13	CUERS	1er classement vertical (145,065)
14	COLOMIERS	2e classement vertical (139,920)
15	RODEZ	3e classement vertical (137,695)
16	WATTRELOS	4e classement vertical (137,230)

Remplaçants Nationale 3		
1	COLOMIERS	4e classement vertical (129,705)
2	SEVRAN	5e classement vertical (127,330)
3	CUERS	6e classement vertical (126,750)
4	ARQUES	7e classement vertical (126,170)
5	EVRY	8e classement vertical (124,620)
6	FAMECK	9e classement vertical (124,410)
7	ST DENIS de la REUNION	10e classement vertical (124,250)
8	CUSSET	11e classement vertical (123,134)
9	SATHONAY	12e classement vertical (123,655)
10	CRETEIL	13e classement vertical (123,630)
11	NIMES	14e classement vertical (123,095)
12	METZ	15e classement vertical (121,625)
13	SIX FOURS	16e classement vertical (120,765)
14	COURBEVOIE	17e classement vertical (118,800)
15	COURNON D'AUVERGNE	18e classement vertical (109,395)
16	PUBLIER	19e classement vertical (92,715)

Remplaçants Nationale 3		
1	METZ	5e classement vertical (134,900)
2	LE PORTEL	6e classement vertical (133,620)
3	CUISEAUX	7e classement vertical (132,670)
4	GRENOBLE	8e classement vertical (130,525)
5	ST PIERRE	9e classement vertical (129,750)
6	ST ETIENNE	10e classement vertical (125,845)
7	COURNON D'AUVERGNE	11e classement vertical (124,935)
8	FAMECK	12e classement vertical (124,480)
9	OULLINS	13e classement vertical (123,440)
10	CASTRES	14e classement vertical (108,285)
11	AUDINCOURT	15e classement vertical (104,970)



Synoptique Tumbling Individuel 2025 - 2026

Niveau	Filières	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009 & Avant	Code	Programme de compétition Exigences	GENRE	Minimas		Certif Med Elite	
															DIFF	TOTAL		
ELITE	ELITE									sur dérogation	SENIOR		2 séries libres de 8 Els	G	9,60	41,60	Oui	
								sur dérogation	15 - 16 ans		FIG	2 séries libres de 8 Els Acro : 2 passages de 3 Els pris en compte a la Diff - reception, le meilleur compte	G	7,70 (L1 + L2) 2,4 (Acro)	41,90			
							sur dérogation	13 - 14 ans			FFGym	Bloc 1 : Acro : 3 passages de 3 Eléments, 2 meilleurs Eléments différents pris en compte à la Diff - réception Vitesse - série de flip ou tempo sur 20m, 2 passages, temps le plus bas pris en compte Bloc 2 : 2 passages libres de 8 Eléments, avec 3 saltos mini, dont le dernier	G	5,00 (L1 + L2) 2,8 (acro)	34,60			
PERFORMANCE	NATIONAL									17 ans et +	FIG	2 séries libres de 8 Eléments avec au moins 3 saltos, avec ou sans vrille	G	3,90	35,90	Non		
								15 - 16 ans		FFGym	Bloc 1 : Acro : 2 passages de 3 Eléments pris en compte à la Diff - réception, le meilleur compte Bloc 2 : 1 x 5 avec au moins 2 saltos 1 X 8 avec au moins 3 saltos	G	5,0 *	37,80				
							13 - 14 ans		FFGym	Bloc 1 : Acro : 2 passages de 3 Elts pris en compte à la Diff - réception, le meilleur compte Vitesse - série de flip ou tempo sur 15m, 2 passages, meilleur temps Bloc 2 : 1 série de 5 Eléments 1 série de 8 Eléments	G	3,20 *	30,50 **					
					11 - 12 ans		FFGym	Bloc 1 : Acro : 2 passages de 3 Eléments pris en compte à la Diff - réception, le meilleur compte vitesse : Série de flip ou tempo sur 15m, 2 passages, temps le plus bas pris en compte Bloc 2 : - Imposé (f f -< - Libre de 8 Eléments avec au moins 1 salto en dernier Elément	F	1,80 *	27,80 **							
			9 - 10 ans				FFGym	Bloc 1 : Acro : 2 passages de 2 ou 3 Eléments, le meilleur Elément à la Diff - réception Vitesse : Série de flip ou tempo sur 12m, 2 passages, temps le plus bas pris en compte Bloc 2 : - Imposé (f f f -o - Libre de 5 Eléments avec au moins 1 salto en dernier Elément	Mixte	1,50 *	30,40 **							
FEDERAL	FEDERAL A	8-10 ans										FFGym	Classement individuel élaboré sur la compétition par équipe Fédéral A	Mixte	Non	Non	Non	
				11-13 ans										FFGym	Mixte	Non		Non
						14 ans et +									FFGym	Mixte		Non
	FEDERAL B	8-10 ans											FFGym	Classement individuel élaboré sur la compétition par équipe Fédéral B	Mixte	Non		Non
				11-13 ans									FFGym		Mixte	Non		Non
						14 ans et +									FFGym	Mixte		Non

* Les minima de difficulté prennent en compte le (ou les) libre(s) + l'acrobatie.

** Le score final prend en compte toutes les épreuves : imposé/libres + acrobatie – vitesse

Synoptique Tumbling Equipes 2025 - 2026

Niveau	Filières	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009 & Avant	Code	Programme de compétition Exigences	GENRE	Certif Med Elite
PERFORMANCE	NATIONAL		Nationale 1									FIG	2 séries libres de 8 Eléments	G	Non
			Nationale 2									FFGym	2 séries libres de 5 Eléments	F	
			Nationale 3									FFGym	2 séries libres de 5 Eléments	G	
FEDERAL	FEDERAL	Fédéral A 8 ans et +									FFGym	1 Elément acro libre 2 séries libres de 5 éléments Si les séries sont strictement identiques = -1 pt	F	Mixte	
		Fédéral B 8 ans et +										1 Elément acro libre 1 passage de 5 éléments enchaînés ou non 1 libre de 5 éléments	Mixte		

SÉLECTIONS CHAMPIONNAT DE FRANCE PAR ÉQUIPES 2025

FEMMES

Nationale 1		
1	ACRO SARTHE LE MANS	1 ^{er} N.1 2024
2	US CHAMALIERES	2 ^{ème} N.1 2024
3	CERCLE PAUL BERT RENNES	3 ^{ème} N.1 2024
4	METZ GYM	139.2
5	USM LA MELUNAISE MELUN	125.5
6	CGRY LA ROCHE SUR YON	122.6
7	INDEPENDANTE CHENOVE	119.5
8	AMGA ARQUES	119

R1	L'UNION GYM	
R2	LA TARNAISE LAVAUUR	

Nationale 2		
1	ACRO SARTHE LE MANS	138.8
2	US CHAMALIERES	119
3	L'UNION GYM	118.5
4	USM LA MELUNAISE MELUN	115.7
5	LA TARNAISE LAVAUUR	114.7
6	INDEPENDANTE CHENOVE	114
7	EVOLUTION MORTEAU	113.5
8	AMGA ARQUES	110.2

R1	JEUNE CRAN CHEVANCEAUX	109.7
R2	STADE CASTRAIS	104.8
R3	LA FOURMISIENNE	104.7
R4	CLUB GYMNIQUE ST PIERRE LA REUNION	104.1

HOMMES

Nationale 1		
1	CTGYM TOULOUSE	1 ^{er} N.1 2024
2	INDEPENDANTE CHENOVE	2 ^{ème} N.1 2024
3	GRAINES D'ACROBATE ST LAURENT DU MARONI	3 ^{ème} N.1 2024
4	ACRO SARTHE LE MANS	134.7
5	CERCLE PAUL BERT RENNES	133.7
6	REVEIL DE ROMPSAY PERIGNY	126.8
7	AMGA ARQUES	125.2
8	USM LES CLAYES SOUS BOIS	125.1

R1	METZ GYM	
R2	US CHAMALIERES	

Nationale 2		
1	METZ GYM	121.7
2	CTGYM TOULOUSE	117.3
3	US CHAMALIERES	117.2
4	ENFANTS DU REVAR D AIX LES BAINS	112.8
5	REVEIL DE ROMPSAY PERIGNY	111.5
6	USM LA MELUNAISE MELUN	110.4
7	GYM CLUB LA POSSESSION	105.7
8	L'UNION GYM	88.1

R1	INDEPENDANTE CHENOVE	73.1
R2	ACRO SARTHE LE MANS	67.8

MIXTE

Nationale 3		
1	CLUB GYMNIQUE SAINT GINIEZ MARSEILLE	1er Fédéral A
2	JEUNE CRAN CHEVANCEAUX	2e Fédéral A
3	AGEP ORANGE	3e Fédéral A
4	ISM MONTLUCON	4e Fédéral A
5	CLUB GYMNIQUE ST PIERRE LA REUNION	122.6
6	AG LA FAMECKOISE	117.1
7	STADE CASTRAIS	113.2
8	LE REVEIL BOULOGNE SUR MER	108.2

R1	AS AMICALE VARENNES VAUZELLE	5e Fédéral A
R2	CLUB SPORTIF PERTUISIEN GYMNASIQUE	6e Fédéral A
R3	LA BELLERIVOISE BELLERIVE SUR ALLIER	7e Fédéral A
R4	GRAINES D'ACROBATE ST LAURENT DU MARONI	8e Fédéral A
R5	STADE POITEVIN GYMNASIQUE	9e Fédéral A
R6	L'OLYMPIQUE GRANDE SYNTHÉ	10e Fédéral A



LE HAUT NIVEAU TRAMPOLINE - TUMBLING

Toutes les informations concernant l'ensemble des secteurs du Haut Niveau sont disponibles et régulièrement mises à jour dans la base documentaire du site fédéral :

https://moncompte.ffgym.fr/Haut_niveau/Base_documentaire/Trampoline_Tumbling

Qualification pour les Championnats de France 2026

Que les gymnastes changent ou non de catégorie d'âge, leur sélection en filière Élite reste acquise pour des gymnastes classés Elite, senior, relève ou espoir, n'ayant pas pu suivre le processus normal de sélection, après avis du DHN.

La liste de ces gymnastes est disponible dans la base documentaire du site fédéral :

https://moncompte.ffgym.fr/Compétition/Base_documentaire_compétition/Trampoline_Tumbling



LE PROGRAMME ACCESSION SPORTIF (P.A.S) TRAMPOLINE - TUMBLING

Au niveau national

Dans le but de poursuivre son processus d'identification et d'accompagnement des jeunes talents, le PAS met en place différentes étapes tout au long du parcours de formation sportive. Ce programme s'adresse aux gymnastes âgés de **11 à 14 ans** en référence à la licence.

Au niveau national, 3 temps forts jalonnent donc une année sportive.

Les compétitions

Le Programme d'Accession Sportif s'appuie sur deux compétitions de référence pour le Trampoline, filière Elite catégories 11-12 ans et 13-14 ans ; pour le Tumbling filière Nationale catégorie 11-12 ans et filière Elite catégorie 13-14 ans.

Les Masters et les championnats de France constituent 2 temps de revue des effectifs.

Le Programme National d'Évaluation (PNE) :

Le PNE vient en complément des procédures Gym Eval visant l'intégration en structure **de haut niveau** ou l'identification dans le Projet de Performance Fédéral (PPF) à titre individuel.

Le contenu du PNE constitue non seulement une base d'évaluation mais aussi d'entraînement au quotidien avec les gymnastes, par sa **valeur pédagogique**. En effet, les critères de validation pour chaque élément ont été pensés pour être étroitement liés au respect des exigences du code de pointage mais aussi impulser une forme de travail efficace facilitant la progression ultérieure.

Ces évaluations constituent un filtre obligatoire, pour tout gymnaste prétendant :

- Être retenu(e) ou reconduit(e) à titre individuel en identification PPF,
- Intégrer une structure de haut niveau (**Trampoline uniquement**),
- Être retenu(e) pour les actions nationales de stages ou compétitions au titre de la FFGym,
- Obtenir les points « ranking list » attribués selon le profil de performance.

Le profil de performance correspond aux caractéristiques individuelles d'un(e) gymnaste, dans les différents compartiments de la performance, à un moment donné. Les évaluations permettent de décliner des orientations de travail, à court, moyen et long terme mais aussi de quantifier la progression d'une année sur l'autre.

Le PNE comporte à la fois des évaluations **physiques** et des évaluations **techniques**.

Toutes les informations concernant les éditions du Programme National d'Évaluation **en Trampoline et en Tumbling**, telles que les contenus, modalités d'évaluation, barèmes, sont mises à jour et disponibles en téléchargement à partir du site fédéral.

https://moncompte.ffgym.fr/Haut_niveau/Base_documentaire/Trampoline_Tumbling



Les stages et tournois :

De l'analyse croisée des compétitions nationales (revues d'effectif) et des résultats du PNE, les meilleurs gymnastes du secteur PAS peuvent être retenus pour des stages nationaux et une participation possible en tournoi(s) au titre de la FFGym.

L'organisation sur le territoire

Les actions en région ou inter-région se déroulent sous la responsabilité des équipes techniques correspondantes. Celles-ci ont la charge de mettre en place un ou plusieurs stages et d'orienter les meilleurs gymnastes vers les évaluations nationales. Les orientations de travail au cours des sessions de stage doivent s'appuyer sur les contenus du PNE.

Programme 2025-2026 :

En Tumbling, le PNE sera organisé à Rennes les 31 janvier et 1^{er} février 2026.

En Trampoline, les équipes techniques travaillent sur de nouveaux contenus pour 2026-2027. Il n'y aura pas d'édition du PNE sur la saison 2025-2026.