

## RÉGLEMENTATION TECHNIQUE \ TECHNICAL REGULATIONS

Version 28-02-2020

Niveau / Level	NIVEAU 6 LEVEL 6	NIVEAU 7 LEVEL 7	NIVEAU 8 LEVEL 8	NIVEAU 9 LEVEL 9	NIVEAU 10 LEVEL 10	ESPOIR 1 ASPIRE 1	ESPOIR 2 ASPIRE 2
<b>Hauteur table de saut / Vaulting table height</b>	Toutes les hauteurs permises jusqu'à 135cm <i>Any height from lowest to 135cm</i>					115cm ou \ or 125cm	
<b>Tremplin normal (FIG)/ Standard springboard (FIG)</b>	Léger & Dur (Spieth) <i>Soft &amp; Hard</i>	Léger & Dur (Spieth) <i>Soft &amp; Hard</i>	Léger & Dur (Spieth) <i>Soft &amp; Hard</i>	Léger & Dur (Spieth) <i>Soft &amp; Hard</i>	Léger & Dur (Spieth) <i>Soft &amp; Hard</i>	Léger & Dur (Spieth) <i>Soft &amp; Hard</i>	Léger & Dur (Spieth) <i>Soft &amp; Hard</i>
<b>Tremplin élastique Mini-tramp</b>	Non permis <i>Not Allowed</i>						
<b>Hauteur des Barres Bars Height</b>	BS : 250 cm & BI : 170 cm Permission de lever les 2 barres (10cm) si la gymnaste touche au sol <i>HB : 250 cm &amp; LB : 170 cm Allowed to rise both bars (10cm) if the gymnast is touching the mat</i>						
<b>Largeur des Barres Bars Width</b>	Aucun maximum <i>No maximum</i>					130 cm jusqu'à 180 cm <i>130cm to 180 cm</i>	
<b>Hauteur poutre/ Beam Height</b>	2007 et plus vieille and older 125 cm 2008 et plus jeune and younger 110 or 125 cm					110cm ou / or 125cm	
<b>NOTES</b>	Il ne sera pas possible de transporter les tremplins du gymnase d'entraînement au gymnase de compétition. Il sera interdit de retirer un ou des ressorts des tremplins.						
	Barres & Poutre – L'utilisation d'une planche de bois sous le tremplin n'est pas permise.						
	<i>Springboards will not be carried from the warm-up gym to the competition gym. Removal of springs will not be permitted.</i>						
	<i>Bars &amp; Beam: Using a wooden plank under the springboard is not permitted for all JO LEVELS</i>						

## TAPIS DE RÉCEPTION / LANDING MATS

Niveau / Level	NIVEAU 6 LEVEL 6	NIVEAU 7 LEVEL 7	NIVEAU 8 LEVEL 8	NIVEAU 9 LEVEL 9	NIVEAU 10 LEVEL 10	ESPOIR 1 ASPIRE 1	ESPOIR 2 ASPIRE 2
Saut Vault	Tapis supplémentaire 10cm jusqu'à 20 <u>Saut préparation</u> + Challenger + (tapis supplémentaire jusqu'à 152cm) Le collet de Yurchenko est permis pour tous les groupes de sauts Safety mats: mandatory 10cm up to 20 <u>Timer vault</u> + challenger + (optional mats up to 152cm) Yurchenko collar can be used for any vault groups		Tapis supplémentaire 10cm jusqu'à 20 cm Le collet de Yurchenko est permis pour tous les groupes de sauts			Hauteur \ table 5 ou 10 cm sup À la hauteur/table  Height \ table 5 or 10cm supp	Tapis : 10 à 20cm pas de lignes de corridor  Mats: 10 to 20cm no corridor lines
Barres Bars	Tapis supplémentaire min 10cm –max 20cm –peut dépasser la BI <u>Bloc d'assistance manuelle peut demeurer entre les barres tout au long de la routine pourvu que l'entraîneur l'utilise</u> <i>Safety mat: mandatory 10cm up to 20cm –may extend further than LB</i>					Tapis supp min 10cm jusqu'à 30cm Safety mat 20 cm autorisé sous BI & BS pour toute la routine  <i>Supp matt min 10cm up to 30cm Safety mat 20 cm allowed Under HB &amp; LB for entire routine</i>	
	x	x	C+ lâché +/- 10 ou 20cm peut être glissé (2 éléments avant & après) <i>For C+ release element, +/-10 or 20cm may be slid in/out (2 elements before &amp; after)</i>				
Poutre Beam	Tapis supplémentaire min 10cm – max 20cm (sortie) (sortie du côté des tapis les plus courts) <i>Safety mat: mandatory 10cm up to 20cm(dismount) (dismount on the side of the shorter mat)</i>					Tapis supp. Jusqu'à 10 cm <i>Safety mats up 10cm</i>	
Sol Floor	Jusqu'à 10 cm de tapis sup. permis. Doit être placé pour le début de la routine ; peut être déplacé, retiré ou maintenu en place <i>5 or 10cm sup. Mat allowed. Must be placed at the beginning of the routine, can be removed, moved or left in place</i>						
Note:	<p><b>Présence de l'entraîneur / Coach presence</b>            Saut / Vault : La présence de l'entraîneur sur le tapis de réception est permise. / <i>Coach may stand on the landing mat.</i>            Barres / Bars : La présence de l'entraîneur est permise tout au long de la routine. / <i>Coach may stay under the rails for the entire exercise</i>            Poutre / Beam : La présence de l'entraîneur sur le tapis est permise de façon intermittente seulement. / <i>Coach may stand close to the beam intermittently.</i>            Poutre / Beam – Espoir / Aspire : La présence de l'entraîneur sur le tapis est permise tout au long de la routine. / <i>Coach may stand close to the beam during the routine.</i></p>						

## SPÉCIFICITÉS AUX ENGINES

	<u>Format Standard</u>	<u>Capital Cup</u>
ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE	<p>Niveau 6&amp;7 : <b>aucun échauffement spécifique</b></p> <p>Niveau 8-9-10            Saut : (1) course (du tremplin) + (1) salto (table) + (2) sauts  <u>3 sauts seront permis lorsqu'il y a changement de gymnase de l'échauffement à la compétition</u>            Barres : 30secondes (excluant l'ajustement)            Poutre : 30 secondes (excluant l'ajustement)            Sol : 30 secondes</p>	<p>Niveau 10 : 2minutes/athlète            Floor :            Minimum : 8 minutes            Maximum : 10</p> <p>Espoir : 2 minutes /athlète            Saut &amp; Barres : groupe, minimum 10 minutes            Poutre : individuel            Sol : Minimum 5 minutes, Maximum 10 minutes</p>
TEMPS LIMITE POUTRE&SOL	<p>Temps maximal sans déduction            Maximum time without deduction</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Poutre Niveau 6 – 1 :15</li> <li>➤ Poutre Niveau 7 - 1 :20</li> <li>➤ Poutre Niveau 8-10 - 1 :30</li> <li>➤ Poutre Espoir – 1 :30</li> </ul>	
TEMPS -CHUTE ACCORDÉ	<p>Poutre : <b>45 secondes</b> sont accordées entre la chute de l'engin et la poursuite de la routine            Barres: 45 secondes sont accordées entre la chute de l'engin et la poursuite de la routine</p>	
JUGEMENT	<p>Niveau 9 &amp; 10 : Le jugement s'appuiera sur le code J.O Canadien (composition)            Niveau 6-7&amp; 8 : Le jugement s'appuiera sur le Code J.O USA (composition)</p>	
NOTE	<p>Saut : Le meilleur résultat des 2 sauts sera retenu            Saut tous les niveaux : L'ordre de passage (échauffement et/ou compétition pourrait être amené à être ajusté afin de faciliter le déplacement des tapis et /ou hauteur de la table</p>	

### APPARATUS SPECIFICITIES

	<u>Standard Format</u>	<u>Capital Cup</u>
TOUCH WARM-UP	<p>Level 6 &amp; 7: <b>no touch warm-up</b></p> <p>Level 8-9-10            Vault : (1) run (from the board) + (1) salto (table) + (2) vaults  <u>3 vaults will be permitted if the athletes warm-up in a different gym than the competition</u>            Bars : 30 seconds (excluding adjustment )            Beam : 30 seconds (excluding adjustment )            Floor : 30 seconds</p>	<p>Level 10: 2minutes/athlete            Floor:            Minimum: 8 minutes            Maximum: 10minutes</p> <p>Aspire: 2 minutes /athlete            Vault &amp; Bars: group, minimum 10 minutes            Beam: individual            Floor: minimum 5 minutes, maximum 10 minutes</p>
TIME LIMITATION BEAM & FLOOR	<p>Temps maximal sans déduction            Maximum time without deduction</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Beam level 6 -1 :15</li> <li>➤ Beam level 7 - 1 :20</li> <li>➤ Beam level 8-10 - 1 :30</li> <li>➤ Beam Aspire – 1 :30</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Floor level 6 - 1 :15</li> <li>➤ Floor level 7-10 - 1 :30</li> <li>➤ Floor Aspire – 1 :30</li> </ul>
FALL TIME	<p>Beam: <b>45 seconds</b> are given between the fall and the continuation of the routine            Bars: 45 seconds are given between the fall and the continuation of the routine</p>	
JUDGMENT	<p>Level 9 &amp; 10: The judgment will rely on the J.O Canadian code (composition)            Level 6-7&amp; 8: The judgment will rely on the J.O USA Code (composition)</p>	
NOTE	<p>Vault: The best score of 2 attempts will be retained            Vault –All levels: The order of passage (warm-up / competition may be adjusted to facilitate moving matts / table height.</p>	