

RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ
DE LA
FÉDÉRATION DE GYMNASTIQUE DU QUÉBEC

JANVIER 2002

AVIS AUX MEMBRES

Les articles suivants sont tirés de la *Loi sur la sécurité dans les sports* (L.R.Q., c.S-3.1) et s'appliquent au présent règlement.

- | | |
|---------------------|---|
| Décision | 29. Une fédération d'organismes sportifs ou un organisme sportif non affilié à une fédération doit, après avoir rendu une décision conformément à son règlement de sécurité, en transmettre copie, par courrier recommandé ou certifié, à la personne visée dans un délai de dix jours à compter de la date de cette décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre dans les 30 jours de sa réception.

<hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1979, c. 86, a. 29; 1997, c. 43, a. 675;
1988, c. 26, a. 12; 1997, c. 79, a. 13.</p> |
| Ordonnance | 29.1 Le ministre peut ordonner à un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération de respecter le règlement de sécurité de cette fédération ou de cet organisme lorsque cette fédération ou cet organisme omet de le faire respecter.

<hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1988, c. 26, a. 13; 1997, c. 79, a. 14.</p> |
| Infraction et peine | 60. Un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre rendue en vertu de l'article 29.1 commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 100 \$ à 5 000 \$.

<hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1979, c. 86, a. 60; 1990, c. 4, a. 810; 1997, c. 79, a. 38.
1988, c.26, a. 23; 1992, c. 61, a. 555;</p> |
| Infraction et peine | 61. En plus de toute autre sanction qui peut être prévue dans les statuts ou règlements d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération dont le ministre a approuvé le règlement de sécurité, une personne qui ne respecte pas une décision rendue par cette fédération ou cet organisme, en application de ce règlement, commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 50 \$ à 500 \$.

<hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1979, c. 86, a. 61; 1997, c. 79, a. 40.
1990, c. 4, a. 809;</p> |

TABLE DES MATIÈRES

INTERPRÉTATION

CHAPITRE		PAGE
I	Les normes concernant les installations et les équipements d'entraînement et de compétition	1
II	Les normes concernant l'entraînement des participants	3
III	Les normes concernant la formation et à un événement, à une compétition ou à un spectacle à caractère sportif	4
IV	Les normes concernant la formation et les responsabilités des personnes appelées à jouer un rôle auprès des participants	5
V	Les normes concernant la formation et les responsabilités des personnes chargées de l'application des règles du jeu et des règles de sécurité	7
VI	Les normes concernant l'organisation et le déroulement d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif	8
VII	Les normes concernant les lieux où se déroule un événement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif	10
VIII	Les normes concernant les installations et les équipements utilisés au cours d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif	11
IX	Les normes concernant les services et équipements de sécurité requis au cours d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif	12
X	Les sanctions en cas de non-respect du règlement	13

LISTE DES ANNEXES

INTERPRÉTATION

Dans le présent règlement, on entend par :

Fédération :	la Fédération de gymnastique du Québec;
FIG :	la Fédération internationale de gymnastique;
Appareil :	Tout appareil gymnique et leurs accessoires;
Programme National :	Programme National chez les hommes et classe 4 et 5 chez les femmes;
Programme Provincial :	Programme général, provincial et programme chez les hommes, et classe 1, 2 et 3 chez les femmes.

CHAPITRE I

LES NORMES CONCERNANT LES INSTALLATIONSET LES ÉQUIPEMENTS D'ENTRAÎNEMENT

- | | |
|---------------------------|---|
| Salle d'entraînement | 1. La salle d'entraînement doit être bien éclairée. En cas de panne, les gymnastes doivent cesser immédiatement l'entraînement. |
| Accès | 2. Les accès à la salle d'entraînement et aux sorties d'urgence doivent être déverrouillés et libres de tout obstacle. |
| Hauteur | 3. La hauteur de la salle doit être d'au moins 5 mètres lorsque les appareils gymniques sont utilisés à une hauteur respectant les normes de compétitions reproduites à l'annexe 3 et 4.

Toutefois, en tout temps la hauteur de la salle doit permettre au gymnaste d'avoir une aire d'exécution respectant la progression de ce dernier. |
| Obstacle dangereux | 4. Un obstacle autre que les appareils gymniques pouvant constituer un danger pour le gymnaste doit être matelassé ou protégé. |
| Inspection | 5. Tous les appareils doivent être inspectés avant chaque entraînement par l'entraîneur. Il doit démonter et remiser tout appareil dont l'état comporte des dangers pour le gymnaste. |
| Disposition des appareils | 6. Les appareils gymniques doivent être disposés de façon à assurer une aire d'exécution sécuritaire pour le gymnaste, respectant la progression de ce dernier. |
| Fixation des appareils | 7. Les appareils fixés au sol, soit par des attaches ou par un système de poids amovible, doivent être fixés conformément aux normes du fabricant de l'appareil fournies au moment de l'achat. |
| Appareils non utilisés | 8. Les appareils non utilisés doivent être démontés, remisés ou non accessibles. |
| Tapis de réception | 9. L'épaisseur, la dimension et la disposition des tapis doivent favoriser une protection optimale en respectant la progression du gymnaste, tel que décrit à l'article 18.

10. Les angles des tapis doivent être droits afin de les juxtaposer. Il ne doit pas y avoir d'espace ni de dénivellation entre les tapis de réception.

11. Les tapis de réception doivent être installés de façon à ce qu'ils ne se déplacent pas lors de la réception. |

Téléphone et
numéros d'urgence

12. Il doit y avoir un téléphone accessible près de la salle d'entraînement. Les numéros d'urgence suivants doivent être affichés près de celui-ci :

- 1° ambulance;
- 2° police.

Trousse de
premiers soins

13. Une trousse de premiers soins comprenant au moins le matériel décrit à l'annexe 2 doit être disponible près de la salle d'entraînement.

CHAPITRE II

LES NORMES CONCERNANT L'ENTRAÎNEMENT DES PARTICIPANTS

- | | |
|---|---|
| Supervision | 14. Un gymnaste et un moniteur doivent être sous la supervision d'un entraîneur. |
| Ratio gymnastes/
entraîneurs
National | 15. Au cours d'un entraînement d'un programme National, il doit y avoir au moins un entraîneur par 10 gymnastes. |
| Ratio gymnastes/
entraîneurs
Provincial | 16. Au cours d'un entraînement d'un programme Provincial, il doit y avoir au moins un entraîneur par 15 gymnastes. |
| Ratio gymnastes/
entraîneur
récréatif | 17. Au cours d'un entraînement d'un programme récréatif et lorsque les gymnastes ont 6 ans et moins, il doit y avoir au moins un entraîneur par 10 gymnastes.

Lorsque les gymnastes ont 7 ans et plus, il doit y avoir au moins un entraîneur par 15 gymnastes. |
| Progression du
gymnaste | 18. La progression du gymnaste doit être établie de façon à ce que la difficulté des mouvements exécutés respecte les caractéristiques suivantes : habileté, expérience, âge et santé du gymnaste. |
| Responsabilité du
gymnaste | 19. Le gymnaste doit : <ul style="list-style-type: none"> 1° s'exercer sur un appareil seulement s'il a obtenu l'autorisation de l'entraîneur ou du moniteur et lorsqu'un entraîneur est présent dans le gymnase; 2° n'exécuter que des mouvements autorisés par l'entraîneur ou le moniteur; 3° lorsque nécessaire porter des lunettes correctrices dont les verres sont incassables; 4° ne pas porter de bijou ou tout autre objet susceptible de causer des blessures; 5° déclarer à l'entraîneur tout changement de son état de santé qui empêche la pratique normale de la gymnastique ou qui risque d'avoir des effets néfastes sur son intégrité corporelle; 6° déclarer à l'entraîneur qu'il utilise ou est sous l'effet de médicament; 7° déclarer à l'entraîneur qu'il porte des lentilles cornéennes; 8° ne pas consommer ou être sous l'effet de boisson alcoolique, de drogue ou de substance dopante. |

CHAPITRE III

LES NORMES CONCERNANT LA PARTICIPATION À UN ÉVÈNEMENT,
UNE COMPÉTITION OU À UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

- | | |
|--------------------------|--|
| Présence d'un entraîneur | 20. Un gymnaste doit être accompagné d'un entraîneur lorsqu'il est sur l'aire d'échauffement ou de compétition. |
| | 21. Les gymnastes, les officiels et les entraîneurs doivent respecter le code d'éthique, et les règles de conduite pour les membres d'une délégation du Québec reproduites aux annexes 3 et 4. |
| Règles de compétition | 22. Les gymnastes, les entraîneurs et les officiels doivent respecter les règles de compétition édictées par la Fédération de gymnastique du Québec reproduites aux annexes 3, 4 et 6. |

CHAPITRE IV

LES NORMES CONCERNANT LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES
PERSONNES APPELÉES À JOUER UN RÔLE AUPRÈS DES PARTICIPANTS

L'ENTRAÎNEUR

- | | |
|--|---|
| Âge | 23. Pour être entraîneur une personne doit être âgée d'au moins 16 ans. |
| Formation
Programme récréatif | 24. Pour entraîner au niveau récréatif, un entraîneur doit posséder le niveau technique I du Programme national de certification des entraîneurs ou un diplôme universitaire en éducation physique. |
| Formation
Programme
général | 25. Pour entraîner au niveau compétitif dans les catégories générales, un entraîneur doit : <ul style="list-style-type: none"> 1° posséder le niveau I technique, théorique et pratique du Programme national de certification des entraîneurs ou un diplôme universitaire en éducation physique; 2° posséder le niveau 2 technique du PNCE; 3° avoir suivi un stage des exercices imposés du programme compétitif concerné du cycle gymnique en cours. |
| Formation
Programmes
Provinciaux | 26. Pour entraîner au niveau compétitif des programmes provinciaux, un entraîneur doit être complètement certifié au niveau II du Programme national de certification des entraîneurs. |
| Formation
Programmes
Nationaux | 27. Pour entraîner au niveau compétitif dans les programmes Nationaux, un entraîneur doit être complètement certifié au niveau II et posséder le niveau III technique et théorique du Programme national de certification des entraîneurs. De plus, pour être admis sur un plateau de compétition National (championnats canadiens), l'entraîneur doit être complètement certifié au niveau III du PNCE. |
| Assurance | 28. Chaque club doit être détenteur d'une police d'assurance responsabilité civile, dont la couverture doit être d'au moins un million de dollar. <p>Un entraîneur doit être détenteur d'une police d'assurance responsabilité civile, dont la couverture doit être d'au moins un million de dollar.</p> <p>Un Club affilié à la fédération doit assurer l'affiliation de tout entraîneur agissant pour le club et faire en sorte de nommer l'entraîneur comme assuré sur toute police d'assurance couvrant l'organisme pour lequel l'entraîneur pourrait agir.</p> |

Responsabilités
de l'entraîneur

29. L'entraîneur doit :
- 1° appliquer les normes prescrites aux chapitres I et II;
 - 2° respecter et faire respecter tous les règlements de la Fédération de gymnastique du Québec;
 - 3° voir au bon déroulement des sessions d'entraînement;
 - 4° respecter la progression du gymnaste dans l'apprentissage des mouvements;
 - 5° au besoin, assister un gymnaste dans l'exécution des mouvements;
 - 6° voir à la sécurité des appareils utilisés et procéder à leur vérification avant le début de chaque entraînement;
 - 7° renseigner les gymnastes sur les différentes consignes de sécurité à respecter à l'entraînement et en compétition;
 - 8° se conformer aux règles de comportement édictées aux annexes 3 et 4;
 - 9° voir à ce qu'un gymnaste blessé reçoive les soins appropriés dans les plus brefs délais;
 - 10° connaître les modalités d'évacuation des lieux d'entraînement ou de compétition;
 - 11° connaître l'emplacement du poste téléphonique accessible, près de la salle d'entraînement;
 - 12° ne pas porter de bijou ou tout autre objet susceptible de causer des blessures;
 - 13° compléter le rapport d'accident chaque fois qu'un gymnaste ou un moniteur sous sa supervision se blesse. Il doit le faire parvenir à la Fédération dans les délais prescrits à l'annexe 7.

LE MONITEUR

30. Le moniteur doit être âgé d'au moins 14 ans.
31. Le moniteur doit toujours travailler sous la supervision d'un entraîneur.

CHAPITRE V

LES NORMES CONCERNANT LA FORMATION ET
LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES CHARGÉES
DE L'APPLICATION DES RÈGLES DU JEU ET DES RÈGLES DE SÉCURITÉ

- | | |
|-----------------|--|
| Affiliation | 32. Un juge doit être membre de la Fédération et respecter les critères édictés à l'annexe 6. |
| Formation | 33. Un juge doit être certifié par la Fédération pour juger aux compétitions sanctionnées par cette dernière. |
| Nomination | 34. La nomination des juges pour les compétitions sanctionnées doit respecter les directives émises par la Fédération édictées aux annexes 5 et 6. |
| Responsabilités | 35. Un juge doit connaître les devoirs et responsabilités, édictées dans les renseignements généraux pour les officiels à l'annexe 6. |

CHAPITRE VI

LES NORMES CONCERNANT L'ORGANISATION ET
LE DÉROULEMENT D'UN ÉVÈNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU
D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

- | | |
|-----------------------------------|--|
| Organisateur | 36. Un organisateur peut être une personne âgée d'au moins 18 ans, un groupe de personnes âgées chacune d'au moins 18 ans ou un organisme incorporé. |
| Responsabilités de l'organisateur | <p>37. L'organisateur doit :</p> <p>1^o faire une demande de sanction auprès de la Fédération selon les modalités et délais prévus à l'annexe 5;</p> <p>2^o posséder une assurance responsabilité couvrant toutes les personnes présentes à la compétition. Cette assurance doit être d'un montant d'au moins un million de dollar;</p> <p>3^o recruter tout le personnel d'encadrement nécessaire à la compétition;</p> <p>4^o s'assurer de la disponibilité des services et équipements de sécurité prévus aux chapitres VII, VIII et IX;</p> <p>5^o voir à ce que les lieux, les installations et les équipements soient conformes aux normes concernant les lieux, les installations et les équipements édictées au chapitre VII et VIII du présent règlement. Il doit inspecter ceux-ci avant le début de la compétition et corriger toute lacune ou irrégularité;</p> <p>6^o connaître la localisation du téléphone accessible le plus près de la salle de compétition et avoir une liste des numéros de téléphone pour les cas d'urgence, avec les numéros suivants :</p> <p style="margin-left: 40px;">a) ambulance;</p> <p style="margin-left: 40px;">b) police;</p> <p>7^o connaître les modalités d'application du plan d'urgence, les mécanismes d'évacuation des lieux et d'acheminement de secours selon les différentes situations d'urgence pouvant survenir;</p> <p>8^o assurer le maintien de l'ordre et la discipline chez les différents intervenants et spectateurs, et les aviser des normes de sécurité qui les concernent;</p> |

9^o voir à ce que, durant une compétition, seuls les entraîneurs dûment affiliés et accrédités aient accès à l'aire de compétition.

Directeur de la
compétition

38. Le directeur de la compétition doit être âgé d'au moins 18 ans.

39. Pour les compétitions intra-clubs, les responsabilités de l'organisateur reviennent au directeur de la compétition.

Pour tout autre compétition, ce dernier doit être membre du comité organisateur. Pour toute compétition, il doit s'assurer qu'elle se déroule conformément aux normes techniques édictées aux annexes 1, 3, 4, 5 et 6.

CHAPITRE VII

LES NORMES CONCERNANT LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UN ÉVÈNEMENT,UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

- | | |
|-------------------------------|---|
| Présence d'éléments dangereux | 40. L'aire de compétition doit être dégagée de tout obstacle non nécessaire à la pratique de la discipline. |
| Accès | 41. Les accès à la salle ainsi que les sorties d'urgence doivent être bien indiquées, déverrouillés et libres de tout obstacle. |
| Plan d'urgence | 42. Pour chaque salle de compétition, il doit y avoir un plan d'urgence pour l'évacuation rapide des lieux et l'acheminement efficace du secours. |
| Température | 43. La température de la salle de compétition ne doit pas être inférieure à 18°C. |
| Hauteur de la salle | 44. La hauteur de la salle de compétition doit être d'au moins 5 mètres, et d'au moins 6 mètres lorsque le trampoline est utilisé. |

CHAPITRE VIII

LES NORMES CONCERNANT LES INSTALLATIONS ET
LES ÉQUIPEMENTS UTILISÉS AU COURS D'UN ÉVÈNEMENT,
D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

- | | |
|--------------------------------------|--|
| Les installations et les équipements | 45. Les installations et les équipements doivent être conformes aux normes édictées au chapitre I. |
| | 46. La zone des spectateurs doit être bien identifiée et délimitée de façon précise. |
| Hauteur des appareils | 47. La hauteur des appareils doit être conforme aux normes édictées aux annexes 3 et 4. |
| | 48. Les appareils doivent être conformes aux normes de la FIG édictées à l'annexe 1. |
| Tapis de réception | 49. Les tapis de réception doivent être conformes aux normes édictées aux articles 9, 10 et 11 et aux normes édictées aux annexes 1, 3 et 4. |
| Téléphone | 50. Un téléphone doit être accessible près de l'aire de compétition et les numéros d'urgence suivants doivent y être affichés : |
| | 1 ^o ambulance; |
| | 2 ^o police. |

CHAPITRE IX

LES NORMES CONCERNANT LES SERVICES ET ÉQUIPEMENTS
DE SÉCURITÉ REQUIS AU COURS D'UN ÉVÈNEMENT, D'UNE
COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

- | | |
|---------------------------|--|
| Services de sécurité | 51. L'organisateur doit assigner une ou plusieurs personnes responsables du maintien de l'ordre et de la sécurité chez les spectateurs, selon l'ampleur de la compétition ou de l'événement. Ces responsables doivent être âgés d'au moins 18 ans. |
| Service médical | 52. Un médecin, un infirmier ou un thérapeute en sport doit être présent dans la salle au cours d'une compétition de niveau sectoriel, provincial, national et international. |
| Service de premiers soins | 53. Il doit y avoir une personne responsable du service de premiers soins pour toute compétition. |
| Transport ambulancier | 54. L'organisateur doit s'assurer qu'une ambulance est disponible rapidement en cas d'urgence. Il doit être en mesure de communiquer aux ambulanciers le chemin le plus rapide pour accéder à la salle où se déroule la compétition. |
| Trousse de premiers soins | 55. Une trousse de premiers soins contenant au moins le matériel décrit à l'annexe 2 doit être disponible près de la salle de compétition. |

CHAPITRE X

LES SANCTIONS EN CAS DE NON-RESPECT DU RÈGLEMENT

- | | |
|---------------------------------|---|
| Organisateur | 56. Un organisateur qui ne respecte pas le présent règlement peut se voir retirer le droit de présenter une ou diverses activités sanctionnées par la Fédération. |
| Officiel | 57. Un officiel qui ne respecte pas le présent règlement peut se voir remplacé pour la compétition en cours ou suspendu pour une période déterminée par la Fédération. |
| Participant | 58. Un participant qui ne respecte pas le présent règlement peut se voir disqualifié de la compétition en cours par le juge.

Il est de plus passible d'une réprimande, d'une suspension ou d'une exclusion par la Fédération. |
| Moniteur et entraîneur | 59. Un moniteur ou un entraîneur qui ne respecte pas les exigences du présent règlement peut être exclu ou suspendu pour une période déterminée par la Fédération, selon la gravité de l'infraction. |
| Avis d'infraction et d'audition | 60. La Fédération doit aviser par écrit, le contrevenant de chaque infraction reprochée et lui donner l'occasion de se faire entendre dans un délai raisonnable. |
| Décision et demande de révision | 61. La Fédération doit expédier par courrier recommandé ou certifié une copie de sa décision à la personne visée, dans un délai de 10 jours de la date de la décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre.

Cette demande de révision doit être logée dans les 30 jours de la réception de la décision, conformément à la Loi sur la sécurité dans les sports (L.R.Q., c.S-3.1). |

LISTE DES ANNEXES

ANNEXE 1	Mesures, formes et dimensions.
ANNEXE 2	Trousse de premiers soins
ANNEXE 3	Politiques, règlements et procédures. Programmes compétitifs féminins
ANNEXE 4	Politique, règlement et procédures. Programmes compétitifs masculins
ANNEXE 5	Directives : - Sanction d'une compétition - Stage PNCE - Stage de juges - Stage sur les exercices imposés
ANNEXE 6	Renseignements généraux pour les officiels féminins et masculins
ANNEXE 7	Rapport d'accident

ANNEXE 1

MESURES, FORMES ET DIMENSIONS

ANNEXE 1

MESURES, FORMES ET DIMENSIONS

FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE TRAMPOLINE

Dimensions et normes pour les équipements
compétitifs lors des Championnats du Monde,
ainsi que les compétitions d'envergure continentale
et intercontinentale

1. À l'occasion des Championnats du monde, ainsi que des compétitions d'envergure continentale et intercontinentale les spécifications suivantes concernant les engins compétitifs telles que définies dans ces spécifications servent de ligne directrice seulement.
2. Le choix de la marque des engins compétitifs est le privilège unique du comité organisateur approuvé. Sa décision prime en tout temps lorsque les équipements sont approuvés par la commission technique de la FIT.
3. Le dépôt d'un formulaire d'inscription par une fédération membre est preuve de son accord irrévocable quant au choix d'équipement, tel que décrit dans le paragraphe 2, ci-dessus.
4. Ces recommandations ne cherchent aucunement à empêcher la conception des équipements plus sécuritaires ou plus performants. Au contraire, la commission technique de la FIT encourage de telle initiative et compétition entre les fabricants. Ainsi tout nouvel engin et tout équipement amélioré doit être vérifié (testé) en situation de compétition.

1. **Trampoline**

1.1 **Cadre**

1.1.1 **Mesures intérieures du cadre, avec toile tendue mais sans coussins de protection :**

Longueur	5050 mm	+/- 60 mm
Largeur	2910 mm	+/- 50 mm
Hauteur (du sol)	1155 mm	+/- 5 mm

- 1.1.2 Pour raisons de sécurité, les coins et bords du contour extérieur du cadre doivent être arrondis.

1.2 **La Toile**

1.2.1 **Dimension de la toile, tendue et prête à utiliser:**

Longueur	4280 mm	+/- 60 mm
Largeur	2140 mm	+/- 50 mm

- 1.2.2 La toile est fabriquée de bandes, fils, cordes, de couleur pâle qui doivent être tissés de manière qu'ils ne se déplacent pas au moment de l'utilisation.

1.2.2.1 **Toiles à sangles**

Largeur d'une sangle tendue 7 mm +/-1 mm
Distance entre deux sangles pas + de 16 mm

- 1.2.2.2 **Toile à fils**
 Largeur des fils tendus 3 mm +/-mm
 Distance entre deux fils pas + de 10 mm

1.2.3 La toile doit être résistante et ne doit pas se déchirer au moment de l'utilisation.

1.2.4 **La zone de saut doit être clairement indiquée en rouge en plein centre de la toile :**

Longueur	2150 mm	+/-40 mm
Largeur	1080 mm	+/-40 mm
Le centre exact de la toile est indiqué par une croix rouge :		
Dimension	70 mm	+/-30 mm

1.3 **Suspension de la toile**

La toile doit être suspendue avec des ressorts de façon à ne poser aucun danger aux utilisateurs. La tension doit être telle que la toile se stabilise en dedans d'une seconde après le contact.

1.4 **Zone libre sous la toile**

1.4.1 La construction du trampoline doit être faite de sorte que le pratiquant ne puisse toucher aucune partie du cadre sous la toile (ex. : les supports).

1.5 **Coussin de protection**

1.5.1 Le cadre et les ressorts du trampoline doivent être entièrement recouverts de coussins de protection fabriqués d'un matériel amortisseur, d'une épaisseur maximum de 40 mm. Les coussins de protection ne doivent couvrir aucune partie de la toile.

1.5.2 Les coussins doivent être fixés au cadre du trampoline sans empêcher l'action normale de la toile et des ressorts. Les coussins de protection ne doivent produire aucun bruit dû aux claquements.

1.5.3 Le dessous des coussins du côté de la toile ne doit pas dépasser le niveau de la toile par plus de 50 mm.

1.6 **La banquette de sécurité**

1.6.1 A chaque extrémité la plus étroite du trampoline, des banquettes de sécurité doivent être installées. La construction de la banquette ainsi que le tapis qui recouvre la surface de cette dernière, doivent pouvoir amortir les chocs. Le tapis est fixé à la banquette.

Voici les dimensions du tapis :

Longueur	3025 mm	+/- 25 mm
Largeur	2025 mm	+/- 25 mm
Épaisseur à côté de la toile	75 mm	+/- 5 mm
Épaisseur à l'extrémité	210 mm	+/- 10 mm

1.6.2 Le tapis qui recouvre la banquette doit également couvrir les ressorts jusqu'au bord de la toile.

1.6.3 Le cas échéant, la base sur roulettes doit être recouverte de coussins de protection.

1.7 Matelas pour pareurs

1.7.1 Le cas échéant, les matelas doivent être faits d'un caoutchouc mousse de densité moyenne et recouverts d'un tissu qui se glisse facilement.

1.7.2 Il doit y avoir deux poignées sur un côté du matelas.

1.7.3 Dimensions du matelas

Longueur	1700 mm	+/- 300 mm
Largeur	1000 mm	+/- 100 mm
Épaisseur	100 mm	+/-30 mm

2. Double mini-trampoline

2.1 Cadre

2.1.1 Pour raisons de sécurité, aucune barre en métal ni autres matériaux rigides ne doit se retrouver aux extrémités du double mini-trampoline, à moins d'être au niveau du sol.

2.1.2 Pour raisons de sécurité, les bords du contour du cadre doivent être arrondis.

2.2 La toile

2.2.1 Dimensions de la toile tendue :

Longueur	2850 mm	+/- 50 mm
Largeur	720 mm	+/- 10 mm

2.2.2 Hauteurs de la toile tendue par rapport au sol :

Au côté de l'entrée	430 mm	+/- 100 mm
Au côté de la sortie	600 mm	+/- 100 mm

2.2.3 Largeur d'un sangle tendue :

13 mm	+/- 1 mm
-------	----------

2.2.4 Les sangles qui forment la toile doivent être conçues ensemble et il ne peut y avoir une distance de plus de 16 mm entre les sangles.

2.2.5 La tension de chaque sangle doit être de plus de 175 kilos.

2.2.6 Les zones de pénalité sont indiquées en rouge sur la toile. **Les dimensions des zones sont les suivantes :**

Les limites de fond	130 mm	+/-20 mm
La zone centrale	390 mm	+/-10 mm
Distance de la zone centrale par rapport au côté de l'entrée	900 mm	+/-20 mm

2.3 Aire de réception

2.3.1 Un tapis de réception qui permet une réception stable sur les deux pieds doit être installé dans l'aire de réception.

Si deux tapis ou plus sont juxtaposés pour former l'aire de réception; ils doivent :

- être de la même hauteur et de la même densité
- être solidement attachés ensemble de sorte qu'ils ne se séparent pas au moment de l'utilisation

- la surface entière de l'aire de réception doit être recouverte d'une seule couverture unie.

Les dimensions de l'aire de réception sont :

Longueur	5400 mm (minimum)
Largeur	3000 mm (minimum)
Épaisseur	300 mm (+/- 20 mm)

2.3.2 La zone de réception

Une zone de réception doit être indiquée à l'intérieur de l'aire de réception. La zone doit être d'une couleur contrastante avec celle de l'aire de réception ou peut être indiquée par des lignes, délimitant celle-ci, est la limite de la zone de réception et doit correspondre aux dimensions suivantes :

Longueur	3600 mm	+/- 5 mm
Largeur	1800 mm	+/- 5 mm

2.4 Piste d'élan

Une piste d'élan en tapis d'au moins 20 mètres de longueur est obligatoire.

3. Le tumbling

3.1 La piste de tumbling

La piste de tumbling doit être composée d'un praticable élastique recouvert d'une surface matelassée. Si la piste est composée de plusieurs unités, celles-ci doivent être attachées solidement l'une à l'autre de sorte qu'elles ne se séparent pas au moment de l'utilisation.

Dimensions :

Longueur	31,0 mètres	+/- 1,0 mètre
Largeur	1,5 mètres	+/- 0,1 mètre

3.1.2 Limites et indications

Le bord extérieur d'une ligne de 15 mm de large indique la limite de la piste. Cette ligne doit être d'une couleur contrastante avec celle de la piste.

Une ligne de 15 mm de large doit indiquer le centre de la piste de tumbling. Cette ligne doit être d'une couleur contrastante avec celle de la piste.

3.2 Le tremplin

Il n'y a aucune restriction sur la marque ou l'emplacement du tremplin utilisé.

3.3 Aire de réception

3.3.1 Un tapis de réception qui permet une réception stable sur deux pieds doit être installé dans l'aire de réception.

Si deux tapis ou plus sont juxtaposés pour former l'aire de réception, ils doivent :

- être de la même hauteur et de la même densité
- être solidement attachés ensemble de sorte qu'ils ne se séparent pas au moment de l'utilisation

- la surface entière de l'aire de réception doit être recouverte d'une seule couverture unie.

Les dimensions de l'aire de réception sont :

Longueur	6000 mm	(au minimum)
Largeur	3000 mm	(au minimum)
Épaisseur :	l'épaisseur et la densité du caoutchouc mousse doivent être suffisantes pour amortir les chocs. La surface supérieure du tapis de réception doit être égale avec la surface supérieure de la piste de tumbling.	

3.3.2 La zone de réception

Une zone de réception doit être indiquée sur l'aire de réception. La zone doit être d'une couleur contrastante avec celle de l'aire de réception ou peut être indiquée par des lignes de 15 mm d'une couleur contrastante. Le périmètre extérieur de cette zone ou des lignes, délimitant celle-ci, est la limite de la zone de réception et doit correspondre aux dimensions suivantes :

Longueur	4000 mm	+/- 5 mm
Largeur	2000 mm	+/- 5 mm
Épaisseur:	l'épaisseur et la densité du caoutchouc mousse doivent être suffisantes pour amortir les chocs. La surface supérieure du tapis de réception doit être égale avec la surface supérieure de la piste de tumbling.	

- 3.4 Il doit y avoir une piste d'élan d'au moins 10 mètres avant la piste de tumbling.

ANNEXE 2

TROUSSE DE PREMIERS SOINS

ANNEXE 2

TROUSSE DE PREMIERS SOINS

1. Pansements adhésifs assortis;
2. Bandages triangulaires;
3. Bandage élastique;
4. Paquet de gaze carré;
5. Tampons de pansements aseptiques ou pansements scellés moyens ou grands;
6. Paquet d'ouate;
7. Paquet de gaze;
8. Ruban adhésif;
9. Un rouleau de diachylon;
10. Ciseaux;
11. Épingles de sécurité;
12. Glace et glace synthétique "Quick cold pack";
13. 150 ml d'antiseptique en usage dans les hôpitaux.

ANNEXE 3

POLITIQUES, RÈGLEMENTS ET PROCÉDURES

PROGRAMMES COMPÉTITIFS FÉMININS

(Disponibles auprès de la Fédération)

ANNEXE 4

POLITIQUES, RÈGLEMENTS ET PROCÉDURES

PROGRAMMES COMPÉTITIFS MASCULINS

(Disponibles auprès de la Fédération)

ANNEXE 5

DIRECTIVES

SANCTION D'UNE COMPÉTITION

STAGE PNCE

STAGE DE JUGES

STAGE SUR LES EXERCICES IMPOSÉS

(Disponibles auprès de la Fédération)

ANNEXE 6

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX POUR LES
OFFICIELS FÉMININS ET MASCULINS

(Disponibles auprès de la Fédération)

ANNEXE 7

RAPPORT D'ACCIDENT

ANNEXE 7

RAPPORT D'ACCIDENTÉléments d'information à fournir à la Fédération

IDENTIFICATION DU BLESSÉ	ACTIVITÉ
Nom : _____	N° du club : _____
Prénom : _____	Nom du club : _____
Adresse : _____	Calibre : initiation <input type="checkbox"/>
Ville : _____	développement <input type="checkbox"/>
Code postal : _____	compétition <input type="checkbox"/>
Téléphone : _____	performance <input type="checkbox"/>
Âge : _____ Sexe : _____	Situation : entraînement <input type="checkbox"/>
N.A.M. : _____	compétition <input type="checkbox"/>
# d'affiliation : _____	Nom entraîneur : _____
MOMENT DE L'ACCIDENT	
Date : _____	Heure : _____
LIEU DE L'ACCIDENT	CROQUIS
Adresse : _____	
Ville : _____	
Salle : _____	
Nom de l'événement : _____	
DESCRIPTION DE L'ACCIDENT	

DESCRIPTION DE LA BLESSURE	
Localisation :	
<p> pied <input type="checkbox"/> jambe <input type="checkbox"/> cuisse <input type="checkbox"/> abdomen <input type="checkbox"/> thorax <input type="checkbox"/> bras <input type="checkbox"/> avant-bras <input type="checkbox"/> main <input type="checkbox"/> visage <input type="checkbox"/> cheville <input type="checkbox"/> genou <input type="checkbox"/> hanche <input type="checkbox"/> dos <input type="checkbox"/> épaule <input type="checkbox"/> coude <input type="checkbox"/> poignet <input type="checkbox"/> cou <input type="checkbox"/> tête <input type="checkbox"/> bassin <input type="checkbox"/> </p>	
Nature :	
<p> commotion <input type="checkbox"/> contusion <input type="checkbox"/> coupure <input type="checkbox"/> dislocation <input type="checkbox"/> entorse <input type="checkbox"/> éraflure <input type="checkbox"/> fracture <input type="checkbox"/> inconnue <input type="checkbox"/> </p>	
Autre : (spécifiez) _____	
Type :	
nouveau traumatisme <input type="checkbox"/> récurrence <input type="checkbox"/> aggravation d'une condition douloureuse préexistante <input type="checkbox"/>	
Commentaires : _____	

TÉMOIN(S) : _____	
Premiers secours reçus : oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/> Si oui par qui : Nom : _____	Personne qui a complété le rapport : Nom : _____ Fonction : _____ Signature : _____ Date : _____ Tél. : _____ Signature : _____
Nom organisateur : _____	