

10/11 and 12<sup>th</sup> April

2026

Gymnase de Boutron  
31 Rue du Grand Champ  
73000 Chambéry  
FRANCE



5<sup>th</sup>  
KYOLIS  
CUP

International **RHYTHMIC** and  
**AEROBIC** gymnastics tournament

# INVITATION



Chers amis,

L'AEB Gym Chambéry est heureuse d'organiser la 5ème édition de la Kyolis Cup !  
Un grand merci à notre sponsor Kyolis pour son aide dans l'organisation.  
Nous avons hâte de vous retrouver et de partager de beaux moments ensemble.

Vous trouverez toutes les informations dans ce document.  
N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions ou des difficultés avec l'inscription.

Amicalement,  
**AEB Gym Chambéry**

<b>ORGANISATEUR</b>	AEB GYM CHAMBÉRY 2631 Avenue des Landiers 73000 Chambéry <a href="http://www.aebgym.fr">www.aebgym.fr</a> <a href="mailto:aebgymtournaments@gmail.com">aebgymtournaments@gmail.com</a> <a href="https://www.instagram.com/aebgym">https://www.instagram.com/aebgym</a> <a href="https://www.facebook.com/AEB-GYM-Chambery-101032208802875">https://www.facebook.com/AEB-GYM-Chambery-101032208802875</a>
<b>SPONSOR</b>	KYOLIS <a href="https://kyolis.com/en">https://kyolis.com/en</a>
<b>LIEU</b>	<b>Gymnase de Boutron</b> 31 Rue du Grand Champ 73000 Chambéry FRANCE
<b>DATE</b>	<b>10, 11 et 12 Avril 2026</b>
<b>FRAIS D'INSCRIPTIONS</b>	<b><u>Pour la gymnastique rythmique</u></b> Pour les niveaux C/Fed (et B2020) : 50€ Pour les niveaux A/B : 60€ 60€ par duo 100€ par ensemble  <b><u>Pour la gymnastique aérobic</u></b> 35€ par solo 40€ par duo/trio 50€ par groupe
<b>INSCRIPTIONS</b>	Les inscriptions doivent être effectuées avant le <b>29 mars</b> sur <a href="http://rgform.eu">rgform.eu</a> :  Aérobic : <a href="https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9155">https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9155</a>

	<p>GR :  <a href="https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9154">https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9154</a></p> <p>Le paiement doit être effectué avant le <b>29 mars</b> en précisant “5<sup>e</sup> Kyolis Cup – NOM DE VOTRE ÉQUIPE”.</p> <p>Les informations bancaires sont en base page. 1 règlement par délégation.  L'inscription ne sera confirmée qu'après réception du paiement.</p>
<b>CONTACT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="mailto:aebgymtournaments@gmail.com">aebgymtournaments@gmail.com</a></li> <li>• Pamela MANUSE (Français, italien):  +33 6 16 48 76 50 (Whatsapp)  <a href="mailto:pamela.manuse@sfr.fr">pamela.manuse@sfr.fr</a></li> <li>• Louna BOUFAMA (Français, anglais):  +33 6 76 13 84 63 (Whatsapp)  <a href="mailto:louna_b73@yahoo.fr">louna_b73@yahoo.fr</a> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Olesya DELOCHE (Français, russe)  +33 6 49 29 22 41(Whatsapp)  <a href="mailto:oblagova@yahoo.com">oblagova@yahoo.com</a></li> </ul> </li> </ul>
<b>COMPÉTITIONS &amp; RÉCOMPENSES</b>	<p>Compétition du vendredi après-midi au dimanche après-midi (selon le nombre d'engagements).  Toutes les gymnastes recevront une médaille et un cadeau pour leur participation.</p> <p><b><u>Pour la gymnastique rythmique :</u></b>  Classement général et par engin (niveaux A et B).  Classement par engin uniquement (niveau C).</p> <p><b><u>Pour la gymnastique aérobic :</u></b>  Classement général.  Pour le niveau A, si catégories au-dessus de 12, finale à 8 le lendemain.</p>
<b>JUGES</b>	<p>1 juge par club obligatoire.  Jugement sur tablette via <b>KSIS</b>.  Réunion de juges avant le début de la compétition.</p>
<b>MUSIQUES</b>	<p>Les musiques doivent être téléchargées avant le 5 avril sur  <a href="https://www.rgform.eu">rgform.eu</a> :  Aérobic :  <a href="https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9155">https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9155</a>  GR :  <a href="https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9154">https://www.rgform.eu/event.php?id_prop=9154</a></p>

	Prévoyez également une clé USB avec vos musiques en cas de problème.
<b>PUBLIC</b>	<b>6€</b> la journée. <b>10€</b> les 2 jours.
<b>RESTAURATION</b>	Sur place : sandwiches, salades, frites, crêpes, fruits + boissons chaudes et froides.
<b>PHOTOGRAPHE</b>	Notre partenaire <b>Photographeuz</b> sera présente sur la compétition.
<b>ASSURANCE</b>	AEB Gym Chambéry décline toute responsabilité en cas d'accident ou de dommage corporel ou matériel survenant avant, pendant ou après l'événement. Tous les participants doivent être assurés.

## COMPÉTITION INDIVIDUELLE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

**CODE FIG 2025-2028**

Individual Level A		
2020	1 Main-Libre + 1 engin au choix	FIG Junior
2019	1 Main-Libre + 2 engins au choix	FIG Junior
2018		
2017		
2016	1 Main-Libre + 3 engins au choix	FIG Junior
2015		
2014	4 engins au choix	FIG Junior
2013		
2012		
2011		
2010 and older	4 engins au choix	FIG Sénior

Individual Level B		
2020	1 Main-libre	FIG Junior
2019	1 Main-libre + 1 engin	
2018		
2017		
2016		
2015		
2014		
2013		
2014 GOLD 2013 GOLD 2012 2011	2 Engins au choix	FIG Junior
2010 and older	2 Engins au choix	FIG Sénior
2012 GOLD 2011 GOLD	3 Engins au choix	FIG Junior

Individual Level C		
2020	1 Main-libre aménagé*	FIG Junior
2019		
2018		
2017		
2016	1 Engin au choix	FIG Junior
2015		
2014		
2013		
2012		
2011		
2010 et +		

\*Arabesque pied plat, équilibre retiré, pivot retiré, saut de biche

Individual Level Fed		
2016	1 engin au choix	Code Fed
2015		
2014		
2013		
2012		
2011		
2010 and older		

**Code Fédéral**

**Difficultés corporelles** : 0.20 pts maximum

**Risques** : 2 maximum

**DA** : 10 max

## **ENSEMBLE**

### **Code FIG 2025-2028**

Ensemble de 4 à 5 gymnastes

4 catégories possibles :

- National - 15 ans (Programme FIG Junior)
- National + 15 ans (Programme FIG Sénior)
- Fédéral - 15 ans (Code aménagé Fed)
- Fédéral +15 ans (Code aménagé Fed)

Plusieurs équipes par club sont autorisées.

## **DUO**

Ensemble de 2 gymnastes

4 catégories possibles :

- National - 13 ans (Programme FIG Junior)
- National + 13 ans (Programme FIG Sénior)
- Fédéral - 13 ans (Code aménagé Fed)
- Fédéral +13 ans (Code aménagé Fed)



## NIVEAU A GYMNASTIQUE AÉROBIC

- National development (9-11 ans) : solo homme, solo femme, duo mixte, trio et groupe.
- Youth (12-14 ans) : solo homme, solo femme, duo mixte, trio et groupe.
- Junior (15-17 ans) : solo homme et solo femme.
- Senior (18 ans et +) : solo homme et solo femme.
- Junior/Senior (15 ans et +) : duo mixte, trio et groupe.

Si un athlète de 14 ans souhaite participer à une catégorie de synchronisation 15 ans et plus, cela est possible uniquement sur dérogation.

## PROGRAMME

- National development (FIG) : 7 éléments de 0.1 à 0.4 dont : la pompe, tour en l'air, équerre écartée, pivot 1 tour (en dedans), une réception pompe/grand écart maximum, pas de chute grand écart pour les hommes.  
**Musique** : 1m15 (+ ou - 5)
- Youth (FIG) : 7 éléments de 0.2 à 0.6 : 2 réceptions maximum, pas de chute grand écart pour les hommes.  
**Musique** : 1m15 (+ ou - 5)
- Junior (FIG) : 7 éléments de 0.2 à 0.7 : 3 réceptions maximum, pas de chute grand écart pour les hommes.  
**Musique** : 1m25 (+ ou - 5)
- Senior (FIG)/15 ans et plus SYNCHRO : 8 éléments de 0.3 à 1 point : 3 réceptions maximum, pas de chute grand écart pour les hommes.  
**Musique** : 1m25 (+ ou - 5)

**Acrobaties** : Code FIG

**Combinaisons** : Code FIG

## APPENDIX 09 – DIFFICULTY CHART

GROUP A	A 0.1	B 0.2	C 0.3	D 0.4	E 0.5	F 0.6	G 0.7	H 0.8	I 0.9	J 1.0
<b>Family 1 – Dynamic Strength (Base Name: Push-Up, A-Frame, Straddle Cut, Explosive High-V, Explosive Capoeira)</b>										
100	A101 	A102 	A103	A104 	A105	A106 	A107	A108	A109	A110
110	A110	A112	A113	A114 	A115 	A116 	A117	A118	A119	A120
120	A121	A122	A123	A124	A125	A126 	A127 	A128 	A129	A130
130	A131	A132	A133	A134 	A135	A136 	A137	A138	A139	A140
140	A141	A142	A143	A144	A145 	A146	A147 	A148 	A149 	A150 
150	A151	A152	A153	A154	A155	A156	A157 	A158 	A159 	A160
160	A161	A162	A163	A164	A165	A166	A167 	A168	A169 	A170 
170	A171	A172	A173	A174 	A175	A176 	A177	A178	A179 	A180
<b>Family 2 – Static Strength (Base Name: Support, V-Support, Planche)</b>										
200	A201	A202 	A203	A204 	A205	A206 	A207 	A208	A209	A210
210	A211	A212 	A213	A214 	A215	A216 	A217	A218	A219	A220
220	A221	A222	A223	A224	A225 	A226	A227	A228 	A229	A230
230	A231	A232	A233 	A234	A235 	A236	A237 	A238	A239	A240
240	A241	A242	A243	A244	A245 	A246	A247 	A248	A249 	A250
250	A251	A252	A253	A254	A255	A256	A257	A258 	A259	A260 
260	A261	A262	A263	A264	A265	A266 	A267	A268 	A269	A270 
270	A271	A272	A273	A274 	A275	A276 	A277	A278 	A279	A280 
<b>Family 3 – Leg Circle (Base Name: Flair, Helicopter)</b>										
300	A301	A302	A303	A304	A305 	A306	A307 	A308 	A309 	A310 
310	A311	A312	A313	A314	A315 	A316	A317 	A318	A319 	A320
320	A321	A322	A323	A324	A325	A326 	A327 	A328 	A329 	A330
330	A331	A332	A333	A334 	A335	A336 	A337	A338 	A339	A340 
340	A341	A342	A343	A344	A345 	A346	A347 	A348	A349	A350
350	A351	A352	A353	A354	A355 	A356 	A357 	A358 	A359	A360





GROUP	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
B	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
<b>Family 4 – Dynamic Jump / Leap (Base Name: Air Turn, Axel, Free Fall, Gainer, Scale, Butterfly, Off Axis) Compulsory for IM</b>										
400	B401	B402	B403	B404	B405	B406	B407	B408	B409	B410
410	B410	B412	B413	B414	B415	B416	B417	B418	B419	B420
420	B421	B422	B423	B424	B425	B426	B427	B428	B429	B430
430	B431	B432	B433	B434	B435	B436	B437	B438	B439	B440
440	B441	B442	B443	B444	B445	B446	B447	B448	B449	B450
450	B451	B452	B453	B454	B455	B456	B457	B458	B459	B460
460	B461	B462	B463	B464	B465	B466	B467	B468	B469	B470
<b>Family 5 – Dynamic Jump (Base Name: Tuck, Cossack, Pike, Straddle / Frontal Split)</b> <b>Note: All the elements in Family 5: If performed from one foot take off, the element will be downgraded by -0.1</b>										
500	B501	B502	B503	B504	B505	B506	B507	B508	B509	B510
510	B511	B512	B513	B514	B515	B516	B517	B518	B519	B520
520	B521	B522	B523	B524	B525	B526	B527	B528	B529	B530
530	B531	B532	B533	B534	B535	B536	B537	B538	B539	B540
540	B541	B542	B543	B544	B545	B546	B547	B548	B549	B550
550	B551	B552	B553	B554	B555	B556	B557	B558	B559	B560
560	B561	B562	B563	B564	B565	B566	B567	B568	B569	B570
570	B571	B572	B573	B574	B575	B576	B577	B578	B579	B580
580	B581	B582	B583	B584	B585	B586	B587	B588	B589	B590
590	B591	B592	B593	B594	B595	B596	B597	B598	B599	B5100
5100	B5101	B5102	B5103	B5104	B5105	B5106	B5107	B5108	B5109	B5110
5110	B5111	B5112	B5113	B5114	B5115	B5116	B5117	B5118	B5119	B5120



GROUP B	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
<b>Family 6 – Split Jump / Leap (Base Name: Switch Split, Scissors Leap, Sagittal Split)</b>										
600	B601	B602	B603	B604	B605	B606	B607	B608	B609	B610
610	B611	B612	B613	B614	B615	B616	B617	B618	B619	B620
620	B621	B622	B623	B624	B625	B626	B627	B628	B629	B630
630	B631	B632	B633	B634	B635	B636	B637	B638	B639	B640
640	B641	B642	B643	B644	B645	B646	B647	B648	B649	B650
650	B651	B652	B653	B654	B655	B656	B657	B658	B659	B660
660	B661	B662	B663	B664	B665	B666	B667	B668	B669	B670
670	B671	B672	B673	B674	B675	B676	B677	B678	B679	B680
680	B681	B682	B683	B684	B685	B686	B687	B688	B689	B690
690	B691	B692	B693	B694	B695	B696	B697	B698	B699	B700

GROUP C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0
<b>Family 7 – Turn (Base Name: Passé Turn, Horizontal Turn, Illusion) Compulsory for IW</b>										
700	C701	C702	C703	C704	C705	C706	C707	C708	C709	C710
710	C711	C712	C713	C714	C715	C716	C717	C718	C719	C720
720	C721	C722	C723	C724	C725	C726	C727	C728	C729	C730
730	C731	C732	C733	C734	C735	C736	C737	C738	C739	C740
<b>Family 8 – Flexibility (Base Name: Split, Vertical Split, Balance) Not allowed for IM</b>										
800	C801	C802	C803	C804	C805	C806	C807	C808	C809	C810
810	C811	C812	C813	C814	C815	C816	C817	C818	C819	C820
820	C821	C822	C823	C824	C825	C826	C827	C828	C829	C830



## NIVEAU B

- National 9-11 ans : solo homme, solo femme, duo mixte, trio et groupe.
- National 12-14 ans : solo homme, solo femme, duo mixte, trio et groupe.
- National Junior (15-17 ans) : solo homme et solo femme.
- National Senior (18 ans et +) : solo homme et solo femme
- National Junior/National Senior (15 ans et +) : duo mixte, trio et groupe.

Si un athlète de 14 ans souhaite participer à une catégorie de synchronisation 15 ans et plus, cela est possible uniquement sur dérogation.

## PROGRAMME

### Jugement exécution/artistique code FIG.

- National 9-11 ans : 5 éléments de 0.1 à 0.3 dont : 1 réception écart maximum, pas de chute grand écart pour les hommes.  
**Musique** : 1m15 (+ ou - 5), libre ou imposée.
- National 12-14 ans : 6 éléments de 0.1 à 0.4 : 2 réceptions maximum, pas de chute grand écart pour les hommes.  
**Musique** : 1m15 (+ ou - 5)
- National Junior/National Senior/15 ans et plus SYNCHRO : 6 éléments de 0.1 à 0.4 dont une à 0.5 (optionnelle): 2 réceptions maximum, pas de chute grand écart pour les hommes.  
**Musique** : 1m25 (+ ou - 5)

**Combinaisons** : 1 de 2 éléments autorisées (D+D, D+A, A+D et A+A)

(Pour le Niveau B, utilisez la grille ci-dessous uniquement, 2 éléments par famille maximum)

Familles	Nom de base	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
GROUPE A						
1 - Pompas	pompe		Pompe 1 jambe  Pompe latérale  Pompe version 	Pompe latérale 1 jambe  Pompe version latérale 		
	Forme A				Forme A  Forme A au grand écart 	Forme A version 
	Capotea explosive				Capotea 1/8 tour pompe 	
2 - Forces statiques	Equerre écartée		Equerre écartée 	Equerre écartée 1/2 tour 	Equerre écartée 1 tour 	Equerre V serrée 
	Equerre serrée		Equerre serrée 	Equerre serrée 1/2 tour 	Equerre serrée 1 tour 	
3 - Cercles	Helicoptère				Helicoptère 	Helicoptère au grand écart 
	Thomas					Thomas 
Familles	Nom de base	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
GROUPE C						
7 - Tours	Pivot	Pivot un tour en dehors 	Pivot un tour 	Pivot deux tours en dehors 	Pivot deux tours 	Pivot à l'horizontal 
	Illusion				Illusion 	Illusion libre 
8 - Soupleuses	écart		Pancake 	Roulé spht - écart roulé 		
	écart vertical	Grand écart vertical 		Grand écart vertical libre 		

Familles	Nom de base	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
GROUPE B						
4 - Sauts dynamiques	Tourant tour			Saut demi-tour au grand écart  Saut tour en l'air 	Saut tour en l'air au grand écart 	
	Pied 1st / 2ème				Saut droit réception pompe  Puntaro - Planche réception pompe 	Gelée 
	Tampon / Buisson				 Butterfly 	
5 - Sauts avec forme*	Saut groupé	Saut groupé appelé 1 pied 	Saut groupé 	Saut groupé 1 tour départ 1 pied  Saut groupé au grand écart  Saut groupé demi-tour au grand écart appelé 1 pied 	Saut groupé un tour  Saut groupé demi-tour au grand écart  Départ 1 pied Saut groupé au grand écart 	Saut groupé un tour au grand écart 
	Saut cossaque		Saut cossaque appelé 1 pied 	Saut cossaque 1/2 tour appelé 1 pied  Saut cossaque 	Départ 1 pied Saut cossaque 1 tour  Saut cossaque au grand écart  Départ 1 pied 1/2 tour Saut cossaque au grand écart 	Saut cossaque demi-tour au grand écart 
	Corps écarté				Saut corps écarté 	
6 - Sauts écarts	Changement					Changement de jambe 
	Autres			Saut enjambe 	Saut arrière-postérieur 	Saut arrière-postérieur au grand écart 

\* Pour les tours de réception, des sauts dynamiques sont effectués en l'air, sans réception, dans une position en l'air.

**Intitulé du Compte :** ASSOC. A E B GYM CHAMBERY

MAISON POUR TOUS  
728 AVENUE DE LA MOTTE SERVOLEX

73000 CHAMBERY

**DOMICILIATION**

Code établissement	Code guichet	Numéro de compte	Clé RIB
<b>18106</b>	<b>00810</b>	<b>84039574050</b>	<b>97</b>

**IBAN** (International Bank Account Number)

**FR76 1810 6008 1084 0395 7405 097**

**Code BIC** (Bank Identification Code) - Code **swift**:

**AGRIFRPP881**

Numero de SIRET : 440 881 662 000 25