

**L'âge d'un (e) gymnaste est déterminé par son année de naissance
et par l'année de début de la saison en cours**
Exemple : pour la saison 2022-2023, un gymnaste de 2009 a 13 ans (2022-2009)

CATÉGORIES*	SAISON 2022-2023
7-8 ans	2015 - 2014
7-10 ans	2015 - 2014 - 2013 - 2012
7-12 ans	2015 - 2014 - 2013 - 2012 - 2011 - 2010
7-14 ans	2015 - 2014 - 2013 - 2012 - 2011 - 2010 - 2009 - 2008
11-15 ans	2011 - 2010 - 2009 - 2008 - 2007
11-16 ans	2011 - 2010 - 2009 - 2008 - 2007 - 2006
11-18 ans	2011 - 2010 - 2009 - 2008 - 2007 - 2006 - 2005 - 2004
11 ans et +	2011 et AVANT
Compte tenu des catégories d'âges, aucun surclassement ne sera autorisé.	

TREMPAINS AUTORISÉS
Pour les 7 - 12 ans
<p>2 tremplins (environ 21 cm) ou 1 double tremplin aux agrès suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Barres Asymétriques • Poutre • Barres parallèles • Arçons
Pour les 13 ans et plus
<p>1 tremplin (environ 21 cm) aux agrès suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Barres Asymétriques • Poutre • Barres parallèles • Arçons

COMPOSITION DES ÉQUIPES

Se référer aux tableaux [pages 6 et 7](#)
pour voir les catégories existantes sur chaque niveau.

Se référer à la [page 2](#) - paragraphe « Organisation des équipes »
pour constituer vos équipes.