



Cliquez sur la photo pour revisionner la visio de présentation de l'activité trampoline à l'Ufolep



Consultez le livret de
fonctionnement de
l'activité

Présentation de l'activité trampoline à l'UFOLEP



**Prescilla Emaile
(63)**



Pauline Wallard (59)



**Pauline Van
Hauwaert (69)**



**Alban Hupfer
(81)**



**Laurence
Chorlet (43)**



Patricia Vignau (64) → Personne ressource de la CNS

Communication

- ufolepgym.com (résultats, compte rendu, brochure ...)
- Facebook : Trampo Ufolep Nationale
- livret de fonctionnement sur ufolepgym
- mail cns trampo : cns.trampoline@ufolep.org

Présentation des compétitions

- Une départementale (les départements se regroupent faute de participants)
- Interdépartemental (regroupement de régions possible)

- Manifestation des jeunes - 11 ans sur engagement
- Finales nationales + 11 ans sur qualification

Déroulement des compétitions

- Compétition individuelle
 - Par catégories d'âges et de niveaux de difficultés
- Compétition par équipes mixtes : équipes constituées de 4 trampolinistes
 - Equipes n1 à n3
 - Equipes n1 à n6
- Compétition de duos synchronisés : 2 trampolinistes effectuent le même enchaînement, en même temps sur deux trampolines différents

Niveaux

Les niveaux vont de 1 à 6, au contraire de la gym. Le niveau 6 est le plus difficile.

C'est la difficulté du mouvement qui détermine le niveau du trampoliniste.

Niveau 1 : de 0,1 à 1,0 point de difficultés.

Niveau 2 : de 1,1 à 2,0 points de difficultés.

Niveau 3 : de 1,6 à 3,0 points de difficultés.

Niveau 4 : de 2,6 à 5,0 points de difficultés.

Niveau 5 : de 4,5 à 6,5 points de difficultés.

Niveau 6 : à partir de 6,6 points de difficultés.

Catégories d'âges



Les catégories d'âge sont :

- 7 / 8 ans (F et M)
- 9 / 10 ans (F et M)
- 11 / 13 ans (mixte jusqu'au Niveau 4, F et M pour les Niveaux 5 et 6)
- 14 / 16 ans (F et M)
- 17 ans et + (F et M)

La catégorie Trampo Adultes Mixte, à finalité nationale, est destinée aux trampolinistes de + de 30 ans,

qui pourront s'engager en Niveau 1 ou en Niveau 2, sans obligation de montée.

Constitution d'un enchaînement

- 10 figures différentes enchaînées
- En compétition il est demandé de présenter 2 libres qui peuvent être les mêmes
- La note finale tient compte de l'addition des deux passages

Note d'un trampoliniste pour un enchaînement = $\text{diff} \times 1,5 + \text{exe } 1 + \text{exe } 2 + \text{exe } 3$

Matériel pour commencer le trampoline

- un trampoline de compétition
- 2 banquettes de sécurité avec les tapis
- 1 tapis de parade
- des tapis de protection au sol autour du trampoline



Formations

- Le BF1O Exécution pour juger les niveaux 1 et 2 en exécution (14 ans)
- Le BF1O Difficulté pour juger les niveaux 1 et 2 en difficulté (14 ans)
- Le BF2O Exécution pour juger les niveaux 1 à 6 en exécution
- Le BF2O Difficulté pour juger les niveaux 1 à 6 en difficulté
- Le BF2O Synchro pour juger tous les niveaux en synchro, quelle que soit la phase de compétition.
- Le BF3O pour juger les niveaux 1 à 6 et pour être juge-arbitre (18 ans)

Lors de la première saison de participation en compétition du club, il n'est pas obligé de fournir des juges.

Formation d'animateurs

Formation aide animateurs : 14 ans

BF Animateur : 16 ans

BF Educateur : 17 ans

Projet TrampoHandi

Un aménagement TrampoHandi peut être demandé en début de saison sportive, avant le 30 novembre à la CNS Trampoline. Il se fera sous la forme d'une demande spécifiant le ou les troubles du trampoliniste avec une proposition des aménagements souhaités pour la saison en cours.

C'est l'esprit de l'Ufolep que de proposer une autre idée du sport. Notre volonté est de permettre à chaque trampoliniste en situation de Handicap de participer aux compétitions de façon sécurisée et adaptée à ses difficultés.

Lors de la compétition, le trampoliniste bénéficiera d'un double classement : un classement général et un classement spécifique TrampoHandi.

N'hésitez pas à lire notre brochure technique. Elle est relativement courte et on peut se rendre compte assez facilement et rapidement comment fonctionne notre activité.

A vos questions ...

Prescilla Emaille

06 02 34 81 57

pemaille@ufolep.org