

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.