

CODE DE POINTAGE

Une équipe = gymnastes + 1 jeune officiel + 1 accompagnateur
Si l'équipe ne présente pas de juge: 10 points de pénalisation
Toute licence non conforme aux textes de l'U.N.S.S. entraînera
la non participation de l'équipe.

I - DIFFICULTE : 3 Points maximum

1. Choix des éléments:

Au minimum 6 éléments différents choisis indistinctement dans les catégories: **A, B, C, D**.
Un 7^{ème} élément pourra être ajouté et pris en compte dans le jugement, mais la valeur maximale attribuée au secteur **DIFFICULTE** ne pourra excéder **3 points** (Ex. 7 D = 3 points et non 3,5 points).

Tout élément manquant sera pénalisé de 1 point, la déduction sera faite sur la note finale.

2. Valeur des éléments:

2.1 Saut de cheval :

Cheval ou **table de saut (obligatoire)** au championnat de France)

Trois familles : sauts par redressement, sauts en rondade et sauts par renversement

| | |
|---------|----------------------------|
| Sauts A | de 6,5 points à 8,5 points |
| Sauts B | à 9 points |
| Sauts C | à 9,5 points |
| Sauts D | à 10 points |

2-2 Sol et agrès :

Valeur attribuée à chaque élément des différentes catégories :

A = 0,20 pt

B = 0,30 pt

C = 0,40 pt

D = 0,50 pt

Exemples de choix d'éléments: $1A + 4B + 2C + 0D = 2,20$ points
 $2A + 2B + 2C + 1D = 2,30$ points
 $3C + 4D = 3,00$ points et non 3,20 points

Si un élément A, B, C ou D est réalisé deux fois au cours de l'enchaînement :

- la valeur attribuée à cet élément ne sera prise en compte qu'une seule fois : 0,20 - 0,30 - 0,40 ou 0,50 pt.
- la deuxième fois il n'est considéré que comme un élément de liaison.

Si un élément A, B, C ou D comporte plusieurs options :

- l'élément ne peut être pris en compte qu'une seule fois 0,20 - 0,30 - 0,40 ou 0,50 pt
- les autres options sont considérées comme des éléments de liaison

Tout élément non réalisé, ou réalisé avec aide, entraîne la suppression de sa valeur.

II- COMPOSITION : 2 Points maximum

La composition de l'enchaînement correspond:

- aux 4 exigences spécifiques à l'agrès sur les grilles d'éléments..... 0,40 x 4 = **1,60 pts**
 - chaque exigence spécifique manquante =..... **- 0,40 pt**
- +**
- l'impression générale dont la définition est :
enchaîner et unir les éléments harmonieusement entre eux..... jusqu'à **0,40 pt**
- **Tout élément non reconnu par le code U.N.S.S. ne peut répondre à une exigence.**
- **Une série gymnique composée du même élément répété deux fois ne peut-être comptabilisée.**
- **Si un élément A, B, Cou D comporte plusieurs options :**
 - l'élément ne peut être pris en compte qu'une seule fois:..... **0,20 – 0,30 – 0,40 ou 0,50 pt**
 - les autres options sont considérées comme des éléments de liaison

III- EXECUTION : 5 Points maximum

LA DIFFICULTE D'UN ENCHAINEMENT NE DOIT JAMAIS ETRE FORCEE AU DETRIMENT D'UNE PARFAITE EXECUTION DU POINT DE VUE TECHNIQUE ET DE TENUE. LES ENCHAINEMENTS DOIVENT CORRESPONDRE AUX CAPACITES DE L'ELEVE OU DES ELEVES.

1-Fautes de tenue et de technique:

Toutes les fautes de tenue et de technique sont classées en trois catégories :

| | |
|-----------------|-----------|
| - petite faute | - 0,10 pt |
| - moyenne faute | - 0,20 pt |
| - grosse faute | - 0,30 pt |

- Mauvaise tenue de la tête, des bras, des jambes pendant l'enchaînement
- A l'appui : bras fléchis ou jambes fléchies
- Jambes écartées
- Hauteur insuffisante lors des sauts (sol Masculin, sol Féminin, poutre)
- Position groupée, carpée ou tendue insuffisante
- Ecart de jambe insuffisant en grand écart lorsqu'il est demandé
- Rotation incomplète
- Perte d'équilibre à la réception des sauts, des éléments ou des sorties, petit sursaut, réception incertaine :
 - 1 pas ou 1 sursaut ou 1 marcher sur les mains - 0,10 pt
 - 2 pas ou 2 sursauts ou 2 marchers sur les mains - 0,20 pt
 - 3 pas et plus, ou sursauts ou marchers sur les mains - 0,30 pt
- Manque de rythme - 0,10 - 0,20 ou - 0,30 pt

2 . Fautes particulières

- Elan intermédiaire supplémentaire - 0,20 pt
- Arrêt - 0,20 pt
- Touche de l'agrès supplémentaire - 0,20 pt
- S'accrocher à l'agrès pour éviter une chute - 0,30 pt
- Chute sur 1 ou les 2 mains, sur les genoux, sur le bassin ou sur l'agrès - 0,50 pt
- Enchaînement sans sortie - 0,30 pt

3 . Fautes spécifiques à l'agrès

(Voir les fautes typiques sur les fiches de chaque agrès)

- Chaque exigence spécifique manquante - 0,40 pt

4 . Fautes de comportement (élève ou accompagnateur)

- La tenue vestimentaire sera correcte et identique pour tous les élèves d'une même équipe :

J.F = justaucorps avec ou sans manche (bretelles interdites)

J.G = short ou sokol, tee shirt ou léotard

Chaussons blancs, socquettes blanches ou pieds nus autorisés

- non respect de ces exigences : par élève et par agrès - 0,10 pt

- Tenue de sport exigée pour l'accompagnateur (à chaque agrès) - 0,10 pt

- Bijoux interdits..... - 0,10 pt

- Un seul accompagnateur est autorisé sur le plateau de compétition

- Accompagnateur supplémentaire pour l'équipe à chaque agrès - 1,00 pt

- Utilisation de tapis non autorisée (par élève et par agrès) - 0,30 pt

- Touche ou aide pendant l'enchaînement et/ou à la sortie - 0,50 pt
et élément non comptabilisé.

- Comportement incorrect de l'élève ou de l'accompagnateur, en gestes
ou en paroles, avant, pendant ou après l'enchaînement - 0,50 pt

- Présence de l'accompagnateur derrière les jeunes officiels - 0,50 pt

COMMENT NOTER GYM 2004 - 2008 ?

LA GYMNASTIQUE EST FAITE POUR ETRE VUE ET JUGEE

Trois secteurs

| | |
|-------------|-------------|
| Difficulté | 3,00 points |
| Composition | 2,00 points |
| Exécution | 5,00 points |

I- DIFFICULTE : 3 Points maximum

La note est déterminée mathématiquement, par le total des valeurs des éléments exécutés (7 éléments maximum pris en compte).

La description officielle des éléments est donnée par le texte (seul le texte fait foi).

La note ne pourra en aucun cas dépasser **3 points**.

Chaque élève présente une fiche individuelle sur laquelle :

- Il numérote tous les éléments présentés dans l'ordre d'exécution.
- Il colorie les éléments pris en compte dans le secteur difficultés.
- Il souligne les éléments pris en compte dans le secteur composition qui peuvent être différents du secteur difficulté.

Cependant, il est bien entendu que le juge note ce qu'il voit réaliser et non ce qui est marqué sur la fiche.

II- COMPOSITION : 2 Points maximum

Si l'élève respecte les 4 exigences spécifiques à l'agrès et si l'impression générale est conforme à sa définition, sa note est obligatoirement de **2 points**.

III- EXECUTION : 5 Points maximum

Il faut tenir compte des paramètres suivants :

- les fautes de tenue et de technique.
- les fautes typiques à chaque agrès.
- les fautes particulières.
- les fautes de comportement (élève ou accompagnateur).

Le total des fautes sera déduit des **5 points**

IV- PENALITE :

La pénalité pour élément manquant est à déduire de la note finale

V- REMARQUE :

Un (e) élève formé(e) uniquement dans son A.S., présentant un enchaînement simple, se conformant aux exigences du contenu et « travaillant proprement », pourra obtenir une note supérieure à celle obtenue par un (e) élève confirmé (e) de club qui présenterait un enchaînement difficile, avec des difficultés supplémentaires au nombre demandé, mais incorrectement réalisées du point de vue technique et de tenue.

La difficulté d'un enchaînement ne doit jamais être forcée au détriment d'une parfaite exécution du point de vue technique et de tenue ; les enchaînements doivent donc correspondre aux capacités de l'élève.

SIMPLE MAIS CORRECT VAUT MIEUX QUE DIFFICILE ET INCORRECT

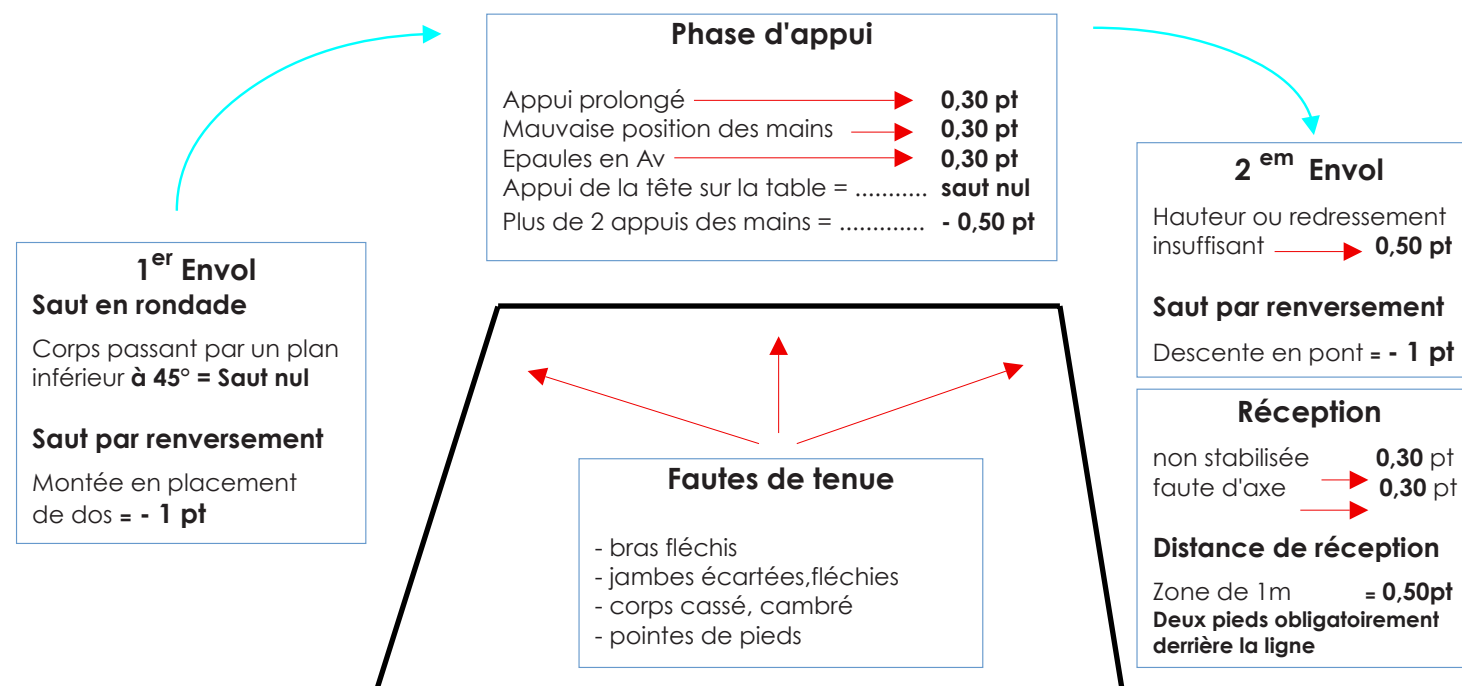
I- MATERIEL

- La table de saut est imposée au Championnat de France
- Hauteur: 1,10 m pour les collèges
1,20 m pour les lycées
- 1 tremplin ou mini trampoline.
- 1 zone de réception située à 1m du cheval (ou de la planche de saut), sera tracée.

II- JUGEMENT

- Valeur des sauts :
 - A** = de **6,50** points à **8,50** points
 - B** = **9** points
 - C** = **9,50** points
 - D** = **10** points
- 2 sauts identiques ou différents (la meilleure note est prise en compte)
- Une 3^{ème} course est autorisée si l'élève n'a pas touché le tremplin ou le cheval, même si le plan du cheval a été dépassé.
- Appel 2 pieds et appui des 2 mains, sinon = **saut nul**
- Saut exécuté non répertorié = **saut nul**
- Aide pendant le saut = **saut nul**

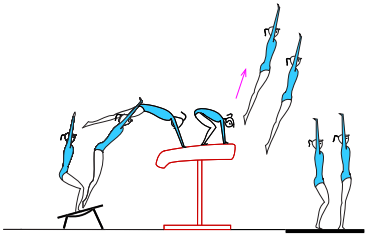
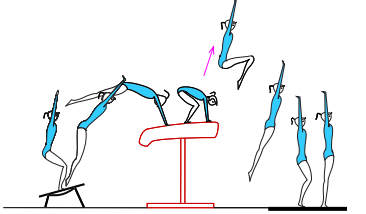
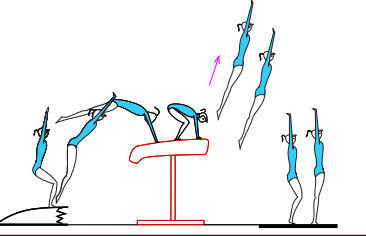
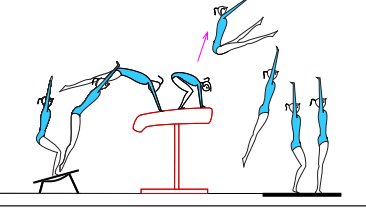
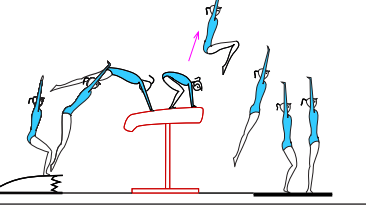
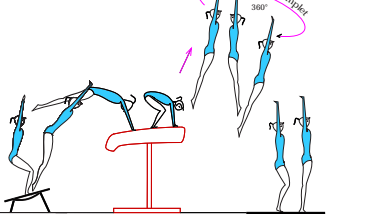
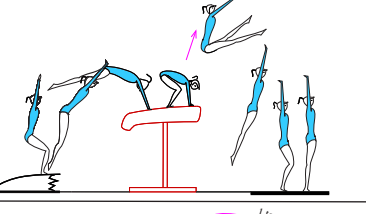
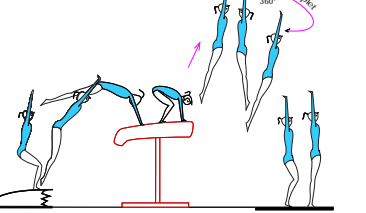
III- FAUTES SPECIFIQUES

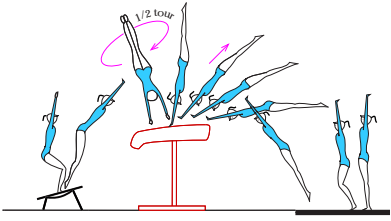
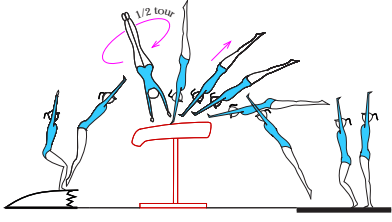
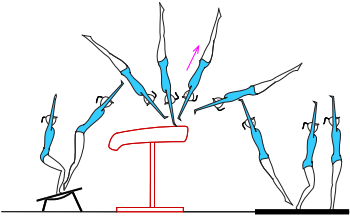
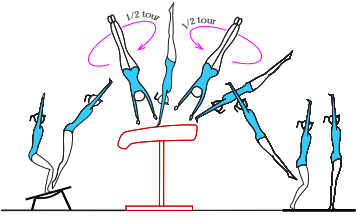
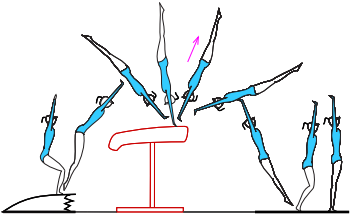


Aux fautes spécifiques s'ajoutent les fautes de tenue et de technique, les fautes typiques, les fautes particulières et les fautes de comportement (pages 4 et 5).

IV- FAMILLE ET VALEUR DES SAUTS

| | A Mini Tramp | A Tremplin | B Mini Tramp | C Tremplin | C Mini Tramp | D Mini Tramp | D Tremplin |
|-----------|--|--|----------------------|----------------------|------------------------------|----------------------|------------------------------|
| 6.50 pts | A1 Mains pieds & Saut vertical | | | | | | |
| 7,00 pts | A2 Mains pieds & Saut groupé | A3 Mains pieds & Saut vertical | | | | | |
| 7,50 pts | A4 Mains pieds & Saut carpé | A5 Mains pieds & Saut groupé | | | | | |
| 8,00 pts | A6 Mains pieds & Saut avec rot. long. 360° | A7 Mains pieds & Saut carpé | | | | | |
| 850 pts | | A8 Mains pieds & Saut avec rot. long. 360° | | | | | |
| 9,00 pts | | | B1 Rondade | | | | |
| 9,50 pts | | | | C1 Rondade | C2 Saut en lune | | |
| 10,00 pts | | | | | | D1 Pétrick | D2 Saut en lune |

| A | 2004/08 SAUT DE CHEVAL | | |
|---------------|---|---|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| A1 6,5 pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut droit. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Manque de gainage → 0,30 pt |
| A2 7pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut groupé. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Manque de groupé → 0,30 pt |
| A3 7 pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut droit. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Manque de gainage → 0,30 pt |
| A4 7,5 pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut carpé. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Manque de fermeture → 0,30 pt |
| A5 7,5 pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut groupé. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Manque de groupé → 0,30 pt |
| A6 8 pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table et saut avec rotation longitudinale de 360°. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Si pas 360°= saut nul |
| A7 8 pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table puis saut carpé. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Manque de fermeture → 0,30 pt |
| A8 8,5 pts |  | Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table puis saut avec rotation longitudinale de 360°. | Appui prolongé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,50 pt Si pas 360°= saut nul |

| B-C D | 2004/08 | SAUT DE CHEVAL | |
|---------------|---|---|--|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| B 9 pts |  | Saut avec 1/2 tour dans le premier envol, arrivée face à la table. (Rondade) | Manque d'impulsion des bras → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| C1 9,5 pts |  | Saut avec 1/2 tour dans le premier envol, arrivée face à la table. (Rondade) | Manque d'impulsion des bras → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| C2 9,5 pts |  | Saut par renversement (Lune) | Manque d'impulsion des bras → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| D1 10 pts |  | Saut par renversement avec demi-tour dans le 1er envol et demi-tour dans le second envol (Pétrick) Les 1/2 tours non terminés = saut nul | Manque d'impulsion des bras → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| D2 10 pts |  | Saut par renversement (Lune) | Manque d'impulsion des bras → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |

BARRES ASYMETRIQUES

I - GENERALITES:

Hauteur barre inférieure = 1,60 m .

Hauteur barre supérieure = hauteur libre .

1 tremplin autorisé

Pour des gymnastes très petites, la barre inférieure pourra être montée (à l'appréciation du juge arbitre).

II - DIFFICULTE : 3 Points maximum

A = 0,20 pt B = 0,30 pt C = 0,40 pt D = 0,50 pt

Minimum 6 éléments choisis indistinctement dans les catégories A, B, C ou D.

Un 7^{ème} élément pourra être pris en compte dans le jugement ; mais la valeur maximale attribuée ne pourra excéder **3 points**.

Tout élément non réalisé ou réalisé avec aide entraîne la suppression de sa valeur.

En dessous de 6 éléments, tout élément manquant est pénalisé de 1pt sur la note finale (pénalité).

III - COMPOSITION : 2 Points maximum

Les quatre exigences sont :

AP Un travail en appui (groupe 3)..... **0,40 pt**

AS/SA Un travail de l'appui à la suspension ou de la suspension à l'appui (groupes 4 et 5) **0,40 pt**

R Une rotation (groupe 6) **0,40 pt**

F Un changement de face (groupes 7 et 8)..... **0,40 pt**

Impression générale : Enchaîner et unir les éléments harmonieusement..... jusqu'à **0,40 pt**

IV - EXECUTION : 5 Points maximum

Elan intermédiaire - 0,20 pt

Pour les éléments suivants :

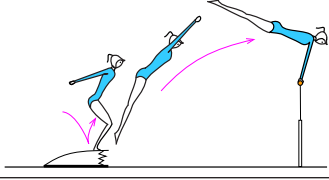
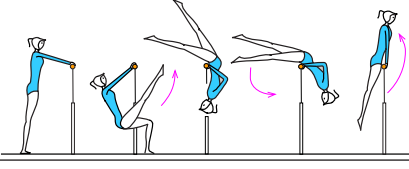
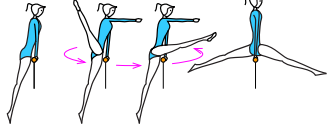
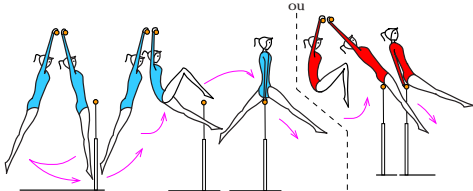
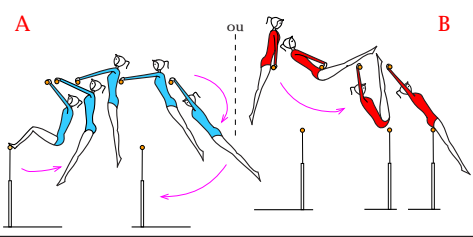
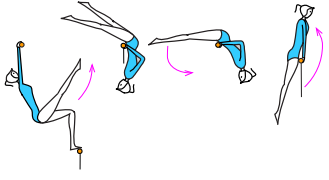
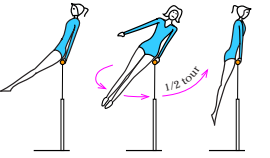
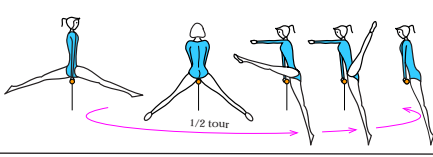
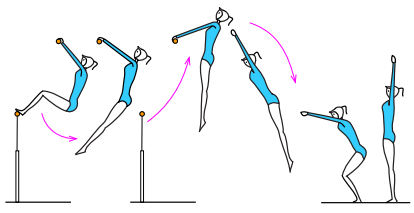
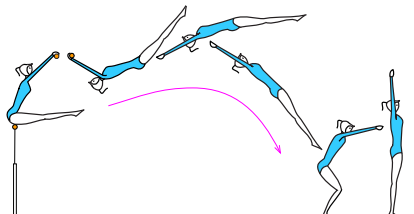
- bascule avec engagé de jambe, si remonter avec « jambe en crochet » = **élément non comptabilisé**

- oscillation, si remonter avec « jambe en crochet » = **élément non comptabilisé**

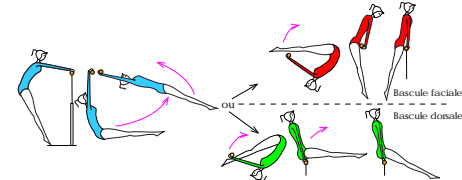
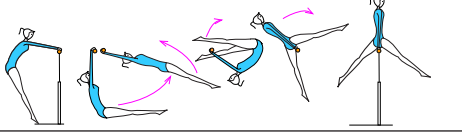
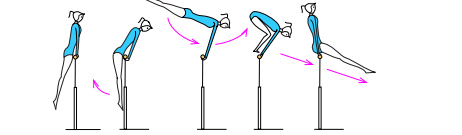
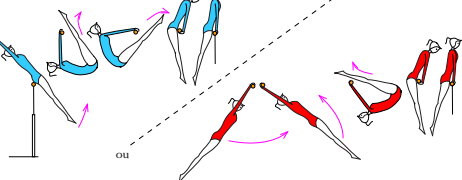
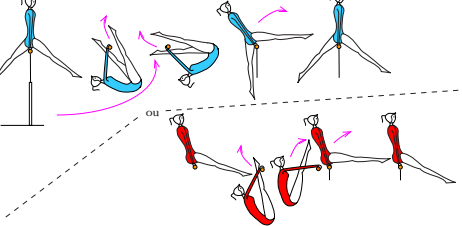
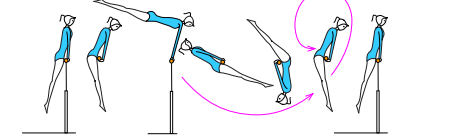
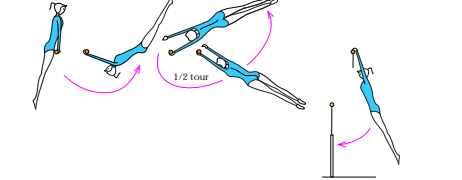
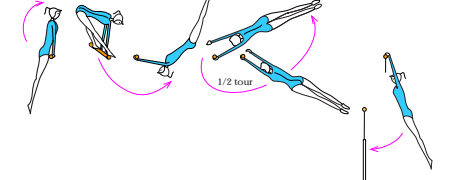
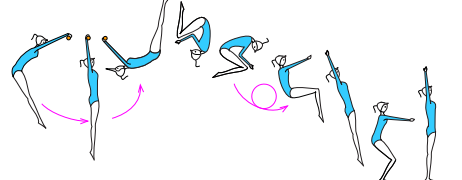
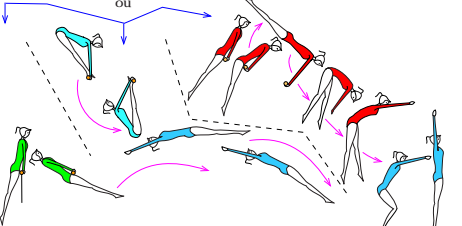
- tour avant d'1 jambe, si remonter avec « jambe en crochet » = **élément non comptabilisé**.

Aux fautes spécifiques s'ajoutent les fautes de tenue et de technique, les fautes typiques, les fautes particulières et les fautes de comportement (p. 4 et 5).

| A | 2004/08 | BARRES ASYMETRIQUES FILLES | |
|----------------|---------|---|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| A1 | | Sauter à l'appui sur barre BI arrivée bras tendus. Entrée à l'appui. | Arrivée bras fléchis → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| A2 | | Entrée en saut libre pour arriver à la suspension | Manque d'amplitude → 0,30 pt |
| A3 AP | | De l'appui facial à la BI ou BS passage d'une jambe latéralement pour arriver au siège latéral. Déplacer la main après l'engager de jambe. | Touche de la barre - 0,20 pt |
| A4 AS SA | | De la suspension à la BS, élévation des jambes fléchies, pose des pieds sur BI (possible en entrée sans élan) et arrivée au siège BI. Mains BI ou BS | Pose alternative des pieds - 0,20 pt |
| A5 AS SA | | De l'appui à la BS, dos BI, rotation AV bras tendus, descente contrôlée, arrivée à la suspension. | Bras fléchis → 0,30 pt Descente non contrôlée → 0,30 pt |
| A6 R | | De l'appui BS, rotation AV bras tendus descente contrôlée, arrivée: au siège, ou avec pose des pieds sur BI ou en suspension | Bras fléchis → 0,30 pt Descente non contrôlée → 0,30 pt |
| A7 F | | Du siège BI dos à BS, main sur BS, 1/2 tour couronner une jambe pour poser le pied sur BI et s'établir à la station debout sur BI. | Aide de la jambe libre - 0,20 pt Mouvement non continu - 0,20 pt |
| A8 F | | 1/2 tour en suspension | Jambes écartées → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| A9 | | De l'appui facial BI, élaner les jambes en arrière à l'appui libre élevé. Sortie repoussée. | Manque d'élévation → 0,30 pt |
| A10 | | De la suspension, balancer AV, en AR et réception à la station debout. Sortie en balancer AR | Manque d'appui des bras avant le lâcher → 0,30 pt |

| B | 2004/08 | BARRES ASYMETRIQUES FILLES | |
|----------------|---|---|--|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| B1 |  | Entrée: sauter à l'appui avec prise d'élan | Manque d'élévation du bassin → 0,30 pt |
| B2 |  | De la station faciale, mains BI, appel 1 ou 2 pieds, s'établir à l'appui facial par renversement AR | Corps non gainé → 0,30 pt Mouvement non continu - 0,20 pt |
| B3 AP |  | De l'appui facial BI ou BS passage d'une jambe par coupé pour arriver au siège latéral écarté. (Pas de coupé = A3) | Touche de la barre - 0,20 pt |
| B4 AS SA |  | De la suspension à la BS, balancer AV, en AR, engager 1 ou 2 jambes fléchies par dessus BI pour arriver au siège. (possible en entrée) | Touche de la barre - 0,20 pt Passage de la jambe sur le côté - 0,30 pt |
| B5 AS SA |  | De la suspension BS, jambes fléchies simultanément par poussée des jambes et appui des bras s'élancer au dessus de la BS OU De l'appui facial BS face BI, bascule du corps vers l'AR avec fermeture des jambes pour venir au siège BI | A: Epaules en dessous de la barre → 0,30 pt B: Bras fléchis → 0,30 pt Descente non contrôlée → 0,30 pt |
| B6 R |  | De la suspension BS, 1 pied sur BI, renversement AR à la BS pour arriver à l'appui. | Mouvement non continu - 0,20 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| B7 F |  | Du siège à la BI ou BS, 1/2 tour à l'appui facial avec déplacement latéral autour du bras d'appui. | Bras d'appui fléchis - 0,20 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| B8 F |  | Du siège latéral écarté BI ou BS 1/2 tour en changeant les prises et simultanément dégager la jambe par dessus la barre. | Touche de la barre - 0,20 pt Mouvement non continu - 0,20 pt |
| B9 |  | De la suspension BS, pieds sur BI jambes fléchies. Simultanément par poussée des jambes et appui des bras (épaules au dessus de la barre), s'élancer vers l'AR et sortie repoussée corps tendu réception à la station debout. | Manque d'élévation → 0,30 pt |
| B10 |  | Du siège BI face BS Sortie filée | Pieds ne passant pas au niveau de la BS → 0,30 pt |

| C | 2004/08 | BARRES ASYMETRIQUES FILLES | |
|----------------|---------|---|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| C1 | | De la station faciale mains sur BI, 1 pied sur BI jambe tendue, s'établir au siège latéral écarté par temps de bascule, jambes tendues (entrée oscillation) Crochet de jambes = élément non réalisé | Bras fléchis → 0,30 pt |
| C2 | | De la station faciale, mains sur BI, 1 pied sur BI jambe tendue, s'établir au siège par engagé des 2 jambes tendues par temps de bascule. (Bascule engagée) | Bras fléchis → 0,30 pt Jambes fléchies → 0,30 pt |
| C3 AP | | De l'appui facial sur BI ou BS, pose des pieds jambes groupées ou écartées OU De l'appui facial sur BI ou BS engager une jambe fléchie puis tendue pour arriver au siège. | Pose alternative des pieds - 0,20 pt ----- Touche du pied - 0,20 pt |
| C4 AS SA | | De la suspension à la BS, balancer AV, AR engager les 2 jambes tendues serrées ou écartées par dessus la BI pour arriver au siège. (possible en entrée) | Passage de la jambe sur le coté - 0,30 pt |
| C5 AS SA | | De l'appui facial BS, prise d'élan corps à l'horizontale pour arriver à la suspension. | Manque de repoussé → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| C6 R | | Tour avant d'une jambe: du siège écarté latéral sur BI ou BS, mains en supination, rotation avant, retour au siège écarté. Pas de retour au siège = élément non réalisé | Corps cassé → 0,20 pt Bassin décollé de la barre → 0,30 pt (à l'arrivée) |
| C7 F | | Départ debout sur 1 ou 2 pieds, sur BI, mains sur BS, élévation des jambes en AV avec 1/2 tour. (Contre volée.) | Contre volée désaxée - 0,20 pt Manque d'élévation → 0,30 pt |
| C8 F | | De l'appui sur BS passage d'une jambe par coupé, 1/2 tour et dégager l'autre jambe. 1/2 tour en appui sur BS | Bras fléchis → 0,30 pt |
| C9 | | De la station jambes serrées sur BI, mains sur BS lancer jambes écarts sur BS et sortie filée. (pieds-mains) | Manque d'élévation du bassin → 0,30 pt |
| C10 | | De la station jambes écartées ou serrées sur BI, saisir BI et sortie filée (pieds-mains) | Manque d'élévation du bassin → 0,30 pt |

| D | 2004/08 | BARRES ASYMETRIQUES FILLES | |
|----------------|---|---|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| D1 |  | Bascule faciale ou Bascule dorsale, engager les 2 jambes tendues | Bras fléchis → 0,30 pt Appuis alternatifs - 0,20 pt Touche barre ou sol - 0,20 pt |
| D2 |  | Bascule, engager d'une jambe Crochet de jambe = exercice non réalisé | Bras fléchis → 0,30 pt Touche de la barre - 0,20 pt |
| D3 AP |  | De l'appui facial sur BI ou Bs, engager les 2 jambes fléchies puis tendues pour arriver au siège. | Manque d'élévation dans le repoussé → 0,30 pt Touche barre - 0,20 pt |
| D4 AS SA |  | Du siège BI ou de la suspension s'établir à l'appui facial BS par temps de bascule. | Bras fléchis → 0,30 pt Appuis alternatifs - 0,20 pt |
| D5 AS SA |  | Du siège BS ou BI, oscillation 1 ou 2 jambes tendues, revenir au siège. Crochet de jambe = exercice non réalisé | Bras fléchis → 0,30 pt |
| D6 R |  | Tour d'appui arrière BI ou BS (possible en entrée) | Corps non gainé → 0,30 pt |
| D7 F |  | De l'appui facial BS, bascule du corps vers l'AR pour élever les jambes en AV et 1/2 tour. (Contre volée de l'appui.) | Contre volée désaxée - 0,20 pt Manque d'élévation du bassin → 0,30 pt |
| D8 F |  | De l'appui BS, prise d'élan, pose des pieds jambes serrées ou écartées; bascule du corps vers l'AR pour élever les jambes en AV et 1/2 tour. (départ pieds-mains contre volée) | Manque d'élévation du bassin → 0,30 pt Contre volée désaxée - 0,20 pt |
| D9 |  | Balancer vers l'AV et sortie salto AR, corps groupé, carpé ou tendu. | Manque d'élévation du bassin → 0,30 pt Chute près de la barre → 0,30 pt |
| D10 |  | Sortie filée de l'appui facial ou du pied-mains ou De l'appui facial BI ou BS sortie par franchissement jambes écartées, dos BI. | Manque d'élévation du bassin → 0,30 pt Passer jambes fléchies → 0,30 pt |

POUTRE

I - GENERALITES:

Hauteur de la poutre = 1,20 m .
1 tremplin autorisé

II - DIFFICULTE : 3 Points maximum

A = 0,20 pt B = 0,30 pt C = 0,40 pt D = 0,50 pt

Minimum 6 éléments choisis indistinctement dans les catégories A, B, C ou D.

Un 7^{ème} élément pourra être pris en compte dans le jugement ; mais la valeur maximale attribuée ne pourra excéder **3 points**.

Tout élément non réalisé ou réalisé avec aide entraîne la suppression de sa valeur.

En dessous de 6 éléments, tout élément manquant est pénalisé de 1pt sur la note finale (pénalité).

III - COMPOSITION : 2 Points maximum

Les quatre exigences sont :

MP Un élément de maintien (groupe 3)..... **0,40 pt**

M Un élément de maintien autre que pédestre (groupe 4) **0,40 pt**
Un **o** associé à une figurine symbolise un maintien **tenu de 2 secondes**

SG Une série gymnique de 2 éléments dont un saut (groupes 5 et 6)..... **0,40 pt**
Les deux éléments doivent être enchaînés sans pas intermédiaire

AC Un élément acrobatique hormis l'entrée et la sortie (groupes 7 et 8)..... **0,40 pt**

Impression générale : Enchaîner et unir les éléments harmonieusement..... jusqu'à **0,40 pt**

IV - EXECUTION : 5 Points maximum

La durée de l'enchaînement ne doit pas excéder 1mn 10

(Le chronométrage doit être arrêté à chaque chute)

. si plus de 1 mn 10 - 0,20 pt

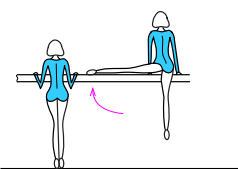
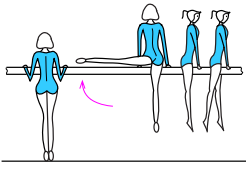
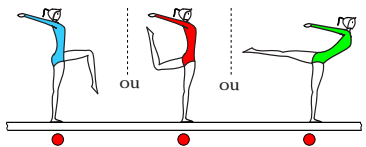
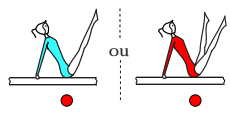
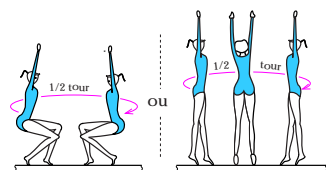
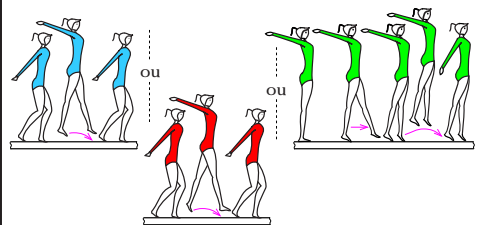

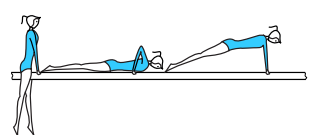
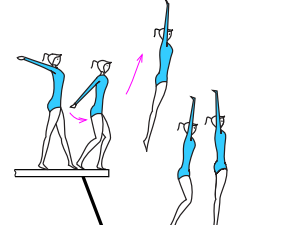
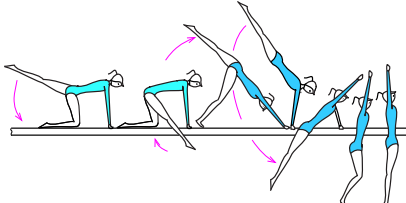
. Marche sur pieds plats chaque fois - 0,10 pt

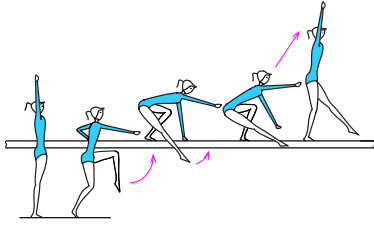
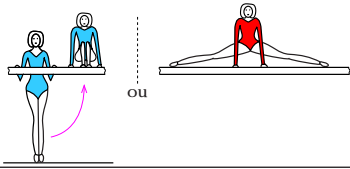
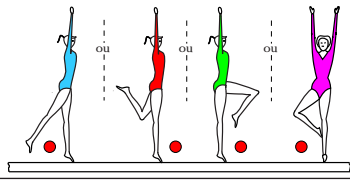
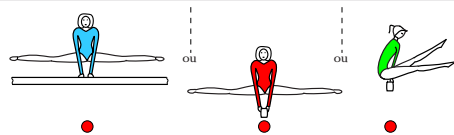
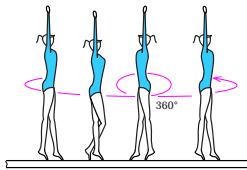
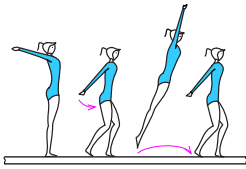
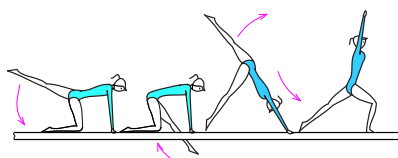
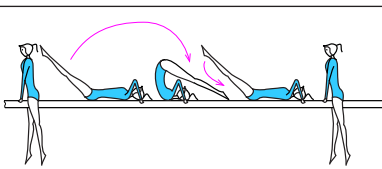
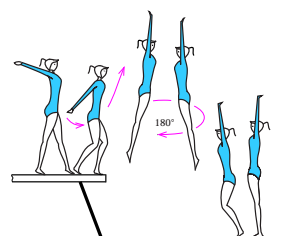
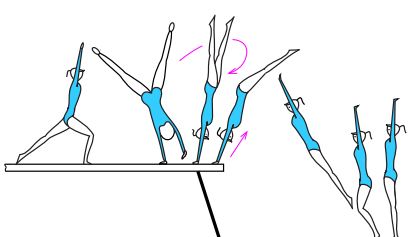
. Moins de 2 longueurs - 0,20 pt

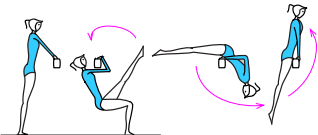
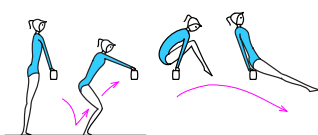
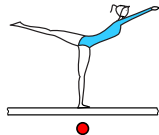
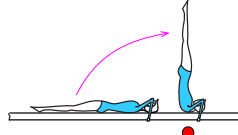
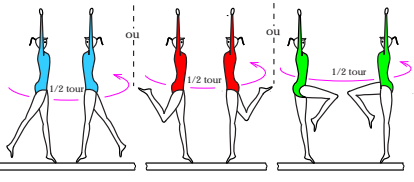
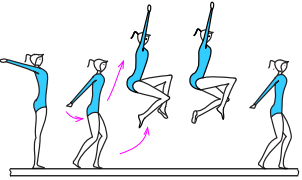
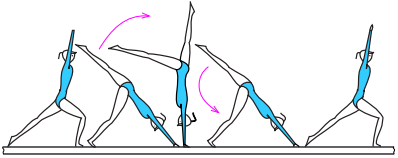
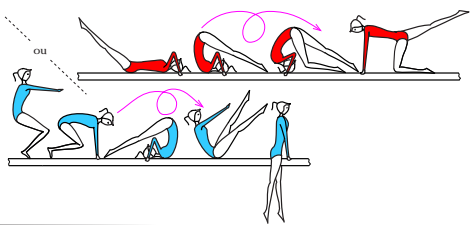
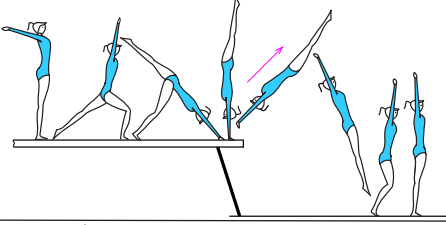
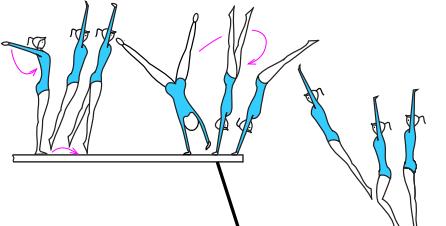
. Jambe non maintenue lorsque cela est demandé - 0,20 pt

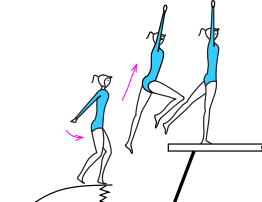
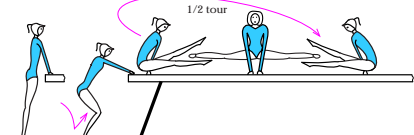
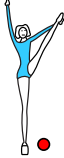
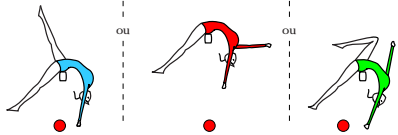
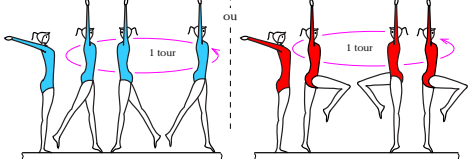
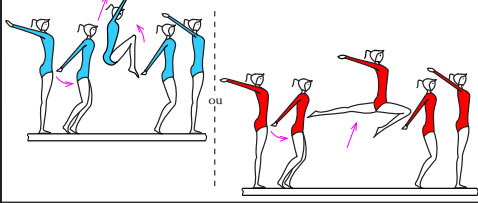
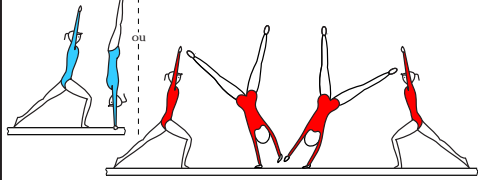
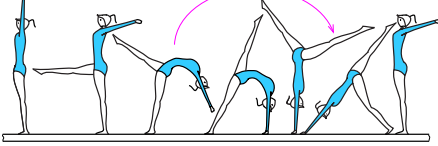
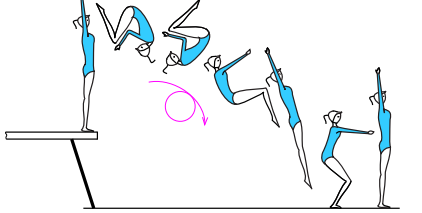
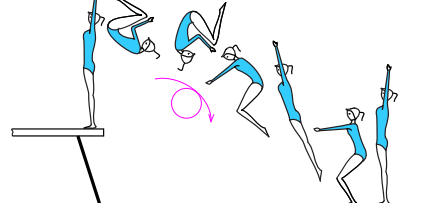
. Mains sous la poutre quand cela n'est pas demandé = élément non réalisé

Aux fautes spécifiques s'ajoutent les fautes de tenue et de technique, les fautes typiques, les fautes particulières et les fautes de comportement (p. 4 et 5).

| A | 2004/08 | POUTRE FILLES | |
|----------|---|--|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| A1 |  | Sauter à l'appui facial latéral en posant un pied latéralement sur la poutre, jambes tendues. | Corps non gainé → 0,30 pt |
| A2 |  | De la station faciale latérale, sauter à l'appui tendu et sans arrêt passer une jambe tendue latéralement et par 1/4 de tour s'établir au siège latéral. | Mouvement non continu - 0,20 pt |
| A3 MP |  | Élément de maintien sur un pied jambe d'appui tendue, bras libres (tenu 2 sec) ● Non tenu = non réalisé | Jambe d'appui fléchie - 0,20 pt |
| A4 M |  | Equilibre fessier avec pose des mains en AR, jambes tendues serrées ou écartées (tenu 2 sec) "fermeture jambes-tronc" ● Non tenu = non réalisé | Dos rond - 0,20 pt Manque de fermeture → 0,30 pt |
| A5 SG |  | 1/2 tour accroupi ou debout, dos vertical, bras libres. | 1/2 tour pieds à plat - 0,20 pt Buste non vertical → 0,30 pt |
| A6 SG |  | Soubresaut sans ou avec changement de pieds, réception 2 pieds ou 1 pas chassé bras libres | Manque d'amplitude → 0,30 pt |
| A7 AC |  | De l'appui manuel et sur 1 genou, élaner la jambe libre d'AV en AR pour s'établir à la station fente AV mains sur la poutre | Manque d'amplitude → 0,30 pt Manque de gainage → 0,30 pt |
| A8 AC |  | Du siège écarté, venir au coucher ventral, mains niveau poitrine, puis venir à l'appui manuel et pedestre, coup de pied sur poutre corps gainé | Placement non gainé → 0,30 pt |
| A9 |  | Sortie en bout de poutre: par impulsion 1 ou 2 pieds, saut vertical et réception à la station debout. | Hauteur insuffisante → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| A10 |  | De l'appui manuel et sur un genou, élaner la jambe libre d'AV en AR et sortie costale. | Hauteur insuffisante → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |

| B | 2004/08 | POUTRE FILLES | |
|----------|---|--|--|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| B1 |  | De la station oblique, avec ou sans élan, appel d'1 pied, pose d'1 pied sur la poutre avec appui d'1 main, jambe libre en AV, puis s'établir à la station debout. Si pas d'établissement debout = non comptabilisé. | Appui prolongé de la main → 0,30 pt |
| B2 |  | De la station faciale latérale, sauter à l'appui manuel et pédestre jambes groupées ou tendues écartées. | Manque d'amplitude → 0,30 pt |
| B3 MP |  | Élément de maintien sur un pied jambe d'appui tendue, bras libres sur 1/2 pointes (tenu 2 sec) ● Non tenu = non réalisé | Non réalisé sur 1/2 pointes = A3 |
| B4 M |  | Equerre écartée tenue 2 sec. Jambes tendues au dessus de la poutre. | Jambes sous le niveau de la poutre = non réalisé |
| B5 SG |  | Tour enveloppé sur 2 pieds (sur 1/2 pointes), bras libres, sans arrêt. | Tour pieds à plat - 0,20 pt Mouvement non continu - 0,20 pt |
| B6 SG |  | Appel 2 pieds, saut en progression AV, réception 2 pieds | Manque d'amplitude → 0,30 pt |
| B7 AC |  | De la station à genou, sur la poutre jambe libre élevée, par fouetté de la jambe libre et extension de la jambe d'appui, placement du corps dans l'alignement des bras et arriver en fente. | Manque d'amplitude → 0,30 pt Manque d'alignement → 0,30 pt |
| B8 AC |  | De la station assise, basculer en AR jambes tendues, pose des mains sur la poutre, pose des pieds, puis revenir au siège écarté (culbuto) Mains sous la poutre = non réalisé | Pas de pose de pieds - 0,20 pt Mouvement non continu - 0,20 pt |
| B9 |  | Sortie en bout de poutre: par impulsion des 2 pieds, saut vertical avec 1/2 tour | Manque d'élévation → 0,30 pt Corps non gainé → 0,30 pt |
| B10 |  | Sortie en rondade. | Manque d'impulsin des bras → 0,30 pt Pas de passage à la verticale → 0,30 pt 1/4 de tour non réalisé - 0,20 pt |

| C | 2004/08 | POUTRE FILLES | |
|----------|---|--|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| C1 |  | De la station faciale latérale, s'établir à l'appui facial par renversement AR (mains dessous autorisées). | Mouvement non continu - 0,20 pt |
| C2 |  | De la station faciale latérale: sauter à l'appui et passer les 2 jambes fléchies puis tendues entre les bras pour arriver au siège. Entrée par engagé de jambes. | Mouvement non continu - 0,20 pt Touche de pied - 0,20 pt |
| C3 MP |  | Planche faciale jambe d'appui tendue, jambe libre au dessus de l'horizontale (tenue 2 sec) | Buste non aligné → 0,30 pt |
| C4 M |  | Chandelle mains sous la poutre ● tenue 2 sec | Corps non gainé → 0,30 pt |
| C5 SG |  | 1/2 tour sur 1 pied, sur 1/2 pointes, position de la jambe libre indifférente, arrivée jambe libre maintenue. (pivot) | Pieds à plat → 0,20 pt Jambe libre non maintenue - 0,20 pt |
| C6 SG |  | Impulsion saut de chat, réception libre. Genoux sous l'horizontale = élément non comptabilisé | Manque d'élévation → 0,30 pt |
| C7 AC |  | De la fente AV, venir à l'ATR 1 jambe à la verticale, puis revenir en fente AV. | Corps non gainé → 0,30 pt Manque d'alignement → 0,30 pt |
| C8 AC |  | Roulade AR: pose des mains sur la poutre, arrivée libre ou Roulade AV départ libre: pose des mains sur la poutre, arrivée libre | Déséquilibre → 0,30 pt Arrêt dans la rotation → 0,20 pt |
| C9 |  | En bout de poutre: sortie en saut de mains | Réception trop près de la poutre → 0,30 pt Bras fléchis → 0,30 pt Pas d'impulsion des bras → 0,30 pt En souplesse → 0,50 pt Epaules en AV → 0,30 pt |
| C10 |  | Rondade avec élan. (départ pieds joints et sursaut) Si arrêt après élan = B10 | Manque d'impulsion des bras → 0,30 pt Pas de passage à la verticale → 0,30 pt 1/4 de tour non réalisé - 0,20 pt |

| D | 2004/08 | POUTRE FILLES | | |
|----------|---------|---|---|---|
| | | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| D1 | |  | En bout de poutre ou sur le coté: entrée par saut à la station debout, sans aide des mains. Appel et réception libres (1 ou 2 pieds). | Manque d'impulsion → 0,30 pt |
| D2 | |  | Entrée en équerre en bout de poutre puis 1/2 tour en maintenant les jambes à l'équerre. Jambes non maintenues à l'équerre pendant le 1/2 tour = B4 | Mouvement non continu - 0,20 pt |
| D3 MP | |  | Pied dans la main (Y tenu 2 sec) ● non tenu = non réalisé | Jambes fléchies → 0,30 pt Buste cassé → 0,30 pt Ecart insuffisant → 0,30 pt |
| D4 M | |  | Position couchée dorsale transversale sans appui des mains (2 sec) jambes écartées, tendues ou fléchies ● non tenue = non réalisée | Non stabilisé → 0,30 pt |
| D5 SG | |  | 1 tour sur 1 pied, sur 1/2 pointes, position de la jambe libre indifférente, arrivée jambe libre maintenue. | Jambe libre non maintenue - 0,20 pt Touche de pied - 0,20 pt |
| D6 SG | |  | Impulsion 2 pieds, saut groupé genoux à la poitrine, buste vertical. Genoux sous l'horizontale = élément non comptabilisé ou Saut de biche impulsion 1 ou 2 pieds retour libre. | Manque d'élévation → 0,30 pt Réception non stable → 0,30 pt |
| D7 AC | |  | Appui tendu renversé facial tenu, jambes tendues, serrées Roue ou Chute avant la pose d'1 pied = élément non comptabilisé | Corps non gainé → 0,30 pt Mouvement non continu - 0,20 pt |
| D8 AC | |  | Souplesse AR Chute avant la pose d'1 pied = élément non comptabilisé | Mouvement non continu - 0,20 pt |
| D9 | |  | Sortie salto AV groupé appel 2 pieds | Groupé insuffisant → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,30 pt |
| D10 | |  | Salto AR. | Manque d'élévation → 0,30 pt Groupé insuffisant → 0,30 pt |

SOL FILLES

I - GENERALITES:

L'enchaînement se fait sur un praticable (12m x 12m), les tapis supplémentaires sont interdits.
La musique est obligatoire.

II - DIFFICULTE : 3 Points maximum

A = 0,20 pt B = 0,30 pt C = 0,40 pt D = 0,50 pt

Minimum 6 éléments choisis indistinctement dans les catégories A, B, C ou D.

Un 7^{ème} élément pourra être pris en compte dans le jugement ; mais la valeur maximale attribuée ne pourra excéder **3 points**.

Tout élément non réalisé ou réalisé avec aide entraîne la suppression de sa valeur.

En dessous de 6 éléments, tout élément manquant est pénalisé de 1pt sur la note finale (pénalité).

III - COMPOSITION : 2 Points maximum

Les quatre exigences sont :

ATR Un passage à l'appui tendu renversé (groupe 1) **0,40 pt**

SM Un élément de souplesse ou de maintien (groupes 2, 3 et 4) **0,40 pt**
Un **o** associé à une figurine symbolise un maintien **tenu de 2 secondes**

SG Une série gymnique dont un saut (groupes 5, 6 et 7) **0,40 pt**
Les deux éléments doivent être enchaînés sans pas intermédiaire

AC 2 éléments acrobatiques hormis l'entrée et la sortie (groupes 8, 9 et 10) **0,40 pt**

Impression générale : Enchaîner et unir les éléments harmonieusement jusqu'à **0,40 pt**

IV - EXECUTION : 5 Points maximum

Le chronomètre démarre au premier mouvement de la gymnaste et s'arrête au dernier mouvement.

La durée de l'enchaînement se situe entre 30 sec et 1 mn.

- si moins de 30 sec. - 0,50 pt

- si plus de 1 mn. - 0,20 pt

Sortie du praticable - 0,10 pt

Utilisation insuffisante de l'espace Jusqu'à 0,30 pt

Pas de musique - 1,00 pt

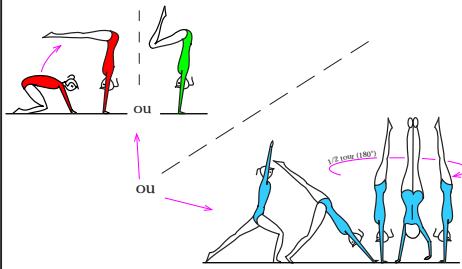
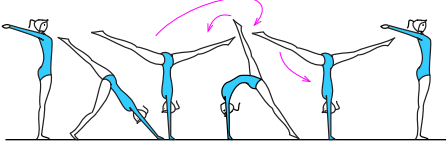
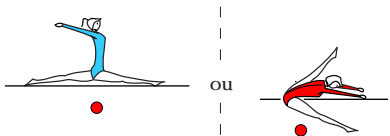

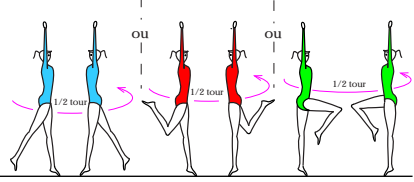
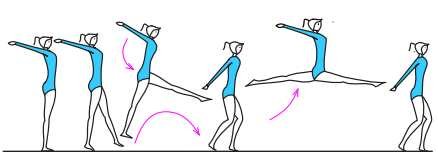
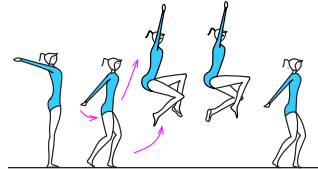
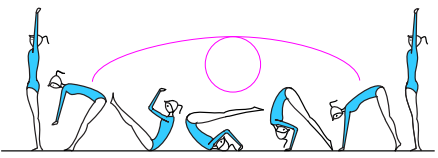
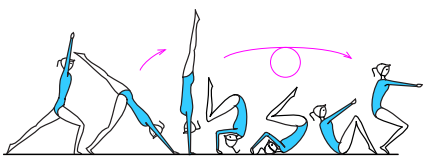
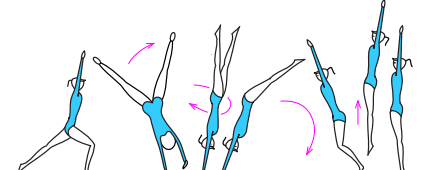
Musique avec paroles - 1,00 pt

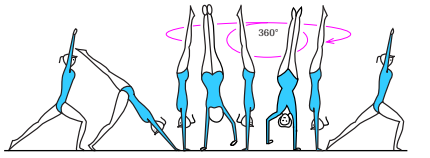
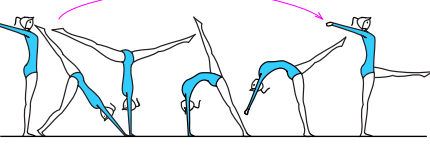
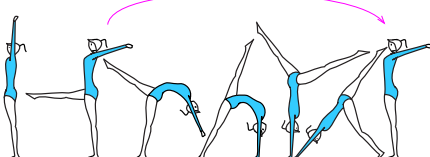
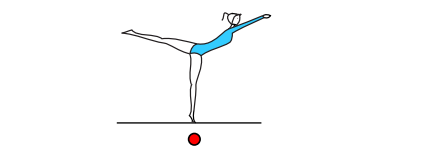
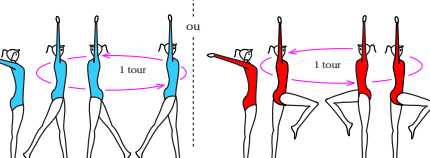
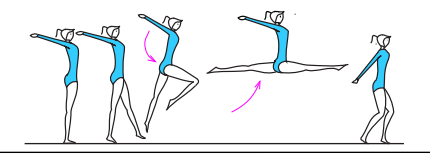
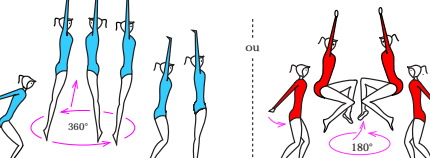
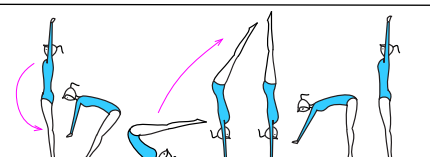
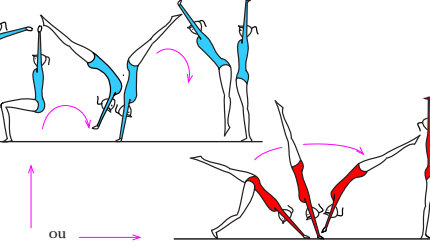
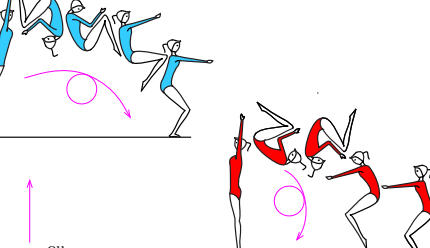
Terminer avant ou après la musique - 0,10 pt

Aux fautes spécifiques s'ajoutent les fautes de tenue et de technique, les fautes typiques, les fautes particulières et les fautes de comportement (p. 4 et 5).

| A | 2004/08 | SOL FILLES | |
|-----------|---------|---|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| A1 ATR | | De la fente avant, venir à l'ATR, une jambe à la verticale, puis revenir en fente avant. | Manque d'alignement → 0,30 pt |
| A2 SM | | De la station couchée dorsale, extension dorsale pour arriver en position assise, dos droit, jambes 1/2 fléchies. Onde dorsale | Mouvement non continu - 0,20 pt Manque d'extension dorsale → 0,30 pt |
| A3 SM | | Grand battement jambes au dessus de l'horizontale, jambe d'appui tendue. Jambe sous l'horizontale = élément non réalisé | Jambe d'appui fléchie → 0,30 pt |
| A4 SM | | Élément de maintien sur un pied jambe d'appui tendue, tenu 2 sec bras libres (attitude AV, AR, ou arabesque) ● Non tenu 2 sec = non réalisé | Buste cassé → 0,30 pt Jambes d'appui fléchie → 0,30 pt |
| A5 SG | | Tour naturel sur 1/2 pointes, bras libres | Mouvement non continu - 0,20 pt |
| A6 SG | | 2 pas chassés avant enchainés sur 1/2 pointes, bras libres ou Pas de bourrée | Manque d'amplitude → 0,30 pt Mouvement non continu - 0,20 pt |
| A7 SG | | Saut vertical, appel 2 pieds, jambes tendues serrées ou écartées réception 2 pieds | Manque d'amplitude → 0,30 pt |
| A8 AC | | Départ sur les pieds, roulade arrière arrivée sur les pieds, jambes tendues, écartées. | Manque de poussée des bras → 0,30 pt Roulade désaxée - 0,20 pt |
| A9 AC | | Départ libre, roulade AV arrivée sur 1 ou 2 pieds | Aide des mains → 0,30 pt |
| A10 AC | | Départ fente, bras dans le prolongement du corps, roue arrivée libre. | Passage non à la verticale → 0,30 pt |

| B | 2004/08 | SOL FILLES | |
|-----------|---------|---|--|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| B1 ATR | | <p>Départ accroupi mains au sol placement de dos</p> <p>ou</p> <p>De la fente avant, venir à l'ATR, jambe serrées ou écartées, retour libre</p> | <p>Manque d'alignement → 0,30 pt</p> |
| B2 SM | | <p>De la station couchée dorsale, s'établir en pont tenu 2 sec., jambes serrées et tendues.</p> <p>Non tenu = non réalisé</p> | <p>Ouverture insuffisante des épaules → 0,30 pt</p> <p>Jambes fléchies → 0,30 pt</p> |
| B3 SM | | <p>Chandelle tenue 2 sec, bras tendus en appui au sol.</p> <p>Non tenue = non réalisée</p> | <p>Manque d'alignement → 0,30 pt</p> |
| B4 SM | | <p>Planche faciale tenue 2 sec, jambe d'appui tendue, jambe libre à l'horizontale minimum</p> <p>(si en dessous = A4)</p> | <p>Buste non aligné → 0,30 pt</p> |
| B5 SG | | <p>Tour enveloppé sur 2 pieds, sur 1/2 pointes, bras libres.</p> | <p>Mouvement non continu - 0,20 pt</p> |
| B6 SG | | <p>1pas, assemblé - sissonne</p> | <p>Manque d'élévation → 0,30 pt</p> <p>Mouvement non continu - 0,20 pt</p> <p>Jambe AR non maintenue - 0,20 pt</p> |
| B7 SG | | <p>Appel deux pieds, saut vertical avec 1/2 tour, réception 2 pieds.</p> | <p>Corps non gainé → 0,30 pt</p> <p>Manque d'élévation → 0,30 pt</p> |
| B8 AC | | <p>Départ sur les pieds, roulade arrière arrivée sur les pieds jambes fléchies.</p> | <p>Manque de poussée des bras → 0,30 pt</p> |
| B9 AC | | <p>Départ libre, roulade AV arrivée jambes écartées, se relever avec l'aide des mains entre les jambes.</p> | <p>Manque de rythme → 0,30 pt</p> |
| B10 AC | | <p>Roue pied-pied Le 2^{ème} pied vient se placer au niveau du 1^{er} immédiatement suivi d'un saut vertical.</p> | <p>Mouvement non continu - 0,20 pt</p> <p>Pas de passage à la verticale → 0,30 pt</p> <p>Manque de gainage → 0,30 pt</p> |

| C | 2004/08 | SOL FILLES | |
|-----------|---|--|--|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| C1 ATR |  | De la position à genoux, assis sur les talons, mains au sol, placement du dos à la verticale, jambes libres écartées ou serrées, groupées ou tendues, ou ATR puis 1/2 valse (180°) à l'ATR jambes serrées tendues. 1/2 tour non complet = B1 | Manque d'alignement → 0,30 pt |
| C2 SM |  | Départ debout renversement AV, pose d'un pied au sol, et revenir à la position initiale. Tic- Tac | Arrêt prolongé - 0,20 pt |
| C3 SM |  | Grand écart antéro-postérieur tenu 2 sec. ou écrasement facial jambes écartées Non tenu = non réalisé | Manque d'écart → 0,30 pt |
| C4 SM |  | Pied dans la main (Y tenu 2 sec.) Non tenu = non réalisé | Buste cassé → 0,30 pt Ecart insuffisant → 0,30 pt Jambes fléchies → 0,30 pt |
| C5 SG |  | 1/2 tour sur un pied, sur 1/2 pointes, position de la jambe libre indifférente, arrivée jambe libre maintenue. | Pied plat - 0,20 pt Jambe libre non maintenue - 0,20 pt |
| C6 SG |  | 1 pas assemblé saut écart antéro-postérieur réception 2 pieds | Manque de continuité dans les sauts - 0,20 pt Manque d'élévation → 0,30 pt |
| C7 SG |  | Saut de chat Genoux sous l'horizontale = élément non comptabilisé. | Manque d'élévation → 0,30 pt |
| C8 AC |  | Roulade arrière jambes tendues (du départ à l'arrivée) et bras tendus à l'arrivée. Si jambes fléchies pendant ou bras fléchis à l'arrivée = B8 | Manque de rythme → 0,30 pt |
| C9 AC |  | De la fente AV, ATR et roulade avant arrivée libre. | Pas d'alignement dans l'ATR → 0,30 pt |
| C10 AC |  | Rondade saut vertical ou suivie d'un autre élément avec envol. | Manque de repousser des bras → 0,30 pt Redressement insuffisant dans la courbette → 0,30 pt |

| D | 2004/08 | SOL FILLES | |
|-----------|---|---|---|
| | CROQUIS | TEXTE | Fautes typiques |
| D1 ATR |  | De la fente avant, venir à l'ATR, puis 1 tour à l'ATR jambes serrées et tendues, retour en fente Valse non complète = C1 | Manque d'alignement → 0,30 pt |
| D2 SM |  | Souplesse AV d'une jambe (Maintien de la jambe) | Ouverture d'épaules insuffisante → 0,30 pt Jambe libre non maintenue - 0,20 pt |
| D3 SM |  | Départ pieds décalés souplesse AR d'une jambe | Manque de passage à l'ATR → 0,30 pt |
| D4 SM |  | Planche faciale sur 1/2 pointes tenue 2 sec. Jambe libre minimum à l'horizontale Si planche sur pied plat = B4 Non tenue = non réalisée | Buste non aligné → 0,30 pt |
| D5 SG |  | Tour sur 1 pied sur 1/2 pointe, position de la jambe libre indifférente arrivée jambe libre maintenue. | Pied plat - 0,20 pt Jambe libre non maintenue - 0,20 pt |
| D6 SG |  | Grand jeté AV jambe avant tendue grand écart (exigé). | Manque d'élévation → 0,30 pt |
| D7 SG |  | Appel 2 pieds, saut vertical tour complet (pirouette) réception 2 pieds ou Saut de chat 1/2 tour genoux sous l'horizontale = élément non comptabilisé | Corps non gainé → 0,30 pt Manque d'élévation → 0,30 pt Si pas 360° en saut pirouette = B7 |
| D8 AC |  | Roulade AR bras tendus, avec passage à l'ATR, jambes serrées et tendues. Bras fléchis = B8 | Manque de rythme → 0,30 pt Manque d'alignement → 0,30 pt Corps ne passant pas à la verticale = C8 |
| D9 AC |  | Flic flac AR arrivée sur 1 ou 2 pieds ou Saut de mains réception 1 ou 2 pieds | Manque d'ouverture → 0,30 pt Manque de repoussé des bras → 0,30 pt Arrivée corps cassé → 0,30 pt Jambes fléchies → 0,30 pt |
| D10 AC |  | Salto AV groupé appel 2 pieds et réception 2 pieds ou pieds décalés ou Salto AR groupé | Manque de hauteur → 0,30 pt Manque de grouper → 0,30 pt |