



# CODE DE POINTAGE 2025-2028

Fédération Internationale de Gymnastique



## PARTIE I – REGLEMENTS CONCERNANT LES PARTICIPANTS AUX COMPETITIONS

### SECTION 1 – Objectif..... P4

### SECTION 2 – Règlement pour les gymnastes ..... P4 à 8

- 2.1 Droits des gymnastes
- 2.2 Responsabilités des gymnastes
- 2.3 Devoirs des gymnastes
- 2.4 Sanctions pour comportement des gymnastes
- 2.5 Serment des gymnastes

### SECTION 3 - Règlements pour les entraineurs ..... P9 à 11

- 3.1 Droits des entraineurs
- 3.2 Responsabilités des entraineurs
- 3.3 Sanctions pour comportement des entraineurs
- 3.4 Réclamations
- 3.5 Serment des entraineurs

### SECTION 4 – Règlements pour le comité technique ..... P12-13

- 4.1 Présidente du CTF
- 4.2 Membres du CTF

### SECTION 5 – Règlements et composition des jurys aux agrès ..... P14 à 18

- 5.1 Responsabilités des juges
- 5.2 Droits des juges
- 5.3 Composition du jury à l'agrès
- 5.4 Rôle du jury à l'agrès
- 5.5 Rôle des juges chronométreurs, juges de lignes et secrétaires
- 5.6 Placement des juges
- 5.7 Serment des juges

## PARTIE II – EVALUATION DES EXERCICES

### SECTION 6 – Calcul de la note..... P19-20

- 6.1 Généralités
- 6.2 Calcul de la note finale
- 6.3 Exercice trop court

### SECTION 7 – Règlement pour la NOTE D.....P21 à 26

- 7.1 Note D Saut, Barres, Poutre, Sol
- 7.2 Valeur de difficulté (VD)
- 7.3 Exigences de composition (EC)
- 7.4 Valeurs de liaisons (VL) et Bonus

**SECTION 8 – Directives techniques ..... P27 à 34**

8.1 Tous les agrès

8.2 Poutre et Sol

8.3 Exigences pour les éléments gymniques particuliers

8.4 Barres asymétriques

**SECTION 9 – Règlements pour la NOTE E..... P35 à 38**

9.1 Présentation de la note E

9.2 Evaluation par le jury E

9.3 Tableau des déductions

**PARTIE III – AGRES**

**SECTION 10 – SAUT ..... P39 à 43**

**SECTION 11 – BARRES ASYMETRIQUES ..... P44 à 47**

**SECTION 12 – POUTRE D’EQUILIBRE ..... P48 à 53**

**SECTION 13 – EXERCICE AU SOL ..... P54 à 59**

**TABLEAUX D’ELEMENTS**

**SECTION 14 – SAUT**

**SECTION 15 – BARRES ASYMETRIQUES**

**SECTION 16 – POUTRE D’EQUILIBRE**

**SECTION 17 – EXERCICE AU SOL**



## **PARTIE I - REGLEMENTS CONCERNANT LES PARTICIPANTS AUX COMPETITIONS**

### SECTION 1 - Objectif

L'objectif principal du Code de pointage est de :

1. Fournir un moyen objectif d'évaluer les exercices de gymnastes à tous les niveaux des compétitions régionales, nationales et internationales.
2. Standardiser le jugement des quatre phases des compétitions officielles de la FIG :
  - Qualifications
  - Finale par équipe
  - Finale du concours général
  - Finale par agrès
3. Assurer l'identification de la meilleure gymnaste dans tous les concours.
4. Guider les entraîneurs et les gymnastes dans la composition des exercices de compétition.
5. Fournir des informations sur la source d'autres informations techniques et règlements dont les juges, les entraîneurs et les gymnastes ont fréquemment besoin lors des compétitions.

### SECTION 2 - Règlement pour les gymnastes

#### 2.1 Droits des gymnastes

##### 2.1.1 Généralités

La gymnaste a le droit de :

- a) Faire en sorte que sa performance soit jugée correctement, équitablement et conformément aux dispositions du Code de pointage.
- b) Recevoir par écrit l'évaluation de la difficulté d'un nouveau saut ou d'un nouvel élément soumis dans un délai raisonnable avant le début de la compétition.
- c) Voir son score affiché publiquement immédiatement après sa prestation ou conformément au règlement spécifique de la compétition.
- d) Répéter l'ensemble de l'exercice (sans déduction) avec l'approbation du jury supérieur :
  - Si l'exercice a été interrompu pour des raisons indépendantes de sa volonté ou de sa responsabilité,
  - Si une manique est déchirée de manière significative entraînant une chute ou une interruption. La gymnaste doit immédiatement montrer la manique cassée au juge D1 avant de quitter le podium afin de recevoir l'autorisation de répéter l'exercice.

Note : Une gymnaste peut répéter l'exercice entier à la fin de la rotation, ou si elle est la dernière gymnaste de la rotation, à un moment donné à la discrétion du JS.
- e) Quitter brièvement la salle de compétition pour des raisons personnelles.

Note : Le concours ne peut être retardé du fait de son absence.
- f) Recevoir, par l'intermédiaire de son chef de délégation, le résultat correct, indiquant toutes les notes qu'elle a obtenues dans le cadre de la compétition.





### 2.1.2 Agrès

La gymnaste a le droit de :

- a) Disposer d'agrès et de tapis identiques dans les salles d'entraînement, la salle d'échauffement et sur le podium de compétition, conformes aux spécifications et normes des compétitions officielles de la FIG.
- b) Placer le tremplin sur le tapis de réception supplémentaire de 10 cm (Barres Asymétriques & Poutre).
- c) Utiliser de la magnésie aux barres asymétriques et pour faire de petites marques sur la poutre ;
- d) Avoir un assistant aux Barres Asymétriques.
- e) Se reposer ou récupérer jusqu'à 30 secondes après une chute aux Barres Asymétriques et 10 secondes après une chute à la poutre (sans déduction).
- f) S'entretenir avec son entraîneur pendant le temps qui lui est imparti après une chute de l'engin et entre le premier et le deuxième saut.
- g) Demander l'autorisation de monter les deux barres (BI & BS), si les pieds touchent le tapis pendant l'exercice, conformément aux normes les plus récentes des agrès.

#### ÉCHAUFFEMENT

##### Qualifications, finale du concours général, finale par équipe et finale par engin

- Chaque gymnaste en compétition (y compris la remplaçante d'une gymnaste blessée) a une période d'échauffement immédiatement avant la compétition sur le podium sur tous les agrès, conformément aux règlements techniques qui régissent cette compétition.
  - **SAUT** (équipes et groupes individuels)  
Finale du concours général, finale par équipe et finale par engin - deux essais seulement  
Qualification pour la finale par engin - trois essais au maximum
  - **POUTRE & SOL**  
30 secondes par gymnaste
  - **BARRES ASYMETRIQUES**  
30 secondes par gymnaste, y compris la préparation des Barres Asymétriques

##### NOTE:

- Lors des qualifications et de la finale par équipe, la totalité du temps d'échauffement appartient à l'équipe, à l'exception du saut. L'équipe doit faire attention au temps écoulé afin que la dernière gymnaste puisse bénéficier d'un échauffement.
- Dans les groupes mixtes, le temps d'échauffement appartient personnellement à la gymnaste. L'ordre de l'échauffement doit être l'ordre de la compétition.
- Lors des finales par engin, l'échauffement est divisé en deux groupes. Le premier groupe s'échauffe et se présente, le deuxième groupe s'échauffe et se présente.
- La fin de la période d'échauffement est signalée par un gong. Si, à ce moment-là, une gymnaste est encore sur l'engin, elle peut terminer l'élément ou la séquence commencée. Après la période d'échauffement ou pendant la "pause de compétition", l'engin peut être préparé (max. 2 personnes aux Barres Asymétriques) mais pas utilisé.
- Un signal clair sera donné par le juge D1 (lors des compétitions officielles de la FIG, un feu vert) 30 secondes avant le début de l'exercice.



## 2.2 Responsabilités des gymnastes

- a) Connaître le code de pointage et se comporter en conséquence.
- b) Soumettre, ou faire soumettre par son entraîneur, une demande écrite (dans un délai conforme aux règles spécifiques régissant cette compétition) au président du jury supérieur, afin d'évaluer la difficulté d'un nouvel élément.
- c) Soumettre, ou faire soumettre par son entraîneur, une demande écrite pour monter les deux barres asymétriques. Cette demande doit être annoncée aux organisateurs (dans un délai conforme aux règles spécifiques régissant cette compétition) et être vérifiée par la présidente ou un membre du jury supérieur pendant l'entraînement.

## 2.3 Devoirs de la gymnaste

### 2.3.1 Généralités

- a) Elle doit se présenter convenablement (en levant le/les bras) et ainsi saluer le juge D1 au début et à la fin de l'exercice.
- b) Elle doit commencer son exercice dans les 30 secondes après l'affichage de la lumière verte ou le signal du juge D1 (à tous les agrès).
- c) Après une chute, elle dispose de 30 secondes aux barres ou 10 secondes à la poutre avant de remonter sur l'agrès. (Le chronométrage commence lorsque la gymnaste après la chute est à nouveau sur ses pieds). Pendant cette période la gymnaste peut récupérer, remettre de la magnésie et s'entretenir avec son entraîneur.
- d) Elle doit quitter le podium immédiatement après avoir terminé son exercice.
- e) Elle doit s'abstenir de modifier la hauteur des agrès, sauf si elle a obtenu la permission.
- f) Elle doit s'abstenir pendant la compétition de parler aux juges en activité.
- g) Elle doit s'abstenir de retarder la compétition : rester sur le podium trop longtemps, remonter sur le podium après la fin de son exercice, et abuser de ses droits ou enfreindre ceux des participants.
- h) Après une chute de l'agrès, elle doit s'abstenir de rester intentionnellement à terre, afin d'éviter le décompte des 30 secondes du temps de chute - pour se reposer, ajuster ses maniques, recevoir de la magnésie de son entraîneur, retarder la compétition sans justification etc.
- i) Elle doit s'abstenir de tout autre comportement indiscipliné ou abusif, ou enfreindre les droits de tout autre participant (tels que : mettre des marques de magnésie sur le tapis du sol, endommager toute ou partie de la surface des agrès pendant la préparation de son exercice, utiliser de l'eau sur la surface de la poutre, enlever les ressorts des tremplins).
- j) Elle doit laisser le tapis supplémentaire (pour la sortie) en place pendant toute la durée de son exercice (barres et poutre).
- k) Elle doit utiliser le tapis supplémentaire de 10 cm placé au-dessus du tapis de réception de base (20 cm) pour les sorties au saut, aux barres et à la poutre.
- l) Elle doit participer aux cérémonies protocolaires qui la concerne en survêtement de compétition selon le protocole de la FIG.

### 2.3.2 Tenue de compétition

- a) Elle doit porter un justaucorps ou un académique (justaucorps une pièce avec les jambes couvertes des hanches aux chevilles) non transparent et élégant. Elle peut porter un collant de la même couleur que le justaucorps par-dessous ou par-dessus le justaucorps.



- b) Les gymnastes sont autorisées à porter un couvre-chef selon les règles FIG les plus récentes en matière de tenue de compétition et de publicité. Le décolleté du justaucorps/académique, doit être convenable devant et derrière, soit : pas plus bas que le milieu du sternum devant et pas plus bas que la ligne inférieure des omoplates derrière. Le justaucorps/académique peut être avec ou sans manches. Les bretelles doivent avoir au moins 2 cm de large.
- c) L'échancrure du justaucorps ne doit pas dépasser l'os de la hanche (maximum). La longueur du justaucorps ne peut pas dépasser une ligne horizontale de 2 cm en dessous de la base des fesses (tout autour de la jambe).
- d) Elle peut, à sa convenance, porter des chaussons et/ou des chaussettes.
- e) Elle doit porter le dossard fourni par le comité d'organisation. Après approbation de sa demande écrite, la gymnaste peut enlever le dossard dans les cas particuliers de tours sur le dos à la poutre et au sol. Le dossard doit être présenté au jury D au début de l'exercice.
- f) Elles doivent porter une identification nationale sur leur tenue de compétition, conformément aux règles FIG les plus récentes en matière de tenue de compétition et de publicité.
- g) Elle ne doit porter que les logos, publicités et marques de sponsors autorisés dans les plus récents règlements FIG en matière de tenue de compétition et de publicité.
- h) Les justaucorps/académiques des membres d'une même fédération doivent être identiques lors de la qualification et la finale par équipe. Lors de la compétition de qualification, les gymnastes individuelles (sans équipe) d'une même fédération peuvent porter des justaucorps/académiques différents.
- i) Les maniques, les bandages et les protections de poignets, sont autorisés ; ceux-ci doivent être bien attachés, en bon état et ils ne doivent pas nuire à l'esthétique. Les bandages doivent être de couleur beige ou couleur de la peau si disponibles chez le fabricant.
- j) Elle ne doit pas porter des bas/chaussettes de compression pendant la compétition.
- k) Elle ne doit pas porter des bijoux (bracelets ou colliers). Seules les petites boucles d'oreilles, type clous d'oreilles, sont autorisées.
- l) Elle ne doit pas porter des rembourrages au niveau des hanches, ou autre rembourrage.
- m) Un visage grimé n'est pas autorisé ; tout maquillage doit être modeste et non le portrait d'un personnage de théâtre (animal ou humain).

## 2.4 Pénalités pour le comportement d'une gymnaste

- a) Les pénalisations pour une infraction aux règles précisées dans les sections 2 et 3 sont considérées comme des fautes moyennes ou grandes : **- 0.30** pour fautes de comportement et **- 0.50** pour les fautes correspondant aux infractions aux agrès. La pénalisation est déduite par la présidente du jury supérieur, sur la note finale, sur notification du jury D.
- b) Un résumé des pénalisations apparaît dans la section 9.3.
- c) Dans des cas extrêmes, la gymnaste ou l'entraîneur peuvent être exclus de la salle de compétition, en plus de recevoir la pénalité correspondant à l'infraction.



Infractions relatives au comportement Par la présidente du jury supérieur sur notification du jury D	
Infractions	Pénalisations
Infractions relatives à la tenue vestimentaire <ul style="list-style-type: none"><li>• Rembourrages incorrects ou inesthétiques</li><li>• Absence d'identification nationale et/ou mauvais emplacement</li><li>• Absence de dossard</li><li>• Tenue incorrecte—justaucorps, bijoux, couleur de bandages etc.</li></ul>	<b>-0.30</b> Gym/ agrès de la note finale (une fois dans la session de compétition)
Infraction au règlement relatif à la tenue vestimentaire, applicable aux compétitions par équipe <ul style="list-style-type: none"><li>• Justaucorps non identiques (pour les gymnastes d'une même équipe)</li></ul>	<b>-1.00</b> Qualification et finale par équipe - appliqué une fois dans la phase de compétition à l'agrès ou l'infraction a été relevée.
Présence sur le podium non autorisée	<b>-0.30</b> de la note finale
Remonter sur le podium après la fin de l'exercice	<b>-0.30</b> de la note finale
Autres comportements indisciplinés ou abusifs.	<b>-0.30</b> de la note finale
Publicité incorrecte	<b>-0.30</b> de la note finale à l'agrès concerné, sur demande de la personne responsable <ul style="list-style-type: none"><li>• Équipe</li><li>• Gymnaste (compétition individuelle)</li></ul>
Ne pas participer à la remise des récompenses	Résultat et note finale annulés pour l'équipe et les individuelles.

Infractions relatives aux agrès Par la présidente du jury supérieur sur notification du jury D	
Infractions	Pénalisations
Utilisation incorrecte de la magnésie et/ou endommager les agrès	<b>-0.50</b> de la note finale
Ajouter, réorganiser ou enlever les ressorts du tremplin	<b>-0.50</b> de la note finale
Modifier la hauteur des agrès sans autorisation	<b>-0.50</b> de la note finale

## 2.5 Serment des gymnastes/athlètes (RT FIG 7.12.2)

*"Au nom de toutes les gymnastes/athlètes, je promets que nous prendrons part à ces Championnats du Monde (ou autre manifestation officielle de la FIG) en respectant et suivant les règles qui les régissent, en nous engageant pour un sport sans dopage et sans drogue, dans un esprit de sportivité, pour la gloire du sport et l'honneur des gymnastes/athlètes."*



## SECTION 3 - Règlement pour les entraîneurs

### 3.1 Droits des entraîneurs

#### Les entraîneurs ont le droit :

- a) D'assister les gymnastes ou l'équipe dont ils ont la responsabilité en soumettant des demandes par écrit concernant le changement de hauteur des barres asymétriques ou l'évaluation de la difficulté de nouveaux saut(s) ou élément(s).
- b) D'assister les gymnastes ou l'équipe dont ils ont la responsabilité pendant la durée de l'échauffement sur le podium à tous les agrès.
- c) D'aider les gymnastes ou l'équipe à préparer les agrès pour la compétition :
  - Au saut pour préparer le collier de sécurité.
  - Au saut, aux barres et à la poutre pour préparer le tremplin et placer le tapis de réception supplémentaire.
  - Aux barres pour régler et préparer les barres.
- d) D'être présents sur le podium après l'affichage de la lumière verte pour enlever le tremplin :
  - A la poutre (ils doivent ensuite quitter immédiatement le podium).
  - Aux barres – gymnaste ou entraîneur (ils doivent ensuite quitter immédiatement le podium).
- e) D'être présents aux barres pendant l'exercice de la gymnaste pour des raisons de sécurité. Cela peut être l'entraîneur qui a enlevé le tremplin ou un autre.
- f) D'aider ou conseiller la gymnaste pendant la durée du temps de chute, à tous les agrès et entre le premier et le deuxième saut.
- g) D'avoir les notes de leurs gymnastes affichées immédiatement après leur passage ou selon les règles particulières qui régissent la compétition.
- h) D'être présents à tous les agrès pour apporter leur aide en cas de blessure ou d'agrès défectueux.
- i) De se renseigner, auprès du jury supérieur, au sujet de l'évaluation du contenu de l'exercice (note D) de la gymnaste. (Voir RT article 8.5).
- j) De demander au jury supérieur de reconsidérer les déductions pour temps et lignes.

### 3.2 Responsabilités des entraîneurs

- a) Connaître le code de pointage et agir en conséquence.
- b) Remettre l'ordre de passage et toute autre information nécessaire concernant la compétition, comme stipulé dans le CODE DE POINTAGE et/ou le RT de la FIG.
- c) S'abstenir de changer la hauteur des agrès ou ajouter, réarranger ou enlever les ressorts du tremplin. (Voir section 2.1.2 : monter les porte-mains des barres asymétriques).



- d) S'abstenir de retarder la compétition, gêner la visibilité des juges, abuser de leurs droits ou ne pas respecter les droits des autres participants.
- e) S'abstenir de parler à la gymnaste ou l'aider par tout autre moyen (faire des signes, crier, encourager ou similaire) pendant son exercice.
- f) S'abstenir pendant la compétition, de discuter avec les juges en activité et/ou d'autres personnes à l'extérieur de l'aire de compétition (à l'exception du médecin de l'équipe et du chef de délégation).
- g) S'abstenir de tout autre comportement abusif ou indiscipliné.
- h) Se comporter de façon sportive et loyale pendant toute la compétition.
- i) Participer de façon sportive durant les cérémonies protocolaires.

**NOTE :** voir les déductions pour infractions et comportement anti sportif.

**Nombre d'entraîneurs autorisés dans l'aire de compétition :**

- Qualifications et Finale par équipe :
  - Équipes - 1 entraîneur femme et 1 entraîneur homme ou 2 femmes ; s'il n'y a qu'un entraîneur, celui-ci peut être une femme ou un homme.
  - Individuelle(s) – 1 entraîneur (F ou H).
- Concours général individuel et finale par agrès
  - Pour chaque gymnaste – 1 entraîneur (F ou H)



### 3.3 Sanctions pour comportement de l'entraîneur

Par la présidente du jury supérieur (après avoir consulté le jury supérieur)	Système de carton pour les compétitions officielles de la FIG et celles enregistrées à la FIG
<b>Comportement de l'entraîneur sans conséquence directe sur le résultat/performance de la gymnaste/équipe</b>	
Comportement antisportif (valable pour toutes les phases de compétition)	1 <sup>ère</sup> fois – Carton jaune pour l'entraîneur (avertissement)
	2 <sup>e</sup> fois – Carton rouge et exclusion de l'entraîneur de la compétition et/ou des salles d'entraînement *.
Autres sortes d'indisciplines et comportements abusifs flagrants. (valable pour toutes les phases de compétition)	Carton rouge immédiat et exclusion de l'entraîneur de la compétition et/ou des salles d'entraînement *.
<b>Comportement de l'entraîneur avec conséquence directe sur le résultat/performance de la gymnaste/équipe</b>	
Comportements antisportif (valable pour toutes les phases de compétition)  Tels que: retard injustifié ou interruption de la compétition, parler avec les juges en activité pendant la compétition, parler directement à la gymnaste, lui faire des signes, crier (encouragements) ou tout comportement similaire, pendant l'exercice, etc.	1 <sup>ère</sup> fois <b>-0.50</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès) et Carton jaune pour l'entraîneur (avertissement)
	1 <sup>ère</sup> fois <b>-1.00</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès) et Carton jaune (avertissement) si l'entraîneur parle de <b>manière agressive</b> avec les juges en activité.
	2 <sup>e</sup> fois <b>-1.00</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès) Carton rouge et exclusion de l'entraîneur du plateau de compétition. *
Autres sortes d'indisciplines et comportements abusifs flagrants (valable pour toutes les phases de compétition) Tels que: présence incorrecte des personnes prévues dans l'aire de compétition pendant la compétition, et/ou préparation des agrès, etc.	<b>-1.00</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès) Carton rouge immédiat et exclusion de l'entraîneur du plateau de compétition*.

**Note :** Si un des deux entraîneurs d'une équipe est exclu de l'aire de compétition, il est possible de remplacer cet entraîneur par un autre entraîneur **une fois** pendant toute la compétition (par exemple : qualification).

1<sup>ère</sup> infraction = carton jaune

2<sup>ème</sup> infraction = carton rouge, et l'entraîneur est exclu pour le reste des phases de compétition.

\* S'il n'y a qu'un entraîneur, celui-ci peut rester à cette compétition, mais ne pourra pas être accrédité pour les prochains Championnats du Monde, Championnats du Monde Juniors, Jeux Olympiques, Jeux Olympiques de la Jeunesse.

### 3.4 Réclamations (RT 8.5)

La procédure pour les demandes de réclamations est détaillée dans le RT (section 1, art 8.5).

### 3.5 Serment des entraîneurs

"Au nom de tous les entraîneurs et des autres membres de l'entourage des athlètes, je promets que nous nous engagerons à veiller à ce que l'esprit sportif et l'éthique soient pleinement respectés et observés en accord avec les principes fondamentaux de l'Olympisme. Nous nous engageons à former les gymnastes/athlètes afin qu'ils adhèrent aux règles du fair-play, s'engagent pour un sport sans drogue et respectent toutes les Règles de la FIG qui régissent les Championnats du Monde (ou tout autre compétition officielle de la FIG).



## 4 SECTION 4 - Règlement pour le Comité Technique

Lors des compétitions officielles de la FIG et des jeux Olympiques, les membres du Comité Technique Féminin de la FIG constituent le jury supérieur et assurent les fonctions de superviseurs aux différents agrès.

### 4.1 La présidente du CTF

La présidente du Comité Technique Féminin ou sa représentante préside le jury supérieur. Avec les membres du jury supérieur, elle a la charge de :

- a) Diriger la direction technique de la compétition dans son ensemble comme défini dans le règlement technique.
- b) Mettre en place et présider toutes les réunions de juges et séances d'informations.
- c) Appliquer les prescriptions du règlement des juges relatives à la compétition.
- d) Traiter les demandes d'évaluation de nouveaux éléments, de montée des barres, retrait du dossard, et autres questions qui peuvent se présenter. De telles décisions sont généralement prises par le Comité Technique Féminin.
- e) S'assurer que l'horaire publié dans le plan de travail est respecté.
- f) Contrôler le travail des superviseurs à l'agrès et intervenir si c'est jugé nécessaire. En général aucune note ne peut être modifiée après son affichage sur le tableau des notes sauf en cas de réclamation, erreur de chronométrage et dépassement de ligne.
- g) Traiter les réclamations comme défini dans le règlement technique FIG (art 8.5).
- h) Prononcer, en collaboration avec les membres du jury supérieur, les avertissements ou remplacer toute personne concernée par le jugement et dont le travail est considéré comme insuffisant ou qui n'a pas respecté le serment des juges.
- i) Effectuer un contrôle vidéo avec le Comité Technique, après la compétition, pour relever les erreurs de jugement.
- j) Superviser le contrôle des mesures des agrès selon les normes des agrès de la FIG.
- k) Peut dans des circonstances particulières ou inhabituelles, désigner un juge pour la compétition.
- l) Soumettre un rapport au Comité Exécutif FIG, qui sera envoyé au secrétaire général de la FIG, le plus tôt possible et dans tous les cas au plus tard 30 jours après la manifestation. Il comprendra :
  - Les remarques générales concernant la compétition, y compris les événements particuliers, les conclusions et recommandations pour le futur.
  - L'analyse détaillée du travail des juges (*dans les 3 mois*) avec les propositions de :
    - Récompenses pour les meilleurs juges
    - Sanctions à l'encontre des juges n'ayant pas répondu aux attentes.
  - La liste détaillée de toutes les interventions :
    - Notes modifiées avant et après l'affichage.
- Les analyses techniques des notes D.





## 4.2 Les membres du CTF

Lors de chaque phase de compétition les membres du Comité Technique Féminin, ou leurs représentantes, remplissent la fonction de membres du jury supérieur et de superviseur à chaque agrès.

Elles ont la charge de :

- a) Participer à la conduite des réunions des juges et aux séances d'informations des juges, conseiller les juges pour un bon travail à leurs agrès respectifs
- b) Appliquer le "règlement pour les juges" avec équité, cohérence et en accord avec les règles et critères en cours de validité.
- c) Relever en écriture symbolique la totalité du contenu de l'exercice.
- d) Calculer la note D et la note E (*note de contrôle*) en vue de l'évaluation des jurys D et E.
- e) Contrôler la totalité du jugement et la Note Finale de chaque exercice.
- f) S'assurer que la note reçue par la gymnaste pour son exercice est correcte ou intervenir selon le règlement.
- g) Contrôler les agrès utilisés à l'entraînement, à l'échauffement sur podium et en compétition selon les normes des agrès de la FIG.



## SECTION 5 – Règlement et composition des jurys aux agrès

### 5.1 Responsabilités des juges

Chaque juge est totalement et personnellement responsable de ses notes. Le devoir de chaque membre du jury à l'agrès est :

- a) D'avoir une connaissance approfondie
  - Du règlement technique de la FIG
  - Du code de pointage
  - Du règlement FIG pour les juges
  - De toute autre information technique nécessaire à l'accomplissement de leur tâche pendant la compétition
- b) Posséder le brevet de juge international valide pour le cycle en cours.
- c) Être titulaire de la catégorie correspondant à la compétition qu'il doit juger.
- d) Avoir une connaissance étendue de la gymnastique contemporaine et comprendre l'intention, le but, l'interprétation, et l'application de chaque règle.
- e) Assister à toutes les séances d'information et réunions des juges programmées avant la compétition concernée (*le CTF/FIG statuera sur les cas exceptionnels qui pourraient se présenter*).
- f) Suivre toutes les instructions particulières liées à l'organisation ou au jugement, données par les autorités (*par ex. les instructions concernant le système de notation*).
- g) Assister aux entraînements sur podium pour le jury D.
- h) Être préparé soigneusement à tous les agrès.
- i) Être capable d'accomplir les diverses tâches indispensables y compris :
  - Compléter correctement toutes les feuilles de notes
  - Utiliser tout ordinateur ou équipement manuel nécessaire
  - Faciliter le bon déroulement de la compétition
  - Communiquer efficacement avec les autres juges
- j) Être bien préparé, reposé, vigilant, et présent au moins une heure avant le début de la compétition ou selon les instructions du plan de travail.
- k) Porter l'uniforme selon les prescriptions de la FIG (*tailleur bleu marine, jupe ou pantalon et chemisier blanc pour les femmes/chemise blanche avec cravate pour les juges masculins*) sauf pour les JO et autres compétitions pour lesquelles la tenue est fournie par le comité d'organisation.



### Pendant la compétition les juges doivent :

- a) En toutes circonstances se comporter de façon professionnelle, et se montrer exemplaires par une attitude non partisane.
- b) Remplir les fonctions spécifiées dans la section 5.4.
- c) Juger chaque exercice de manière précise, cohérente, rapide, objective et équitable, et en cas de doute prendre une décision au bénéfice de la gymnaste.
- d) Utiliser les feuilles pour l'écriture symbolique et conserver le relevé de leurs notes personnelles.
- e) Rester à leur place (*sauf avec l'accord du juge D1*) et s'abstenir d'avoir des contacts ou discussions avec les gymnastes, entraîneurs, chef de délégation ou d'autres juges.

Des sanctions seront appliquées aux juges dont l'évaluation et le comportement ne sont pas appropriés. Ces sanctions seront prises en accord avec la version en vigueur du règlement FIG pour les juges et/ou le RT qui s'appliquent à la compétition.

## 5.2 Droits des juges

En cas d'intervention du jury supérieur, le juge a le droit de justifier sa note et accepter (*ou non*) une modification.

En cas de désaccord, le jury supérieur peut rejeter les explications du juge, celui-ci en sera alors informé.

En cas de décision arbitraire prise à l'encontre d'un juge, celui-ci a le droit de faire appel auprès du :

- a) Jury supérieur, si le superviseur à l'agrès est à l'origine de la décision ou
- b) Jury d'appel, si le jury supérieur est à l'origine de la décision.

## 5.3 Composition des jurys à l'agrès

### Le jury aux agrès

Lors des compétitions officielles de la FIG, Championnats du Monde, Jeux Olympiques le jury à l'agrès est composé du jury D (*difficulté*) et du jury E (*exécution*)

- Les jurys D sont tirés au sort et affectés par le Comité Technique FIG selon les règlements techniques FIG en vigueur.
- Les jurys E et les positions supplémentaires seront tirés au sort sous l'autorité du CT selon les règlements techniques en vigueur ou les règlements des juges qui régissent la compétition.

Composition du jury aux agrès, dans les différentes compétitions :

CM et JO Jury de 9 Juges	Invitations internationales Jury de 4 Juges min.
2 juges <b>D</b>	2 juges <b>D</b>
7 juges <b>E</b>	2/4 juges <b>E</b>



### Juges de lignes et juges chronométrateurs :

- Un juge de ligne pour le saut
- Un juge chronométrateur pour les barres
- Deux juges chronométrateurs pour la poutre
- Deux juges de lignes pour le sol
- Un juge chronométrateur pour le sol

La composition des jurys peut être modifiée lors d'autres compétitions internationales, nationales et locales.

## 5.4 Rôle du jury à l'agrès

### 5.4.1 Rôle du jury D

- a) Les juges D relèvent en écriture symbolique la totalité du contenu de l'exercice, jugent séparément sans parti pris et ensuite, ensemble, ils établissent la note D. Ils peuvent se concerter.
- b) Le juge D2 saisit la note D dans l'ordinateur.
- c) La note D comprend :
  - La Valeur de Difficulté
  - Les Exigences de Composition
  - La Valeur de Liaison et bonus en fonction des règles spécifiques à chaque agrès.
- d) Le jury D s'assure que le juge de ligne au saut respecte les règles d'échauffement.

### Rôle du juge D1

- a) Assurer la liaison entre le jury à l'agrès et le superviseur à l'agrès.  
Le superviseur à l'agrès assurera alors, si nécessaire, la liaison avec le jury supérieur.
- b) Coordonner le travail des juges chronométrateurs, des juges de lignes et des secrétaires.
- c) S'assurer du bon déroulement de la compétition à l'agrès, y compris le contrôle du temps d'échauffement.
- d) Valider l'affichage de la lumière verte ou tout autre signal visible pour informer la gymnaste qu'elle doit commencer son exercice dans les 30 secondes.
- e) S'assurer que les déductions neutres pour temps, lignes et fautes de comportement, sont appliquées à la note finale avant son affichage.
- f) S'assurer que les déductions suivantes sont appliquées pour :
  - Absence de présentation avant et après l'exercice
  - Exécution d'un saut non valable (note de : "0")
  - Aide pendant le saut, l'exercice et la sortie
  - Exercice trop court



### Rôle du jury D après la compétition

Le jury présentera un rapport écrit sur la compétition selon les indications de la présidente du CTF contenant les informations suivantes :

- Une liste des infractions, ambiguïtés et décisions discutables, avec le numéro et le nom des gymnastes
- Mise à disposition des feuilles de notes en écriture symbolique, en cas de consultation, et ces feuilles seront transmises au superviseur à l'agrès à la fin de la compétition.

#### 5.4.2 Rôle du jury E

##### Le jury E doit :

- a) Observer attentivement les exercices, évaluer les fautes et appliquer correctement les déductions correspondantes, de manière indépendante et sans consulter les autres juges.
- b) Appliquer les déductions pour :
  - Fautes générales
  - Fautes d'exécution spécifiques à l'agrès
  - Fautes d'artistique
- c) Compléter les feuilles de notes, les signer lisiblement, ou entrer les déductions dans l'ordinateur/tablette.
- d) Être en mesure de fournir son évaluation écrite personnelle pour tous les exercices (*déductions pour exécution et artistique*).

## 5.5 Rôle des juges chronométreurs, juges de lignes et secrétaires

### 5.5.1 Rôle des juges chronométreurs et juges de lignes

Juges de lignes et chronométreurs sont tirés au sort parmi les juges brevetés pour remplir les fonctions de :

#### Juges de lignes pour :

- Au sol et au saut, évaluer les sorties en dehors des zones autorisées et signaler la faute en levant un drapeau
- Informer le juge D1 de toute infraction ou déduction, signer et remettre le formulaire approprié
- Au saut, compter les essais à l'échauffement.

#### Juges chronométreurs pour :

- Chronométrer la durée de l'exercice (*poutre et sol*)
- Chronométrer la durée du temps de chute (*poutre et barres*)
- Chronométrer le temps entre l'affichage de la lumière verte et le début de l'exercice
- S'assurer du respect du temps d'échauffement (*en cas de non-respect information écrite au jury D*)
- Donner un signal audible à la gymnaste et au jury D (*poutre*)
- Informer le juge D1 de toute infraction ou déduction, signer et remettre le formulaire écrit approprié
- Le chronométreur doit relever exactement le dépassement de temps lorsque celui-ci n'est pas intégré dans l'ordinateur.

**Note:** *l'incrémentation du temps relatif à tous les exercices (y compris le début de l'exercice, sa durée etc.) est de 1 seconde.*



### 5.5.2 Rôle des secrétaires

Les secrétaires doivent avoir des connaissances du code de pointage et savoir utiliser un ordinateur, ils/elles sont en général, nommé(e)s par le comité d'organisation.

Sous la direction du juge D1, ils/elles sont responsables du traitement correct de toutes les données saisies dans l'ordinateur :

- Respect de l'ordre de passage des équipes et des gymnastes
- Déclenchement de la lumière verte ou rouge
- Affichage correct de la note finale.

## 5.6 Placement des jurys aux agrès

Les juges doivent être assis à un endroit et à une distance de l'agrès permettant une vue dégagée de tout l'exercice afin qu'ils puissent remplir toutes leurs tâches d'évaluation.

- Le jury D doit être placé dans l'axe de l'agrès
- Le (les) juges chronométreur(s) sont assis à la table du jury à l'agrès (d'un côté ou de l'autre).
- Les juges de ligne au sol doivent être assis
  - à la table du jury (d'un côté ou de l'autre)
  - ou dans les angles opposés et surveiller les 2 lignes qui leur sont proches
- Le juge de ligne au saut doit être placé
  - à la table du jury
  - ou au bout de la zone de réception
- Le placement du jury E autour des agrès, se fait dans le sens des aiguilles d'une montre en commençant à la gauche du jury D ou est placé sur une ligne droite.

	<u>E3</u>	<u>E4</u>	<u>E5</u>	<u>E6</u>	
<u>E2</u>	<u>E1</u>	<u>D2</u>	<u>D1</u>	<u>SEC</u>	<u>E7</u>

En fonction des possibilités dans les salles de compétition, le placement peut varier.

## 5.7 Serment des juges (RT 7.12.1)

Lors des Championnats du Monde et autres manifestations internationales importantes, le jury et les juges doivent s'engager à respecter les termes du serment des juges :

« Au nom de tous les juges et officiels, je promets que nous remplirons nos fonctions pendant les Championnats du Monde (ou autres manifestations officielles FIG) en toute impartialité, en respectant et en suivant les règles qui les régissent, dans un esprit de sportivité ».



## PARTIE II – EVALUATION DES EXERCICES

### SECTION 6 – Calcul de la note

#### 6.1 Généralités

Les règles pour l'évaluation des exercices et le calcul de la note finale sont les mêmes pour toutes les phases de compétition (qualifications, finale par équipe, finale du concours général et finales par agrès) à l'exception du saut, pour lequel des règles particulières sont appliquées pour les qualifications et la finale par appareil (voir section 10).

#### 6.2 Calcul de la note finale

- La note finale à chaque agrès est établie à partir de deux notes séparées, note D et note E.
- Le jury D calcule la note D, le contenu de l'exercice, et le jury E calcule la note E, l'exécution et la valeur artistique.
- La note finale d'un exercice sera établie par l'addition de la note D et de la note E et, si nécessaire, la soustraction des déductions neutres (voir 5.4.1).
- Le total du concours général est égal à la somme des notes finales obtenues aux 4 agrès.
- Le total de l'équipe est calculé conformément au Règlement Technique en vigueur pour la compétition.
- Les règles de qualification et de participation à la finale par équipe, à la finale du concours général et aux finales par agrès sont régies par le Règlement Technique en vigueur pour la compétition.
- En principe un exercice ne peut pas être répété.

#### Calcul de la note finale

##### Exemple

**Note D + Note E = Note finale**

##### Note D

Difficulté (3 C, 3 D, 2 E)	+ 3.10 P.
Exigences de composition	+ 2.00 P.
Valeur de liaison	+ 0.60 P.
<b>Note D</b>	<b><u>5.70 P.</u></b>

##### Note E\*

Exécution	- 0.70 P.	<b>10.00 P.</b>
Valeur artistique	- 0.30 P.	<u>- 1.00 P.</u>
<b>Note E</b>		<b><u>9.00 P.</u></b>

**Note Finale 14.70 P.**

\***Remarque** : les déductions d'exécution et d'artistique sont additionnées puis soustraites à 10.00 P.



La note E est calculée de la manière suivante :

- 7 juges exécutions : moyenne des 3 notes intermédiaires
- 5 juges exécutions : moyenne des 3 notes intermédiaires
- 4 juges exécutions : moyenne des 2 notes intermédiaires
- 3 juges exécutions : moyenne des 3 notes intermédiaires
- 2 juges exécutions : moyenne des 2 notes intermédiaires

### 6.3 Exercice trop court

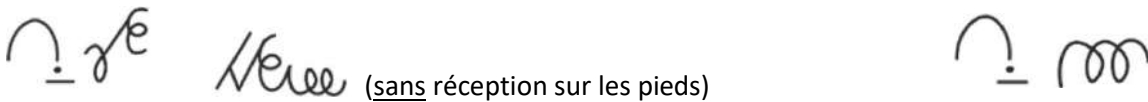
Pour l'exécution et la valeur artistique, la gymnaste peut obtenir une note E de 10.00 P. maximum.

Le jury D appliquera la pénalité appropriée pour un exercice trop court sur la note finale :

- 7 éléments ou plus - pas de déduction
- 5 – 6 éléments - 4.00 P.
- 3 – 4 éléments - 6.00 P.
- 1 – 2 éléments - 8.00 P.
- Pas d'élément - 10.00 P.

#### Exemple au sol

La gymnaste chute et se blesse après avoir réalisé seulement 4 éléments.



#### Jugement :

##### Note D

VD (A + C + A + X + X + E)	+ 1.00 P.
EC # 2, # 3	+ 1.00 P.
Bonus sortie	+ 0.20 P.
<b>Note D</b>	<b>+ 2.20 P.</b>

**Note E max** pour exécution et artistique **peut-être** 10.00 P.

**Total des déductions** (2 chutes, hauteur, amplitude, etc...) - 4.10 P.

**Note E = 5.90 P.**

**Note finale = 8.10 P.**

**Note finale** après application de la pénalisation pour exercice trop court

**8.10 P. – 6.00 P. (exercice trop court) = 2.10 P.**





## SECTION 7 – Règlement pour la note D

### 7.1 Note D (contenu) saut, barres asymétriques, poutre, sol

- Au saut, la note D correspond à la valeur de difficulté fixée dans le tableau des sauts.
- La note D aux barres, à la poutre et au sol correspond aux 8 difficultés de valeur les plus élevées, aux exigences de composition, aux valeurs de liaison et aux bonus.

### 7.2 Valeurs de difficulté (VD)

Les VD sont les éléments issus des tableaux des éléments du code de pointage, qui sont illimités et qui peuvent être augmentés si besoin.

- Aux barres, à la poutre et au sol, un maximum de 8 éléments de VD les plus élevées, sont comptabilisés, y compris la sortie.
- Le jury D reconnaît toujours la VD des éléments sauf si les exigences techniques de l'élément ne sont pas respectées.

#### Valeurs de Difficulté

- A = 0.10
- B = 0.20
- C = 0.30
- D = 0.40
- E = 0.50
- F = 0.60
- G = 0.70
- H = 0.80
- I = 0.90
- J = 1.00

#### 7.2.1 Reconnaissance de la VD des éléments

- Pour recevoir la VD l'élément doit être exécuté selon la description de la position du corps, précisée dans le tableau des éléments.
- Le même élément recevra la VD une seule fois dans l'exercice et dans l'ordre chronologique.
- Les twists sont considérés comme des éléments en avant.**




#### d) Reconnaissance des éléments identiques et différents

- Les éléments gymniques différents issus de la même case, dans le tableau des éléments (même numéro), recevront la VD une seule fois dans l'exercice et dans l'ordre chronologique.
- Seulement un tour (pirouette) en position groupée sur une jambe (poutre & sol) recevra une VD, dans l'ordre chronologique.



- Le nombre maximum de tours reconnus est de :
  - 4/1 tours (1440°) pour les pirouettes en passé (ainsi une pirouette en passé de 5 tours sera considérée comme le même élément que 4 tours)
  - 3/1 tours (1080°) pour toutes les autres pirouettes avec une position de jambe différente
  - 1½ tour (540°) pour les sauts au grand écart/écarté appel un ou deux pieds

(tels que )

- 1/1 tour (360°) pour les sauts complexes (jumps– leaps) (tels que )

e) Les éléments sont considérés comme **différents** s'ils sont répertoriés sous des **numéros différents** dans le tableau des éléments.

f) Les éléments sont considérés comme **identiques**, s'ils sont répertoriés sous le **même numéro** et répondent aux critères suivants :

**Eléments aux barres :**

- Exécutés avec ou sans changement de prises en sautant
- Grands tours en av. et en ar. exécutés avec les jambes serrées ou écartées, le corps carpé ou tendu
- Élans circulaires carpés en av. et en ar. exécutés avec les jambes écartées ou serrées
- Jambes serrées ou écartées dans les éléments avec envol.

**Eléments gymniques :**

- Avec appel un ou deux pieds avec la même position de jambe
  - Exemple : saut cosaque appel un pied et saut cosaque appel deux pieds.
- Exécutés en position latérale ou transversale (poutre)
  - Les sauts exécutés en position latérale recevront un degré de valeur supérieur par rapport à la position transversale.
  - Si le même élément est exécuté en position transversale et latérale, la VD ne sera accordée qu'une fois et dans l'ordre chronologique.
  - Les sauts (Jumps) départ en position latérale et terminés en position transversale, ou inversement, sont considérés comme des éléments exécutés en position transversale (l'ajout de 90° n'en fait pas un élément différent).
- Avec réception sur un ou deux pieds (poutre).
- Avec réception sur un ou deux pieds ou en position ventrale (sol).

**Eléments acrobatiques :**

- Avec réception un ou deux pieds.




g) Les éléments sont considérés comme **différents** s'ils sont répertoriés sous le **même numéro** et répondent aux critères suivants :

**Eléments acrobatiques :**

- Les positions du corps dans les saltos sont différentes (groupé, carpé, tendu)
- Les degrés de rotation sont différents : ½, 1/1, 1½ (180°-360°- 540°), etc.
- L'appui est sur un ou les deux bras
- L'appel sur un ou deux pieds



### 7.2.2 Le décompte des éléments se fait dans l'ordre chronologique

- a) Si les éléments ne répondent pas aux exigences techniques :
- ils seront reconnus comme autres éléments du tableau des éléments
  - ou ils n'auront pas de VD
  - ou ils recevront une VD inférieure
- b) Si un élément est reconnu comme un autre élément (*du tableau des difficultés*) parce que les exigences techniques ne sont pas respectées, et qu'ensuite il est exécuté avec une technique correcte, les éléments recevront tous les deux une VD.
- *Exemple* : le saut grand jeté pied tête sans la position cambrée exigée devient un saut grand jeté. Si le saut grand jeté pied tête est exécuté ensuite avec une technique correcte, il est reconnu comme un saut grand jeté pied tête parce que les deux éléments existent dans le tableau des difficultés.
  - *Exemple à la poutre*  reçoit la valeur d'un autre élément du code  parce que la jambe libre n'a pas été maintenue à l'horizontale du début à la fin du tour (360°). S'il est exécuté correctement une 2e fois dans l'exercice, on lui donne la VD 
- c) Si un élément qui a reçu une VD inférieure parce qu'il ne répond pas aux exigences techniques est à nouveau exécuté dans l'exercice, il sera alors considéré comme une répétition et ne recevra pas de VD.
- *Exemple aux barres* : un grand tour ar. avec 1½ tour crédité d'une VD inférieure (C) parce qu'il n'a pas atteint l'ATR avant le tour (élan), est exécuté une 2e fois dans l'exercice et le 1½ tour est terminé à l'ATR alors la VD (D) ne sera pas accordée.

### 7.2.3 Nouveaux éléments / sauts / valeurs de liaison pour toutes les compétitions :

Les entraîneurs sont invités à soumettre les nouveaux sauts et éléments qui n'ont pas encore été exécutés et/ou qui n'apparaissent pas encore dans le tableau des éléments.

- Les nouveaux éléments doivent être soumis dans les délais prévus par le plan de travail.
- La demande pour l'évaluation doit être accompagnée de dessin technique, et obligatoirement d'une vidéo sur une clé USB.
- Toutes les valeurs données lors des compétitions sont provisoires jusqu'à ce qu'elles soient approuvées par le CT FIG.
- Les nouveaux éléments exécutés lors des compétitions pour la qualification olympique nécessitent la confirmation d'une valeur provisoire par la présidente du CT avant évaluation lors de la compétition concernée.
- La valeur attribuée sera communiquée par écrit et dans les meilleurs délais : à la fédération concernée et aux juges lors de la séance d'instruction des juges ou à la réunion des juges avant la compétition concernée.
- Les décisions sont valables seulement pour la compétition concernée.
- Les nouveaux éléments apparaîtront pour la première fois dans la mise à jour du code/newsletter seulement après avoir été exécutés avec succès par la gymnaste, puis soumis et confirmés par le CT.



**Pour qu'un nouvel élément/saut puisse porter le nom de la gymnaste il doit :**

- Être exécuté au niveau international pour la première fois lors d'une compétition officielle de la FIG du groupe 1, 2 ou 3 (avec ou sans présence d'un DT officiel de la FIG).
- De valeur C ou supérieure et exécuté pour la VD.
- La VD et le nom seront confirmés seulement après analyse par le CT.
- Si plusieurs gymnastes exécutent le même nouvel élément lors de la même compétition, l'élément portera le nom de toutes les gymnastes.
- Il incombe à la fédération de la gymnaste de soumettre une vidéo de l'élément proposé à la présidente du CT FIG dans les meilleurs délais après la compétition. De plus le DT de la compétition doit soumettre à la présidente du CT FIG dans les meilleurs délais la vidéo officielle, la vidéo et dessins originaux soumis par l'entraîneur (si disponible) et tous les détails concernant l'évaluation provisoire donnée lors de la compétition.

### 7.3 Exigences de composition (EC) 2.00 P.

Les exigences de composition sont précisées dans les sections relatives à chaque agrès. Un maximum de 2.00 P. peut être atteint.

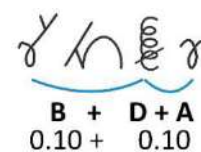
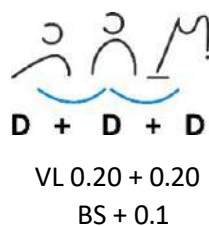
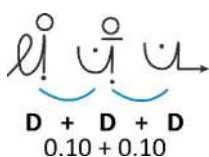
- a) Seuls les éléments issus des tableaux des éléments peuvent remplir les EC.
- b) Un élément peut remplir plus d'une EC, cependant un élément ne peut pas être répété pour remplir une autre EC.

### 7.4 Valeur de liaison (VL) et Bonus.

La valeur de liaison doit correspondre à une combinaison d'éléments unique, aux barres, à la poutre et au sol.

- a) Les éléments utilisés pour la VL ne doivent PAS nécessairement être parmi les 8 VD comptabilisées. Tous les éléments doivent être issus des tableaux des éléments.
- b) La VL aux barres, à la poutre et au sol est fixée à : + 0.10 / + 0.20
- c) Le principe de calcul de la VL et du Bonus est précisé pour chaque agrès dans la partie 3, sections 11,12 et 13.
- d) Les éléments dévalués peuvent être utilisés pour la VL et le Bonus
- e) Pour accorder la VL et le Bonus, les éléments doivent être exécutés sans chute ou selon des règles spécifiques précisées à chaque agrès.
- f) Dans une liaison directe (indirecte au sol) de 3 éléments, ou plus, le 2e élément peut être utilisé :
  - La 1ère fois comme dernier élément d'une liaison et
  - La 2e fois comme 1er élément d'une nouvelle liaison.

**Exemples :**





### 7.4.1 Liaisons directes et indirectes

Toutes les liaisons doivent être **directes** ;  
*au sol seulement* les liaisons acrobatiques peuvent être **indirectes**.

**Liaisons directes** : liaisons dans lesquelles les éléments sont exécutés sans :

- Arrêt entre les éléments.
- Pas supplémentaire entre les éléments.
- Pieds qui touchent la poutre entre les éléments.
- Déséquilibre entre les éléments.
- Extension évidente des jambes/hanches dans le 1er élément avant l'impulsion pour le 2e élément.
- Élan supplémentaire/excessif des bras.

**Liaisons indirectes** (*seulement pour les séries acrobatiques au sol*) : liaisons dans lesquelles des éléments acrobatiques avec envol et appui des mains liées directement sont exécutés entre les salti (*groupe 3, p.ex. rondade, flic-flac, etc. considérés comme éléments préparatoires*).

**La reconnaissance** des liaisons directes ou indirectes (sol) se fera au bénéfice de la gymnaste.

Dans une liaison à la poutre, au sol et aux barres l'ordre des éléments peut être choisi librement (*sauf exigences particulières pour attribution de VL*).

### 7.4.2 Répétition d'un élément pour la VL (BS à la poutre)

- Les éléments ne peuvent pas être répétés dans une autre liaison pour obtenir la VL. Le décompte des éléments se fait dans l'ordre chronologique.
- Le même élément aux barres, élément acrobatique à la poutre et au sol, peut être exécuté 2 fois dans une même liaison. Les éléments gymniques ne peuvent pas être répétés.

**Exemples :**

**Barres** – Stalder avec 1/1 tour x 2

**Poutre** – Flic flac avec 1/1 tour x 2.

**Sol** – Liaison directe ou indirecte avec salto tempo x 2 suivis de double salto arrière carpé.

- Dans une liaison directe de 3 éléments ou plus, le salto répété à la poutre et au sol, doit directement être lié. La VL sera attribuée à toutes les liaisons.

**Exemples :**

**Poutre**



**Total VL + 0.20 & BS + 0.10**

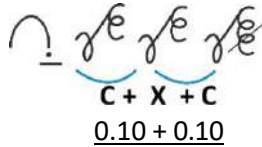
VL 0.10 + 0.10  
BS + 0.10




Le salto  peut être utilisé :

- La 1ère fois comme 2e élément de la liaison
- La 2e fois comme 1er élément d'une nouvelle liaison.
- La 3e fois comme liaison de 2 saltos identiques.

Sol



**Total VL + 0.20**

Le salto  peut être utilisé :

- La 1ère fois comme liaison de 2 saltos identiques.
- La 2e fois comme 1er élément d'une nouvelle liaison.

### 7.4.3 Sorties (Bonus)

Aux barres, à la poutre et au sol, un bonus de **0.20** sera accordé pour les sorties de valeur D et plus difficile.

**Afin d'accorder le bonus, la sortie doit être exécutée sans chute.**

**SOL : Afin d'accorder le bonus : la dernière ligne acro doit être exécutée sans chute.**



## SECTION 8 – Directives techniques

Les éléments doivent répondre à des exigences techniques particulières pour que leur VD soit reconnue. Toutes les directives pour les angles à la fin des éléments et les positions du corps sont approximatives et destinées à servir de guide.

### 8.1 A tous les agrès

#### Positions du corps

##### Groupé



Moins de 90° pour l'angle des hanches et genoux dans les saltos et éléments gymniques.

##### Carpé



Moins de 90° pour l'angle des hanches et genoux dans les saltos et éléments gymniques.

##### Tendu



Toutes les parties du corps doivent être alignées.

#### 8.1.1 Reconnaissance des éléments

##### Tendu

-La position corps tendu doit être maintenue pendant la majorité du salto dans :

- Saltos simples.
- Double salto au sol et en sortie aux barres.
- Au Saut (saltos).

- S'il n'y a PAS de position tendue visible, ce sera considéré comme une position carpée dans :

- Les éléments sans vrille, aux barres, poutre et sol.

- Une légère fermeture au niveau des hanches (jusqu'à 30°) est autorisée dans les Sauts sans vrille.

Reconnaissance des positions du corps dans les saltos simples et doubles sans rotation longitudinale	
<p><b>Salto carpé devient groupé</b></p>	<p><b>Jury D</b> Si dans le salto carpé l'angle des genoux est inférieur à 135° - on attribue salto groupé</p>
<p><b>Salto groupé devient tendu</b></p>	<p><b>Jury D</b> Hanches ouvertes (180°) - on attribue salto tendu</p>
<p><b>La position tendue devient carpée</b></p>	<p><b>Jury D</b> Carpé au niveau des hanches - on attribue salto carpé  Un léger creux au niveau de la poitrine ou un léger cambré du corps sont acceptables</p>



### 8.1.2 Réception des saltos simples avec vrilles

- a) Pour les éléments avec vrilles exécutés
- en entrée et sortie aux **barres** et à la **poutre**
  - pendant l'exercice à la **poutre** et au **sol**
  - lors de toutes les réceptions au **saut**
- les vrilles doivent être complètement terminées ou un **autre** élément du code sera reconnu.  
**Note:** Le placement du pied avant est décisif pour accorder la VD.
- b) Pour les sous rotations\*
- 3/1 vrilles deviennent 2½ vrilles
  - 2½ vrilles deviennent 2/1 vrilles
  - 2/1 vrilles deviennent 1½ vrille
  - 1½ vrille devient 1/1 vrille

**\*Sol :** Lorsqu'un salto avec vrille est lié directement avec un autre salto, et si dans le premier salto la rotation n'est pas complètement terminée (*mais la gymnaste peut continuer avec l'élément suivant*), le premier élément n'est PAS dévalué.

### 8.1.3 Chutes à la réception

- a) Avec réception sur les pieds d'abord – la VD est attribuée.  
b) Sans réception sur les pieds d'abord – la VD n'est pas attribuée.

## 8.2 POUTRE ET SOL

### 8.2.1 Pour l'Attribution de la VD pour les tours sur 1 jambe, l'augmentation des rotations est de :





- 180° à la poutre
- 360° au sol
- Le tour doit être complètement terminé ou un autre élément du code sera attribué
- La position des épaules et des hanches est décisive sinon un autre élément du code sera attribué.

#### Exigences pour les tours :

- Doivent être exécutés sur les ½ pointes.
- Doivent avoir une forme fixe et précise pendant toute la rotation.
- La VD ne change pas que la jambe d'appui soit tendue ou fléchie (chorégraphie).
- Pour les tours sur 1 jambe avec exigence de jambe libre placée dans une position spécifique, la position doit être maintenue pendant tout le tour.
- Si la jambe libre n'est pas dans la position demandée, on donne la valeur d'un autre élément du code.

#### Sous rotations sur jambe d'appui :

Exemples :

- Poutre  devient 
- Sol  devient 

### 8.2.2 Pour l'attribution de la VD pour les sauts (Leaps, jumps, hops) avec tours, l'augmentation de la rotation est de :

- 180° à la poutre et au sol (éléments en grand écart, écart latéral et pied-tête)
- 360° au sol.













Différentes techniques de sauts avec 1/1 tour (360°) et plus sont autorisées : en carpant, groupant ou écartant les jambes au début, au milieu ou à la fin des tours (*sauf s'il y a une exigence spéciale pour l'élément*).

Pour les sauts avec ½ tour (180°) la position demandée doit être atteinte au début OU à la fin du tour.

**Pour sous rotation de plus de 30°** - on reconnaît *un autre* élément du code.

- Exemples :
- Poutre/Sol  devient 
  - Sol  devient 
  - Sol  devient 
  - Poutre  devient 
  - L'élément n'est pas différent avec ¼ de tour supplémentaire.

#### Définitions :

**Leaps** – Impulsion 1 pied et réception sur l'autre pied ou sur les 2 pieds.

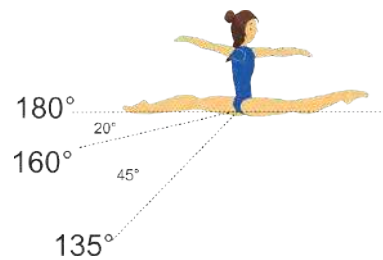
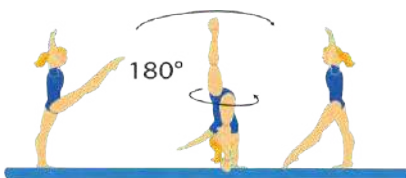
**Hops** – Impulsion 1 pied et réception sur le même pied ou les 2 pieds.  
(écart de jambes à 180° non demandé).

**Jumps** – Impulsion 2 pieds et réception sur 1 ou 2 pieds.

**Note:** Sauts (Jump et leap) avec écart : écart de jambes de 180° demandé.

### 8.2.3 Exigences pour les écarts

Pour angle d'écart insuffisant dans les sauts (leaps, jumps) et les tours










#### Ecart insuffisant :


- > 0° - 20° petite faute
- > 20° - 45° faute moyenne
- > 45° on donne la valeur d'un autre élément du code ou pas de VD

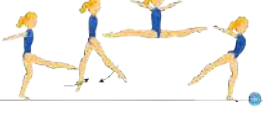
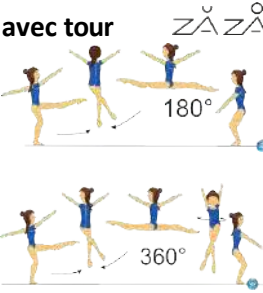



### 8.3 EXIGENCES POUR ELEMENTS GYMNIQUES PARTICULIERS

Elements	Exigences	Jury D	Jury E
<b>Planches (4.102)</b> 	Ecart 180°	< 180° écart => Pas de VD	
<b>Exemple pour tours avec position spécifique des jambes</b> 	Jambe libre av ou ar à l'horizontale pendant le tour	Jambe libre sous l'horizontale => autre élément du code	
<b>Saut groupé avec/sans tour</b> 	Angle des hanches inférieur à 90°  Genoux au-dessus de l'horizontale	135° angle hanches/genoux => Pas ou autre VD	Genoux à l'horizontale => petite faute  Genoux sous l'horizontale => faute moyenne
<b>Saut cosaque avec/sans tour</b> 	Angle des hanches inférieur à 90°  Jambe tendue au-dessus de l'horizontale	> 135° Angle des hanches => Pas ou autre VD	Jambe tendue à l'horizontale => petite faute  Jambe tendue sous l'horizontale => faute moyenne
<b>Saut de chat avec/sans tour</b> 	Montée alternative des jambes  Genoux au-dessus de l'horizontale.  Évaluation par rapport au genou le plus bas.	> 135° angle hanches/genoux => Pas ou autre VD  Manque d'alternance => Saut groupé	Une ou deux jambes à l'horizontale => petite faute  Une ou deux jambes sous l'horizontale => faute moyenne
<b>Saut carpé- écarté avec/sans tour</b> 	Les deux jambes doivent être au-dessus de l'horizontale	> 135° angle des hanches => Pas ou autre VD	Position incorrecte (asymétrique) des jambes => petite faute  Jambes à l'horizontale => petite faute  Jambes sous l'horizontale => faute moyenne
<b>Sissone pied-tête</b> 	Haut du dos cambré et tête en extension  Ecart de jambes 180° en diagonale  Pied ar. couronne la tête	Pas de cambré et pas d'extension de tête => Sissone  Pied ar. sous le sommet de la tête => Sissone  Pas d'écart => Pas de VD	Position cambrée insuffisante => petite faute  Pied ar. à hauteur de tête => petite faute  Pied ar. à hauteur des épaules => faute moyenne



Elements	Exigences	Jury D	Jury E
<b>Saut de Mouton</b> 	Haut du dos cambré et tête en extension  les pieds couronnent la tête  Extension des hanches	Pas de cambré et pas d'extension tête => Pas de VD  Pied sous hauteur des épaules => Pas de VD	Position cambrée insuffisante => petite faute  Pieds hauteur tête et dessous => petite faute  Extension insuffisante des hanches => petite faute  Jambes pas assez fléchies ( $\geq 90^\circ$ ) => petite faute

<b>Saut grand jeté changement de jambe</b> 	Elan jambe libre à $45^\circ$ minimum  Elan jambe libre tendue		Élan jambe libre moins $45^\circ$ => petite faute  Jambe libre fléchie => petite/moyenne faute
<b>Saut grand jeté changement de jambes avec tour et 'Johnson' avec tour</b> 	Elan jambe libre minimum $45^\circ$  Elan jambe libre tendue  Position nette en écart transversal OU en écart latéral /carpé écart	Tour incomplet dans $\overset{\cup}{Z} \rightarrow Z$  Tour incomplet dans $Z\overset{\cup}{A} \rightarrow ZA$  Tour incomplet dans $\overset{\circ}{Z} \rightarrow \overset{\cup}{Z}$  Tour incomplet dans $Z\overset{\circ}{A} \rightarrow Z\overset{\cup}{A}$	Élan jambe libre moins de $45^\circ$ => petite faute  Jambe libre fléchie => petite/moyenne faute
<b>Grand jeté pied-tête / Grand jeté changement de jambe pied tête/ saut (jump) écart pied tête (avec/sans tour)</b> 	Haut du dos cambré en ar. Et tête en extension  Ecart de jambes $180^\circ$  Jambe av. à l'horizontale, jambe ar. fléchie ( $135^\circ$ ) et pied ar. <u>couronne la tête</u>	Pas de cambré et extension de tête => grand jeté / grand jeté changement jambe / saut écart  Pied ar. en dessous du sommet de la tête => grand jeté / grand jeté changement jambe / saut écart	Position cambrée insuffisante => petite faute  Jambe av. sous l'horizontale => petite faute  Jambe av. sous l'horizontale (env $45^\circ$ ) => faute moyenne  Pied ar. à hauteur de la tête => petite faute  Pied ar. à hauteur des épaules => faute moyenne  Jambe ar. tendue => petite faute



**Les déductions pour la forme du corps incluent :**

- Ecart insuffisant
- Jambes fléchies
- Pointes de pieds non tendues
- Jambes écartées
- Déductions liées à la forme du corps pour les éléments spécifiques (listées au 9.3)
- Position du corps inesthétique ou déviation technique par rapport à l'exécution parfaite des éléments

**NOTE :**

Pour une petite déviation par rapport à l'exécution idéale : déduction de **-0.10**

Pour une déviation moyenne par rapport à l'exécution idéale : déduction de **-0.30**

Pour une déviation importante par rapport à l'exécution idéale déduction : déduction de **-0.50**

## 8.4 BARRES ASYMETRIQUES

L'appui tendu renversé est considéré comme réalisé quand toutes les parties du corps sont à la verticale.

**NOTE :** Dans les tableaux qui suivent, les schémas sont avec des commentaires en anglais :

« credit DV » veut dire « VD accordée », c'est-à-dire « valeur de difficulté accordée »

« no DV or other DV » veut dire « pas de VD ou autre VD »

« DV lower » veut dire « une VD inférieure »

### 8.4.1 Prise d'élan à l'Appui Tendu Renversé (ATR)

Schéma	Jury D	Jury E
	Si élément terminé: dans les 10° de la verticale → VD attribuée >10° → pas de VD	<ul style="list-style-type: none"> <li>• &gt; 30° – 45° <b>-0.10</b></li> <li>• &gt; 45° <b>-0.30</b></li> </ul>

### 8.4.2 Éléments circulaires à l'ATR sans tours et éléments avec envol de BS à l'ATR BI

Schéma	Jury D	Jury E
	Si élément terminé: > 10° avant la verticale → Pas ou autre VD > 10° après la verticale → 1 VD inférieure	<ul style="list-style-type: none"> <li>• &gt; 10° – 30° <b>-0.10</b></li> <li>• &gt; 30° - 45° <b>-0.30</b></li> <li>• &gt; 45° <b>-0.50</b></li> </ul>



Schéma	Jury D	Jury E
	<p>Si élément terminé:            &gt; 10° avant la verticale → Pas ou autre VD            &gt; 10° après la verticale → 1 VD inférieure</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 10° – 30° <b>-0.10</b></li> <li>&gt; 30° - 45° <b>-0.30</b></li> <li>&gt; 45° <b>-0.50</b></li> </ul>

8.4.3 Éléments circulaires avec rotations à l'ATR et prises d'élan avec rotations à l'ATR  
VD accordée lorsque les éléments passent par la verticale

Schéma	Jury D	Jury E
	<p>Si élément terminé:            Dans les 10° avant la verticale            → VD accordée</p> <p>« le texte fait foi »</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 10° – 30° <b>-0.10</b></li> <li>&gt; 30° - 45° <b>-0.30</b></li> <li>&gt; 45° <b>-0.50</b></li> </ul>
	<p>Si élément terminé:            Dans les 10° avant la verticale            → VD accordée</p> <p>« le texte fait foi »</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; 10° – 30° <b>-0.10</b></li> <li>&gt; 30° - 45° <b>-0.30</b></li> <li>&gt; 45° <b>-0.50</b></li> </ul>

Si le même élément est exécuté comme élan et comme élément circulaire avec tour, il ne sera compté qu'une fois dans l'ordre chronologique.



#### 8.4.4 Elans – éléments avec tours qui :

- N'atteignent pas l'ATR
- Ne passent pas par la verticale
- Continuent après le tour dans la direction opposée

Schéma	Jury D	Jury E
	<p>Si élément terminé:</p> <p>Dans les 10° de la verticale → VD accordée (voir 8.4.3)</p> <p>&gt; 10° avant la verticale → 1 VD inférieure à l'élément circulaire avec tour à l'ATR</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• &gt; 10° – 30° <b>-0.10</b></li> <li>• &gt; 30° - 45° <b>-0.30</b></li> <li>• &gt; 45° <b>-0.50</b></li> </ul>

Éléments en élan avec ½ tour (180°) et plus : toutes les parties du corps doivent atteindre l'horizontale pour recevoir la VD, autrement pas de VD attribuée (*élan à vide*).

#### 8.4.5 Exigences pour éléments particuliers aux barres

“Adler” élément  $\varphi$  (5.501)

Schéma	Jury D	Jury E
	<p>Si élément terminé:</p> <p>Dans les 30° de la verticale → VD accordée</p> <p>&gt;30° → 1 VD inférieure</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• &gt; 30° - 45° <b>-0.10</b></li> <li>• &gt; 45° <b>-0.30</b></li> </ul>

Les déductions liées à l'exécution pour fautes de position du corps doivent s'ajouter aux pénalisations pour fautes d'amplitude dans les éléments.



---

## SECTION 9 – Règlement pour la note E

---

### 9.1 Description de la note E 10.00 P. (Exécution)

Pour la perfection de l'exécution, de la combinaison et pour la valeur artistique de l'exercice, la gymnaste peut obtenir la note de 10.00 P

**La note E comprend les déductions pour fautes :**

- Exécution
- Valeur artistique

### 9.2 Evaluation par le jury E

Le jury E juge l'exercice et applique les déductions indépendamment.

Chaque exercice est évalué en faisant référence aux attentes d'une exécution parfaite.

Tout ce qui ne correspond pas à ces attentes est pénalisé.

Les déductions pour les fautes d'exécution et la valeur artistique sont additionnées, puis retranchées de 10.00 P pour calculer la note E.



### 9.3 Tableau des déductions

Fautes		Petite	Moyenne	Grosse	Très grosse
		0.10	0.30	0.50	1.00 ou plus
<b>Par le jury E</b>					
<b>Fautes d'exécution</b>					
Bras fléchis ou genoux fléchis	Ch. fois	●	●	●	
Jambes ou genoux écartés	Ch. fois	●	● largeur épaules ou plus		
Jambes croisées dans les éléments avec vrilles	Ch. fois	●			
Hauteur insuffisante des éléments (amplitude externe)	Ch. fois	●	●		
Manque de précision de la position groupée ou carpée dans les saltos simples sans vrille	Ch. fois	● 90° Angle bassin/genoux	● >90° Angle bassin/genoux		
Manque de précision de la position groupée ou carpée dans les double saltos sans vrille	Ch. fois	● >90° Angle bassin			
Ne pas maintenir la position corps tendu ( <i>fermeture trop tôt</i> )	Ch. fois	●	●		
Hésitation pendant l'exécution des éléments	Ch. fois	●			
Essai sans exécuter un élément (course à vide)	Ch. fois		●		
Déviations par rapport à l'axe	Ch. fois	●			
Position du corps et/ou jambes dans les éléments (non gym.):					
Alignement du corps	Ch. fois	●			
Pieds pas pointés / relâchés	Ch. fois	●			
Ecart insuffisant dans les éléments acro ( <i>sans envol</i> )	Ch. fois	●	●		
Ne pas remplir les exigences techniques des éléments gymniques ( <i>forme du corps</i> ) ( <i>Se référer à la sec.8 liste des fautes dans les éléments gym.</i> )	Ch. fois	●	●	●	
Précision	Ch. fois	●			
Exécution de la sortie trop près de l'agrès ( <i>barres &amp; poutre</i> )			●		
<b>Fautes de réception</b> ( <i>tous les éléments y compris les sorties</i> )		Si pas de chute, la déduction maximale pour fautes de réception ne peut pas dépasser 0.80			
Pieds écartés à la réception	Ch. fois	●			
Elan supplémentaire des bras		●			
Déséquilibre	Ch. fois	●	●		
Pas supplémentaire, petit sursaut	Ch. fois	●			
Très grand pas ou saut ( <i>ref- plus que largeur épaules</i> )	Ch. fois		●		
Fautes de position du corps	Ch. fois	●	●		
Flexion profonde	Ch. fois			●	
Frôler/toucher l'agrès/le tapis avec les mains, mais sans tomber	Ch. fois		●		
Appui sur le tapis/ l'agrès avec 1 ou 2 mains	Ch. fois				<b>-1.00</b>
Chute sur le tapis sur les genoux ou le bassin	Ch. fois				<b>-1.00</b>
Chute sur ou contre l'agrès	Ch. fois				<b>-1.00</b>
La réception de l'élément n'est pas sur les pieds d'abord	Ch. fois				<b>-1.00</b>





Fautes		Petite	Moy.	Grosse	Très grosse
		0.10	0.30	0.50	1.00 ou plus
<b>Par le jury D- Juges (D1 &amp; D2)</b>					
Exécution de liaison avec chute Exécution de la sortie avec chute	Barres, poutre, sol				Pas de VL, Pas de BS (poutre) Pas de bonus
La réception n'est pas faite sur les pieds d'abord ou dans la position demandée	Ch. fois				Pas de VD-VL-EC Pas de BS (poutre) et pas de bonus sortie
Impulsion en dehors des lignes du sol (complètement en-dehors)	sol				Pas de VD-VL-EC
Ne pas saluer le jury D avant et/ou après l'exercice	Gym/agrès		●		De la note finale
Aide	Barres, poutre, sol Ch.fois				<b>-1.00</b> de la note finale <ul style="list-style-type: none"> <li>Si l'entraîneur aide la gymnaste après l'exécution de l'élément, pas de VL et pas de bonus sortie</li> <li>Si l'entraîneur aide la gymnaste à l'exécution de l'élément, Pas de VD-VL-EC et pas de bonus sortie</li> </ul>
Présence non autorisée d'une aide	Gym/agrès			●	De la note finale
La gym. court/marche sous la BI pour exécuter son entrée	Gym/agrès		●		De la note finale
<b>Par le jury D (D1 &amp; D2) avec notification au jury supérieur ou par le jury supérieur</b>					
<b>Irrégularités aux agrès:</b>					
Ne pas utiliser correctement le collier de sécurité pour les sauts par rondade (sec 10.4.3)	Gym/agrès				Saut non valable (0)
Ne pas utiliser le tapis supplémentaire	Gym/agrès			●	De la note finale
Placer le tremplin sur une surface non autorisée	Gym/agrès			●	
Utilisation de tapis supplémentaire non autorisé	Gym/agrès			●	
Déplacer le tapis supp. pendant l'exercice ou le déplacer vers le bout non autorisé de la poutre	Gym/agrès			●	
<b>Par la présidente du jury supérieur lorsque notifié par le Jury D</b>					
Utilisation incorrecte de la magnésie et/ou endommager les agrès	Gym/agrès			●	De la note finale
Ajouter, réorganiser ou enlever les ressorts tremplin	Gym/agrès			●	
Modifier la hauteur des agrès sans autorisation	Gym/agrès			●	
<b>Par la présidente du jury supérieur lorsque notifié par le Jury D</b>					
<b>Comportement de la gymnaste</b>					
Rembourrages incorrects ou inesthétiques	Gym/agrès		●		De la note finale
Absence d'écusson national et/ou mauvais emplacement	Gym/agrès		●		<i>Qualifications., concours multiple, et finale équipe appliqué 1x dans la phase de compétition à l'agrès où la faute a été relevée la 1ère fois. Finale agrès: sur la note à l'agrès</i>
Absence de dossard	Gym/agrès		●		
Tenue incorrecte – justaucorps, bijoux, couleur de bandages, etc	Gym/agrès		●		
Publicité incorrecte	Équipe Gym/agrès		●		De la note finale à l'agrès concerné Sur demande des personnes responsables
Comportement anti-sportif	Gym/agrès		●		De la note finale
Rester sur le podium sans y être autorisé	Gym/agrès		●		De la note finale
Remonter sur le podium après la fin de l'exercice	Gym/agrès		●		De la note finale
Parler aux juges en activité pendant la compétition	Gym/agrès		●		De la note finale



Ordre de passage incorrect pour les gymnastes d'une équipe	Équipe			<b>-1.00</b> pour les qualifications et la finale par équipe sur le total de l'équipe à l'agrès concerné
Justaucorps non identiques (pour les gymnastes d'une même équipe)	Équipe			<b>-1.00</b> pour les qualifications et la finale par équipe appliqué 1x dans la phase de compétition à l'agrès où la faute a été relevée la 1ère fois.

Fautes		Petite	Moyenne	Grosse	Très grosse
		0.10	0.30	0.50	1.00 ou plus
Ne pas terminer la compétition en raison de l'absence dans l'aire de compétition					Disqualifiée
Retard injustifié ou interruption de la compétition					Disqualifiée
<b>Notification écrite par le JUGE CHRONOMETREUR au jury D</b>					
<b>NOTE: La deduction est appliquée quand le temps est dépassé d'une seconde</b>					
Dépassement flagrant du temps de préparation (après avertissement) • Pour les gymnastes individuelles	Equipe/ agrès Gym/ agrès		●		De la note finale
Ne pas commencer dans les 30 sec après l'affichage de la lumière verte	Gym/ agrès		●		
Ne pas commencer dans les 60 sec	Gym/agrès	Le droit de commencer l'exercice est terminé			
Dépassement du temps de l'exercice (poutre, sol)	Gym/agrès	●			De la note finale
Commencer l'exercice sans signal ou quand la lumière est rouge	Gym/agrès				"0"
Barres et Poutre: Dépassement du temps de chute autorisé	Gym/agrès		●		Exercice terminé
Dépassement du temps de chute (plus de 60 sec)	Gym/agrès				
<b>Par la présidente du jury supérieur (après avoir consulté le jury supérieur)</b>		<b>Système de carton</b>			
<b>Pour les compétitions officielles FIG ou enregistrées à la FIG</b>					
<b>Comportement de l'entraîneur SANS conséquence directe sur le résultat/performance de la gymnaste/équipe</b>					
Comportement anti sportif (valable pour toutes les phases de compétition)	1ère fois – Carton jaune pour l'entraîneur (avertissement) 2e fois – Carton rouge & exclusion de l'entraîneur de la compétition et/ou des salles d'entraînement				
Autres sortes d'indisciplines et comportements abusifs flagrants (valable pour toutes les phases de compétition).	Carton rouge immédiat et exclusion de l'entraîneur de la compétition et/ou des salles d'entraînement				
<b>Comportement de l'entraîneur avec conséquence DIRECTE sur le résultat/performance de la gymnaste/équipe</b>					
Comportement anti sportif (valable pour toutes les phases de compétition) Tel que: retard injustifié ou interruption de la compétition, parler avec les juges en activité pendant la compétition, parler directement à la gymnaste, lui faire des signes, crier (encouragements) ou tout comportement similaire pendant l'exercice, etc.	1ère fois <b>-0.50</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès) & Carton jaune pour l'entraîneur (avertissement) 1ère fois <b>-1.00</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès) & Carton jaune pour l'entraîneur (avertissement) si l'entraîneur parle de manière agressive aux juges en activité 2e fois <b>-1.00</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès). Carton rouge et exclusion de l'entraîneur du plateau de compétition*				
Autres sortes d'indisciplines et de comportements abusifs flagrants (valable pour toutes les phases de compétition) Tels que: présence incorrecte des personnes prévues dans l'aire, pendant la compétition et / ou pour la préparation des agrès, etc.	<b>-1.00</b> (de la note de la gymnaste/équipe à l'agrès). Carton rouge immédiat et exclusion de l'entraîneur de l'aire de compétition.*				

\*Note: Si un des deux entraîneurs d'une équipe est exclu de l'aire de compétition, il est possible de remplacer cet entraîneur par un autre entraîneur **une fois** pendant toute la durée de la compétition (Par ex qualification).

1ère infraction = carton jaune

2e infraction = carton rouge, et l'entraîneur est exclu pour le reste des phases de la compétition.

Si un entraîneur, il peut rester à cette compétition mais ne pourra pas être accrédité pour les prochains CM/CMJ/JO jeunesse.



## PARTIE III –AGRES

### SECTION 10 - SAUT

#### 10.1 Généralités

En fonction des exigences relatives à la phase de compétition concernée, la gymnaste doit exécuter un ou deux sauts issus du tableau des sauts.

La distance de la course d'élan est de 25 mètres maximum, mesurée du bord avant de la table à la partie intérieure du bloc fixé à la fin de la piste d'élan.

- Le saut commence par une course, une arrivée et un appel sur le tremplin avec les deux pieds soit : de face ou de dos.
- Les sauts avec réception latérale ne peuvent pas être présentés.
- Tous les sauts doivent être exécutés avec impulsion des deux mains sur la table de saut.
- Pour les sauts par rondade, la gymnaste est tenue d'utiliser correctement le "collier de sécurité" fourni par le comité d'organisation.
- Un tapis pour le placement des mains peut être utilisé seulement pour les sauts en Yurchenko des groupes 1,4 et 5.
- Tous les sauts possèdent un numéro.
- La gymnaste est responsable, avant chaque saut, de l'affichage du numéro du saut qu'elle a l'intention d'exécuter (*affichage manuel ou électronique*).
- Après avoir obtenu la lumière verte ou le signal du juge D1, la gymnaste exécute le 1<sup>er</sup> saut, et ensuite retourne au bout de la piste d'élan pour afficher le numéro de son 2<sup>e</sup> saut.
- Débutant par l'appel, les phases du saut sont jugées ainsi :
  - Pré envol (1<sup>er</sup> envol)
  - Impulsion
  - Envol (2<sup>e</sup> envol) et réception.

#### 10.2 Courses d'élan

Des courses d'élan supplémentaires sont autorisées comme suit, avec une déduction de **-1.00** pour course à vide (*si la gymnaste n'a pas touché le tremplin ou l'agrès*).

- Quand 1 saut est demandé, une seconde course d'élan est autorisée avec déduction.
- Un troisième élan n'est **pas** autorisé.
- Quand 2 sauts sont demandés, une troisième course d'élan est autorisée avec déduction.



- Un quatrième élan n'est **pas** autorisé.

Le jury D appliquera la déduction sur la note finale du saut exécuté.

### 10.3 Groupes de sauts

Les sauts sont classés dans les groupes suivants :


- Groupe 1** — Sauts sans salto (*Renversement, Yamashita, Rondade*) avec ou sans rotation longitudinale dans le 1<sup>er</sup> et/ou le 2<sup>e</sup> envol.
- Groupe 2** — Sauts par renversement av. avec ou sans 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol — salto av. ou ar. avec ou sans vrille dans le 2<sup>e</sup> envol.
- Groupe 3** — Sauts par renversement avec ¼ -½ tour (90°-180°) dans le 1<sup>er</sup> envol (*Tsukahara*) — salto ar. avec ou sans vrille dans le 2<sup>e</sup> envol.
- Groupe 4** — Rondade (*Yurchenko*) avec ou sans ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol — salto ar. avec ou sans vrille dans le 2<sup>e</sup> envol.
- Groupe 5** — Rondade avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol — salto av. ou ar. avec ou sans vrille dans le 2<sup>e</sup> envol.

### 10.4 Exigences



- Le numéro du saut que la gymnaste a **l'intention** d'exécuter doit être affiché (*manuellement ou électroniquement*) avant d'être exécuté.
- Lors de la **qualification, finale par équipe et concours général individuel** : Un saut doit être exécuté.
  - Lors de la **qualification**, la note du 1<sup>er</sup> saut compte pour le total de **l'équipe** et/ou du **concours général individuel**.
  - La gymnaste qui souhaite se qualifier pour **la finale par agrès** doit exécuter **2 sauts** selon la règle de la **finale par agrès** ci-dessous.
- **En qualification et pour la finale par agrès**
  - La gymnaste doit exécuter 2 sauts. La note finale sera obtenue en faisant la moyenne des deux sauts.
  - Les 2 sauts doivent être de groupes **différents**.

#### 1Exemples :

1. Si le 1<sup>er</sup> saut est du Gr.4

*Rondade, flic-flac dans le 1<sup>er</sup> envol — Salto ar. tendu avec 2½ vrilles (900°) dans le 2<sup>e</sup> envol* 

Les possibilités pour le 2<sup>e</sup> saut sont :

- *Tsukahara tendu avec 2/1 vrilles (720°) dans 2<sup>e</sup> envol*   
ou
- *Renversement av. avec ½ tour dans le 1<sup>er</sup> envol — 1/1 tour dans 2<sup>e</sup> envol* 



2. Si le 1<sup>er</sup> saut est du Gr.2

*Renversement av. dans le 1<sup>er</sup> envol — Salto av. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol* ↻ ⌘

Les possibilités pour le 2<sup>e</sup> saut peuvent être :

- Rondade – flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol

*↻ ⌘*  
ou

- *Renversement avant - 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol* ↻ ↻

**Note :** *Renversement av dans le 1<sup>er</sup> envol – Double salto av groupé dans le 2<sup>e</sup> envol:* ↻ ⌘ ⌘

*Si le 2<sup>e</sup> salto n'est pas terminé parce que la gymnaste se réceptionne simultanément sur les pieds et toute autre partie du corps, le saut sera reconnu comme un renversement av. dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av groupé dans le 2<sup>e</sup> envol* ↻ ⌘

#### – Bonus au saut :

- Un bonus de **0.20** sera attribué pour l'exécution de 2 sauts avec des saltos dans des directions différentes (avant/arrière) lors du deuxième envol.
  - Les sauts de type « Cuervo » sont considérés comme des sauts avec salto vers l'avant
- Pour accorder le bonus, les 2 sauts doivent être exécutés sans chute.
- Le bonus sera ajouté au score final (moyenne des 2 sauts).

#### 10.4.1 Lignes (couloir)

A titre d'orientation pour les déductions liées à la direction, un couloir sera tracé sur le tapis de réception. La gymnaste doit se réceptionner et finir son saut de façon stable dans cette zone.

Le juge D1 (*sur notification écrite du juge de ligne*) appliquera les déductions sur la note finale pour touche du tapis avec n'importe quelle partie du corps en dehors de la ligne du couloir comme suit :

- Réception ou pas en dehors du couloir avec un pied/main  
(partie de pied/main) **- 0.10**
- Réception ou pas en dehors du couloir avec les deux pieds/mains  
(partie de pieds/mains) ou partie du corps **- 0.30**

#### 10.4.2 Déductions spécifiques à l'agrès - Jury D

Appliquées sur la note finale du saut exécuté

- Plus de 25 mètres de distance de course **- 0.50**
- Course d'élan sans effectuer un saut. **- 1.00**
- Appui avec seulement une main **- 2.00**



- Pour la qualification à la finale par agrès et pour la finale par agrès :
  - Si 1 des 2 sauts reçoit "0.00 " P. (10.4.3)

**Jugement:** Note du saut exécuté divisé par 2 = note finale (NF)

- Si les 2 sauts exécutés ne sont **pas** de groupes différents

**Jugement:** [ (NF du 1<sup>er</sup> saut) + (NF du 2<sup>e</sup> saut, moins 2.00) ] / 2 = Note Finale.

#### 10.4.3 Sauts non valables (0.00 P) \*

- Le saut est exécuté sans phase d'appui c'est-à-dire : aucune main ne touche la table.
- Ne pas utiliser correctement le collier de sécurité pour les sauts par rondade.
- Aide pendant le saut.
- La réception n'est pas faite sur les pieds d'abord.
- Le saut est tellement mal exécuté que le saut prévu ne peut pas être reconnu ou la gymnaste pousse avec ses pieds sur la table de saut.
- La gymnaste exécute un saut interdit  
(*Jambes écartées, élément non autorisé avant le tremplin, réception latérale intentionnelle*).
- Le premier saut est répété comme second saut lors de la qualification (pour la finale) ou lors de la finale du saut.

**\*Note :** La note "0.00" est enregistrée par le jury D. Pas d'évaluation par le jury E.

Le jury D et le superviseur à l'agrès reverront automatiquement la vidéo pour tous les sauts non valables entraînant la note 0.00 ou les sauts exécutés avec appui d'un bras seulement.

### 10.5 Méthode de calcul

#### Le jury D:

Saisit la valeur du saut exécuté et montre aux juges E, sur un tableau, le symbole du saut reconnu (*s'il est différent du saut annoncé*).

La note du 1er saut doit être affichée avant que la gymnaste exécute son 2e saut.

#### Le Jury E :

Les déductions pour exécution (*section 9*) doivent être ajoutées aux déductions spécifiques à l'agrès.



## 10.6 Déductions spécifiques à l'agrès – Jury E

Fautes	0.10	0.30	0.50
<b>Premier envol</b>			
– Degrés de rotation manquant dans les Rotations longitudinales pendant l'envol : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gr. 1 avec ½ tour (180°)</li> <li>• Gr. 3 avec ¼ de tour (90°)</li> <li>• Gr. 4 avec ¾ de tour (270°)</li> <li>• Gr. 5 avec ½ tour (180°)</li> <li>• Gr. 1 ou 2 avec 1/1 tour (360°)</li> </ul>	≤ 45°	≤ 90°	
	≤ 45°	≤ 45°	
	≤ 45°	≤ 45°	> 90°
– Mauvaise technique: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Angle des hanches / corps cambré</li> <li>• Genoux fléchis</li> <li>• Jambes ou genoux écartés</li> </ul>	X	X	
	X	X	X
	X	X	
<b>Impulsion</b>			
– Mauvaise technique: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Appui décalé des mains Gr 1,2 &amp; 5</li> <li>• Bras fléchis/ angle des épaules</li> <li>• Ne pas passer par la verticale</li> <li>• Rotation Longitudinale commencée trop tôt (<i>sur la table</i>)</li> </ul>	X		
	X	X	X
	X		
	X	X	
<b>Deuxième envol</b>			
– Courbette excessive	X	X	
– Hauteur	X	X	X
– Position du corps <ul style="list-style-type: none"> <li>• Précision de la position groupée/carpée dans les saltos</li> <li>• Précision de la position groupée/carpée dans les saltos avec vrille</li> <li>• Alignement du corps dans les saltos tendus</li> <li>• Alignement du corps dans les saltos tendus avec vrille</li> <li>• Manque de maintien de position tendue (carpé trop tôt)</li> <li>• Extension insuffisante et/ou tardive (<i>sauts groupés/carpés</i>)</li> </ul>	X	X	
	X		
	X		
	X	X	
	X	X	
	X	X	
– Genoux fléchis	X	X	X
– Jambes ou genoux écartés	X	X	
– Sous rotation dans le salto sans chute avec chute	X	X	
– Distance (longueur insuffisante)	X	X	
– Déviation par rapport à l'axe	X		
– Dynamisme	X	X	
<b>– Fautes de réception</b>	<b>Voir sec 9</b>		



## SECTION 11 – BARRES ASYMETRIQUES

### 11.1 Généralités

Le jugement de l'exercice commence avec l'appel sur le tremplin ou le tapis. Tout support supplémentaire placé sous le tremplin (tel que la planchette) n'est **pas** autorisé.

#### a) Entrées

- Si la gymnaste, lors de son premier essai, touche le tremplin, l'agrès, ou court sous l'agrès :

- Déduction **-1.00** (Jury E)
- Elle doit commencer son exercice.
- L'entrée ne recevra pas de valeur.

- Un second essai est autorisé pour l'entrée (*avec déduction*) si elle n'a **PAS** touché le tremplin, l'agrès ou n'a pas couru sous l'agrès :

- Déduction **-1.00** (Jury E)

- Un troisième essai n'est pas autorisé.

La gymnaste ne peut PAS marcher/courir sous la barre inférieure pour exécuter son entrée

- Déduction **-0.30** (Jury D avec notification au jury supérieur)

Le jury D appliquera la déduction sur la note finale.

#### b) Temps de chute

Lors de l'interruption d'un exercice due à une chute, la gymnaste a jusqu'à 30 secondes avant de reprendre son mouvement.

Si la gymnaste dépasse les 30 sec et reprend son exercice, une pénalité de **-0.30** sera appliquée pour dépassement de temps.

- Le chronométrage commence lorsque la gymnaste, après la chute, s'est remise sur les pieds.
- Le temps qui s'écoule pendant la chute doit être affiché, en secondes, sur le tableau d'affichage des notes.
- Un signal sonore (gong) sera donné à
  - 10 secondes
  - 20 secondes et à nouveau au moment des
  - 30 secondes du temps limite.
- L'exercice commence officiellement quand les pieds quittent le sol.
- Si la gymnaste n'a pas repris son exercice dans les 60 secondes du temps limite l'exercice est considéré comme terminé.

Il n'est pas nécessaire de saluer avant de recommencer après une chute.

### 11.2 Contenu et construction de l'exercice

8 éléments maximum, y compris la sortie, et dont la valeur est la plus élevée, sont pris en compte pour les VD.

- PAS DE SORTIE **-0.50** de la note finale (Jury D)
- Seuls **3** éléments issus de la même racine d'élément\*, seront comptés dans l'ordre chronologique pour la VD, EC et VL.
  - Sauf bascules, grands tours (av/ar) et prises d'élan à l'ATR.

\*La racine d'élément est déterminée par le commencement de l'élément et la direction de la rotation (av. ou ar.)





Exemple 1 : B D E X (pas de valeur)

Exemple 2 : D B C X (pas de valeur)

Exemple 3 : D D D B B D

- Les entrées (telles que ) et les sorties (telles que ) seront comptées dans le nombre de racines d'éléments.
- Les éléments sans VD (parce que les exigences techniques ne sont pas respectées) ne seront pas comptés dans le nombre des racines d'éléments.

Un seul élément de type "Tkatchev" avec ou sans tour, issu de chaque ligne dans le tableau des éléments, sera reconnu.

Un seul "Jager" avec ou sans tour dans le tableau des éléments sera reconnu.

Les éléments de difficulté doivent être issus des différentes catégories suivantes :

a) Tours et élans	b) Envols
Grands tours en arrière	Envol de BS pour saisir BI ( <i>ou inversement</i> )
Grands tours en avant	Contre mouvement avec envol ( <i>par-dessus barre</i> )
Élans et tours d'appui libre	Franchissements
Stadler en avant et en arrière	Poissons
Tours carpés en avant et en arrière	Saltos

### 11.3 Exigences de composition (EC) – Jury D 2.00 P

- |   |  |                      |
|---|--|----------------------|
| 1 | Éléments avec envol de BS à BI                                       | <b>0.50 attribué</b> |
| 2 | Éléments avec envol à la même barre                                  | <b>0.50 attribué</b> |
| 3 | Prises différentes ( <i>sauf prise d'élan, entrées et sorties</i> )  | <b>0.50 attribué</b> |
| 4 | Éléments sans envol avec un tour de 360° min. ( <i>sauf entrée</i> ) | <b>0.50 attribué</b> |

### 11.4 Valeurs de liaison (VL) – Jury D

- Des VL peuvent être obtenues pour des liaisons directes.
- La VL et le Bonus Sortie font partie de la note D.

**Principes pour les liaisons directes :**

0.10	0.20
D+D (ou plus)	D (envol à la même barre ou de BI à BS) + C ou plus <b>(sur BS et doit être exécutée dans cet ordre)</b> E + E (dont un avec envol) F + D (les deux avec envol)

Remarque : les éléments C/D doivent avoir un envol ou au min. un ½ tour (180°)



- a) Un élément peut être exécuté 2 fois dans la même liaison directe pour obtenir la VL, mais ne peut **PAS** recevoir la VD une 2<sup>e</sup> fois.
- b) Pour les éléments avec envol, l'envol doit être visible :
- De BS pour saisir BI (ou inversement)
  - Avec contre mouvement avec envol (par-dessus la barre), franchissement, poisson ou salto suivi de reprise de la même ou l'autre barre
  - Exécutés en sortie.

**Note:** les changements de prises en sautant avec/sans rotation de 180°- 360° ne sont **PAS** des éléments avec envol.

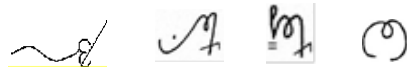
- c) Ces liaisons directes peuvent être exécutées :
- En liaison avec l'entrée  
(Les éléments du Gr. 1 ne sont pas considérés comme éléments avec envol).

Exemple  D + D = 0.10

- En liaison dans l'exercice
- En liaison avec la sortie.

- d) Si un **élan à vide** ou un **élan intermédiaire** est exécuté entre 2 éléments ou après le second/dernier élément, la VL ne peut **PAS** être attribuée.

- **Élan à vide** = élan av. ou ar. sans exécuter d'élément du tableau des éléments, suivi d'un élan dans la direction opposée.  
Exception : les éléments du type "Shaposhnikova" avec/sans 1/1 tour (360°) et les éléments suivants :



**Note :** si une bascule est exécutée après un élément de type Shaposhnikova avec/sans 1/1 tour et poisson ½ tour on applique les déductions pour élan à vide.

- **Élan intermédiaire** = reprise d'élan de l'appui facial et/ou grand élan qui n'est pas nécessaire à l'exécution de l'élément suivant.

## 11.5 Déductions pour la composition – Jury E

Fautes	0.10	0.30	0.50
- Sauter de BI à BS			X
- Suspension BS, poser les pieds sur BI, saisir BI			X
- Plus de 2 éléments identiques liés directement avec la sortie	X		



### 11.6 Déductions spécifiques à l'agrès – Jury E

Fautes <i>S'il n'y a pas de chute, la déduction maximum pour l'exécution ne peut pas dépasser 0.80 par élément</i>	0.10	0.30	0.50 ou plus
– Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR	X	X	
– Ajustement des prises	X		
– Frôler le tapis		X	
– Heurter l'agrès avec les pieds			-0.50
– Heurter le tapis avec les pieds ( <i>chute</i> )			-1.00
– Élément non caractéristique ( <i>éléments avec impulsion 2 pieds ou cuisses</i> )			-0.50
– Mauvais rythme des éléments	X		
– Hauteur insuffisante des éléments avec envol	X	X	
– Sous rotation pour les éléments avec envol	X		
– Extension insuffisante dans les bascules	X		
– Élan intermédiaire			-0.50
– Élan à vide			-0.50
– Angles à la fin des éléments	X	X	X
<b>Amplitude des :</b>			
– Élans en av. ou en ar. sous l'horizontale	X		
– Prises d'élan	X	X	
– Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté ( <i>sortie</i> )	X	X	

### 11.7 Notes - Chutes

- **Sur les éléments avec envol :**

a) **Avec** saisie de la barre des deux mains (*suspension ou appui passager*)

- la VD est accordée

b) **Sans** saisie de la barre des deux mains,

- la VD n'est **pas** accordée (*l'élément peut être à nouveau exécuté pour obtenir la VD*)

- **Sur les sorties :**

a) Pas de tentative de sortie du tout :


Jugement : Pas de VD      7 éléments seulement sont comptabilisés (*Jury D*)

Pas de sortie      style="background-color: #f08080;">-0.50 (*Jury D*)

Chute      style="background-color: #f08080;">-1.00 (*Jury E*)

Si la gymnaste remonte sur la barre pour exécuter la sortie, pas de déduction pour absence de sortie

b) Si la sortie est commencée :

**Exemple:**  avec début de salto (sans réception sur les pieds d'abord)

Jugement: Pas de VD      7 éléments seulement sont comptabilisés (*Jury D*)

Chute      style="background-color: #f08080;">-1.00 (*Jury E*).

#### - Entrées

a) Peuvent remplir l'EC #1 pour envol de BS à BI.

b) Les éléments exécutés en entrée peuvent être aussi exécutés dans l'exercice (*et inversement*) mais ne reçoivent qu'une seule fois la VD.



## SECTION 12 – POUTRE

### ARTISTIQUE

#### **Composition**

La composition d'un exercice à la poutre est basée sur la gestuelle de la gymnaste, ainsi que la chorégraphie des éléments par rapport à la poutre, pour créer un fort sentiment de variation de l'allure, d'intensité et rythme du mouvement.

Créer un flot continu, un ensemble cohérent correspondant à l'équilibre entre les :

Éléments gymniques - Éléments acrobatiques - Chorégraphie

Une composition bien structurée de l'exercice comprend :

- Une sélection riche et variée d'éléments de différents groupes structurels issus du tableau des éléments.
- Des changements de niveau (en haut et en bas).
- Des changements de direction (av.ar. lat.).
- Des changements de rythme et de tempo.
- Des mouvements et transitions créatifs.

*C'est ce "qu'elle" exécute*

#### **Rythme & Tempo**

Rythme et tempo (vitesse/allure) doivent être variés, parfois vifs, parfois lents, mais essentiellement dynamiques et par-dessus tout ininterrompus.

La transition entre les mouvements et les éléments doit être douce et aisée :

- Sans arrêt inutile
- Sans mouvement préparatoire prolongé avant des éléments

L'exercice ne doit pas être une série d'éléments discontinus

#### **Performance artistique**

Lorsque la gymnaste fait preuve de créativité, d'assurance dans l'exécution, de style personnel, d'une technique parfaite avec un rythme et un tempo varié, elle transforme une composition bien structurée en une performance artistique.

*Ce n'est pas "ce que" la gymnaste exécute, mais "comment" elle l'exécute.*

### 12.1 Généralités

Le jugement de l'exercice commence avec l'appel sur le tremplin ou le tapis. Tout support supplémentaire placé sous le tremplin (tel que : planchette) n'est pas autorisé.

#### **a) Entrées**

- Si la gymnaste, lors de son premier essai, touche le tremplin ou l'agrès :
  - Déduction **-1.00** (Jury E)
  - Elle doit commencer son exercice
  - L'entrée ne recevra pas de Valeur
  - Une déduction pour "entrée sans VD" est appliquée. (Jury E)



- Un second essai est autorisé pour l'entrée (avec une pénalité) si la gymnaste n'a pas touché le tremplin ou l'agrès.
  - Déduction **-1.00** (Jury D)
  
- Un troisième essai n'est pas autorisé

Le jury D appliquera la déduction sur la note finale

#### b) Chronométrage

La durée de l'exercice à la poutre ne doit pas dépasser 1 minute 30 secondes (90 secondes).

–Le juge chronométrateur N° 1 déclenche le chronomètre quand la gymnaste prend appel sur le tremplin ou le tapis. Il arrête le chronomètre quand la gymnaste touche le tapis à la fin de son exercice.

–Un signal sonore (gong) avertit la gymnaste 10 sec. avant la fin du temps maximum, et à nouveau à la fin du temps maximum autorisé (1'30) pour indiquer qu'elle doit terminer son exercice.

–Si la réception de la sortie est exécutée pendant le 2e signal sonore, il n'y a pas de déduction.

–Si la réception de la sortie est exécutée après le 2e signal sonore, une déduction pour dépassement du temps réglementaire est effectuée.

–La déduction pour dépassement du temps est appliquée si la durée de l'exercice est de 1'31 (91 sec. ou plus) **-0.10**

–Les éléments exécutés après la limite des 90 sec. sont reconnus par le jury D et jugés par le jury E.

–Le juge chronométrateur concerné signale par écrit les dépassements de temps au jury D, qui applique la déduction sur la note finale

#### c) Temps de chute

Lors de l'interruption de l'exercice due à une chute de l'agrès, un temps intermédiaire de 10 sec. est autorisé.

–Si la gymnaste dépasse le temps alloué avant de reprendre l'exercice, une pénalité de **-0.30** sera appliquée pour dépassement de temps, si la gymnaste continue son exercice.

–Le juge chronométrateur N° 2 commence à décompter le temps, lorsque la gymnaste après la chute, s'est remise sur ses pieds.

–La durée du temps de chute est chronométrée à part et n'entre PAS dans le calcul du temps total de l'exercice.

–Le temps qui s'écoule pendant la chute doit être affiché, en secondes, sur le tableau d'affichage des notes.

–Le temps de chute se termine quand la gymnaste prend appel sur le tapis pour remonter sur la poutre.

–Un signal sonore (gong) sera donné à 10 sec. du temps limite



–Si la gymnaste n’a pas repris son exercice dans les 60 sec. du temps limite l’exercice est considéré comme terminé.

–Il n’est pas nécessaire de saluer avant de recommencer un exercice après une chute.

–Le juge chronométré N° 1 reprend le décompte du temps lorsque la gymnaste est remontée sur la poutre et exécute son premier mouvement pour continuer l’exercice.

## 12.2 Contenu de l’exercice

8 éléments maximum, y compris la sortie, dont la valeur est la plus élevée, sont pris en compte pour la VD.

- Pas de SORTIE **-0.50** sur la note finale (Jury D)

Parmi les 8 éléments pris en compte, il doit y avoir au minimum :

- 3 gymniques
  - 3 Acro
- et 2 éléments au choix

## 12.3 Exigences de composition (EC) – Jury D 2.00 P

1. Une liaison d’au moins 2 éléments gymniques **différents** dont 1 saut (jump ou leap) avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral **0.50 attribué**
2. Tours (Gr. 3) **ou** roulés / ciseaux\* **0.50 attribué**
3. Une série acro. min. 2 éléments, avec envol\*\* dont un salto (les éléments peuvent être identiques) **0.50 attribué**
4. Éléments acro de directions différentes (av/lat. et ar.) **0.50 attribué**

\* Les éléments : 1.303, 1.403, 1.304, 1.207, 1.308, 1.514, 4.203, 4.204, 4.207, 4.304, 4.105, 4.305, 4.206, 4.306, 4.307, 5.405, 5.505 peuvent remplir l’EC # 2

\*\* élément avec envol avec ou sans appui des mains.

### **Note:**

- EC 1, 2 (tours), 3 & 4 doivent être exécutées sur la poutre
- Les appuis tendus renversés et maintiens ne peuvent **PAS** remplir les EC
- Les roulés peuvent être utilisés **seulement** pour remplir l’EC # 2

## 12.4 Valeurs de liaison (VL) et Bonus Séries (BS) et Bonus Sortie – Jury D

- a) La VL peut être obtenue pour des liaisons directes
- b) Les **VL** et les Bonus sont inclus dans la note D.
- c) Les **Bonus Séries** sont obtenus pour une liaison de 3 éléments ou plus
- d) Pas de VL attribuée si la gymnaste s’accroche à la poutre



### Principe pour les liaisons directes

ACROBATIQUE	
0.10	0.20
<b>2 éléments acrobatiques avec envol, entrée incluse et sortie exclue</b> Toutes les liaisons doivent être avec rebond*	
C + C B + D (direction vers l'arrière) (dans cet ordre seulement) B + E	C/D + D ou plus B + D (les 2 éléments en avant) B + F

\* Une Liaison avec effet rebond utilise l'élasticité de l'agrès et développe la vitesse dans une direction.

Réception sur 2 pieds, du 1<sup>er</sup> élément avec envol et appui des mains, suivie par une impulsion/rebond **immédiat** pour le 2<sup>e</sup> élément

Ou

Réception du 1<sup>er</sup> élément avec envol (avec ou sans appui des mains) sur une jambe et placement de la jambe libre avec un rebond **immédiat** des deux jambes pour le 2<sup>e</sup> élément

GYMNIQUES et MIXTES (acro- éléments avec envol seulement) sauf sortie	
0.10	0.20
C + C ou plus (gymnique) A + C (tours seulement) B + D (mixte)	D + D ou plus

**Note** : Les tours doivent être exécutés avec un pas pour tourner sur la jambe opposée (un demi-plié sur un ou deux pieds n'est PAS autorisé).

BONUS SERIES (BS)	
0.10	
En plus de la VL, le BS est attribué aux séries gymniques/mixtes et séries acro (*avec et sans rebond) à partir de B + B + C dans n'importe quel ordre, y compris entrée et sortie (min C) ou plus	
Exemple 1 :	B + B + C = + 0.10 bonus série
	D + B + C = + 0.10 bonus série
Exemple 2 :	C + C + C + 0.10 bonus série
	<b>Total VL + BS = 0.30</b>
	$\begin{array}{cc} \underbrace{C} & \underbrace{C} \\ +0.10 & +0.10 \end{array}$
<b>Pour recevoir le BS:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les éléments acro sans envol min B (sauf maintiens) peuvent être utilisés</li> <li>• Le même élément acro (avec ou sans envol) peut être répété dans la même liaison</li> </ul>	

Les éléments **acrobatiques B** avec envol et appui des mains suivants :

- Flic flac jambes serrées
- Flic flac jambes décalées
- Flic flac Auerbach
- Rondades
- Renversements avant

Peuvent être exécutés une 2<sup>ème</sup> fois dans l'exercice pour obtenir la VL et le BS, mais ne peuvent pas être exécutés une 2<sup>ème</sup> fois pour l'EC.



## 12.5 Déductions pour l'artistique et la composition – Jury E

Fautes	0.10	0.20
<b>Exécution artistique</b>		
- Exécution artistique insuffisante pendant tout l'exercice :		
• Mauvaise tenue du corps (tête, épaules, buste)	X	X
• Amplitude insuffisante des mouvements	X	
• Mobilisation insuffisante de toutes les parties du corps	X	
• Amplitude insuffisante des élans de jambes et kicks	X	
• Mauvais travail des pieds		
○ Pointes de pieds pas tendues/relâchées/ pieds en dedans	X	
○ Mauvais travail en relevé	X	
- Rythme et tempo		
<i>Variation insuffisante du rythme et tempo, éléments et mouvements discontinus (manque de fluidité)</i>	X	X
<b>Composition</b>		
- Entrée sans VD		
<i>(Toutes les entrées sans VD seront généralement reconnues comme 'A', sauf engager une jambe pour passer à cheval, accroupi, saut simple au siège ou sur les genoux ou réception sur un ou deux pieds)</i>	X	
- Utilisation insuffisante de tout l'agrès:		
• Manque de mouvements latéraux (sans VD)	X	
• Absence de combinaison de mouvements/éléments proches de la poutre avec une partie du buste (y compris cuisses, genoux ou tête) en contact avec la poutre (pas nécessairement un élément)	X	
- Utilisation unilatérale d'éléments:		
• Plus d'un ½ tour sur les 2 pieds, jambes tendues, pendant tout l'exercice.	X	

## 12.6 Déductions spécifiques à l'agrès – Jury E

Fautes		0.10	0.30	0.50
- Mauvais rythme dans les liaisons (avec VD)	Ch.f	X		
<b>Préparation excessive:</b>				
- Ajustement (pas sans chorégraphie et mouvements inutiles)	Ch.f	X		
- Élan excessif des bras avant les éléments gymniques	Ch.f	X		
- Pause (appliquée à 2 sec.)	Ch.f	X		
- Appui supplémentaire de jambe sur le côté de la poutre			X	
- S'accrocher à la poutre pour éviter une chute				X
- Mouvements supplémentaires pour maintenir l'équilibre		X	X	X

### Sorties :

- a) Si lors de la sortie, le salto n'a PAS commencé (pas de début de rotation) lorsque la chute se produit :

Exemple 1 :  saut en dehors de la poutre

Jugement : -Pas de VD 7 éléments seulement sont comptabilisés (jury D)

-Pas de sortie **-0.50** (jury D)

-Chute **-1.00** (jury E)

Si la gymnaste remonte pour exécuter sa sortie, pas de déduction pour « pas de sortie »





b) Si lors de la sortie, le salto a commencé et la chute se produit :

Exemple 2 : *Me* début de salto, chute sans arriver sur les pieds d'abord  
Jugement : : -Pas de VD                    7 éléments seulement sont comptabilisés (jury D)  
                  -Chute                            -1.00 (jury E)

## 12.7 Notes - Chutes



Les éléments acrobatiques et gymniques doivent revenir sur la poutre avec les pieds ou le buste pour obtenir la VD.

- a) **Avec réception** sur 1 ou 2 pieds ou selon la position demandée sur la poutre,  
– la VD est accordée
- b) **Sans réception** sur 1 ou 2 pieds ou selon la position demandée sur la poutre,  
– la VD n'est PAS accordée (l'élément peut être à nouveau exécuté pour recevoir la VD).

### - Entrées

- a) Un seul élément acro peut être exécuté avant l'entrée.
- b) Certains éléments répertoriés comme entrées (roulés, ATR et maintiens) peuvent être exécutés dans l'exercice (ou inversement), mais ne reçoivent qu'une seule fois la VD.

### - Maintiens

- a) Les ATR (sans tour) et maintiens doivent être tenus 2 sec., si précisé dans le tableau des éléments, pour obtenir la VD.  
Si l'élément n'est pas tenu 2 sec. et n'apparaît pas comme autre élément du code, il reçoit la VD inférieure ou pas de VD (les ATR ou maintiens doivent être terminés).
- b) Pour obtenir l'EC, la VL et le BS, les éléments acrobatiques avec maintien (avec envol) peuvent être utilisés comme dernier élément dans une série acrobatique ou mixte.
- c)  et  recevront la VD inférieure si l'ATR n'est PAS tenu 2 sec

Si la gymnaste exécute à nouveau le même élément dans l'exercice et l'ATR est maintenu 2 sec. – pas de VD accordée.

### -Éléments spécifiques

Les mains doivent être en position transversale à la réception.



2 mains placées en position transversale: correct.



Si la main avant a terminé le tour  
Appliquer les déductions pour précision



Les mains sont placées en position latérale  
Appliquer les déductions pour précision



## SECTION 13 – SOL

### ARTISTIQUE

#### **Performance artistique**

Une performance artistique est celle pour laquelle une gymnaste démontre sa capacité à transformer son exercice au sol, à partir d'une composition bien structurée, en une représentation artistique. Ainsi la gymnaste doit présenter une chorégraphie fluide révélant beauté, expressivité, musicalité et technique parfaite.

L'objectif principal est de créer et présenter une composition de gymnastique artistique unique et bien équilibrée, en combinant harmonieusement les mouvements du corps et l'expression de la gymnaste avec le thème et le caractère de la musique.

#### **Composition et chorégraphie**

La **composition** d'un exercice au sol est basée sur la gestuelle de la gymnaste, ainsi que la chorégraphie des éléments et mouvements, c'est-à-dire la cartographie des mouvements du corps, (gymnastique et artistique), dans l'espace et le temps, en relation avec la surface du sol et en harmonie avec la musique choisie.

La chorégraphie devrait être conçue de telle façon qu'un mouvement s'enchaîne sans heurt avec le suivant, avec des contrastes dans la vitesse et l'intensité.

La chorégraphie créative, c'est-à-dire, l'originalité de composition des éléments et des mouvements, signifie que l'exercice a été construit et exécuté en utilisant de nouvelles idées, formes, interprétations et originalité, évitant ainsi la copie et la monotonie.

La conception, la structure et la composition de l'exercice incluent :

- Une sélection riche et variée des éléments de différents groupes de structure du tableau des difficultés
- Des changements de niveau (en haut et en bas)
- Des changements de direction (avant, arrière, latéral et courbes)
- Des mouvements créatifs ou originaux, liaisons et transitions avec les lignes acrobatiques

C'est "**ce que**" la gymnaste exécute

#### **Expression**

L'expression peut être définie, de façon générale, comme une attitude et une gamme d'émotions exprimées par la gymnaste à la fois avec son visage et son corps. Cela inclut la capacité de la gymnaste à se présenter et à communiquer avec les juges et les spectateurs, tout comme son aptitude à gérer/contrôler son expression pendant l'exécution des mouvements les plus difficiles et les plus complexes.

C'est également sa capacité à jouer un rôle ou exprimer un caractère pendant l'exécution. En plus de l'exécution technique, l'harmonie artistique et la grâce féminine doivent également être considérées.

C'est non seulement, "**ce que**" la gymnaste exécute mais également "**comment**" elle exécute son exercice.



### **Musique**

La musique doit être parfaite, sans aucune coupure brutale et doit contribuer à donner un sentiment d'unité à la composition et à l'exécution de l'exercice.

Elle doit être fluide et avoir un début clair et une fin précise. La musique choisie doit également aider à mettre en valeur les caractéristiques et le style unique de la gymnaste. Le caractère de la musique doit fournir l'idée/thème directeur de la composition.

Il doit y avoir une corrélation directe entre les mouvements et la musique.

L'accompagnement doit être personnalisé par rapport à la gymnaste et contribuer à la beauté et à la perfection de l'ensemble de sa performance.

### **Musicalité**

La musicalité est la capacité de la gymnaste à interpréter la musique et à mettre en évidence non seulement son rythme et sa vitesse, mais aussi sa fluidité, son volume son intensité et sa passion.

La musique doit soutenir l'exécution, et la gymnaste, par ses mouvements, doit communiquer le thème de la musique aux juges et spectateurs.

## 13.1 Généralités

### **a) Exigences pour la musique**

Les musiques des exercices au sol doivent être remises aux organisateurs de la compétition. La durée de chaque musique sera chronométrée, et le temps annoncé sera approuvé par l'organisation et l'entraîneur en chef de la délégation.

Les informations suivantes doivent être incluses :

- Le nom de la gymnaste et les 3 lettres (en capitale) du code du pays utilisé par la FIG.
- Le nom du compositeur et le titre de la musique.

L'accompagnement musical avec orchestre, piano ou autres instruments doit être enregistré

- Au début de l'enregistrement, un signal est autorisé, mais le nom de la gymnaste ne peut pas être prononcé
- La voix humaine sans parole/s peut être utilisée comme un instrument de musique
  - > Exemples de "voix humaine" acceptable comme instrument : fredonnements, vocalises sans mots, sifflements, onomatopées.
  - > Toute musique qui n'est pas clairement un chant ou une partie de chant est acceptée
- Absence de musique ou musique avec paroles **-1.00**

Note : déduction effectuée par le jury D sur la note finale.

En cas de doute, la fédération/gymnaste peut soumettre la musique au CTF pour évaluation.

### **b) Chronométrage**

Le jugement de l'exercice commence avec le premier mouvement de la gymnaste. La durée de l'exercice ne doit pas dépasser 1 minute 30 secondes (90 secondes).

- Le juge chronométrateur déclenche le chronomètre avec le premier geste de la gymnaste pour commencer son exercice.



- Le juge chronométrateur arrête le chronomètre avec la dernière position de la gymnaste à la fin de son exercice. L'exercice doit se terminer en même temps que la musique.
- Une pénalité pour dépassement du temps est appliquée si la durée de l'exercice est supérieure à 1'31 (91 sec.) ou plus **-0.10**.
- Les éléments exécutés après la limite des 90 sec. sont reconnus par le jury D et jugés par le jury E.

### c) Lignes

Le dépassement de la surface réglementaire du praticable (12 X 12 m) est pénalisé si une partie quelconque du corps touche le sol en dehors des lignes.

- Un pas ou réception en dehors des lignes avec un pied ou une main **-0.10**
- Pas en dehors des lignes avec les 2 pieds, les 2 mains ou une partie du corps, ou réception avec les deux pieds en dehors de la ligne **-0.30**

Le juge chronométrateur et les juges de ligne signalent par écrit le dépassement de temps et les sorties de praticable au jury D qui appliquera la pénalité sur la note finale.

## 13.2 Contenu de l'exercice

8 éléments maximum, y compris la sortie, dont la valeur est la plus élevée, sont pris en compte pour les VD.

- PAS DE SORTIE **-0.50** de la note finale (Jury D)

Parmi les 8 éléments pris en compte, il doit y avoir au minimum :

- 3 gymniques
  - 3 Acro
- et 2 éléments au choix

La sortie est la dernière ligne acro prise en compte (*la VD la plus élevée est prise en compte*)

- Pas de sortie accordée si seulement une ligne acro est exécutée.

### Lignes acro

- Le nombre maximum de lignes acrobatiques est de 4.
- Aucune difficulté dans la/les ligne(s) acro supplémentaire(s) ne sera prise en compte pour la VD
- Aucun élément acro, exécuté après la dernière ligne acro, ne sera compté pour la VD.
- Une ligne acro consiste en un minimum de 2 éléments avec envol, liés directement, dont un salto.

Si la réception du salto n'est pas faite sur les pieds d'abord, la ligne acrobatique est quand même prise en compte.



### 13.3 Exigences de composition (EC) – Jury D – 2.00

1. Un passage gymnique composé de deux sauts différents (leaps ou hops) du code, liés directement ou indirectement (avec des pas courus, petits sauts (hops-leaps) pas chassés, tours chaînés) dont un avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral. **0.50 attribué**

*(L'objectif est de créer un grand déplacement fluide)*

- Les sauts appel deux pieds ou les tours ne sont pas autorisés car ils sont sur place. Les tours chaînés (1/2 tours sur les 2 pieds) sont autorisés car ils entraînent un déplacement.
- La réception des sauts (*leaps et hops*) doit se faire sur un pied s'ils sont exécutés comme 1er élément du passage gymnique.

2. Salto avec rotation longitudinale (min. 360°) **0.50 attribué**

3. Salto avec double rotation transversale **0.50 attribué**

4. Salto ar. et av. (sauf renversement libre), dans la même ou différente ligne acro **0.50 attribué**

Note: EC 2, 3 et 4 doivent être exécutées dans une ligne acro.

### 13.4 Valeur de liaison (VL) et Bonus de sortie – jury D

a) La VL peut être obtenue pour des liaisons indirectes (acrobatiques) et directes (acrobatiques, mixtes et tours).

b) Le Bonus de sortie (0.20) peut être obtenu seulement quand il y a plus de 2 lignes acro.

c) La VL et le Bonus de sortie sont inclus dans la note D.

#### Principes pour les liaisons acrobatiques indirectes et directes

ACROBATIQUES INDIRECTES	
0.10	0.20
B + D	C + D/E
A + A + D	A + A + E
ACROBATIQUES DIRECTES	
A + D	A + E
C + C	B/C + D
MIXTES	
Salto D + B (gymnique) Salto E + A (gymniques) <i>(dans cet ordre seulement)</i>	
LIAISONS DE TOURS SUR UNE JAMBE	
D + B	<b>Remarque :</b> Les tours doivent être exécutés avec un pas pour tourner sur la jambe opposée ( <i>pas de demi-plié autorisé</i> )

**Liaisons indirectes :** liaisons dans lesquelles entre les salti sont exécutés des éléments acrobatiques avec envol et appui des mains liés directement (tels que rondade, flic-flac, etc. considérés comme éléments préparatoires).

**Notes :** Pour la VL, seuls les éléments acrobatiques sans appui des mains peuvent être utilisés.



### 13.5 Déductions pour artistique et chorégraphie – Jury E

Fautes	0.10	0.20	0.30
– <u>Exécution artistique</u>			
• Mauvaise tenue du corps ( <i>tête, épaules, buste</i> )	X	X	
• Mauvais travail de <b> pied</b> (Pointes de pieds pas tendues/relâchées, pieds en dedans)	X		
• Amplitude insuffisante des mouvements			
• Mobilisation insuffisante des différentes parties du corps	X		
• Complexité insuffisante des mouvements ( <i>un-mouvement complexe demande du temps d'entraînement, de la coordination et une préparation préalable</i> )	X		
– <u>Musicalité:</u>			
• Mauvaise expressivité en fonction du style de la musique	X	X	X
• Manque de connexion de la musique avec l'exercice en partie ou en totalité	X	X	X
• Manque de synchronisation entre le mouvement et le rythme musical à la fin de l'exercice	X		
– <u>Musique:</u>			
• Mauvais montage de la musique	X		
– <u>Composition:</u>			
• Chorégraphie pauvre dans les coins / manque de variété	X		
• Absence d'un mouvement touchant le sol (incluant au min. buste, ou cuisses, ou genoux ou tête)	X		

### 13.6 Déductions spécifiques à l'agrès – Jury E

Fautes	0.10
<u>Préparation excessive</u>	
– Ajustement (pas sans chorégraphie)	Ch.f X
– Élan excessif des bras avant les éléments gymniques	Ch.f X
– Pause (appliquée à 2 sec)	Ch.f X
<u>Distribution des éléments</u>	
– L'exercice commence immédiatement avec une ligne/élément acrobatique	X
– Ligne acro exécutée à la suite l'une de l'autre dans la même diagonale sans chorégraphie entre (longue ligne acro autorisée)	Ch.f X
– Plus d'1 ligne acro en suivant	Ch.f X
– L'exercice se termine avec un élément acro ( <i>pas de chorégraphie après la dernière acro</i> )	X



## Lignes acro et sorties

### a) Une ligne acro seulement :

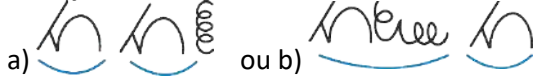
#### Exemple 1



#### Jugement:

- Pas de VD On compte maximum 7 éléments (Jury D)
- PAS DE SORTIE **-0.50** (Jury D)
- Déductions pour fautes de réception (Jury E)

### Exemple 2 :



#### Jugement :

- Pas de VD On compte maximum 7 éléments (Jury D)
- PAS DE SORTIE **-0.50** (Jury D)
- Déductions pour fautes de réception (Jury E)

### b) 2 lignes acro :

#### Exemple 3



#### Jugement :

- On accorde la valeur de la sortie (Jury D)
- Pas de Bonus de Sortie (Jury D)

#### Exemple 4



La gymnaste chute sans arriver sur les pieds d'abord dans la 2<sup>e</sup> ligne acro :

#### Jugement:

- Pas de VD On compte maximum 7 éléments (jury D)
- Pas de Bonus de sortie (Jury D)
- Chute **-1.00** (Jury E)

### c) Avec répétition du même élément :

#### Exemple 5



D

D

X (pas terminé) (X= pas de valeur accordée)

#### Jugement:

- Pas de VD On compte maximum 7 éléments (jury D)
- Pas de Bonus de sortie (Jury D)
- Si nécessaire, déductions pour la réception (jury E)



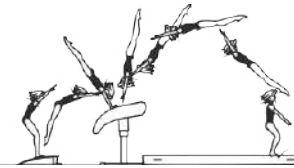

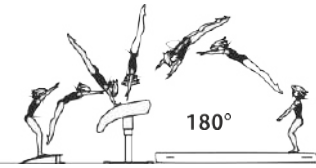
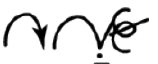

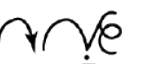
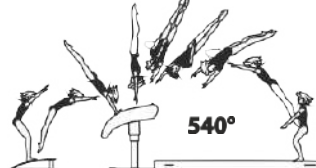

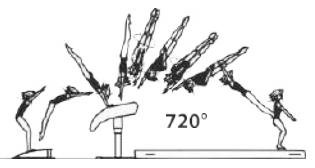

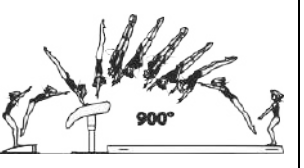

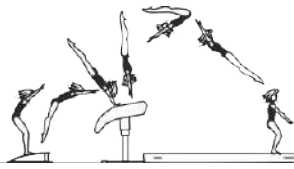



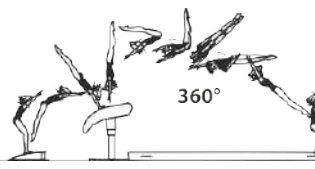

# **SECTION 14**

# **TABLE DE SAUT**

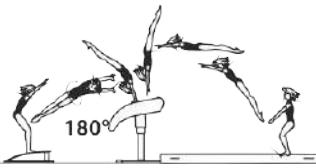
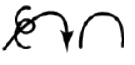
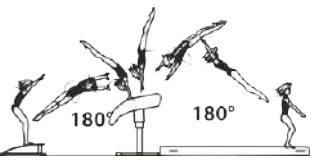
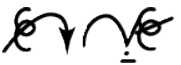
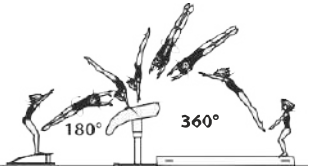

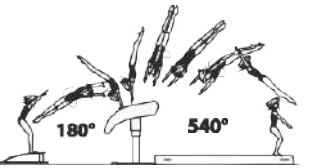
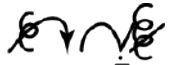
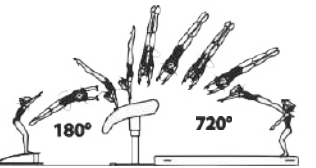

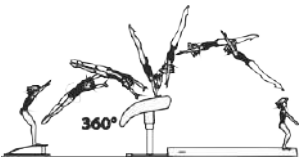

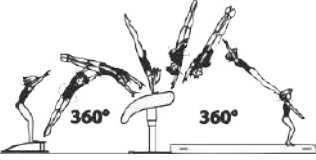

# **ELEMENTS**





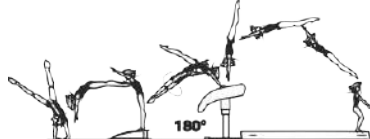
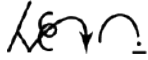
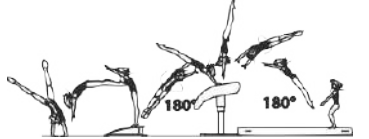



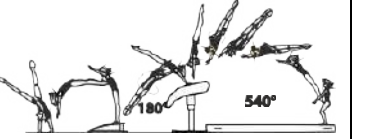

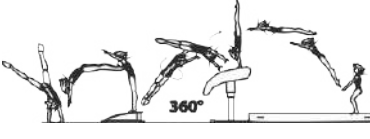
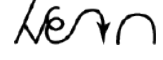
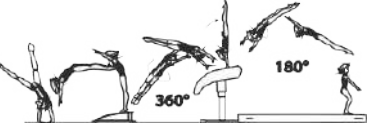

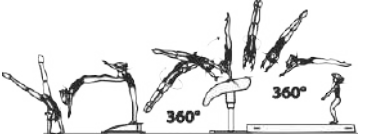

**GROUPE 1 — RENVERSEMENTS, YAMASHITAS, RONDADES AVEC OU SANS ROTATION LONGITUDINALE DANS LE 1<sup>ER</sup> ET/OU LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

1.00	1.01	1.02	1.03	1.04	1.05
<p>Renversement av.</p> <p style="text-align: right;">1.60 P.</p>  	<p>Yamashita avec ½ tour (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;">2.00 P.</p>  	<p>Yamashita avec 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;">2.60 P.</p>  	<p>Renversement av. – 1½ tour (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><i>(Kim)</i></p> <p style="text-align: right;">3.20 P.</p>  	<p>Renversement av. – 2/1 tours (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;">3.60 P.</p>  	<p>Renversement av. – 2½ tours (900°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;">4.00 P.</p>  
1.10	1.11	1.12	1.13	1.14	1.15
<p>Yamashita</p> <p style="text-align: right;">2.00 P.</p>  	<p>Yamashita avec ½ tour (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;">2.40 P.</p>  	<p>Yamashita avec 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;">2.80 P.</p>  			


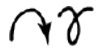
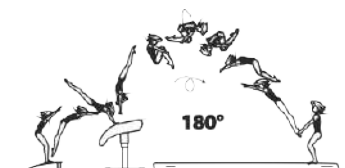
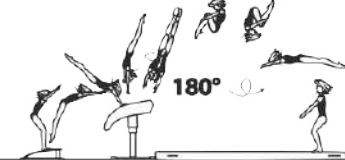
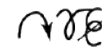

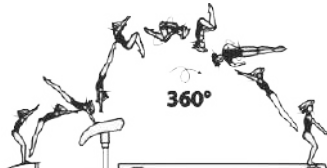
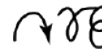

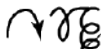

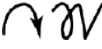
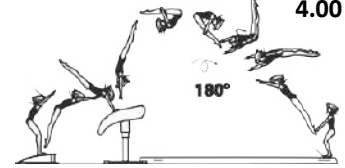
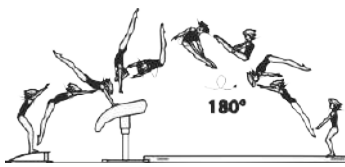
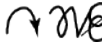


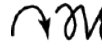
**GRUPE 1 — RENVERSEMENTS, YAMASHITAS, RONDADES AVEC OU SANS ROTATION LONGITUDINALE DANS LE 1<sup>ER</sup> ET/OU LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

1.20	1.21	1.22	1.23	1.24	1.25
<p>Renversement av. avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – répulsion dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>1.60 P.</b></p>  	<p>Renversement av. avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – ½ tour (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol (dans les deux sens)</p> <p style="text-align: right;"><b>2.40 P.</b></p>  	<p>Renversement av. avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>2.60 P.</b></p>  	<p>Renversement av. avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – 1½ tour (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.20 P.</b></p>  	<p>Renversement av. avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – 2/1 tours (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.60 P.</b></p>  	
<p>1.30</p> <p>Renversement av. avec 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol – renversement av. dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.20 P.</b></p>  	<p>1.31</p> <p>Renversement av. avec 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol – 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol <b>(Korbut)</b></p> <p style="text-align: right;"><b>3.60 P.</b></p>  	<p>1.32</p>	<p>1.33</p>	<p>1.34</p>	<p>1.35</p>

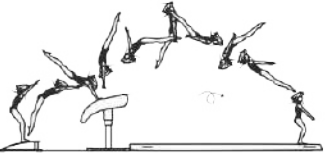

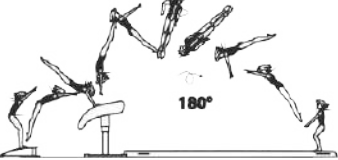

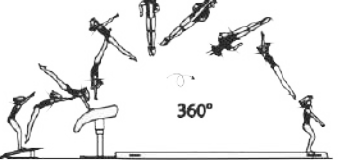

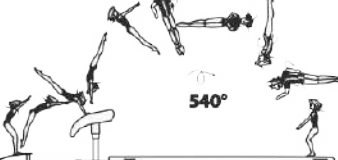
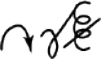
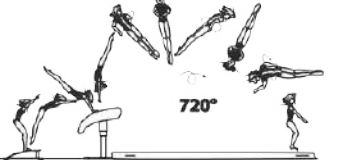



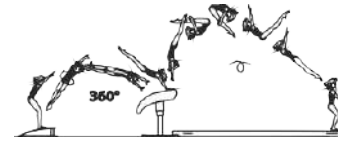


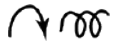
**GRUPE 1 — RENVERSEMENTS, YAMASHITAS, RONDADES AVEC OU SANS ROTATION LONGITUDINALE DANS LE 1<sup>ER</sup> ET/OU LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

1.40	1.41	1.42	1.43	1.44	1.45
<p>Rondade flic-flac dans le 1<sup>er</sup> envol. – répulsion dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>2.00 P.</b></p>  					
<p>Rondade – flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – renversement av. dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>2.20 P.</b></p>  	<p>Rondade – flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – ½ tour (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>2.60 P.</b></p>  	<p>Rondade – flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>3.00 P.</b></p>  	<p>Rondade – flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – 1 ½ tour (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>3.40 P.</b></p>  		
<p>Rondade – flic-flac avec 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol – répulsion dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>2.40 P.</b></p>  	<p>Rondade – flic-flac avec 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol – ½ tour (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>2.80 P.</b></p>  	<p>Rondade – flic-flac avec 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol – 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>3.20 P.</b></p>  			

**GROUPE 2 — RENVERSEMENTS AVANT AVEC/SANS 1/1 TOUR (360°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL — SALTO AVANT/ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**


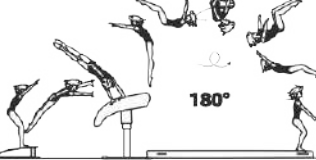
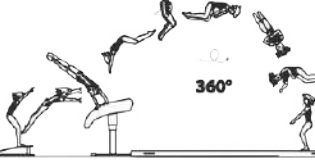

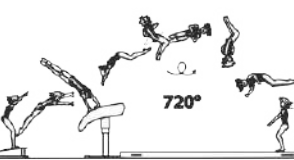


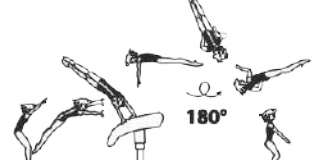
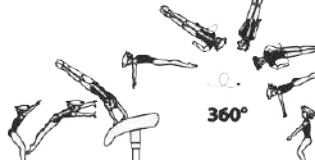
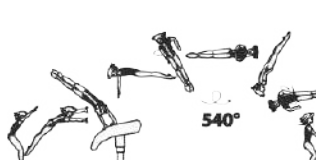
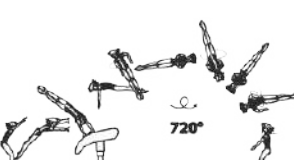
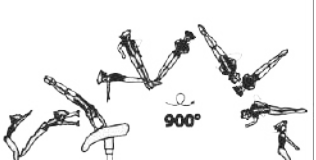
2.10	2.11	2.12	2.13	2.14	2.15
<p>Renversement av. – salto av. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.60 P.</b></p>  	<p>Renversement av. – salto av. groupé avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol - aussi ½ tour (180°) et salto ar. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.80 P.</b></p>  <p style="text-align: center;">180°</p>  <p style="text-align: center;">180°</p>  	<p>Renversement av. – salto av. groupé avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p>Renversement av. – salto av. groupé avec 1½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;">540°</p> 		
2.21	2.22	2.23	2.24	2.25	2.25
<p>Renversement av. – salto av. carpé dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.80 P.</b></p>  	<p>Renversement av. – salto av. carpé avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol – aussi ½ tour et salto ar. carpé ds le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.00 P</b></p>  <p style="text-align: center;">180°</p>  <p style="text-align: center;">180°</p>  	<p>Renversement av. – salto av. carpé avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Chusovitina)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>4.40 P.</b></p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 			

**GROUPE 2 — RENVERSEMENTS AVANT AVEC/SANS 1/1 TOUR (360°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL – SALTO AVANT/ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**







<p><b>2.30</b> Renversement av. – salto av. tendu dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Evdokimova)</i> <b>4.40 P.</b></p>  	<p><b>2.31</b> Renversement av. – salto av. tendu avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Wang)</i> <b>4.60 P.</b></p>  	<p><b>2.32</b> Renversement av. – salto av. tendu avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol <b>5.00 P.</b></p>  	<p><b>2.33</b> Renversement av. – salto av. tendu avec 1½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Chusovitina)</i> <b>5.40 P.</b></p>  	<p><b>2.34</b> Renversement av. – salto av. tendu avec 2/1 vrilles (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Yeo)</i> <b>5.80 P.</b></p>  	<p><b>2.35</b></p>
<p><b>2.40</b> Renversement av. avec 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Davydova)</i> <b>4.80 P.</b></p>  	<p><b>2.41</b> Renversement av. avec 1/1 tour (360°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. carpé le dans le 2<sup>e</sup> envol <b>5.20 P.</b></p>  	<p><b>2.42</b></p>	<p><b>2.43</b></p>	<p><b>2.44</b></p>	<p><b>2.45</b></p>
<p><b>2.50</b> Renversement av. – double salto av. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Produnova)</i> <b>6.00 P.</b></p>  	<p><b>2.51</b></p>				

[Tapez ici]




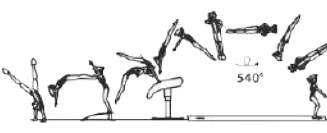


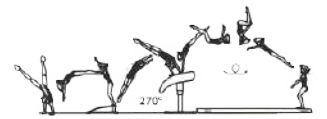
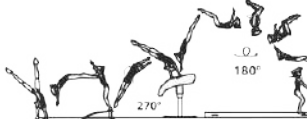

**GRUPE 3 — RENVERSEMENTS AVEC ¼ - ½ TOUR (90°-180°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL (TSUKAHARA) – SALTO ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

<p><b>3.10</b> Tsukahara groupé <i>(Tourischeva)</i></p> <p><b>3.20 P.</b></p>  <p><i>ew</i></p>	<p><b>3.11</b> Tsukahara groupé avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>3.40 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	<p><b>3.12</b> Tsukahara groupé avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Kim)</i></p> <p><b>3.80 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	<p><b>3.13</b> Tsukahara groupé avec 1½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>4.20 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	<p><b>3.14</b> Tsukahara groupé avec 2/1 villes (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>4.60 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	
<p><b>3.20</b> Tsukahara carpé</p> <p><b>3.40 P.</b></p>  <p><i>ew</i></p>					
<p><b>3.30</b> Tsukahara tendu</p> <p><b>3.80 P.</b></p>  <p><i>ew</i></p>	<p><b>3.31</b> Tsukahara tendu avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>4.00 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	<p><b>3.32</b> Tsukahara tendu avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Kim)</i></p> <p><b>4.40 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	<p><b>3.33</b> Tsukahara tendu avec 1½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>4.80 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	<p><b>3.34</b> Tsukahara tendu avec 2/1 villes (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Zamolodchikova)</i></p> <p><b>5.20 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>	<p><b>3.35</b> Tsukahara tendu avec 2½ villes (900°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p><b>5.60 P.</b></p>  <p><i>ewef</i></p>

**GRUPE 4 — YURCHENKO AVEC/SANS ¾ DE TOUR (270°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL – SALTO ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

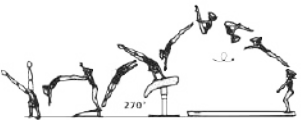
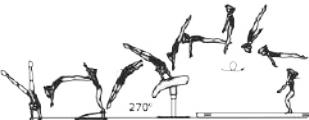
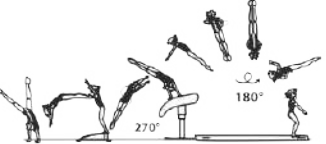
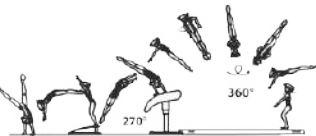

4.10	4.11	4.12	4.13	4.14	4.15
<p>Rondade flic-flac – salto ar. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol <b>(Yurchenko)</b></p> <p style="text-align: right;"><b>3.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw</i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. groupé avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw<sub>180</sub></i></p>	<p>Rondade flic-flac - salto ar. groupé avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw<sub>360</sub></i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. groupé avec 1½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw<sub>540</sub></i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. groupé avec 2/1 vrilles (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol <b>(Dungelova)</b></p> <p style="text-align: right;"><b>4.40 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw<sub>720</sub></i></p>	
4.20	4.21	4.22	4.23	4.24	4.25
<p>Rondade flic-flac – salto ar. carpé dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw<sub>0</sub></i></p>					

**GROUPE 4 — YURCHENKO AVEC/SANS ¾ DE TOUR (270°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL – SALTO ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

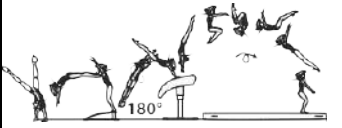
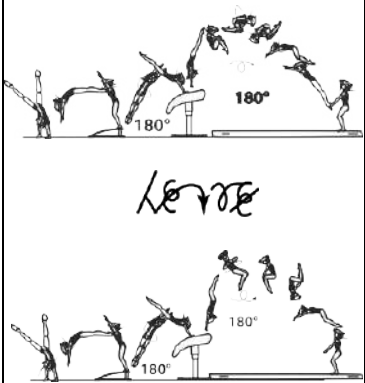
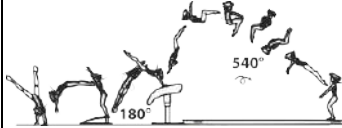

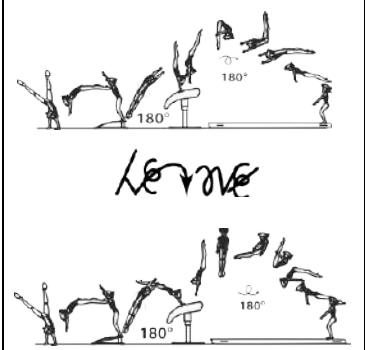
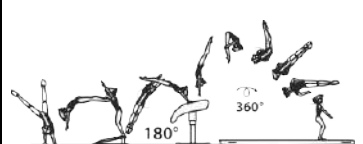
4.30	4.31	4.32	4.33	4.34	4.35
<p>Rondade flic-flac – salto ar. tendu dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw</i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. tendu avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.80 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw1/2</i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. tendu avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw1</i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. tendu avec 1½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw1 1/2</i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. tendu avec 2/1 vrilles (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Baitova)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>5.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw2</i></p>	<p>Rondade flic-flac – salto ar. tendu avec 2½ vrilles (900°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Amanar)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>5.40 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw2 1/2</i></p>
4.40	4.41	4.42	4.43	4.44	4.45
<p>Rondade flic-flac avec ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto ar groupé dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Luconi)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>3.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw270</i></p>	<p>Rondade flic-flac avec ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto ar groupé avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw270 1/2</i></p>	<p>Rondade flic-flac avec ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto ar groupé avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>knw270 1</i></p>			



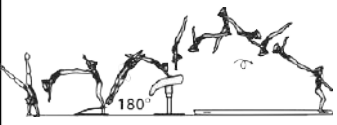
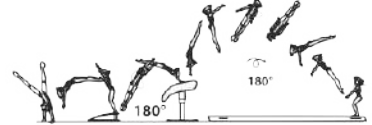
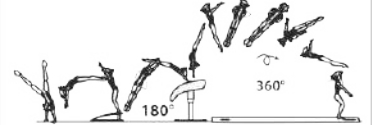
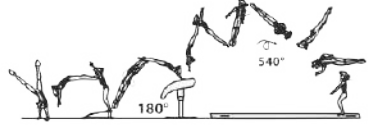
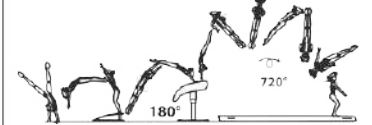
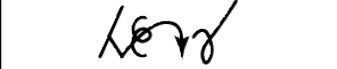




**GRUPE 4 — YURCHENKO AVEC/SANS ¾ DE TOUR (270°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL – SALTO ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

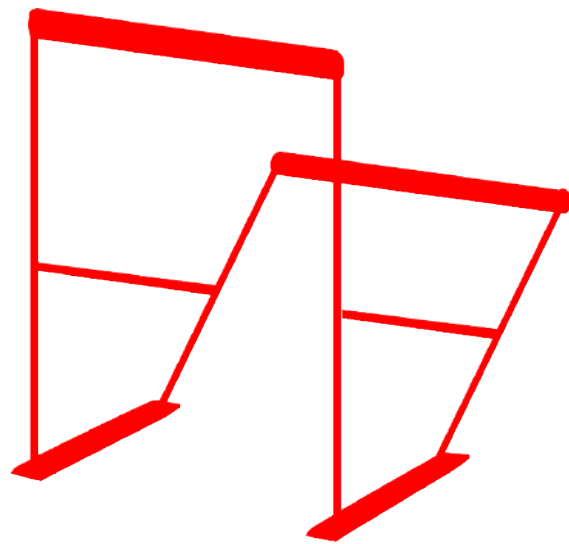
4.50	4.51	4.52	4.53	4.54	4.55
<p>Rondade flic-flac avec ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto ar carpé dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>3.80 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>kerne</i></p>	<p>Rondade flic-flac avec ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto ar tendu dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.20 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>kerne</i></p>	<p>Rondade flic-flac avec ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto ar tendu avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>kerne</i></p>	<p>Rondade flic-flac avec ¾ de tour (270°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto ar tendu avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>5.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>kerne</i></p>		
		<p style="text-align: center;"><b>4.62</b></p> <p>Rondade flic-flac – double salto arrière carpé dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Biles)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>6.40 P.</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>kerne</i></p>			

**GRUPE 5 – RONDADE AVEC ½ TOUR (180°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL – SALTO AVANT/ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

5.10	5.11	5.12	5.13	5.14	5.15
<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Ivantcheva)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>3.80 P.</b></p>  <p style="text-align: center;">Kevr</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. groupé avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol – aussi ½ tour (180°) et salto ar. groupé dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Servente)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>4.00 P</b></p>  <p style="text-align: center;">Kevre</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. groupé avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.40 P</b></p> <p style="text-align: center;">Kevre</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. groupé avec 1 ½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol – <i>(Khorkina)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>4.80 P</b></p>  <p style="text-align: center;">Kevre</p>		
<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. carpé dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Omelianchik)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>4.00 P.</b></p>  <p style="text-align: center;">Kevr</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. carpé avec ½ tour (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol – aussi ½ tour salto ar. carpé <i>(Podkopayeva)</i></p> <p style="text-align: right;"><b>4.20 P</b></p>  <p style="text-align: center;">Kevre</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. carpé avec 1/1 tour (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p> <p style="text-align: right;"><b>4.60 P.</b></p>  <p style="text-align: center;">Kevre</p>			

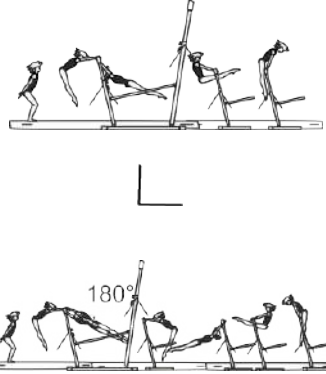



**GRUPE 5 – RONDADE AVEC ½ TOUR (180°) DANS LE 1<sup>ER</sup> ENVOL – SALTO AVANT/ARRIERE AVEC/SANS VRILLE DANS LE 2<sup>E</sup> ENVOL**

5.30	5.31	5.32	5.33	5.34	5.35
<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. tendu dans le 2<sup>e</sup> envol</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. tendu avec ½ vrille (180°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. tendu avec 1/1 vrille (360°) dans le 2<sup>e</sup> envol</p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. tendu avec 1½ vrille (540°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Cheng)</i></p>	<p>Rondade flic-flac avec ½ tour (180°) dans le 1<sup>er</sup> envol – salto av. tendu avec 2/1 vrilles (720°) dans le 2<sup>e</sup> envol <i>(Biles)</i></p>	
<p><b>4.60 P.</b></p>	<p><b>4.80 P.</b></p>	<p><b>5.20P.</b></p>	<p><b>5.60 P.</b></p>	<p><b>6.00 P.</b></p>	
					
					

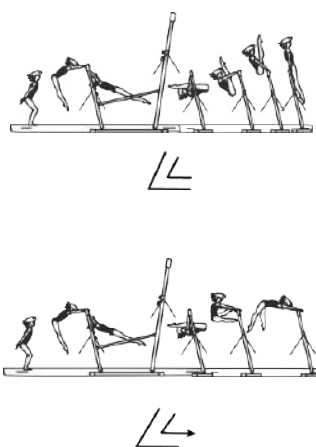
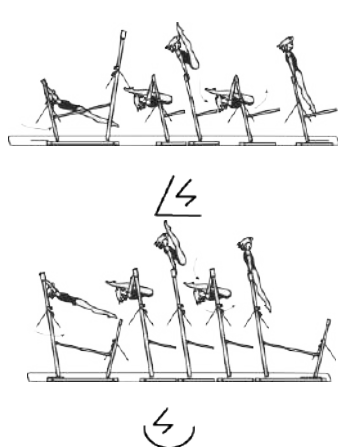

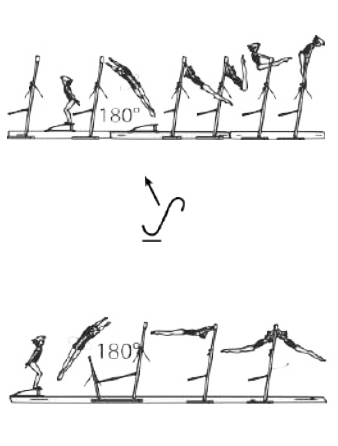
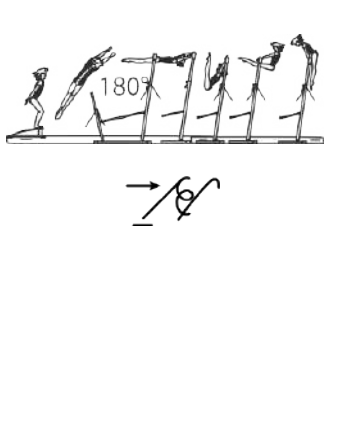


**SECTION 15**  
**BARRES ASYMETRIQUES**  
**ELEMENTS**



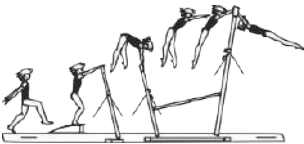

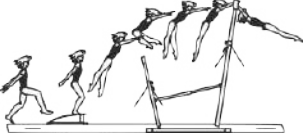



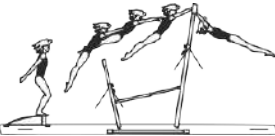

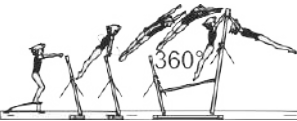

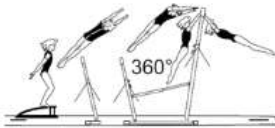

**1.000 – ENTREES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.101</b></p> <p><i>Élan en av. bascule à l'appui facial BI ou élan en av. avec ½ tour bascule à l'appui facial BI</i></p> 					
<p><b>1.102</b></p> <p><i>Saut avec ½ tour (180°) et bascule à l'appui facial BI</i></p>  <p><i>Saut avec ½ tour (180°) et engager des jambes entre les prises, à l'appui dorsal BI (bascule dorsale)</i></p> 	<p><b>1.202</b></p> <p><i>Saut avec 1/1 tour (360°) élan en av. et bascule à l'appui facial BI</i></p> 				










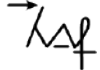




**1.000 – ENTREES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.103</b></p> <p><i>Élan en av. BI ou BS – engager les jambes entre les prises à l'appui dorsal, (bascule dorsale) ou coupé écart à la suspension à la même barre</i></p>  <p style="text-align: center;">↙</p> <p style="text-align: center;">↘</p>	<p><b>1.203</b></p> <p><i>Élan en av. BI ou BS – bascule dorsale passer carpé en ar. à la suspension mi-renversée élan en ar. en suspension dorsale mi renversée et tour ar. au siège dorsal</i></p>  <p style="text-align: center;">↙</p> <p style="text-align: center;">↻</p>				
<p><b>1.104</b></p> <p><i>Saut à la suspension BS – aussi en prises palmaires – bascule à l'appui facial</i></p>  <p style="text-align: center;">↗ ↘ ↙</p>	<p><b>1.204</b></p> <p><i>Face à BS – saut avec ½ tour (180°) et bascule à l'appui facial BS</i></p>  <p style="text-align: center;">↗</p> <p style="text-align: center;">↗</p>	<p><b>1.304</b></p> <p><i>Saut avec ½ tour (180°) par-dessus BI – bascule à l'appui facial BS</i></p>  <p style="text-align: center;">↗</p>			

**1.000 – ENTREES**






A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.105</b></p> <p>Face à BS saut avec 1/1 tour (360°) à la suspension BS</p>  <p>360°</p> 	<p><b>1.205</b></p>	<p><b>1.305</b></p>	<p><b>1.405</b></p>	<p><b>1.505</b></p>	<p><b>1.605</b></p>
<p><b>1.106</b></p> <p>Saut écart par-dessus BI avec impulsion des mains pour saisir BS</p>  	<p><b>1.206</b></p> <p>Saut écart libre par-dessus BI à la suspension BS</p>   <p>Saut poisson (jambes serrées) par-dessus BI avec impulsion des mains à la suspension BS</p>  	<p><b>1.306</b></p> <p>Saut extension libre par-dessus BI avec jambes serrées à la suspension BS (Makhautsova)</p>  	<p><b>1.406</b></p> <p>Saut de poisson (jambes serrées) par-dessus BI avec impulsion des mains et 1/1 tour (360°) à la suspension BS (Gebeshian)</p>  <p>360°</p>  <p>Saut extension libre avec 1/1 tour par-dessus BI à la suspension BS</p>  <p>360°</p> 	<p><b>1.506</b></p>	<p><b>1.606</b></p>

**1.000 – ENTREES**

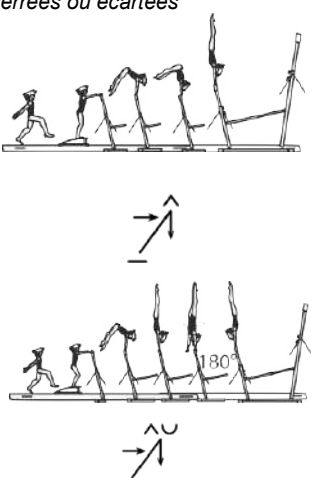
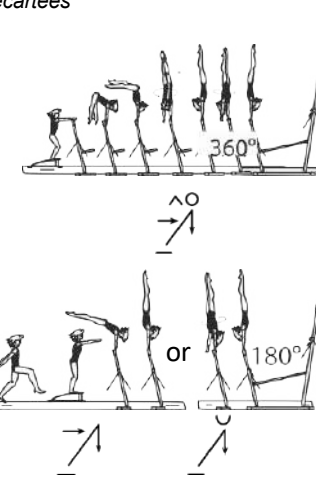
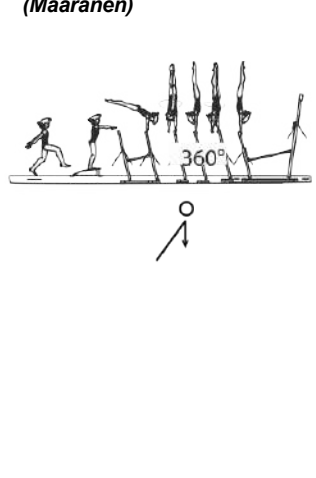
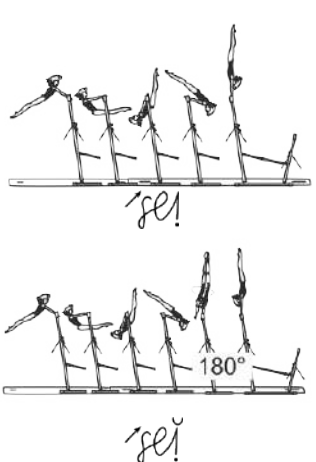
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.107</b></p>	<p><b>1.207</b></p> <p><i>Salto av. groupé, carpé ou écarté par-dessus BI à la suspension en prises cubitale BI</i></p>  	<p><b>1.307</b></p> <p><i>Face à BS – salto av. à la suspension BS</i></p>   <p><i>Renversement en av (corps carpé) avec impulsion des mains et envol par-dessus BI à la suspension BS</i></p>  	<p><b>1.407</b></p> <p><i>Salto av. groupé par-dessus BI à la suspension BS sans toucher BI</i></p>  	<p><b>1.507</b></p>	<p><b>1.607</b></p>
<p><b>1.108</b></p>	<p><b>1.208</b></p> <p><i>Rondade devant BI – envol en ar. (jambes écartées) à l'appui libre BI jambes écartées</i></p>  	<p><b>1.308</b></p> <p><i>Rondade devant BI – envol en ar. par-dessus BI, jambes serrées ou écartées à la suspension BS</i></p>  	<p><b>1.408</b></p> <p><i>Rondade devant BI – envol en ar. par-dessus BI avec 1/1 tour (360°) à la suspension BS</i></p>  	<p><b>1.508</b></p>	<p><b>1.608</b></p>



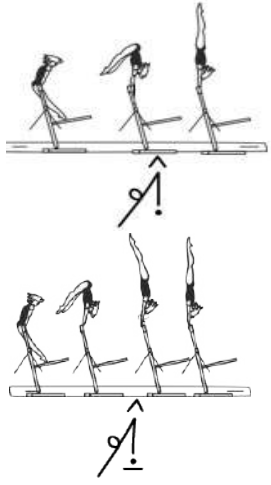
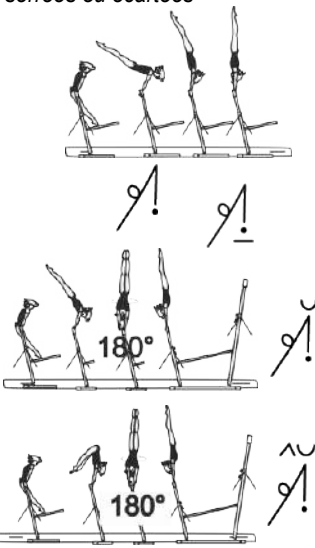
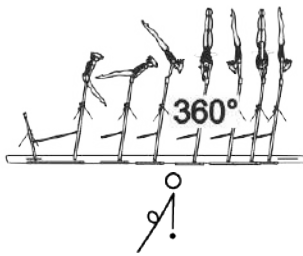
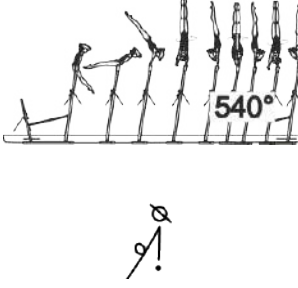
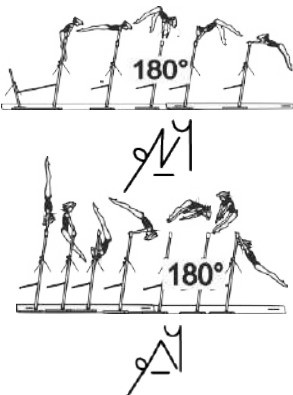
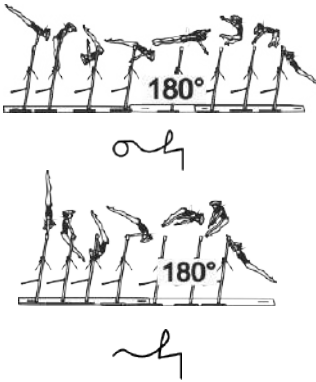
1.000 – ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
1.109	1.209	1.309	1.409	1.509	1.609
			<p>Rondade devant BI – salto ar. groupé par-dessus BI à la suspension BI (Jentsch)</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>we</i></p>	<p>Rondade devant BI – flic-flac avec 1/1 tour (360°) à l'appui libre ou en passant par d'ATR BI (Gurova)</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>M</i></p>	<p>Rondade devant BI – Twist groupé par-dessus BI à la suspension BS sans toucher BI</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>no</i></p>
			<p>Rondade devant BI – flic-flac en passant par l'ATR BI (González)</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>n</i></p>		<p>1.709 Rondade devant BI – Twist carpé par-dessus BI à la suspension BS sans toucher BI</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>nov</i></p>

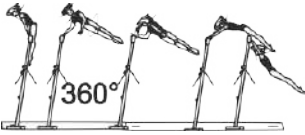







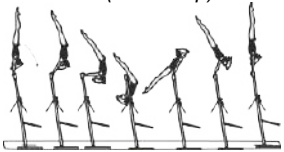







1.000 – ENTREES

1.110 A	1.210 B	1.310 C	1.410 D	1.510 E	1.610 F/G
	<p>Saut à l'ATR BI corps carpé puis tendu, aussi avec ½ tour (180°) dans la phase d'ATR jambes serrées ou écartées</p> 	<p>Saut à l'ATR BI corps carpé puis tendu et 1/1 tour (360°) dans la phase d'ATR jambes serrées ou écartées</p> 	<p>Saut corps tendu à l'ATR BI avec 1/1 tour (360°) dans la phase d'ATR (Maaranen)</p> 		
1.111	1.211	1.311	<p>Saut à l'appui libre BS – tour d'appui libre à l'ATR BS, aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR BS (McNamara)</p> 	1.511	1.611




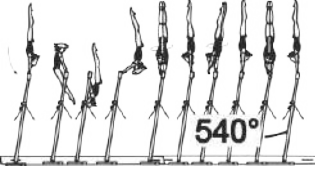



## 2.000 – ÉLANS EN ARRIERE ET TOURS D'APPUI LIBRE

2.101 A	2.201 B	2.301 C	2.401 D	2.501 E	2.601 F/G
<p><i>Élan en ar. à l'ATR jambes écartées ou avec corps carpé, aussi en sautant pour changer les prises</i></p> 	<p><i>Élan en ar. à l'ATR jambes serrées et corps tendu, aussi en sautant pour changer les prises, aussi avec ½ tour (180°) jambes serrées ou écartées</i></p> 	<p><i>Élan en ar. avec 1/1 tour (360°) à l'atr</i></p> 	<p><i>Élan en ar avec 1½ turn (540°) à l'ATR (Reeder)</i></p> 		
2.102	2.202	2.302	2.402	2.502	2.602
	<p><i>Appui facial BS – franchissement carpé avec envol ou franchissement écarté libre en av. et ½ tour (180°) par-dessus BS à la suspension BS</i></p> 	<p><i>Tour d'appui ar. poisson avec envol en passant par-dessus la barre avec ½ tour (180°) à la suspension à la même barre – aussi du tour d'appui libre ar.</i></p> 			





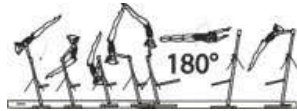



2.000 – ÉLANS EN ARRIERE ET TOURS D'APPUI LIBRE

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.103</p>	<p>2.203</p>	<p>2.303</p> <p>De l'appui facial BS – élan en ar. lâcher les prises et 1/1 tour (360°) à la suspension BS (Caslavska)</p>  <p>360°</p> 	<p>2.403</p> <p>Appui facial BI, dos à BS élan en ar. et salto av. à la suspension BS (renversement Radochla) (Radochla)</p>  	<p>2.503</p> <p>Appui facial BS – élan en ar. et salto av. écarté latéral à la suspension BS (Salto Comaneci) (Comaneci)</p>  	<p>2.603</p>
<p>2.104</p> <p>Tour d'appui av. (les hanches touchent la barre)</p>  	<p>2.204</p>	<p>2.304</p>	<p>2.404</p> <p>Tour d'appui libre en av. à l'ATR, aussi avec 1/2 tour (180°) dans la phase d'ATR (Weiler-kip)</p>    <p>180°</p> 	<p>2.504</p> <p>Tour d'appui libre en av. à l'ATR, aussi avec 1 tour (360°) dans la phase d'ATR (Godwin)</p>  <p>360°</p>  <p>Tour d'appui libre en av. à l'ATR (Weiler) et salto av. écarté latéral à la suspension BS (Salto Comaneci)</p>  	<p>2.604</p>



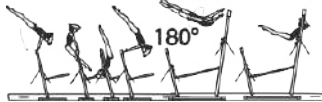

## 2.000 – ÉLANS EN ARRIERE ET TOURS D'APPUI LIBRE

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.105</b></p>	<p><b>2.205</b></p>	<p><b>2.305</b></p>	<p><b>2.405</b></p>	<p><b>2.505</b></p>	<p><b>2.605</b></p>
<p><i>Tour d'appui ar. (le bassin touche la barre)</i></p>  <p>○</p>		<p><i>Tour d'appui libre à l'ATR, aussi en sautant pour changer les prises dans la phase d'ATR ou avec ½ (180°) tour à l'ATR</i></p>  <p>ei</p>	<p><i>Tour d'appui libre à l'ATR avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</i></p>  <p>ei</p>	<p><i>Tour d'appui libre à l'ATR avec 1½ tour (540°) à l'ATR</i></p>  <p>ei</p>	
<p><i>Tour d'appui ar. libre ou tour d'appui ar. sur BI – impulsion des hanches ("false-pop") – et reprendre BI</i></p>  <p>~.</p>		 <p>ei</p>  <p>ei</p>			

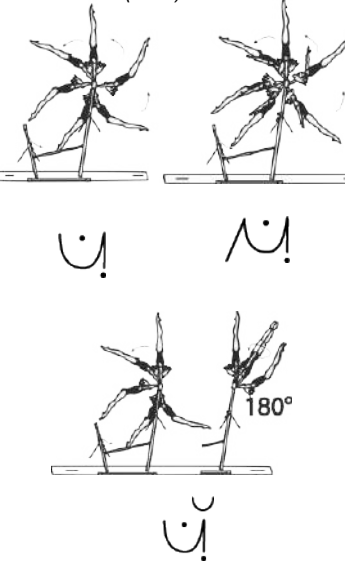
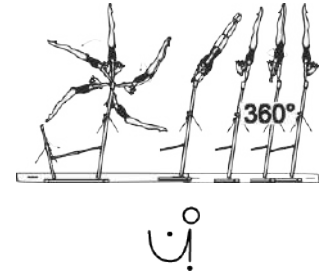
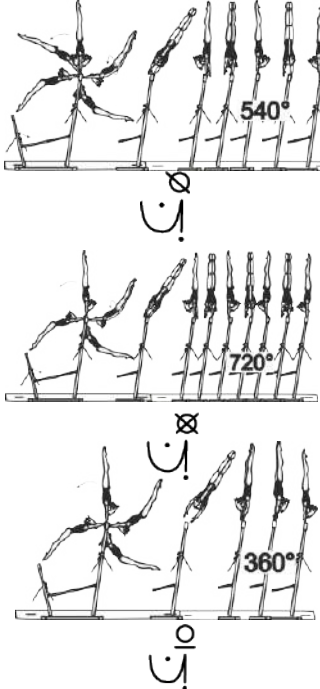
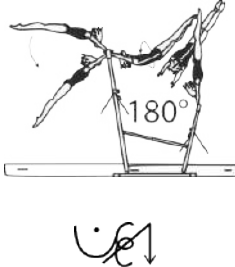

2.000 – ÉLANS EN ARRIERE ET TOURS D'APPUI LIBRE

A	B	C	D	E	F/G
2.106	2.206	2.306	2.406	2.506	2.606
	<p><i>De BI, élan libre par-dessous barre, contre mouvement avec envol à la suspension BS</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>lV</i></p>	<p><i>Tour d'appui ar libre BS avec envol poisson à l'appui libre BI</i></p> <p><b>(Pedrick)</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>l.</i></p>	<p><i>Appui facial BI, dos à BS – tour d'appui libre en passant par l'ATR avec envol à la suspension BS</i></p> <p><b>(Shaposhnikova)</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>lV</i></p>	<p><i>Tour d'appui libre BS avec contre mouvement et franchissement écart en ar. par-dessus BS à la suspension BS</i></p> <p><b>(Hindorff)</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>lV</i></p> <p><i>Tour d'appui libre sur BS avec contre-mouvement et franchissement écarté par-dessus BS avec ½ tour (180°) à la suspension en prises mixtes cubitales</i></p> <p><b>(Martins)</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>lV</i></p> <p><i>Tour d'appui libre en passant par l'ATR avec ½ tour (180°) et envol à la suspension BS</i></p> <p><b>(Khorkina)</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>lV</i></p>	<p><i>Tour d'appui libre BS avec contre mouvement et franchissement carpé à la suspension BS</i></p> <p><b>(Shang)</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>lV</i></p> <p><i>Tour d'appui libre sur BS avec contre-mouvement et franchissement carpé par-dessus BS avec ½ tour (180°) à la suspension en prises mixtes cubitales</i></p> <p><b>(Black)</b></p>  <p style="text-align: center;"><i>lV</i></p>

2.000 – ÉLANS EN ARRIERE ET TOURS D'APPUI LIBRE


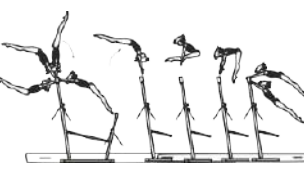






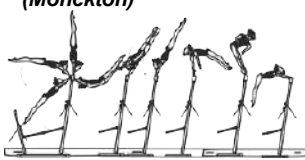

A	B	C	D	E	F/G
2.107	2.207	2.307	2.407	2.507	2.607
		<p>Face à BI- tour d'appui libre en ar BI et poisson à la suspension BS</p> <p>(Yarotska)</p>  	<p>Face à BI- tour d'appui libre en ar BI et poisson avec ½ tour (180°) à la suspension BS (180°) (jambes serrées ou écartées)</p>  		

3.000 — GRANDS TOURS



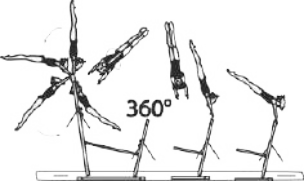

A	B	C	D	E	F/G
<p>3.101</p>	<p>3.201</p> <p>Grand tour en ar. en prises dorsales ou sur 1 bras (Liu) aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR</p> 	<p>3.301</p> <p>Grand tour en ar. avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</p> 	<p>3.401</p> <p>Grand tour en ar. avec 1½ ou 2/1 tours (540° ou 720°) à l'ATR, aussi avec 1/1 tour sauté (360°) à l'ATR (Chusovitina)</p> 	<p>3.501</p>	<p>3.601</p>
<p>3.102</p>	<p>3.202</p>	<p>3.302</p>	<p>3.402</p> <p>Suspension BS – élan en av. avec ½ tour (180°) et envol à l'ATR BI</p> 	<p>3.502</p> <p>Suspension BS – élan en av. avec 1½ tour (540°) et envol par-dessus BI à la suspension BI (Strong)</p> 	<p>3.602</p>



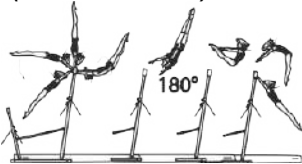
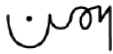
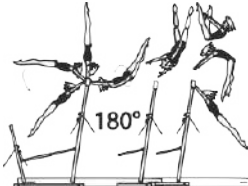
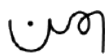
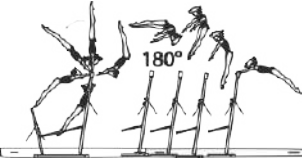
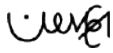
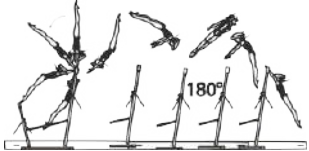
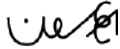
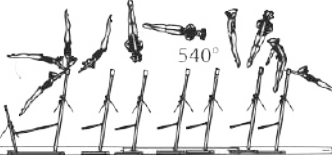

3.000 — GRANDS TOURS

A	B	C	D	E	F/G
3.103	3.203	3.303	3.403	3.503	3.603
			<p>Élan en av., contre-mouvement et franchissement écart ar. par-dessus BS à la suspension (Tkatchev) (Davydova)</p> 	<p>Tkatchev carpé</p> 	
					
			<p>Tkatchev avec ½ tour (180°) (Kononenko)</p> 	<p>Élan en av. avec ½ tour (180°) suivi d'½ tour (180°) et contre-mouvement et franchissement écarté en ar. par-dessus BS à la suspension (Shushunova)</p> 	
					
			<p>Élan en av. avec ½ tour (180°) franchissement carpé par-dessus BS à la suspension (Monckton)</p> 		
					

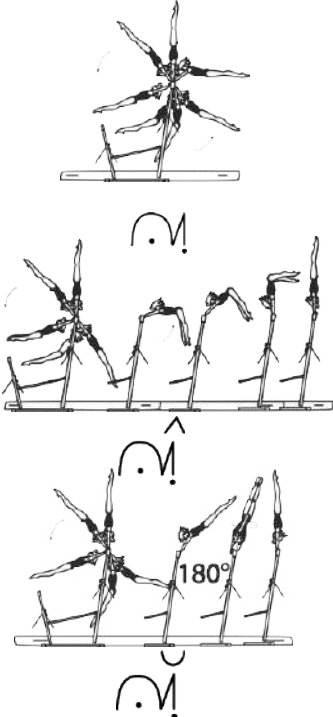
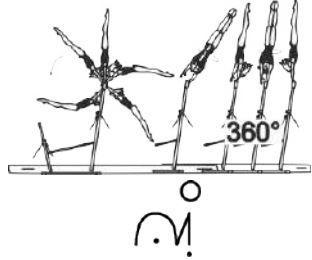
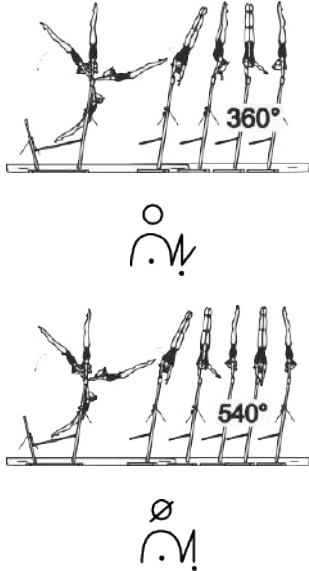
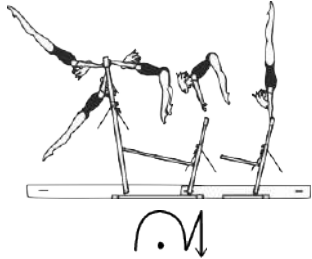

3.000 — GRANDS TOURS

A	B	C	D	E	F/G
3.104	3.204	<p>3.304</p> <p>Suspension BS, face à BI – élan en av. et renversement en ar. (jambes écartées) à l'appui BI</p>  <p style="text-align: center;">ê.</p>	<p>3.404</p> <p>Suspension BS, face à BI – élan en av. et salto ar. tendu entre les barres à l'appui libre BI</p> <p>(Pak)</p>  <p style="text-align: center;">e.</p>	<p>3.504</p> <p>Salto, Pak avec 1/1 tour (360°)</p> <p>(Bhardwaj)</p>  <p style="text-align: center;">e.</p>	<p>3.604</p> <p>De l'extérieur de BS – élan av. contre mouvement et salto av. avec jambes écartées à la suspension BS en prises palmaires</p>  <p style="text-align: center;">e.</p>

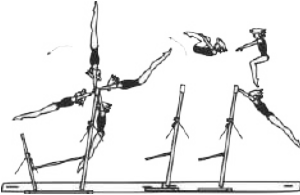





3.000 — GRANDS TOURS

A	B	C	D	E	F/G
3.105	3.205	3.305	3.405	3.505	3.605
			<p>Élan en av. avec ½ tour (180°) – et salto av. jambes écartées (salto Deltchev) ou carpé (Moreno/Nakamura)</p>  <p>180°</p>   <p>180°</p>  <p>ou élan en av. et salto ar. carpé avec ½, tour (180°) à la suspension BS (salto Gienger)</p>  <p>180°</p> 	<p>Élan en av. et salto ar. tendu avec ½, tour (180°) à la suspension BS</p>  <p>180°</p>  <p>3.705</p> <p>Élan en av. salto en ar. tendu avec 1½ tour (540°) à la suspension à BS</p> <p>(Hristakieva)</p>  <p>540°</p> 	

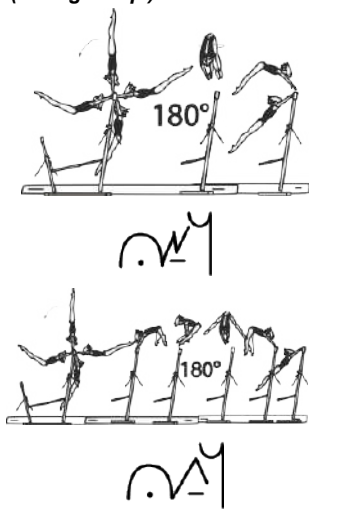
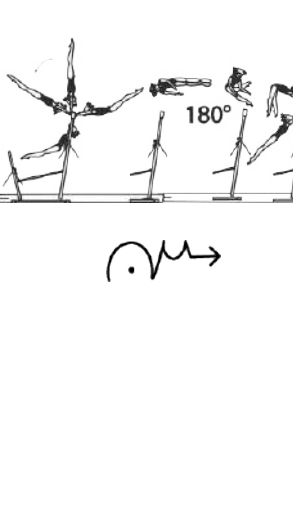
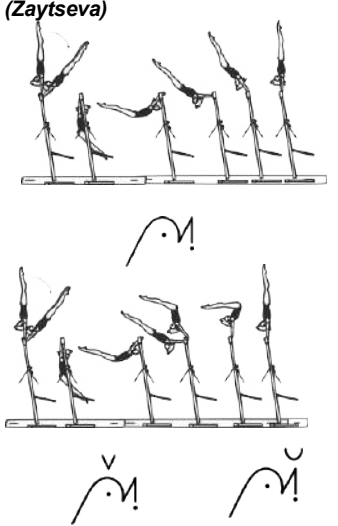
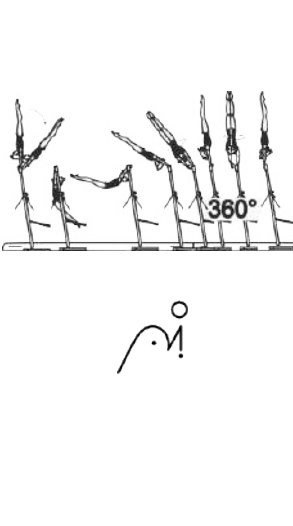
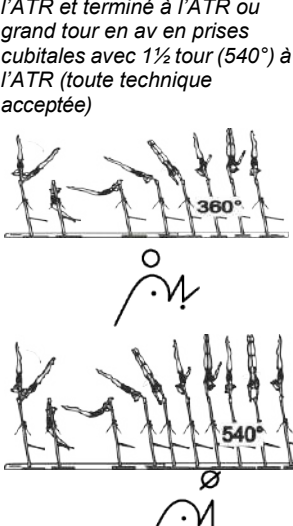
**3.000 — GRANDS TOURS**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.106</b></p>	<p><b>3.206</b></p> <p><i>Grand tour en av. en prises palmaires dorsales ou mixte aussi avec les jambes écartées, ou corps carpé pendant l'élévation, aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR</i></p> 	<p><b>3.306</b></p> <p><i>Grand tour en av. avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</i></p> 	<p><b>3.406</b></p>	<p><b>3.506</b></p> <p><i>Grand tour en av. en prises palmaires à l'ATR avec 1/1 tour (360°) sur un bras - début du tour avant la phase d'ATR, ou grand tour en av. en prises palmaires avec 1½ tour (540°) à l'ATR</i></p> 	<p><b>3.606</b></p>
<p><b>3.107</b></p>	<p><b>3.207</b></p>	<p><b>3.307</b></p> <p><i>Élan en ar. – passé écarté en ar. avec envol par-dessus BI à l'ATR BI</i></p> 	<p><b>3.407</b></p> <p><i>Élan en ar. – envol avec ½ tour (180°) entre les barres à l'appui libre BI (Ejova)</i></p> 	<p><b>3.507</b></p>	<p><b>3.607</b></p>

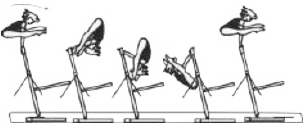

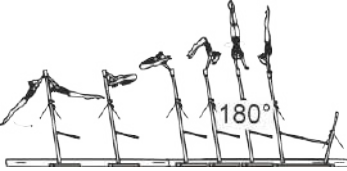
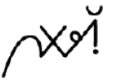










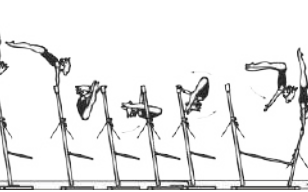







3.000 — GRANDS TOURS

A	B	C	D	E	F/G
3.108	3.208	3.308	3.408	3.508	3.608
		<p data-bbox="792 188 1113 240"><i>Élan en ar. et salto av. groupé à la suspension BS (Salto Jaeger)</i></p>  <p data-bbox="909 464 1010 528">.07<sup>u</sup></p>	<p data-bbox="1158 188 1375 240"><i>Salto Jaeger écarté à la suspension BS</i></p>  <p data-bbox="1249 440 1350 504">.07<sup>^</sup></p> <p data-bbox="1158 564 1464 639"><i>Salto Jaeger écarté avec ½ tour (180°) à la suspension BS (Li Ya)</i></p>  <p data-bbox="1249 847 1350 911">.07<sup>^</sup>01</p> <p data-bbox="1158 948 1375 1000"><i>Salto Jaeger carpé à la suspension BS</i></p>  <p data-bbox="1261 1222 1361 1286">.070</p>		<p data-bbox="1843 188 2172 261"><i>Salto Jaeger tendu à la suspension BS (Capuccitti)</i></p>  <p data-bbox="1951 464 2051 528">.071</p> <p data-bbox="1843 906 1904 932"><b>3.708</b></p> <p data-bbox="1843 943 2163 1043"><i>Élan en ar. et salto av. groupé par-dessus BS à la suspension BS (Mo)</i></p>  <p data-bbox="1984 1254 2045 1302">.070</p>

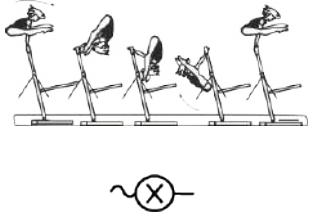
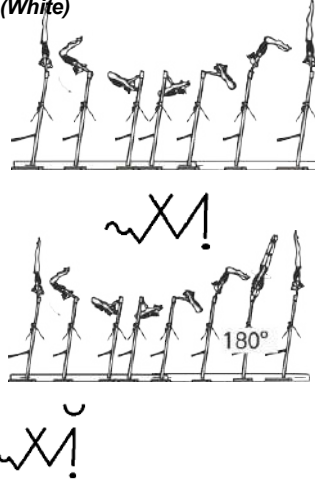
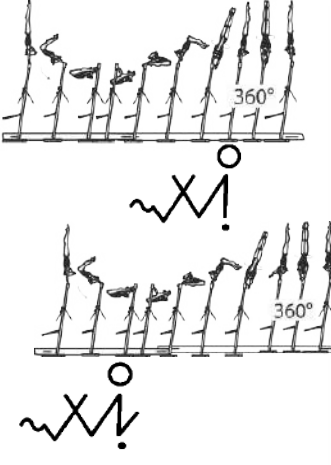
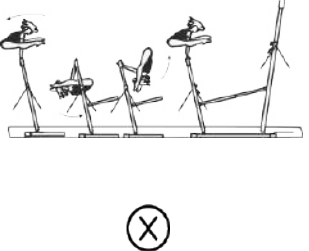
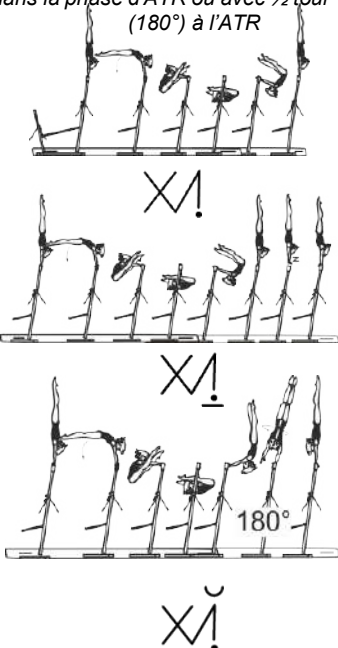
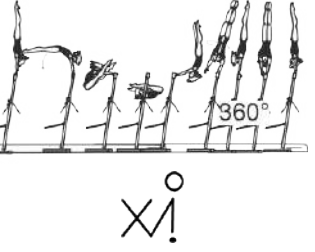
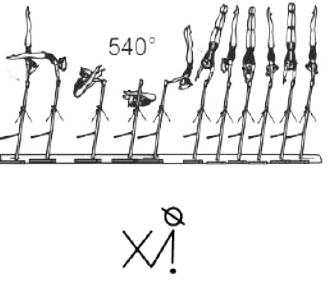
3.000 — GRANDS TOURS

A	B	C	D	E	F/G
3.109	3.209	<p>3.309</p> <p><i>Élan en ar., franchissement libre corps carpé jambes serrées ou écartées avec ½ tour (180°) par-dessus BS à la suspension BS</i> (Zhang / Volpi)</p> 	<p>3.409</p> <p><i>Élan en ar. avec ½ tour (180°) et envol ar. par-dessus (passé écarté) BS pour rattraper BS</i></p> 	3.509	3.609
3.110	3.210	<p>3.310</p> <p><i>Grand tour en av. en prises cubitales avec le corps carpé ou tendu aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR</i> (Zaytseva)</p> 	<p>3.410</p> <p><i>Grand tour en av. en prises cubitales avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</i></p> 	<p>3.510</p> <p><i>Grand tour en av. en prises cubitales avec 1/1 tour (360°) sur un bras commencé avant l'ATR et terminé à l'ATR ou grand tour en av en prises cubitales avec 1½ tour (540°) à l'ATR (toute technique acceptée)</i></p> 	3.610

4.000 — TOURS STALDER



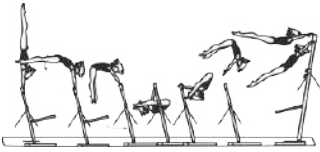







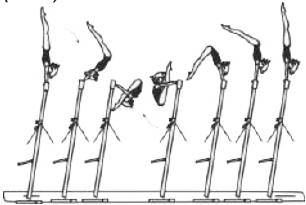

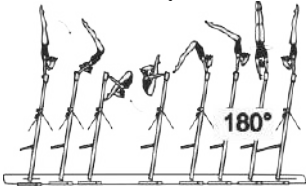

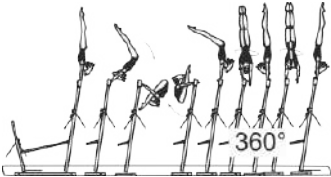

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.101</b></p> <p>Élan circulaire libre en av (jambes écartées) à l'appui libre</p>  	<p><b>4.201</b></p> <p>Bascule BS – engager les jambes à l'appui libre écarté – élan/élévation à l'ATR et ½ tour (180°) dans la phase d'ATR</p>  	<p><b>4.301</b></p>  	<p><b>4.401</b></p> <p>Stalder en av. à l'ATR aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR</p>    	<p><b>4.501</b></p> <p>Stalder en av avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</p>  	<p><b>4.601</b></p>
<p><b>4.102</b></p>	<p><b>4.202</b></p>	<p><b>4.302</b></p> <p>Élan circulaire libre en ar. BS (jambes écartées) avec envol à l'appui libre BI</p>  	<p><b>4.402</b></p> <p>Élan circulaire libre en ar. BS (jambes écartées) et envol en av. à l'ATR BI</p>  	<p><b>4.502</b></p> <p>Stalder en ar. BS avec contre-mouvement et franchissement ar. écarté, par-dessus BS à la suspension (Ricna)</p>   <p>Stalder en ar. BS avec contre-mouvement et franchissement ar. écarté, par-dessus BS avec ½ tour (180°) à la suspension en prises cubitales-mixtes (Derwael / Fenton)</p>  	<p><b>4.602</b></p> <p>Stalder en ar. BS avec contre-mouvement et franchissement ar. carpé, par-dessus BS à la suspension (Downie)</p>  

**4.000 — TOURS STALDER**



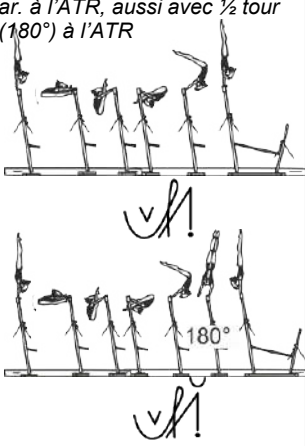
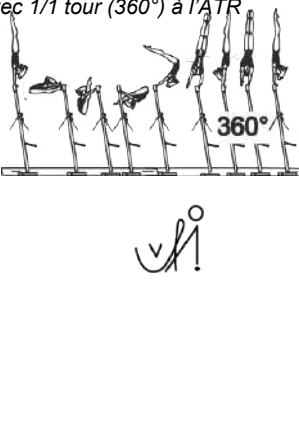










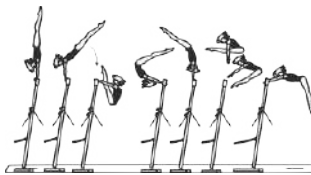

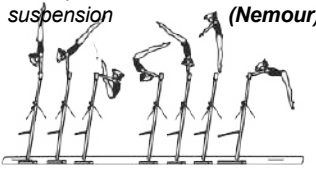

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.103</b></p> <p>Élan circulaire libre en av. en prises cubitales à l'appui libre (jambes écartées)</p> 			<p><b>4.403</b></p> <p>Stalder en av. en prises cubitales à l'ATR (White)</p> 	<p><b>4.503</b></p> <p>Stalder en av. en prises cubitales avec 1/1 tour (360°) à l'ATR (Toutes techniques acceptées)</p> 	
<p><b>4.104</b></p> <p>Élan circulaire libre en ar. à l'appui libre (jambes écartées)</p> 		<p><b>4.304</b></p> <p>Stalder en ar. à l'ATR, aussi avec changement de prises en sautant dans la phase d'ATR ou avec ½ tour (180°) à l'ATR</p> 	<p><b>4.404</b></p> <p>Stalder en ar. avec 1/1 tour (360°) à l'ATR (Frederick)</p> 	<p><b>4.504</b></p> <p>Stalder en ar. avec 1½ tour (540°) à l'ATR</p> 	<p><b>4.604</b></p>










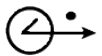




4.000 — TOURS STALDER

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.105</p>	<p>4.205</p> <p>Face à l'intérieur Stalder en ar. et contre-mouvement en av. avec envol à la suspension BS</p>  	<p>4.305</p> <p>Face à l'intérieur Stalder en ar. avec envol poisson à la suspension BS</p>  	<p>4.405</p> <p>Face à l'extérieur – Stalder en ar. en passant par l'ATR avec envol à la suspension BS</p>  	<p>4.505</p> <p>Stalder en ar. en passant par l'ATR envol avec ½ (180°) à la suspension BS</p>  	<p>4.605</p>
<p>4.106</p> <p>Appui dorsal – tour dorsal (carpé) en av. à l'appui dorsal</p>  	<p>4.206</p>	<p>4.306</p>	<p>4.406</p> <p>Élan circulaire carpé libre en av. à l'ATR, aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR</p>    	<p>4.506</p> <p>Élan circulaire carpé libre en av. avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</p>  	<p>4.606</p>

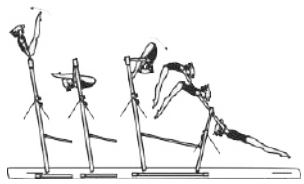










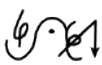



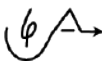
4.000 — TOURS STALDER

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.107</p> <p>Appui dorsal – tour d'appui dorsal (carpé) en ar. à l'appui dorsal</p>  	<p>4.207</p>	<p>4.307</p>	<p>4.407</p> <p>Élan circulaire carpé libre en ar. à l'ATR, aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR</p> 	<p>4.507</p> <p>Élan circulaire carpé libre en ar. avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</p> 	<p>4.607</p>
<p>4.108</p>	<p>4.208</p> <p>Élan circulaire carpé libre en ar. BI avec contre-mouvement et envol à la suspension BS</p>  	<p>4.308</p> <p>Élan circulaire carpé libre en ar. BI avec envol poisson à la suspension BS (Zgoba)</p>   <p>Élan circulaire carpé libre en ar. BS avec envol à l'appui libre BI</p>  	<p>4.408</p>	<p>4.508</p> <p>Élan circulaire carpé libre en ar. en passant par l'ATR avec envol à la suspension BS, aussi avec ½ tour (Komova)</p>   <p>Élan circulaire carpé libre en ar. avec contre mouvement jambes écartées (hanches ouvertes avant l'envol) et franchissement ar. par dessus BS à la suspension BS (Galante)</p>  	<p>4.608</p> <p>Élan circulaire carpé libre en ar. avec contre mouvement et franchissement ar. carpé, par-dessus BS à la suspension</p>   <p>4.708</p> <p>Élan circ. carpé libre en ar. contre mouvement et franchissement ar. tendu par-dessus BS à la suspension (Nemour)</p>  











**5.000 — ELANS CIRCULAIRES CARPES**

A	B	C	D	E	F/G
<p data-bbox="85 124 405 268"><b>5.101</b> Appui dorsal BI ou BS – tour d'appui dorsal en av. (carpé) avec coupé écart en ar. à la suspension à la même barre</p>  	<p data-bbox="427 124 770 143"><b>5.201</b></p>	<p data-bbox="792 124 1135 295"><b>5.301</b> Appui dorsal BS, dos à BI – s'abaisser en ar. à la suspension dorsale mi-renversée corps carpé, ou tour d'appui dorsal (carpé) en av. – coupé écart en ar. et envol par-dessus BI à la suspension</p>     <p data-bbox="792 1029 1135 1133"><b>Appui dorsal BI – tour d'appui dorsal (carpé) en av. avec coupé écart en ar. et changement de prises à la suspension BS</b></p>  	<p data-bbox="1158 124 1482 143"><b>5.401</b></p>	<p data-bbox="1500 124 1821 319"><b>5.501</b> Engager les jambes entre les prises, Adler - tour d'appui dorsal en av. en passant par l'appui libre corps tendu pour finir en prises cubitales (déviations jusqu'à 30° autorisée), aussi avec ½ tour (180°)</p> <p data-bbox="1500 351 1579 375">(Luo)</p>    <p data-bbox="1713 766 1780 790">180°</p> 	<p data-bbox="1843 124 2175 143"><b>5.601</b></p>

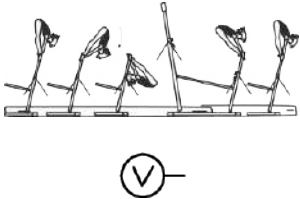
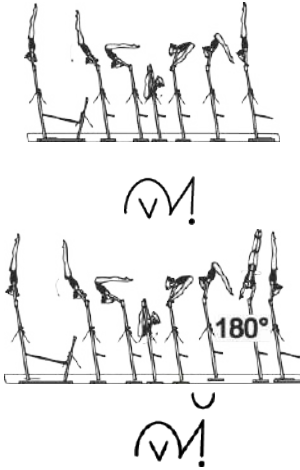
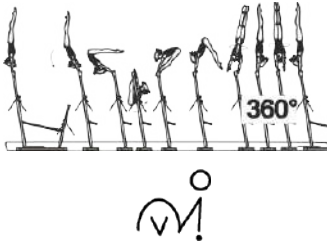
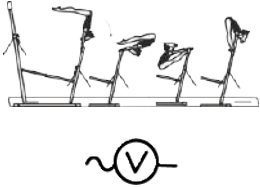
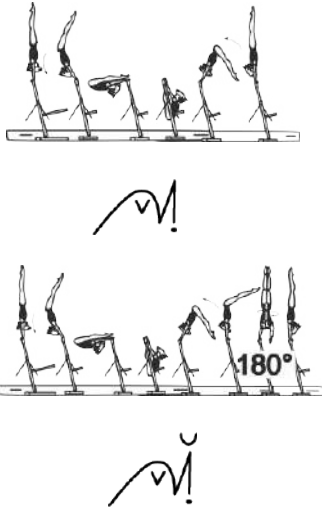
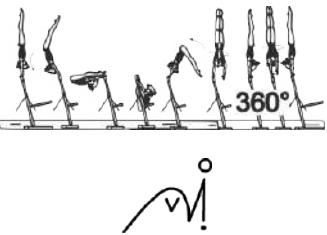
**5.000 — ELANS CIRCULAIRES CARPES**

5.102 A	5.202 B	5.302 C	5.402 D	5.502 E	5.602 F/G
<p>5.102</p>	<p>5.202</p> <p>Appui dorsal BS – tour d'appui dorsal en ar. en sautant à la suspension BI</p>  	<p>5.302</p> <p>Appui dorsal libre BS (corps carpé, jambes serrées) – tour dorsal en ar. pour terminer à l'appui dorsal libre BS (tour Steinemann)</p>  	<p>5.402</p> <p>Appui dorsal libre BS (corps carpé, jambes serrées) tour dorsal libre en ar. – continuer en appui dorsal carpé libre en ar. au-dessus de BS à la suspension</p> <p>(Mirgoradskaja)</p>   <p>De l'ATR élan circulaire carpé libre en ar à l'appui dorsal renversé, corps carpé</p>  	<p>5.502</p> <p>Appui dorsal libre BS (corps carpé, jambes serrées) – élan dorsal en ar. continuer avec salto ar. tendu entre les barres à l'appui libre BI (Teza)</p> <p>élan dorsal en ar. et ½ tour (180°) avec envol à l'ATR BI</p>    	<p>5.602</p>
<p>5.103</p>	<p>5.203</p>	<p>5.303</p> <p>Appui dorsal libre BS (corps carpé, jambes serrées) – tour dorsal libre en ar. avec franchissement ar. par-dessus BS à la suspension BS (Li Li)</p>  	<p>5.403</p> <p>Appui dorsal libre BS (corps carpé, jambes serrées) – tour dorsal libre en ar. avec contre-mouvement et franchissement ar. écart avec envol (Li Li)</p>  	<p>5.503</p>	<p>5.603</p>



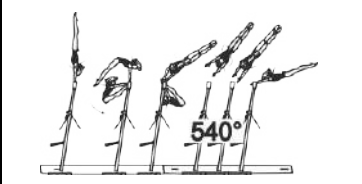







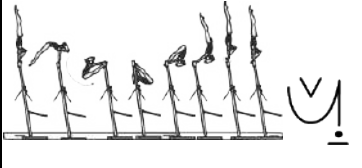

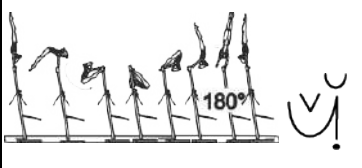

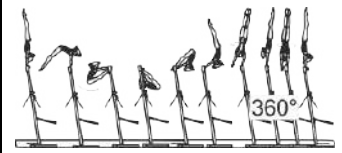

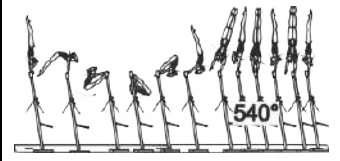

5.000 — ELANS CIRCULAIRES CARPES

A 5.104	B 5.204	C 5.304	D 5.404	E 5.504	F/G 5.604
<p>Élan en ar. par-dessous barre dislocation (propulsion) à la suspension BS</p>  		<p>Propulsion près de l'ATR en sautant en prises dorsales BS</p>   <p>Sur BS engager les jambes entre les prises, dislocation et envol avec ½ tour (180°) entre les barres pour saisir BI en suspension (Alt)</p>  	<p>Élan en ar. par-dessous BS et dislocation avec envol à l'ATR BI (propulsion Zuchold) aussi de l'engagé de jambes etc.</p>    		





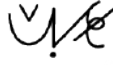













**5.000 — ELANS CIRCULAIRES CARPES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>5.105</b> Élan circulaire av. (carpé ou écarté)</p> 	<p><b>5.205</b></p>	<p><b>5.305</b> Élan circulaire carpé en av. à l'ATR en prise palmaires aussi avec ½ tour (180°) à l'ATR</p> 	<p><b>5.405</b> Élan circulaire carpé en av. en prise palmaires avec 1/1 tour (360°) à l'ATR (Hoefnagel)</p> 	<p><b>5.505</b></p>	<p><b>5.605</b></p>
<p><b>5.106</b> Élan circulaire av. en prise cubitale (carpé ou écarté)</p> 	<p><b>5.206</b></p>	<p><b>5.306</b> Élan circulaire carpé en av. à l'ATR en prise cubitales aussi avec ½ tour (180°)</p> 	<p><b>5.406</b> Élan circulaire carpé en av. en prise cubitales avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</p> 	<p><b>5.506</b></p>	<p><b>5.606</b></p>

5.000 — ELANS CIRCULAIRES CARPES

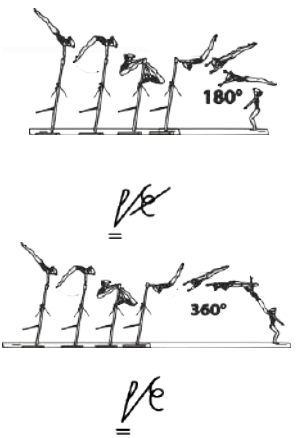
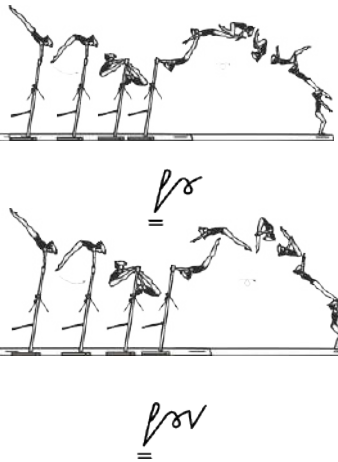
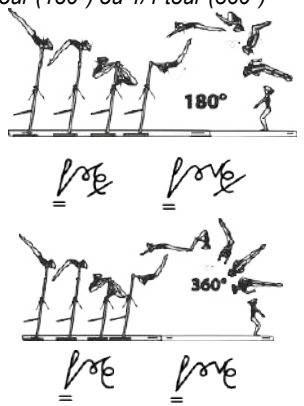
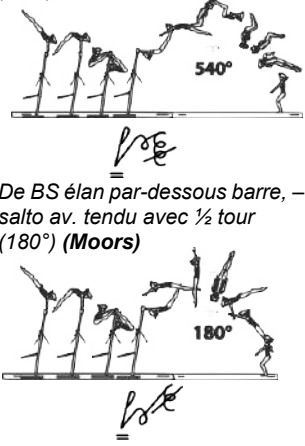
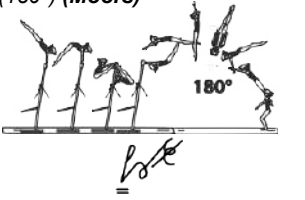
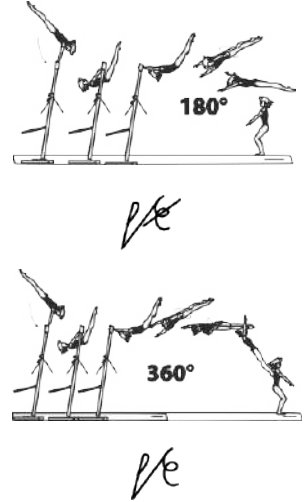
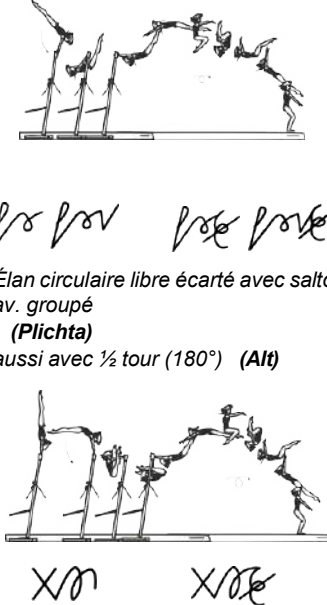
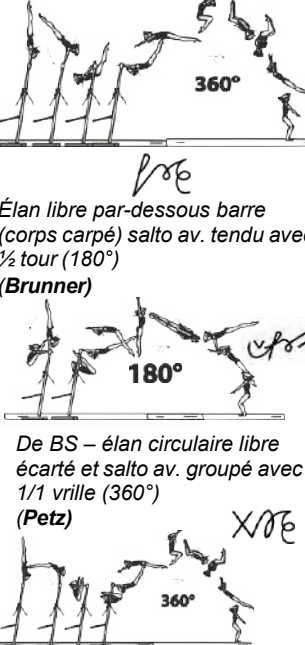
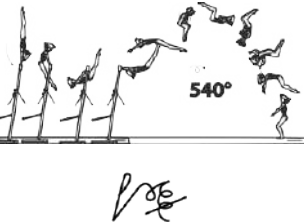
A	B	C	D	E	F/G
<p>5.107</p>	<p>5.207</p> <p>BI élan par-dessous barres (appui des pieds) avec contre mouvement av. avec envol à la suspension BS</p>  	<p>5.307</p> <p>BS ou BI élan par-dessous barre, lâcher les prises et 1½ tour (540°) à la suspension (Burda)</p>  	<p>5.407</p>	<p>5.507</p>	<p>5.607</p> <p>De l'extérieur de BS – élan par-dessous barre avec appui des pieds – contre-mouvement et salto av. écarté pour saisir BS (Kim)</p>  
<p>5.108</p> <p>Élan circulaire en ar (carpé ou écarté)</p>  	<p>5.208</p>	<p>5.308</p> <p>Élan circulaire carpé en ar. à l'ATR aussi en changeant de prises en sautant en prises palmaires dans la phase d'ATR, aussi avec ½ tour (180°)</p>      	<p>5.408</p> <p>Élan circulaire carpé en ar. avec 1/1 tour (360°) à l'ATR</p>  	<p>5.508</p> <p>Élan circulaire carpé en ar. avec 1½ tour (540°) à l'ATR (Lucke)</p>  	<p>5.609</p>

5.000 — ELANS CIRCULAIRES CARPES

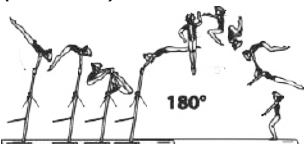
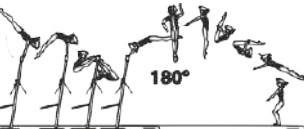
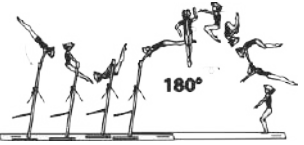
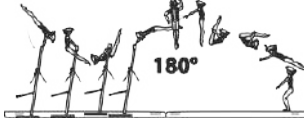
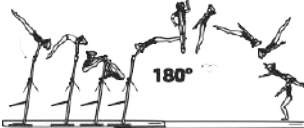
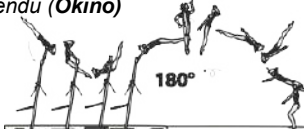
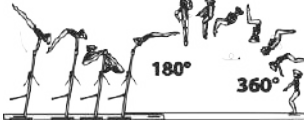
A	B	C	D	E	F/G
5.109	5.209	5.309	<p>5.409</p> <p><i>De l'intérieur de BI – élan circulaire carpé en ar. en passant par l'ATR avec envol à la suspension BS</i></p> <p><b>(Maloney)</b></p>  	<p>5.509</p> <p><i>De l'intérieur de BI – élan circulaire carpé ar. en passant par l'ATR avec envol et ½ tour (180°)</i></p> <p><b>(Van Leeuwen),</b> or 1/1 turn (360°) to hang on HB <b>(Seitz)</b></p>    	5.609
5.110	5.210	5.310	<p>5.410</p> <p><i>Élan circulaire carpé en ar. avec contre-mouvement et franchissement ar. écarté par-dessus BS à la suspension</i></p> <p><b>(Ray)</b></p>   <p><i>Élan circulaire carpé en ar. avec contre- mouvement et franchissement ar. écarté, par-dessus BS avec ½ tour (180°) à la suspension en prises mixtes cubitales</i></p> <p><b>(Tweddle)</b></p>  	<p>5.510</p> <p><i>Élan circulaire carpé en ar. avec contre- mouvement et franchissement ar. carpé, par-dessus BS avec ½ tour (180°) à la suspension en prises mixtes cubitales</i></p> <p><b>(Church)</b></p>   <p><i>Élan circulaire carpé en ar. avec contre- mouvement et franchissement ar. carpé, par-dessus BS avec ½ tour (180°) à la suspension en prises mixtes cubitales</i></p> <p><b>(Fenton)</b></p>  	<p>5.610</p> <p><i>Élan circulaire carpé avec contremouvement et franchissement ar. tendu, par-dessus BS à la suspension</i></p> <p><b>(Nabieva)</b></p>   <p><i>Élan circulaire carpé en ar. avec contre mouvement tendu et franchissement tendu par-dessus BS avec ½ tour (180°) à la suspension en prises mixtes cubitales</i></p> <p><b>(Derwael)</b></p>  









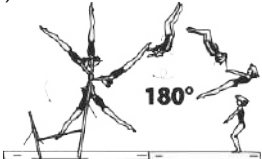

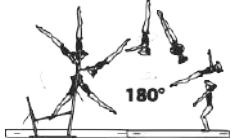

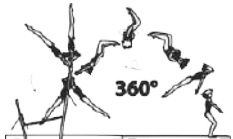

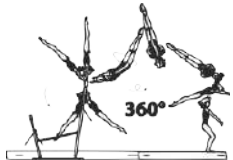

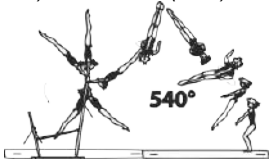

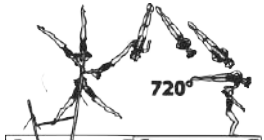

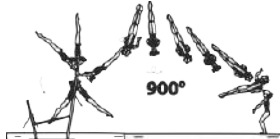

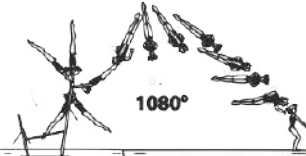

**6.000 SORTIES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.101</b> De BS – élan par-dessous barre avec ½ tour (180°) ou 1/1 tour (360°) à la station</p> 	<p><b>6.201</b> De BS – élan par-dessous barre et salto av. groupé ou carpé</p> 	<p><b>6.301</b> De BS – élan par-dessous barre et salto av. groupé ou carpé avec ½ tour (180°) ou 1/1 tour (360°)</p> 	<p><b>6.401</b> De BS – élan par-dessous barre et salto av. groupé avec 1½ tour (540°)</p>  <p><b>6.402</b> De BS – élan par-dessous barre, – salto av. tendu avec ½ tour (180°) (Moors)</p> 	<p><b>6.501</b></p>	<p><b>6.601</b></p>
<p><b>6.102</b> De BS – élan libre par dessous barre avec ½ tour (180°) ou 1/1 tour (360°) à la station</p> 	<p><b>6.202</b></p>	<p><b>6.302</b> De BS – élan libre par-dessous barre et salto av. groupé ou carpé aussi avec ½ tour (180°)</p>  <p>Élan circulaire libre écarté avec salto av. groupé (Plichta) aussi avec ½ tour (180°) (Alt)</p>	<p><b>6.402</b> De BS – élan libre par-dessous barre salto av. groupé avec 1/1 tour (360°)</p>  <p>Élan libre par-dessous barre (corps carpé) salto av. tendu avec ½ tour (180°) (Brunner)</p> <p>De BS – élan circulaire libre écarté et salto av. groupé avec 1/1 vrille (360°) (Petz)</p>	<p><b>6.502</b> De BS – élan libre par-dessous barre et salto av. groupé avec 1½ tour (540°)</p> 	<p><b>6.602</b></p>

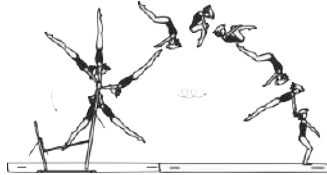


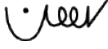
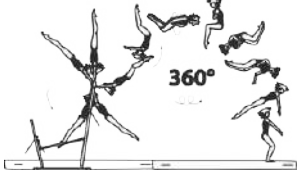

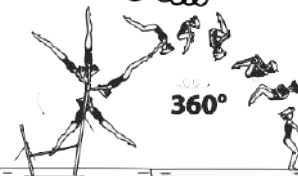

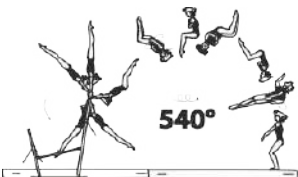
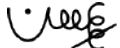
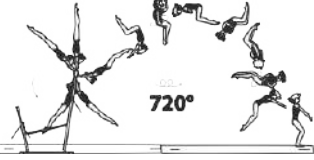


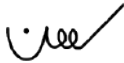
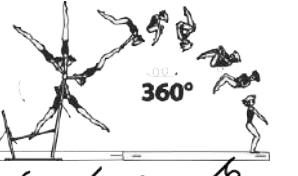
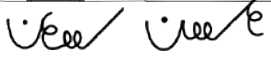
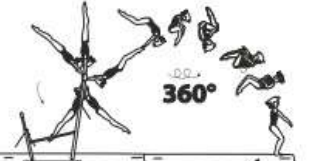
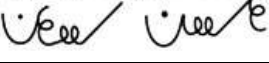
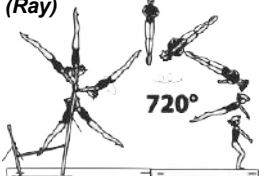

6.000 SORTIES

A	B	C	D	E	F/G
6.103	6.203	6.303	6.403	6.503	6.603
		<p data-bbox="813 188 1137 311"><i>De BS – élan par-dessous barre avec ½ tour (180°) ou élan libre par dessous barre avec ½ tour (180°) et salto ar. groupé ou carpé (Comaneci)</i></p>  <p data-bbox="918 486 1008 542"><u>he</u></p>  <p data-bbox="918 726 1008 782"><u>hev</u></p>  <p data-bbox="918 997 1008 1053">he</p>  <p data-bbox="918 1236 1008 1292">hev</p>	<p data-bbox="1160 188 1462 263"><i>De BS – élan par-dessous barre avec ½ tour (180°) et salto ar.tendu</i></p>  <p data-bbox="1276 438 1366 494"><u>he</u></p> <p data-bbox="1160 526 1462 598"><i>De BS – élan libre par dessous barre avec ½ tour (180°) et salto ar.tendu (Okino)</i></p>  <p data-bbox="1276 829 1366 885">he</p> <p data-bbox="1160 901 1462 997"><i>De BS – élan par-dessous barre avec ½ tour (180°) et salto ar. groupé avec 1/1 vrille (360°) (Kraeker)</i></p>  <p data-bbox="1276 1197 1366 1252"><u>hef</u></p>		

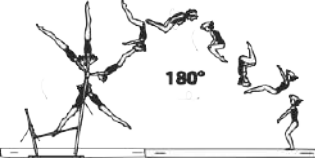
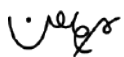
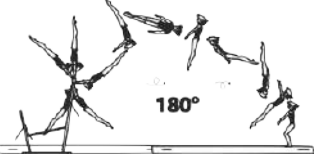

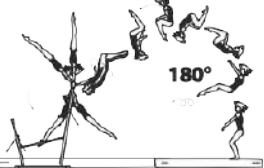
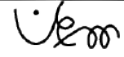
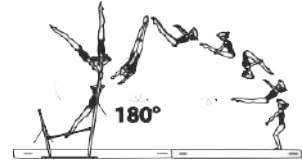
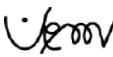


6.000 SORTIES

A	B	C	D	E	F/G
<p data-bbox="85 124 405 209">6.104 Élan en av. et salto ar. groupé, carpé ou tendu</p>      	<p data-bbox="427 124 770 229">6.204 Élan en av. et salto ar. groupé, ou tendu avec ½ tour (180°) ou 1/1 tour (360°)</p>        	<p data-bbox="795 124 1137 213">6.304 Élan en av. et salto ar. tendu avec 1½ (540°) ou 2/1 tours (720°)</p>    	<p data-bbox="1162 124 1464 229">6.404 Élan en av. et salto ar. tendu avec 2½ tours (900°) (Ji)</p>  	<p data-bbox="1505 124 1807 229">6.504 Élan en av. et salto ar. tendu avec 3/1 tours (1080°) (Bar)</p>  	<p data-bbox="1850 124 2040 150">6.604</p>

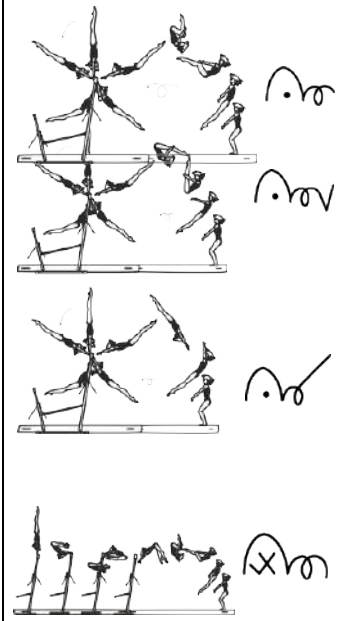
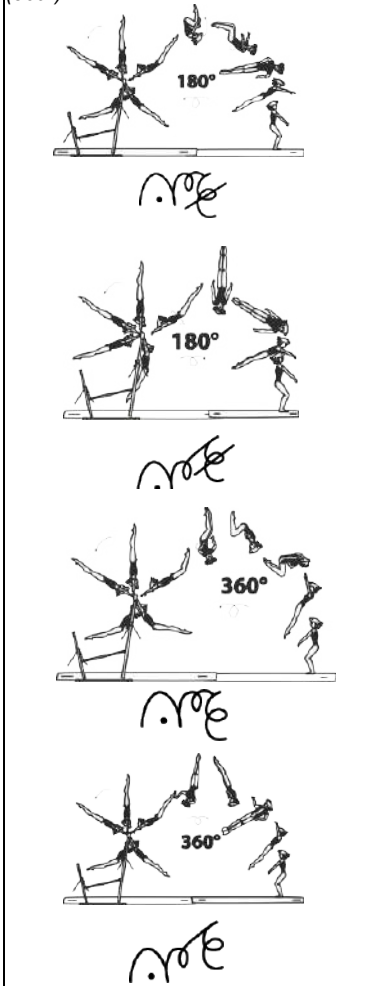
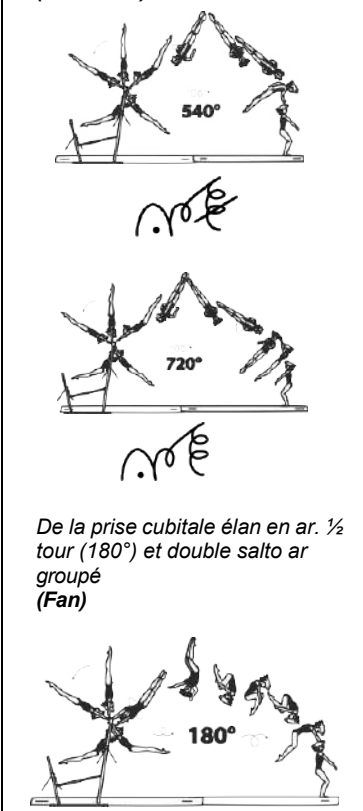
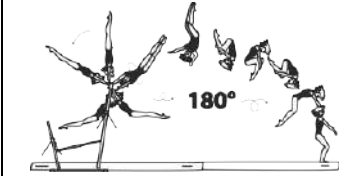

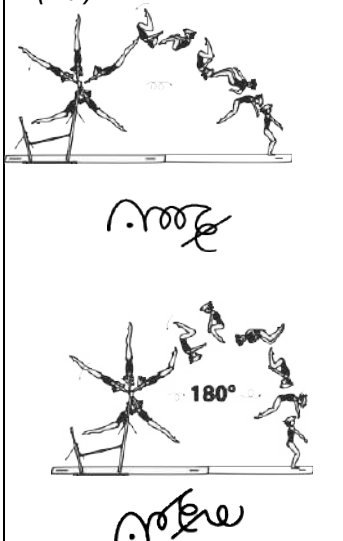

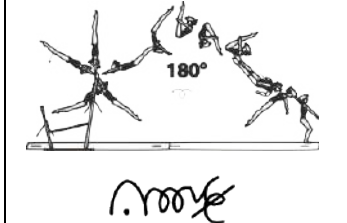
**6.000 SORTIES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.105</b></p>	<p><b>6.205</b> Élan en av. et double salto ar. groupé</p>  	<p><b>6.305</b> Élan en av. et double salto ar. carpé</p>  	<p><b>6.405</b> Élan en av. et double salto ar. groupé ou carpé avec 1/1 tour (360°) dans le 1er ou le 2e salto <i>(Morio / Chusovitina)</i></p>    	<p><b>6.505</b> Élan en av. et double salto ar. groupé avec 1½ tour (540°) <i>(Mustafina)</i></p>  	<p><b>6.605</b> Élan en av. et double salto ar. groupé avec 2/1 tours (720°) <i>(Fabrichnova)</i></p>  
<p><b>6.106</b></p>	<p><b>6.206</b></p>	<p><b>6.306</b></p>	<p><b>6.406</b> Élan en av. et double salto ar. tendu</p>  	<p><b>6.506</b> Élan en av. et double salto ar. tendu avec 1/1 (360°) tour dans le 1er ou le 2e salto</p>  	<p><b>6.606</b> Élan en av. et double salto ar. tendu avec 1/1 (360°) tour dans le 1er ou le 2e salto</p>   <p><b>6.706</b> Élan en av. et double salto ar. tendu avec 2/1 tour (720°) <i>(Ray)</i></p>  

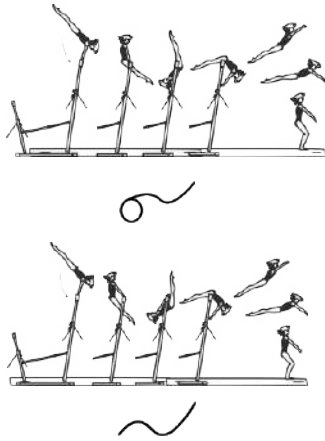
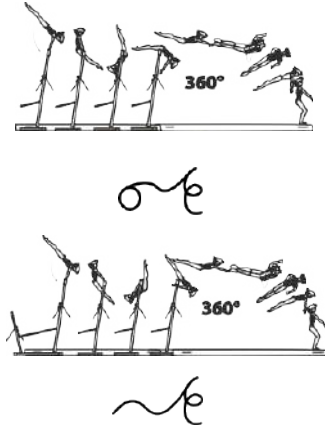
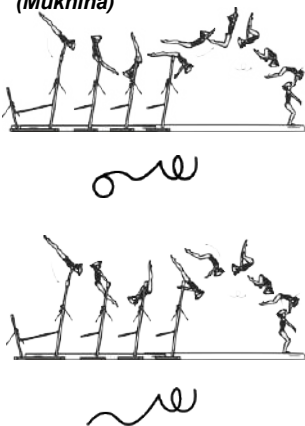
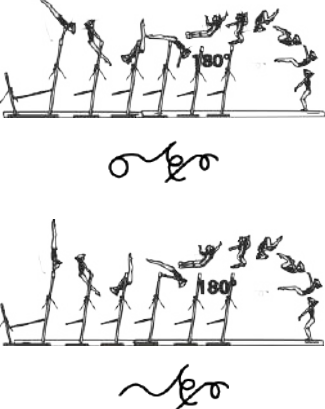
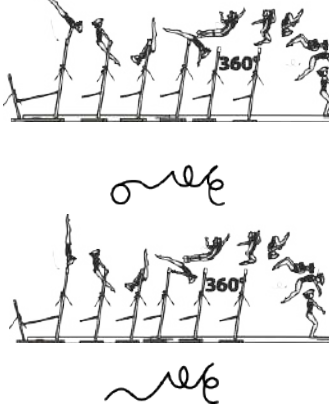
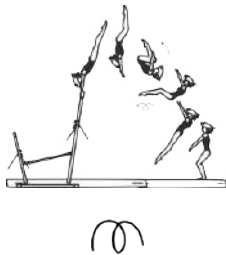
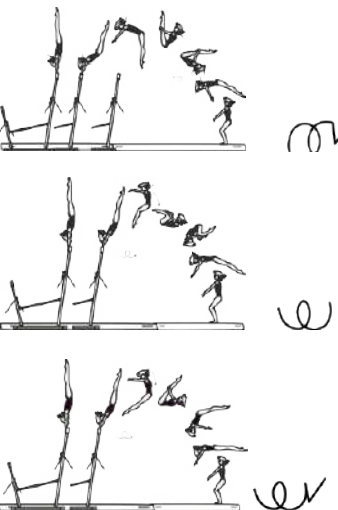
6.000 SORTIES

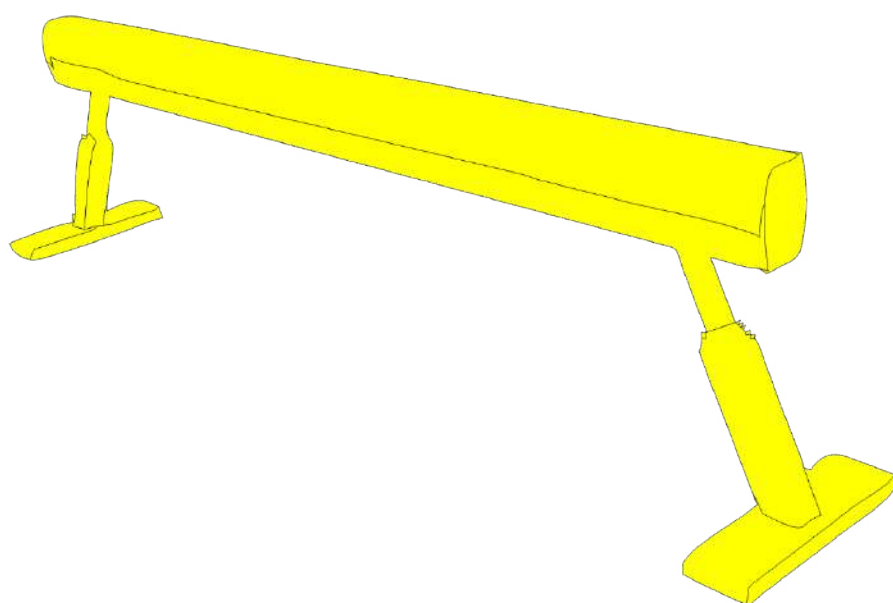
A	B	C	D	E	F/G
6.107	6.207	6.307	6.407	6.507	6.607
			<p>Élan en av. et salto ar. groupé avec ½ tour (180°) et salto av. groupé <b>(Fontaine)</b></p>  <p>180°</p> 	<p>Élan en av. et salto ar. tendu avec ½ tour (180°) au salto av. tendu <b>(Blanco)</b></p>  <p>180°</p> 	
			<p>Élan en av. avec ½ tour (180°) au double salto av. groupé</p>  <p>180°</p> 	<p>Élan en av. avec ½ tour (180°) et double salto av. carpé <b>(Giovannini / Li Ya)</b></p>  <p>180°</p> 	<p><b>6.707</b></p> <p>Élan en av. et triple salto ar. groupé <b>(Magaña)</b></p>  

**6.000 SORTIES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.108</b></p> <p>Élan en ar. salto av. groupé, Éarpé ou tendu ou élan circulaire écarté libre en av. BS et salto av. groupé</p> 	<p><b>6.208</b></p> <p>Élan en ar. salto av. groupé, ou tendu avec ½ tour (180°) ou 1/1 tour (360°)</p> 	<p><b>6.308</b></p> <p>Élan en ar. salto av. tendu avec 1½ tour (540°) ou avec 2/1 tour (720°) (Pechstein)</p>  <p>De la prise cubitale élan en ar. ½ tour (180°) et double salto ar groupé (Fan)</p> 	<p><b>6.408</b></p> <p>Élan en ar. et double salto av. groupé</p> 	<p><b>6.508</b></p> <p>Élan en ar. et double salto av. groupé avec ½ tour (180°) – aussi salto en av. avec ½ tour (180°) et salto ar.groupé (Arai)</p>  <p>Élan en ar. et double salto av. carpé (Stewart)</p> 	<p><b>6.608</b></p> <p>Élan en ar. et double salto av. carpé avec ½ tour (180°) (Pentek)</p> 

6.000 SORTIES


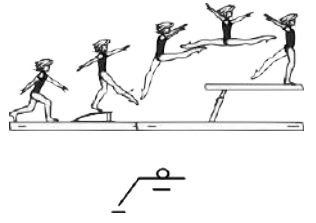

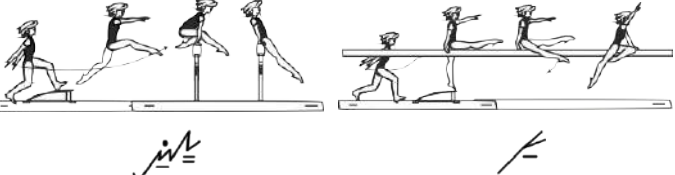
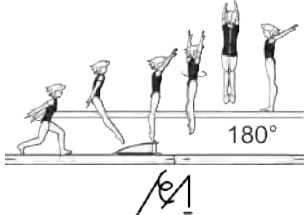
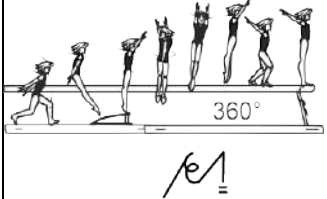
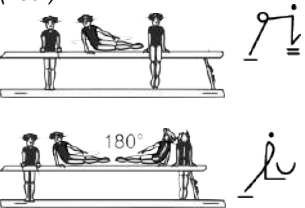

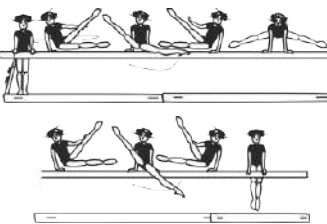
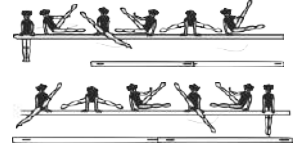
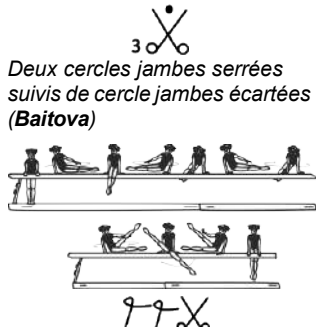
A	B	C	D	E	F/G
<p>6.109</p>	<p>6.209</p> <p>Tour d'appui facial en ar. (aussi libre) BI ou BS – poisson</p> 	<p>6.309</p> <p>Tour d'appui facial en ar. (aussi libre) BI ou BS – poisson avec 1/1 tour (360°)</p> 	<p>6.409</p> <p>Tour d'appui facial en ar. (aussi libre) BI ou BS – poisson avec salto ar. groupé</p> <p>(Mukhina)</p> 	<p>6.509</p> <p>Tour d'appui facial en ar. (aussi libre) BI ou BS – poisson avec 1/2 tour (180°) et salto av. groupé</p> 	<p>6.609</p> <p>Tour d'appui facial en ar. (aussi libre) BI ou BS – poisson avec 1/1 tour (360°) et salto ar. groupé</p> <p>(Ma)</p> 
<p>6.110</p>	<p>6.210</p> <p>BS – salto av. groupé</p> 	<p>6.310</p> <p>BS – salto av. carpé ou salto ar. groupé ou carpé (Delladio / Parolari)</p> 	<p>6.410</p>	<p>6.510</p>	<p>6.610</p>



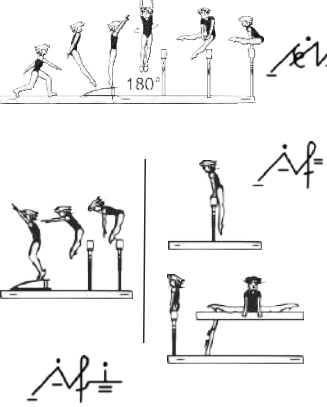
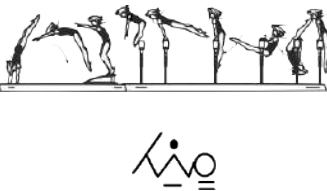
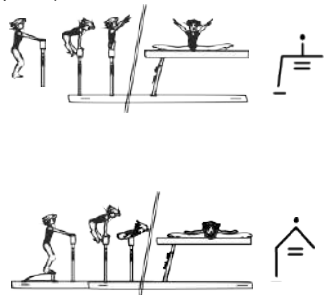

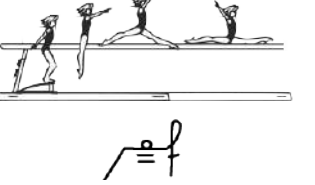
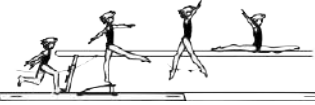
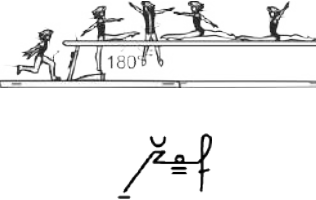
**SECTION 16**  
**POUTRE**  
**ELEMENTS**



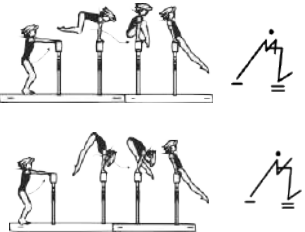
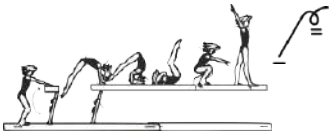

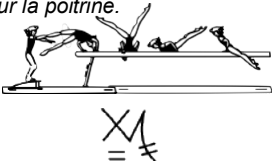
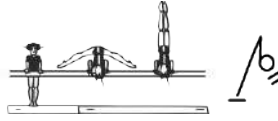
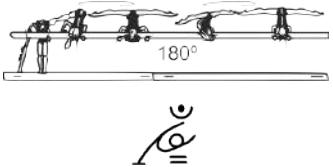
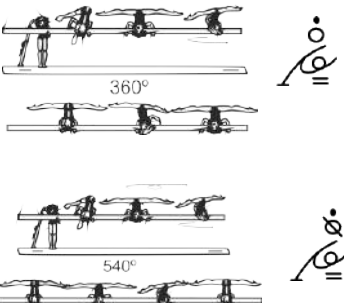
**1.000 — ENTREES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.101 (D)</b> Saut appel 1 pied - à la réception la position arabesque doit être visible (Jambe à l'horizontale minimum)</p> 	<p><b>1.201 (D)</b> Saut appel 1 pied au grand écart (180°)</p> 	<p><b>1.301</b></p>	<p><b>1.401 (D)</b> Saut en av avec changement de jambe (élan jambe libre à 45°) au grand écart transversal</p> 	<p><b>1.501</b></p>	<p><b>1.601</b></p>
<p>(D) = Compté comme élément gymnique</p>					
<p><b>1.102 (D)</b> Saut de voleur - appel 1 pied franchissement libre par-dessus la poutre, une jambe après l'autre, à l'appui dorsal – élan à 90° par rapport à la poutre ou Saut ciseau par-dessus la poutre au siège transversal en appui sur les cuisses - élan oblique par rapport à la poutre</p> 	<p><b>1.302 (D)</b> Saut vertical à la station, appel 2 pieds, avec ½ tour (180°) pendant l'envol</p> 	<p><b>1.402 (D)</b> Saut à la station, appel 2 pieds, avec 1/1 tour (360°) pendant l'envol – élan au bout ou oblique par rapport à la poutre</p> 	<p><b>1.502</b></p>	<p><b>1.602</b></p>	<p><b>1.602</b></p>
<p><b>1.103</b> Station faciale couronnement à l'appui dorsal aussi avec ½ tour (180°)</p>  <p>Saut avec appui des mains, ¾ de tour (270°) au siège transversal en appui sur les cuisses</p> 	<p><b>1.203</b></p>	<p><b>1.303</b> Deux cercles – jambes écartées</p> 	<p><b>1.403</b> Trois cercles – jambes écartées (Homma)</p>  <p>Deux cercles jambes serrées suivis de cercle jambes écartées (Baitova)</p> 	<p><b>1.503</b></p>	<p><b>1.603</b></p>




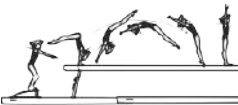

1.000 — ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.104</p>	<p>1.204 (D)</p> <p>Saut avec ½ tour (180°) à l'appui libre jambes écartées latéral ou saut en ar. par-dessus la poutre en position écartée, à l'appui facial ou en grand écart – élan 90° par rapport à la poutre</p> 	<p>1.304 (D)</p> <p>Saut carpé écarté en ar. par-dessus la poutre, de la rondade, et immédiatement tour d'appui ar. – élan 90° par rapport à la poutre</p> 	<p>1.404</p>	<p>1.504</p>	<p>1.604</p>
<p>1.105 (D)</p> <p>Saut appel 2 pieds (avec appui des mains) au grand écart latéral, ou écart latéral, (la position finale doit montrer le grand écart sans les mains qui touchent la poutre ; en position écart latéral le buste doit toucher la poutre)</p>  <p>Appel deux pieds ou saut appel 1 pied au grand-écart transversal – élan oblique par rapport à la poutre (appui des mains)</p> 	<p>1.205</p>	<p>1.305 (D)</p> <p>Saut libre au grand-écart transversal, appel 2 pieds – élan oblique par rapport à la poutre</p>  <p>Saut changement de jambe au grand-écart transversal libre – élan oblique par rapport à la poutre (Dick)</p> 	<p>1.405 (D)</p> <p>Saut changement de jambe avec ½ tour (180°) en dehors de la poutre, au grand écart transversal libre – élan oblique par rapport à la poutre (Dick)</p> 	<p>1.505</p>	<p>1.605</p>

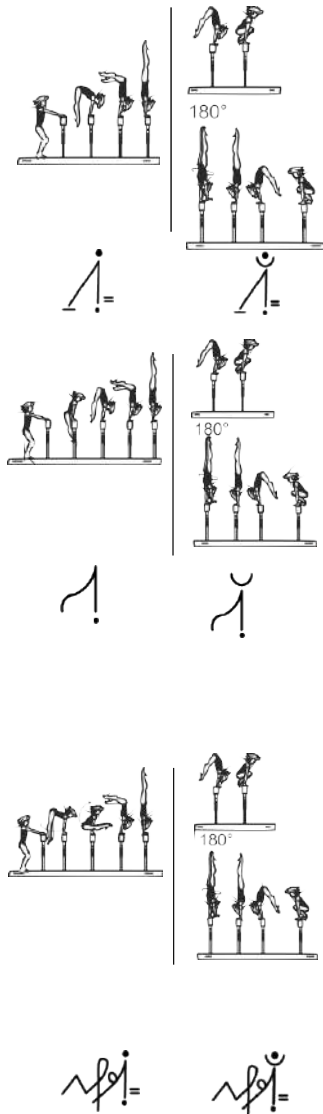
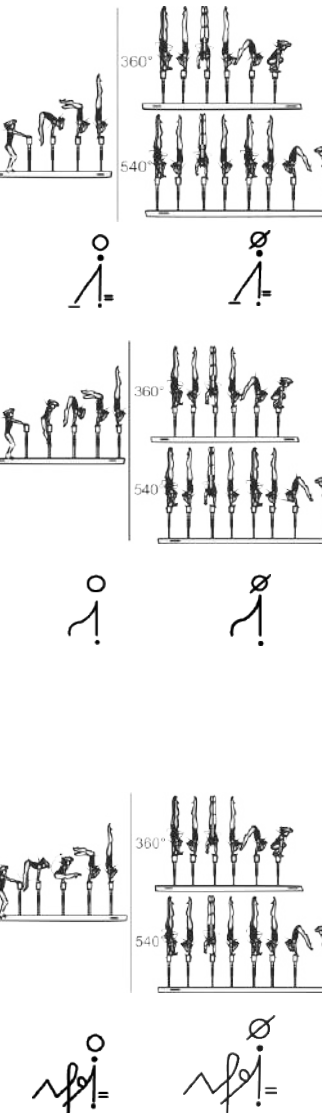
1.000 — ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.106</b></p> <p>Station faciale – franchissement groupé ou carpé, à l'appui dorsal</p> 	<p><b>1.206</b></p>	<p><b>1.306</b></p>	<p><b>1.406</b></p>	<p><b>1.506</b></p>	<p><b>1.606</b></p>
<p><b>1.107</b></p>	<p><b>1.207</b></p> <p>Saut – roulade av. Au bout ou au milieu de la poutre.</p>  <p>Saut à l'appui libre écarté au bout de la poutre – élan en arr.roulade av.</p> 	<p><b>1.307</b></p>	<p><b>1.407</b></p>	<p><b>1.507</b></p>	<p><b>1.607</b></p>
<p><b>1.108</b></p> <p>Renversement lateral les 2 bras fléchis à la position renversée sur la poitrine.</p>  <p>Station faciale, saut à la position renversée sur la poitrine, 2 bras fléchis</p> 	<p><b>1.208</b></p> <p>Saut avec ½ tour (180°) à la position mi-renversée sur la nuque – ½ tour (180°) sur les épaules à la position mi renversée, sur la poitrine</p> 	<p><b>1.308</b></p> <p>Saut avec ½ tour (180°) à la position mi-renversée sur la nuque – 1/1 ou 1½ tour (360°- 540°) sur les épaules à la position mi-renversée sur la nuque</p> 	<p><b>1.408</b></p>	<p><b>1.508</b></p>	<p><b>1.608</b></p>


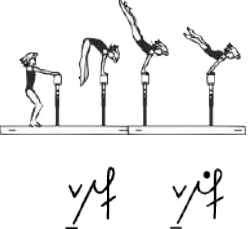
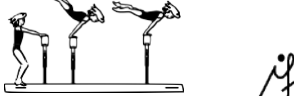
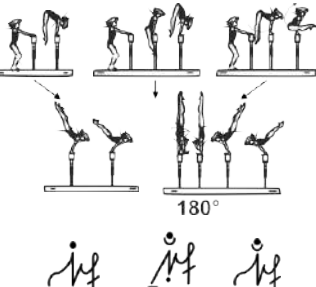
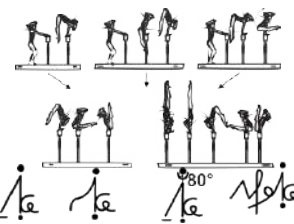
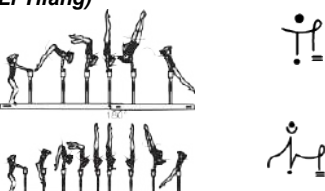
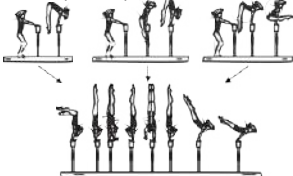
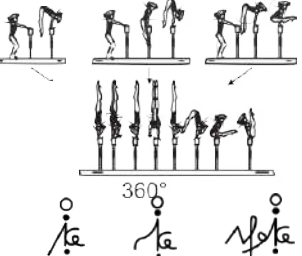
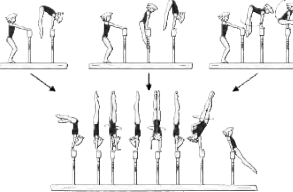
1.000 — ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
1.109	1.209	<p>1.309</p> <p><i>Station transversale en bout de poutre – bascule de tête</i></p>  <p style="text-align: center;">L</p> <p><i>Station transversale en bout de poutre - saut à l'atr corps carpé - renversement avant</i></p>  <p style="text-align: center;">M</p> <p><i>Station transversale en bout de poutre - saut à l'atr corps carpé - renversement avant avec envol réception pieds décalés ou 2 pieds</i></p>  <p style="text-align: center;">M</p>  <p style="text-align: center;">M</p>	1.409	1.509	<p>1.609</p> <p><i>Rondade en bout de poutre – flic-flac avec ½ tour (180°) et renversement av (Dunn)</i></p>  <p style="text-align: center;">M!</p>

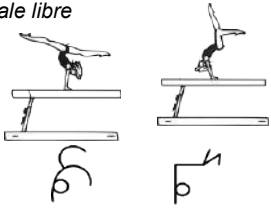
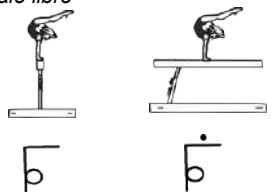
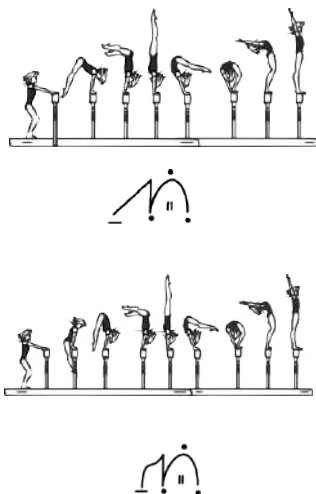
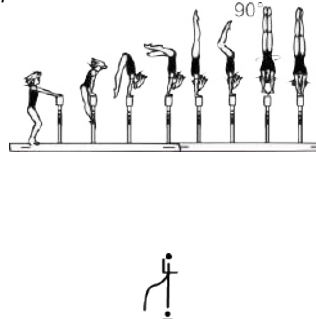
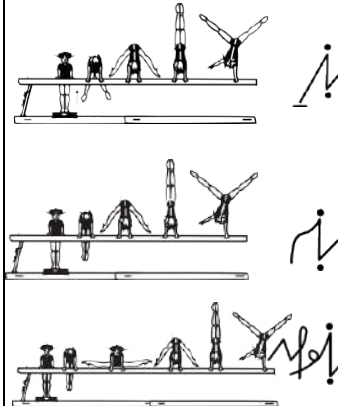
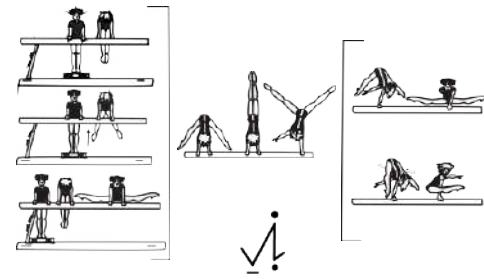

1.000 — ENTREES

1.110	1.210	1.310	1.410	1.510	1.610
A	B	C	D	E	F/G
	<p data-bbox="436 156 757 279"><i>Saut, élévation ou élan à l'atr (2 sec.) s'abaisser à une position finale en touchant la poutre aussi avec ½ tour (180°) à l'atr</i></p> 	<p data-bbox="788 156 1108 255"><i>Saut, élévation ou élan à l'atr avec 1/1 - 1½ tour (360° - 540°) – s'abaisser à une position finale en touchant la poutre</i></p> 			

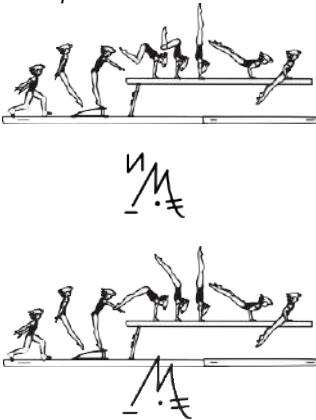
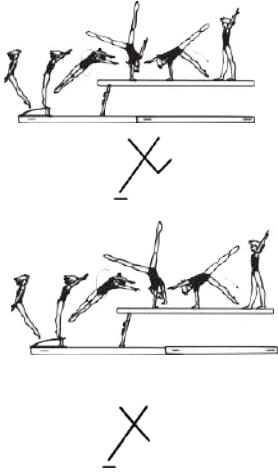

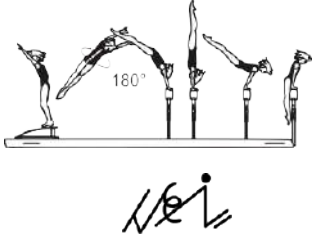
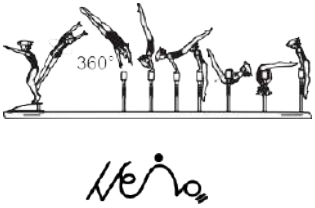
1.000 — ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.111</b></p> <p>Planche avec appui d'un ou les deux bras fléchis (2 sec.) aussi avec les jambes en position écartée transversale</p>  <p><i>h</i></p> <p><i>h</i></p>	<p><b>1.211</b></p> <p>Saut corps carpé à l'appui facial libre au-dessus de l'horizontale à 45° minimum (planche) (2 sec.) s'abaisser à une position finale libre</p>  <p><i>v/f</i> <i>v/f</i></p>	<p><b>1.311</b></p> <p>Saut corps tendu à la planche (2 sec.) (<b>Shushunova</b>)</p>  <p>Saut, élévation ou élan à l'atr – s'abaisser à la planche (2sec) aussi avec ½ tour (180°) à l'atr</p>  <p>180°</p> <p>Saut, élévation ou élan à l'atr - s'abaisser à l'appui dorsal libre (2 sec) aussi ½ tour (180°) à l'atr.</p>  <p>180°</p> <p>Saut, élévation ou élan à l'atr (2 sec) lâcher une main pour la poser sur un pied - s'abaisser latéralement, aussi avec un ½ tour (180°) à l'atr. (<b>Li Yifang</b>)</p> 	<p><b>1.411</b></p> <p>Saut, élévation ou élan à l'atr – 1/1 tour (360°) à l'atr – s'abaisser à la planche (2 sec.)</p>  <p>360°</p> <p>ou à l'appui dorsal libre (2 sec.)</p>  <p>360°</p> <p>Saut, élévation ou élan à l'atr – 1/1 tour (360°) à l'atr – lâcher une main et s'abaisser à latéralement</p>  <p>360°</p>	<p><b>1.511</b></p>	<p><b>1.611</b></p>

1.000 — ENTREES



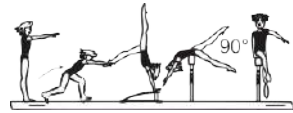

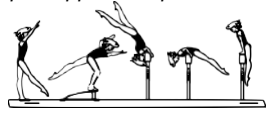

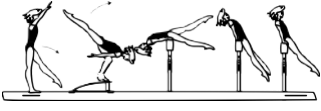

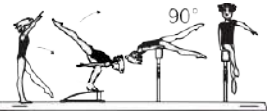



A	B	C	D	E	F/G
<p>1.112</p>	<p>1.212</p>	<p>1.312</p> <p><i>Atr transversal en position cambrée très marquée, aussi carpée avec une jambe à la verticale et l'autre jambe fléchie (2 sec.) - s'abaisser à une position finale libre</i></p>  <p><i>Atr jambes à l'horizontale en ar. (2sec.) planche renversée en différentes variantes - s'abaisser à une position finale libre</i></p> 	<p>1.412</p> <p><i>Saut, élévation à l'atr latéral – renversement av. à la station latérale sur les deux jambes (Phillips)</i></p> 	<p>1.512</p>	<p>1.612</p>
<p>1.113</p>	<p>1.213</p> <p><i>Elévation à l'atr latéral – flexion - extension des jambes en sautant avec ¼ de tour (90°) à l'atr transversal - s'abaisser à une position finale libre</i></p> 	<p>1.313</p> <p><i>Saut, élévation ou élan à l'atr, changer le poids du corps à l'atr sur un bras (2 sec.) – s'abaisser à une position finale libre</i></p> 	<p>1.413</p> <p><i>Saut ou élévation sur un bras à l'atr - s'abaisser à une position finale libre aussi saut, élévation ou élan à l'atr - changement du poids du corps à l'atr latéral sur un bras (2 sec.), s'abaisser à l'appui libre jambes écartées latéral sur un bras aussi avec ¼ de tour (90°) (Rankin)</i></p> 	<p>1.513</p> 	<p>1.613</p>

1.000 — ENTREES

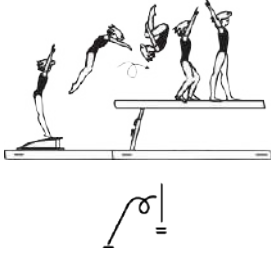

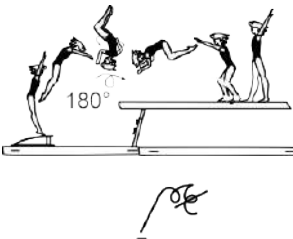
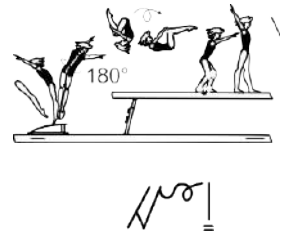
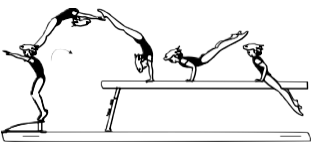

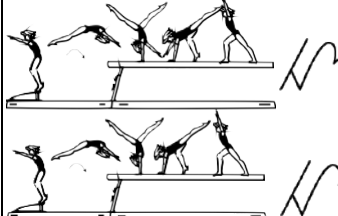

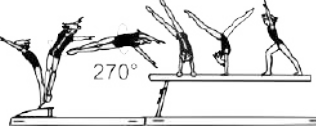

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.114</b></p> <p>Saut à l'atr avec les jambes fléchies ou tendues – s'abaisser à une position finale libre</p> 	<p><b>1.214</b></p> <p>Renversement latéral sur un ou les deux bras</p> 	<p><b>1.314</b></p> <p>Élan à 90° par rapport à la poutre – saut avec ¼ de tour (90°) et corps tendu à l'atr passer sur un bras et immédiatement ¼ de tour (90°) et appui de l'autre bras à l'atr latéral s'abaisser à une position finale libre</p>  <p>De la station dos à la poutre, flic flac par-dessus la poutre en position de chandelle pour terminer à l'appui facial (<b>Beukes</b>)</p> <p>De la station dos à la poutre flic flac avec ½ tour (180°) par-dessus la poutre en position chandelle pour terminer à l'appui facial (saisir la poutre en dessous avec les 2 mains) (<b>Soares</b>)</p>	<p><b>1.414</b></p> <p>Rondade devant la poutre – saut avec ½ vrille (180°) proche de l'atr latéral - s'abaisser à une position libre (<b>Gurova</b>)</p> 	<p><b>1.514</b></p> <p>Rondade devant la poutre – Flic-flac avec 1/1 vrille (360°) et tour d'appui facial en ar (<b>Zamolodchikova</b>)</p> 	<p><b>1.614</b></p>









1.000 — ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.115</p>	<p>1.215</p> <p><i>Renversement av. avec appel des mains sur le tremplin, à l'appui dorsal ou avec ¼ de tour (90°) au siège transversal sur les cuisses – élan à 90° par rapport à la poutre</i></p>     <p><i>Renversement latéral en saisissant la poutre, à l'appui facial – élan à 90° par rapport à la poutre</i></p>  	<p>1.315</p> <p><i>Renversement av. libre à l'appui dorsal ou avec ¼ de tour (90°) au siège transversal sur les cuisses</i></p>    	<p>1.415</p>	<p>1.515</p>	<p>1.615</p> <p><i>Renversement av. libre à la station transversale – élan au bout de la poutre, appel des deux pieds</i></p>  

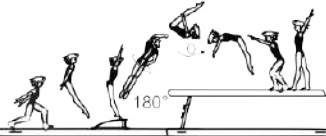
1.000 — ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
1.116	1.216	1.316	<p data-bbox="1144 156 1467 231">Salto av. groupé à la station transversale ou latérale – élan au bout de la poutre</p> 	<p data-bbox="1498 156 1821 204">Salto av. carpé à la station – élan au bout de la poutre</p> 	<p data-bbox="1843 156 2166 231">Salto av. groupé avec ½ vrille (180°) (Wong Hiu Ying Angel)</p>  <p data-bbox="1843 486 2166 587">1.716 Rondade au bout de la poutre – appel ar. avec ½ tour (180°) salto av. groupé à la station (Erceg)</p> 
1.117	1.217	<p data-bbox="790 869 1113 944">Rondade en bout de poutre – flic-flac en passant par l'atr s'abaisser au siège à cheval</p>  	<p data-bbox="1144 869 1467 965">Rondade en bout de poutre -flic-flac en passant par l'atr – appui sur 1 ou 2 bras – à la station transversale sur la poutre.</p>  <p data-bbox="1144 1204 1467 1300">Rondade en bout de poutre flic flac avec 1/1 vrille (360°) s'abaisser au siège à cheval (Tsavdaridou)</p> 	<p data-bbox="1498 869 1821 965">Rondade en bout de poutre – flic-flac avec ¾ vrille (270°) à la station transversale sur la poutre</p>  	1.617

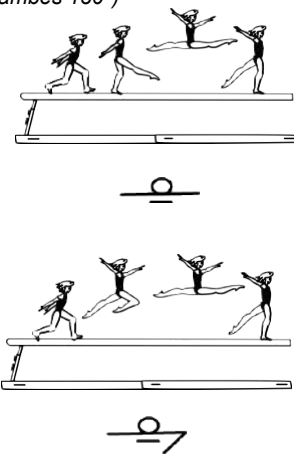
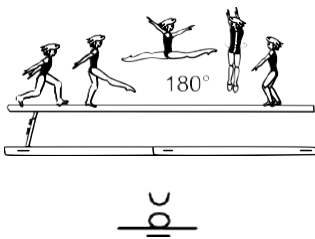
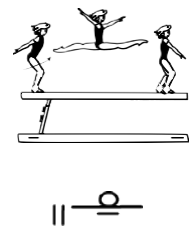
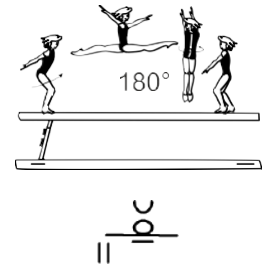
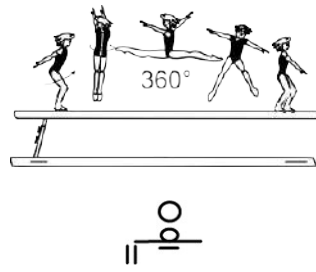
1.000 — ENTREES

A	B	C	D	E	F/G
1.118	1.218	1.318	1.418	<p data-bbox="1503 161 1821 256">Rondade en bout de poutre – salto ar. groupé, carpé ou tendu-décalé à la station transversale ou latérale sur la poutre</p>  <p data-bbox="1615 411 1704 475">he</p>  <p data-bbox="1608 730 1711 794">hev</p>  <p data-bbox="1608 1114 1711 1177">hey</p>	<p data-bbox="1843 161 2134 256">Rondade en bout de poutre – salto ar. groupé avec 1/1 vrille (360°) à la station transversale (Garrison)</p>  <p data-bbox="1951 459 2056 523">he<sup>n</sup></p> <p data-bbox="1843 560 2168 624">Rondade en bout de poutre – salto ar. tendu à la station transversale sur la poutre</p>  <p data-bbox="1951 786 2063 850">he<sup>n</sup>''</p> <p data-bbox="1843 874 1899 895"><b>1.718</b></p> <p data-bbox="1843 903 2134 999">Rondade en bout de poutre – salto ar. tendu avec 1/1 vrille (360°) à la station transversale sur la poutre</p>  <p data-bbox="1951 1193 2056 1257">he<sup>n</sup>!</p>

1.000 — ENTREES

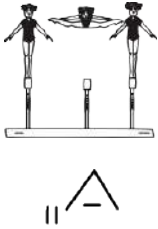
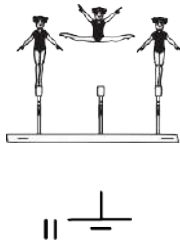
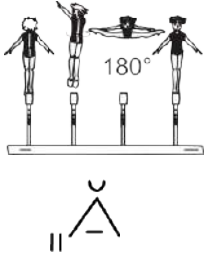
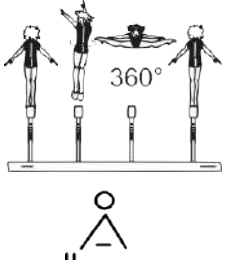
A	B	C	D	E	F/G
1.119	1.219	1.319	1.419	1.519	1.619
					<p data-bbox="1839 156 2163 204"><i>Saut en av. avec ½ vrille (180°) – salto ar. carpé</i></p>  <p data-bbox="1937 438 2049 534"><i>mev</i></p>

**2.000 — SAUTS GYMNIQUES**

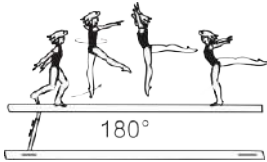

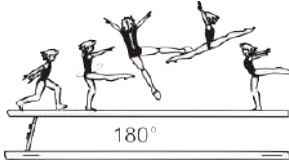

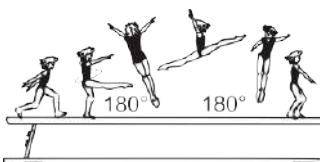





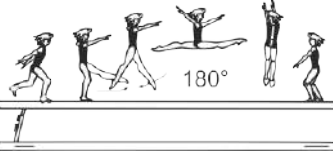

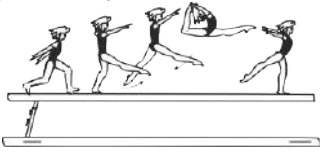

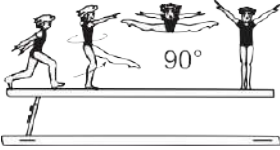

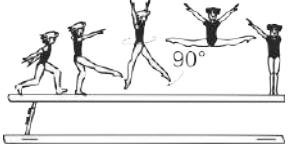
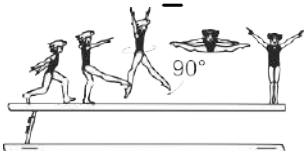


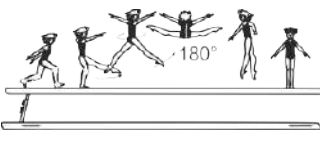

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.101</b></p> <p><i>Saut grand jeté (écart de jambes 180°)</i></p> 	<p><b>2.201</b></p>	<p><b>2.301</b></p> <p><i>Saut grand jeté (avec ½ tour (180°))</i></p> 	<p><b>2.401</b></p>	<p><b>2.501</b></p>	<p><b>2.601</b></p>
<p><b>2.102</b></p>	<p><b>2.202</b></p> <p><i>Saut écart (appel 2 pieds) de la position transversale – (écart de jambes 180°)</i></p> 	<p><b>2.302</b></p> <p><i>Saut écart (appel 2 pieds) de la position transversale avec ½ tour (180°)</i></p> 	<p><b>2.402</b></p> <p><i>Saut écart (appel 2 pieds) de la position transversale avec 1/1 tour (360°)</i></p> 	<p><b>2.502</b></p>	<p><b>2.602</b></p>

Les sauts départ en position latérale qui finissent en position transversale ou inversement – sont considérés comme des éléments exécutés en position transversale (90° supplémentaires n'en font pas un élément différent)

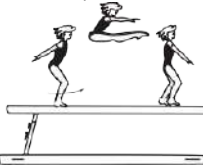
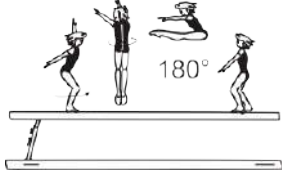
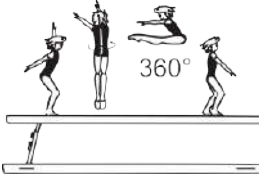



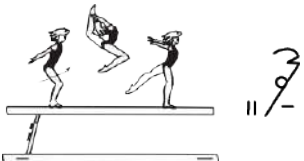
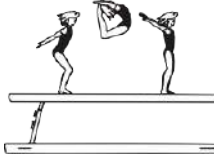
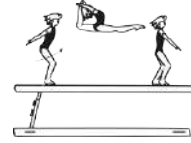
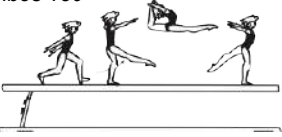
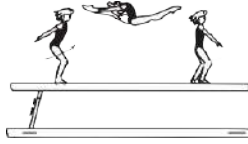
2.000 — SAUTS GYMNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
2.103	<p data-bbox="432 156 763 284">2.203 Saut carpé-écarté (appel 2 pieds) Jambes au-dessus de l'horizontale ou saut écart latéral (appel 2 pieds) de la position transversale</p>  	<p data-bbox="786 156 1120 236">2.303 Saut carpé-écarté (appel 2 pieds) avec ½ tour (180°) de la position transversale</p> 	<p data-bbox="1140 156 1473 236">2.403 Saut carpé-écarté (appel 2 pieds) avec 1/1 tour (360°) de la position transversale</p> 	<p data-bbox="1518 252 1966 419">Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p> <p data-bbox="1518 826 2078 1018">Les sauts départ en position latérale qui finissent en position transversale ou inversement – sont considérés comme des éléments exécutés en position transversale (90° supplémentaires n'en font pas un élément différent)</p>	2.603

2.000 — SAUTS GYMNIQUES

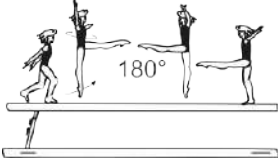
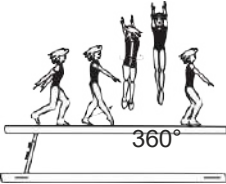
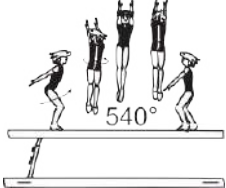
A	B	C	D	E	F/G
<p>2.104</p>	<p>2.204</p> <p>Saut fouetté avec ½ tour (180°) réception en arabesque (jambe libre au-dessus de l'horizontale)</p>  	<p>2.304</p>	<p>2.404</p> <p>Saut fouetté avec changement de jambe au grand écart transversal (écart de jambes 180°) (tour jeté)</p>  	<p>2.504</p> <p>Tour jeté avec ½ tour (180°) supplémentaire</p>  	<p>2.604</p>
<p>2.105</p> <p>Saut (appel 1 pied) avec changement de jambe au saut cosaque (angle hanches 45°)</p>  	<p>2.205</p>	<p>2.305</p> <p>Saut grand jeté changement de jambe (élan jambe libre à 45°) au grand écart transversal (angle d'écart 180° &lt; après le changement) (grand jeté changement de jambe)</p>  	<p>2.405</p> <p>Saut grand jeté changement de jambe avec ½ tour (180°)</p>  	<p>2.505</p> <p>Saut grand jeté changement de jambe pied-tête (écart de jambe 180°)</p>  	<p>2.605</p>
<p>2.106</p>	<p>2.206</p> <p>Saut grand jeté avec ¼ tour (90°) à la position carpée-écartée – (2 jambes au-dessus de l'horizontale) réception 1 ou 2 pieds</p>  	<p>2.306</p> <p>Saut grand jeté changement de jambe avec ¼ tour (90°) au grand-écart latéral (180°) ou position carpée-écartée (Johnson)</p>    	<p>2.406</p>	<p>2.506</p> <p>Johnson avec ½ tour (180°) supplémentaire</p>  	<p>2.606</p>

## 2.000 — SAUTS GYMNIQUES

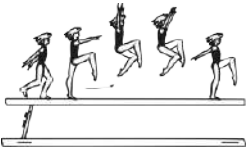



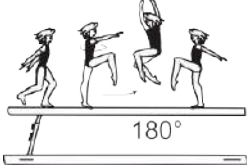

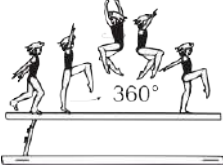

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.107</b></p> <p>Saut carpé (appel 2 pieds) jambes serrées de la position transversale (angle des hanches &lt; 90°)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p>	<p><b>2.207</b></p> <p>Saut carpé (appel 2 pieds) jambes serrées de la position transversale avec ½ tour (180°)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p>	<p><b>2.307</b></p>	<p><b>2.407</b></p> <p>Saut carpé (appel 2 pieds) jambes serrées de la position transversale avec 1/1 tour (360°)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p>	<p><b>2.507</b></p>	<p><b>2.607</b></p>
<p>Les sauts départ en position latérale qui finissent en position transversale ou inversement – sont considérés comme des éléments exécutés en position transversale (90° supplémentaires n'en font pas un élément différent)</p>					
<p><b>2.108 (*)</b></p> <p>Sissone (écart de jambes 180° en diagonale / 45° su sol) (appel 2 pieds, réception sur 1 pied)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p> <p>Saut de Biche (écart de jambes 180°)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\circ \rightarrow</math></p>	<p><b>2.208 (*)</b></p> <p>Sissone pied-tête (appel 2 pieds – pied ar. à hauteur de tête, corps cambré et tête en extension ar. (écart de jambes 180°) ou saut de chamois</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p>	<p><b>2.308</b></p> <p>Saut (appel 2 pieds) avec haut du dos cambré et tête en extension, avec les pieds à hauteur de tête /boucle fermée (saut de mouton)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p>	<p><b>2.408 (*)</b></p> <p>Saut écart pied-tête (appel 2 pieds) (écart de jambes 180°)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p> <p>Saut grand jeté pied-tête (écart de jambes 180°)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p> <p>Saut écart transversal (appel 2 pieds) jambes au-delà du grand écart tronc incliné en ar. et tête en extension ar. (Yang-Bo)</p>  <p style="text-align: center;">   <math>\nabla</math></p>	<p><b>2.508</b></p>	<p><b>2.608</b></p>
<p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p>					



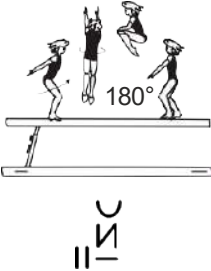
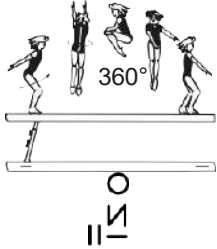
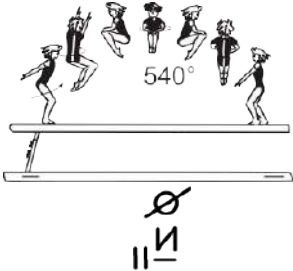

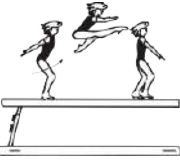
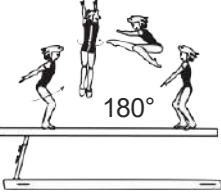
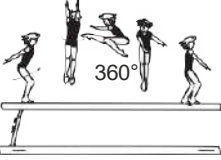
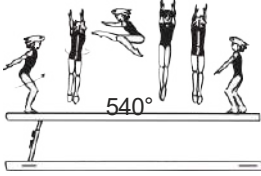
2.000 — SAUTS GYMNINIQUES

A	B	C	D	E	F/G
2.109	<p data-bbox="432 156 741 256">2.209 (*) Saut (appel 1 pied) avec ½ tour (180°) jambe libre tendue au-dessus de l'horizontale pendant tout le tour</p>  <p data-bbox="562 443 600 512">H</p> <p data-bbox="432 592 741 667">Saut vertical (appel 1 ou 2 pieds) avec 1/1 tour (360°) de la position transversale</p>  <p data-bbox="566 935 607 983">O</p>	2.309	<p data-bbox="1144 156 1476 228">2.409 Saut vertical (appel 1 ou 2 pieds) avec 1½ tour (540°), de la position transversale</p>  <p data-bbox="1283 451 1346 512">Ø</p>	2.509	2.609
		<p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p>			

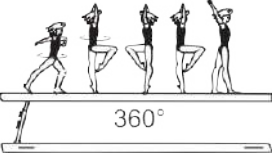
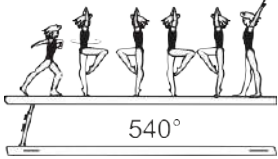
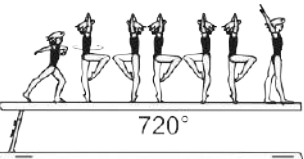

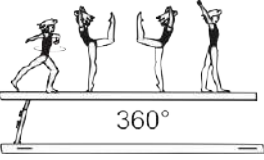
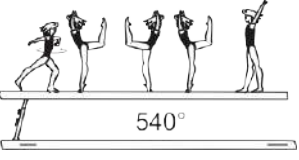
**2.000 — SAUTS GYMNIQUES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.110 (*)</b> Saut de chat (genoux au-dessus de l'horizontale alternativement)</p>   <p>Saut ciseau av. (jambes au dessus de l'horizontale)</p>  	<p><b>2.210</b> Saut de chat avec ½ tour (180°)</p>  	<p><b>2.310</b> Saut de chat avec 1/1 tour (360°)</p>  	<p><b>2.410</b></p>	<p><b>2.510</b></p>	<p><b>2.610</b></p>
<p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p>					

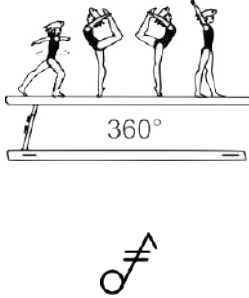
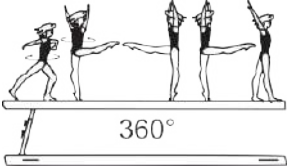
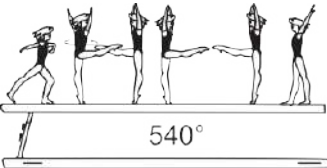
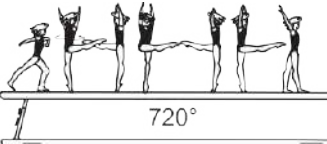
**2.000 — SAUTS GYMNIQUES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>2.111</b></p>	<p><b>2.211</b></p> <p>Saut groupé (appel 1 ou 2 pieds) avec ½ tour (180°) - de la position transversale (angle hanches &amp; genoux à 45°)</p> 	<p><b>2.311</b></p> <p>Saut groupé (appel 1 ou 2 pieds) avec 1/1 tour (360°) - de la position transversale</p> 	<p><b>2.411</b></p> <p>Saut groupé (appel 1 ou 2 pieds) avec 1½ tour (540°) - de la position transversale</p> 	<p><b>2.511</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 100px;"> <p>Les sauts départ en position latérale qui finissent en position transversale ou inversement – sont considérés comme des éléments exécutés en position transversale (90° supplémentaires n'en font pas un élément différent)</p> </div>	<p><b>2.611</b></p>
<p><b>2.112 (*)</b></p> <p>Saut cosaque appel 1 ou 2 pieds - de la position transversale (angle des hanches 45° - genoux serrés)</p>  	<p><b>2.212</b></p> <p>Saut cosaque (appel 1 ou 2 pieds) avec ½ tour (180°) de la position transversale</p> 	<p><b>2.312</b></p>	<p><b>2.412</b></p> <p>Saut cosaque (appel 1 ou 2 pieds) avec 1/1 tour (360°) de la position transversale</p> 	<p><b>2.512</b></p> <p>Saut cosaque appel 1 ou 2 pieds avec 1½ tour (540°) de la position transversale</p> 	<p><b>2.612</b></p>

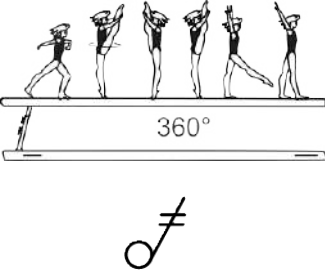
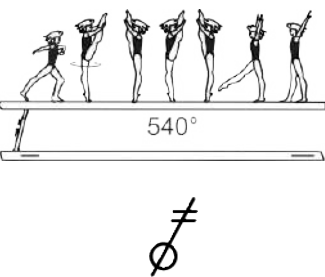
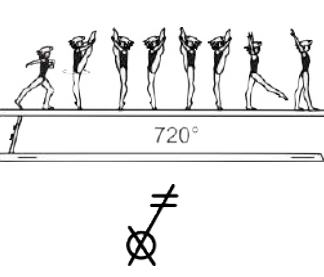

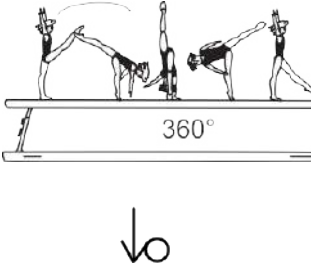
### 3.000 — TOURS GYMNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.101</b></p> <p><i>Pirouette 1/1 tour (360°) sur une jambe ± jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale</i></p>  <p style="text-align: center;">360°</p> <p style="text-align: center;">○</p>	<p><b>3.201</b></p> <p><i>Pirouette 1½ tour (540°) sur une jambe ± jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale</i></p>  <p style="text-align: center;">540°</p> <p style="text-align: center;">∅</p>		<p><b>3.401</b></p> <p><i>Pirouette 2/1 tours (720°) sur une jambe ± jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale</i></p>  <p style="text-align: center;">720°</p> <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p><b>3.501</b></p> <p><i>Pirouette 3/1 tours (1080°) sur une jambe ± jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale (Okino)</i></p>  <p style="text-align: center;">1080°</p> <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p><b>3.601</b></p>
<p><b>3.102</b></p>	<p><b>3.202</b></p>	<p><b>3.302</b></p> <p><i>Pirouette 1/1 tour (360°) sur une Jambe ± cuisse de la jambe libre à l'horizontale en ar. (attitude) pendant toute la rotation</i></p>  <p style="text-align: center;">360°</p> <p style="text-align: center;">♩</p>	<p><b>3.402</b></p> <p><i>Pirouette 1½ tour (540°) sur une jambe ± cuisse de la jambe libre à l'horizontale en ar. (attitude) pendant toute la rotation</i></p>  <p style="text-align: center;">540°</p> <p style="text-align: center;">♩</p>	<p><b>3.502</b></p>	<p><b>3.602</b></p>

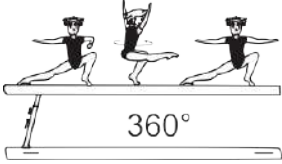

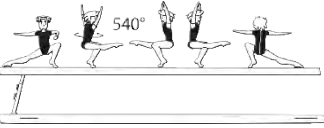



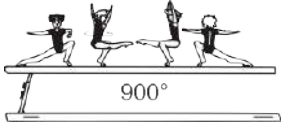

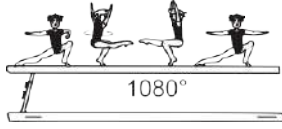





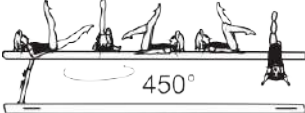

### 3.000 — TOURS GYMNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
3.103	3.203	3.303	<p data-bbox="1144 156 1469 228">Pirouette 1/1 tour (360°) avec la jambe libre maintenue en ar. avec les 2 mains (<i>Preziosa</i>)</p> 	3.503	3.603
3.104	3.204	<p data-bbox="788 699 1113 818">Pirouette 1/1 tour (360°) jambe libre tendue en av., talon maintenu à l'horizontale pendant toute la rotation (jambe d'appui peut être tendue ou fléchie)</p> 	<p data-bbox="1144 699 1469 818">Pirouette 1½ tour (540°) jambe libre tendue en av., talon maintenu à l'horizontale pendant toute la rotation (jambe d'appui peut être tendue ou fléchie)</p> 	<p data-bbox="1500 699 1809 842">Pirouette 2/1 tours (720°) jambe libre tendue en av., talon maintenu à l'horizontale pendant toute la rotation (jambe d'appui peut être tendue ou fléchie) (<i>Wevers</i>)</p> 	3.604



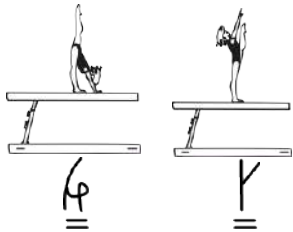



### 3.000 — TOURS GYMNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
3.105	3.205	<p>3.305</p> <p><i>Pirouette 1/1 tour (360°) avec la jambe libre écartée en haut à 180° pendant toute la rotation</i></p> 	<p>3.405</p> <p><i>Pirouette 1½ tour (540°) avec la jambe libre écartée en haut à 180° pendant toute la rotation (Galante)</i></p> 	<p>3.505</p> <p><i>Pirouette 2/1 tours (720°) avec la jambe libre écartée en haut à 180° pendant toute la rotation (Sugihara)</i></p> 	3.605
3.106	<p>3.206</p> <p><i>Pirouette plongée ½ tour (180°) en position grand-écart (écart 180°) avec/sans touche passagère de la poutre avec une main</i></p> 	3.306	<p>3.406</p> <p><i>Pirouette plongée 1/1 tour (360°) en position grand-écart (écart 180°) avec/sans touche passagère de la poutre avec une main</i></p> 	3.506	3.606

**3.000 — TOURS GYMNIQUES**

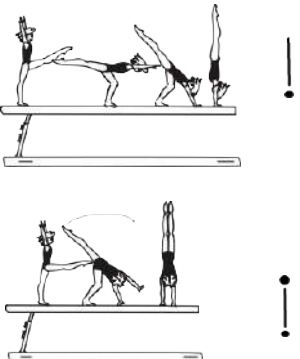

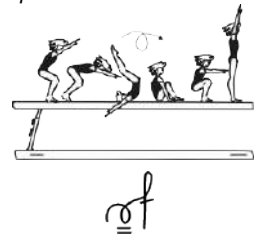

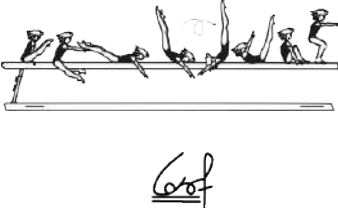
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.107</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 20px;"> <p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'1 fois dans l'ordre chronologique</p> </div>	<p><b>3.207</b></p> <p><i>1/1 tour (360°) à la station groupée sur une jambe ± jambe libre tendue pendant tout le tour</i></p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p><b>3.307</b></p> <p><i>1½ tour (540°) à la station groupée sur une jambe ± jambe libre tendue pendant tout le tour</i></p>  <p style="text-align: center;">540°</p> 	<p><b>3.407 (*)</b></p> <p><i>2/1 tours (720°) ou 2½ tours (900°) à la station groupée sur une jambe - jambe libre tendue pendant tout le tour (Humphrey)</i></p>  <p style="text-align: center;">720°</p>   <p style="text-align: center;">900°</p> 	<p><b>3.507</b></p> <p><i>3/1 tours (1080°) à la station groupée sur une jambe ± jambe libre tendue pendant tout le tour (Mitchell)</i></p>  <p style="text-align: center;">1080°</p> 	<p><b>3.607</b></p>
<p><b>3.108</b></p>	<p><b>3.208 (*)</b></p> <p><i>1/1 à 1½ tour (360° à 540°) en position ventrale ± appui alternatif des mains autorisé</i></p>  <p style="text-align: center;">360°</p>   <p style="text-align: center;">540°</p> 	<p><b>3.308</b></p>	<p><b>3.408</b></p> <p><i>1¼ tour (450°) en position couché dorsal (angle tronc-jambes fermé) (Li Li)</i></p>  <p style="text-align: center;">450°</p> 	<p><b>3.508</b></p>	<p><b>3.608</b></p>

**4.000 – MAINTIENS ET ELEMENTS ACROBATIQUES SANS ENVOL**



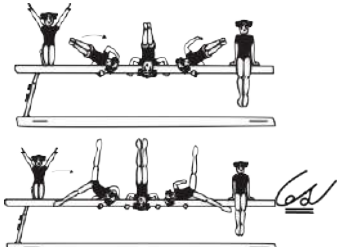
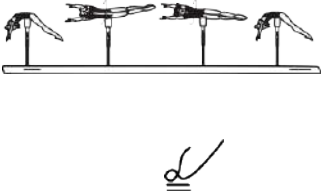
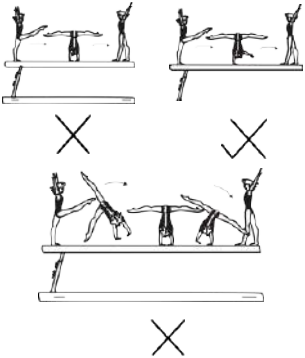
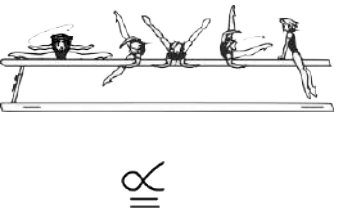
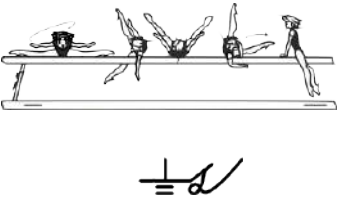
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.101 (D)</b></p> <p><i>De la position à genoux assis – se redresser avec une onde du corps en passant par la station sur ½ pointes des pieds</i></p>  	<p><b>4.201</b></p>	<p><b>4.301</b></p>	<p><b>4.401</b></p> <div data-bbox="1205 304 1827 376" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>(D) comptés comme éléments gymniques</p> </div>	<p><b>4.501</b></p>	<p><b>4.601</b></p>
<p><b>4.102 (D) (*)</b></p> <p><i>Station en grand-écart avec appui des mains devant la jambe d'appui (écart 180°) (2 sec.) ou station sur 1 jambe avec le pied de la jambe libre maintenu en av. au-dessus de la tête (2 sec.)</i></p>  <p><i>Planche faciale, jambe d'appui tendue (écart de jambes 180°) 2 sec</i></p> 	<p><b>4.202</b></p> <p><i>Appui libre corps carpé (2 sec.)</i></p>  	<p><b>4.302</b></p>	<p><b>4.402</b></p> <div data-bbox="1205 906 1657 1050" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p> </div>	<p><b>4.502</b></p>	<p><b>4.602</b></p>





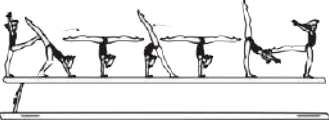



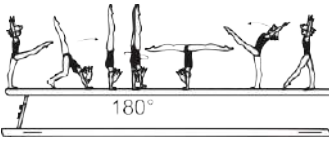

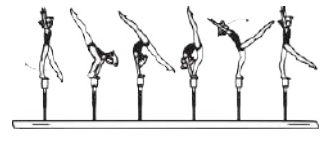

**4.000 – MAINTIENS ET ELEMENTS ACROBATIQUES SANS ENVOL**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.103</b></p> <p><i>Élan à l'atr latéral ou transversal – (2sec.) s'abaisser à une position finale touchant la poutre</i></p> 	<p><b>4.203</b></p> <p><i>Élan à l'atr transversal – roulade av. avec ou sans appui des mains au siège ou à la station groupée</i></p> 	<p><b>4.303</b></p>	<p><b>4.403</b></p>	<p><b>4.503</b></p>	<p><b>4.603</b></p>
<p><b>4.104</b></p>	<p><b>4.204</b></p> <p><i>Roulade av. sans appui des mains au siège ou à la station groupée</i></p>  <p><i>Du siège transversal élan en ar. et roulade av. sur l'épaule - corps en extension au siège ou à la station groupée avec appuis des mains</i></p> 	<p><b>4.304</b></p> <p><i>Roulade av. libre sur une épaule corps en extension et sans appui des mains au siège ou à la station groupée</i></p> 	<p><b>4.404</b></p>	<p><b>4.504</b></p>	<p><b>4.604</b></p>

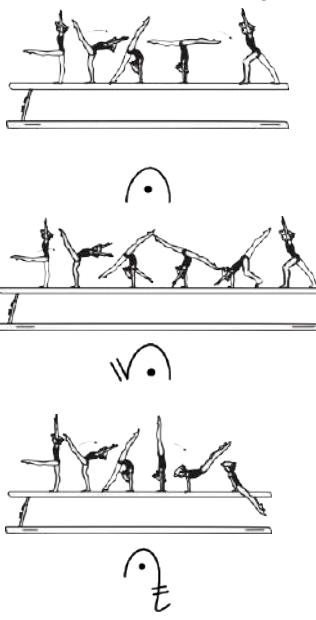
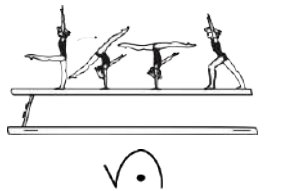
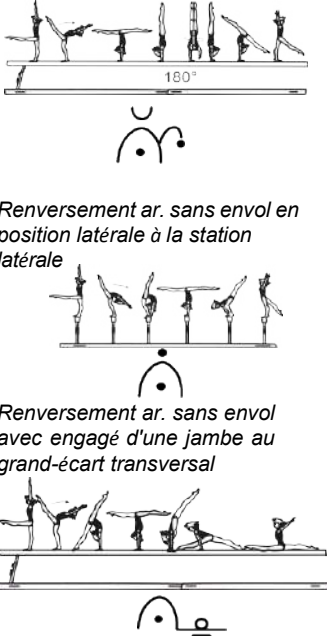
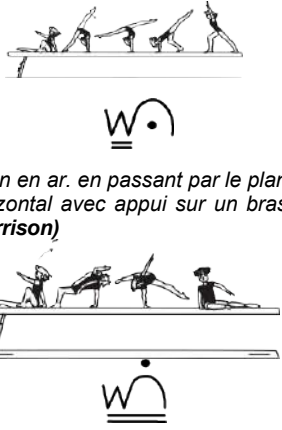
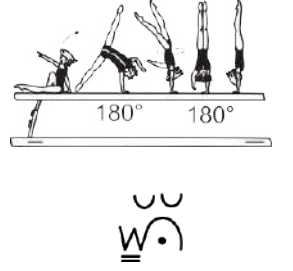
**4.000 – MAINTIENS ET ELEMENTS ACROBATIQUES SANS ENVOL**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.105</b></p> <p>Roulade ar. avec appui des mains sur la poutre – réception sur un ou deux pieds</p> 	<p><b>4.205</b></p>	<p><b>4.305</b></p> <p>Roulade ar. à l'atr s'abaisser à une position touchant la poutre</p> 	<p><b>4.405</b></p>	<p><b>4.505</b></p>	<p><b>4.605</b></p>
<p><b>4.106</b></p>	<p><b>4.206</b></p> <p>Roulé latéral, corps groupé – ou roulé latéral corps tendu ou carpé-écarté sur la nuque aussi avec ½ tour (180°) sur l'épaule</p> 	<p><b>4.306</b></p> <p>Roulé latéral corps tendu, sans appui des mains</p> 	<p><b>4.406</b></p>	<p><b>4.506</b></p>	<p><b>4.606</b></p>
<p><b>4.107</b></p> <p>Renversement latéral sans envol aussi avec appui sur un bras ou renversement latéral avec envol avant ou après l'appui des mains</p> 	<p><b>4.207</b></p> <p>Roulé latéral, corps carpé écarté avec appui des mains, position finale libre</p> 	<p><b>4.307</b></p> <p>Du siège transversal ou écart latéral, roulé latéral tendu jambes écartées – sans appui des mains position finale libre</p> 	<p><b>4.407</b></p>	<p><b>4.507</b></p>	<p><b>4.607</b></p>

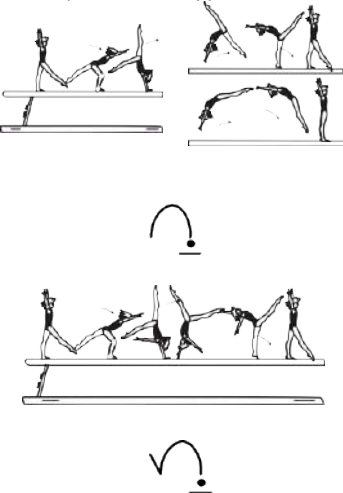
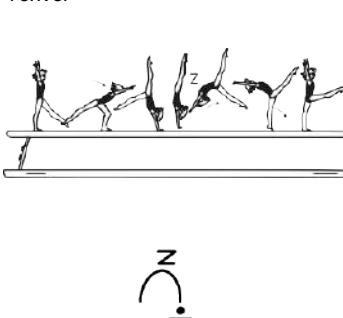
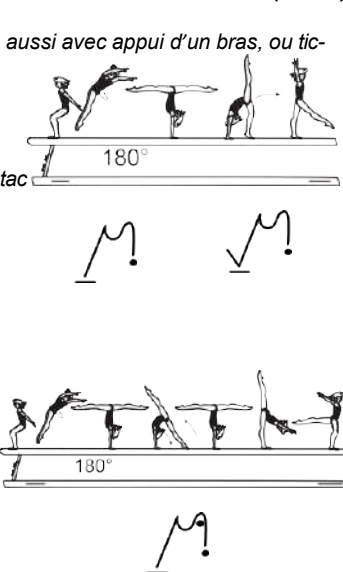
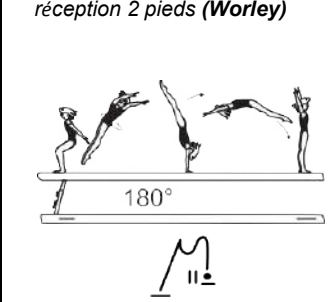
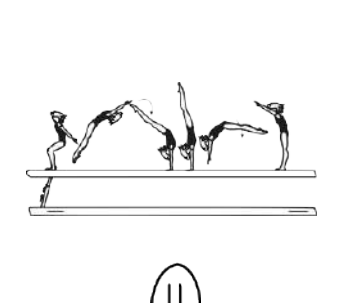
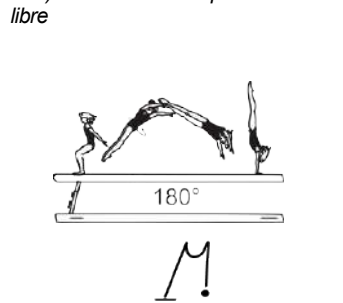
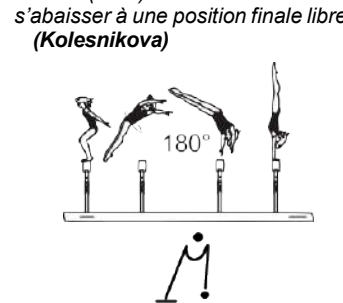
**4.000 – MAINTIENS ET ELEMENTS ACROBATIQUES SANS ENVOL**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.108</b></p> <p><i>Renversement av. sans envol, avec/ sans appui alternatif des mains (Tinsica)</i></p>   <p><i>Renversement av.- ar. sans envol (tic-tac)</i></p>  	<p><b>4.208</b></p> <p><i>Renversement av. sans envol avec appui d'un bras</i></p>  	<p><b>4.308</b></p> <p><i>Élan à l'atr transversal avec ½ tour (180°) et renversement av. sans envol</i></p>  <p>180°</p>  <p><i>Renversement av. sans envol en position latérale à la station latérale</i></p>  	<p><b>4.408</b></p>	<p><b>4.508</b></p>	<p><b>4.608</b></p>

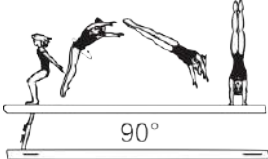

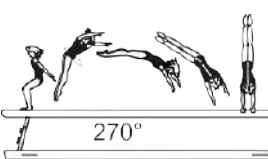

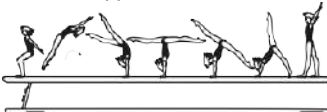

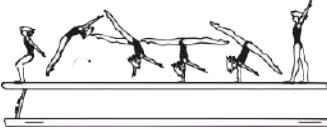

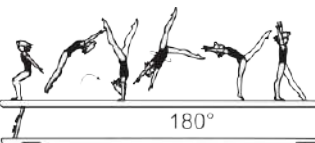

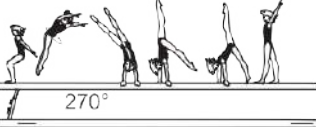

**4.000 – MAINTIENS ET ELEMENTS ACROBATIQUES SANS ENVOL**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>4.109</b></p> <p><i>Renversement ar. sans envol avec/sans appui alternatif des mains aussi avec élan au siège</i></p> 	<p><b>4.209</b></p> <p><i>Renversement ar. sans envol avec appui sur un bras</i></p> 	<p><b>4.309</b></p> <p><i>Renversement ar sans envol avec ½ tour (180°) au renversement av. sans envol</i></p> 	<p><b>4.409</b></p>	<p><b>4.509</b></p>	<p><b>4.609</b></p>
<p><b>4.110</b></p>	<p><b>4.210</b></p> <p><i>Du siège groupé une jambe tendue en av. – renversement ar. sans envol (Valdez)</i></p> 	<p><b>4.310</b></p> <p><i>Valdez avec 1/1 tour (180°) s'abaisser à une position touchant la poutre</i></p> 	<p><b>4.410</b></p>	<p><b>4.510</b></p>	<p><b>4.610</b></p>

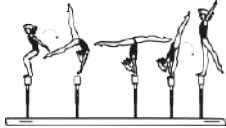



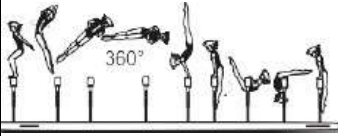



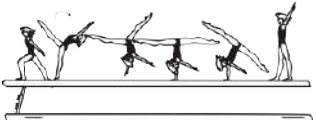

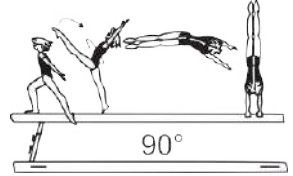

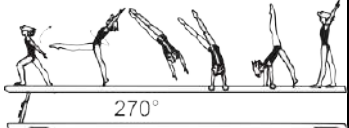

**5.000 — ELEMENTS ACROBATIQUES AVEC ENVOL**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>5.101</b></p>	<p><b>5.201</b></p> <p><i>Renversement av. avec envol, réception sur 1ou 2 jambes (même élément) aussi avec appui d'un bras</i></p> 	<p><b>5.301</b></p> <p><i>Renversement av. avec envol et changement de jambe pendant l'envol</i></p> 	<p><b>5.401</b></p> <p><i>Saut en ar. (appel pour flic-flac) avec ½ vrille (180°) en passant par l'atr et renversement av. sans envol (Onodi) aussi avec appui d'un bras, ou tic-tac</i></p> 	<p><b>5.501</b></p> <p><i>Saut en ar. (appel pour flic-flac) avec ½ vrille (180°) et renversement av. avec envol réception 2 pieds (Worley)</i></p> 	<p><b>5.601</b></p>
<p><b>5.102</b></p>	<p><b>5.202</b></p> <p><i>Flic-flac réception 2 pieds</i></p> 	<p><b>5.302</b></p> <p><i>Flic-flac avec ½ vrille (180°) à l'atr (2 sec.) s'abaisser à une position finale libre</i></p> 	<p><b>5.402</b></p> <p><i>De la position latérale flic-flac avec ½ vrille (180°) à l'atr latéral s'abaisser à une position finale libre (Kolesnikova)</i></p> 	<p><b>5.502</b></p>	<p><b>5.602</b></p>

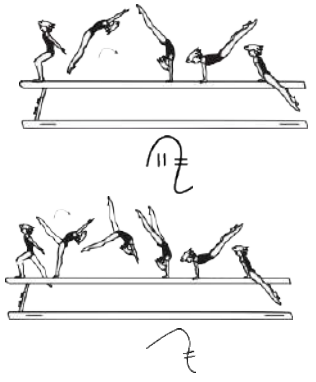
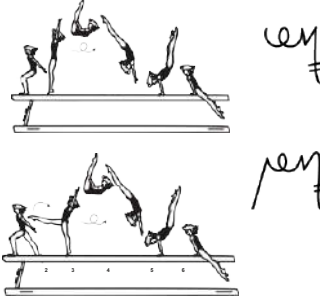
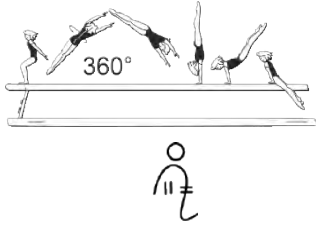
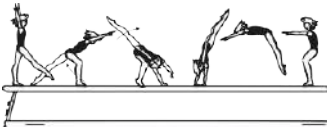

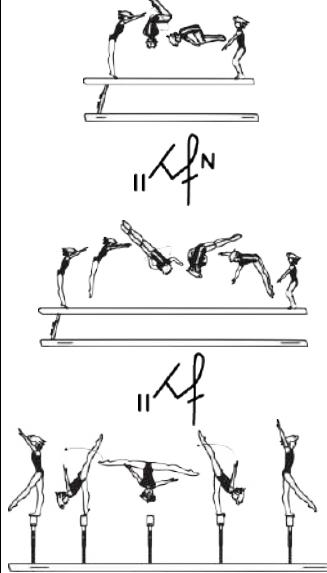
5.000 — ELEMENTS ACROBATIQUES AVEC ENVOL

A	B	C	D	E	F/G
5.103	5.203	<p>5.303</p> <p><i>Flic-flac avec ¼ vrille (90°) à l'atr (2 sec.) - s'abaisser à une position finale libre</i></p>  	<p>5.403</p> <p><i>Flic-flac avec ¾ vrille (270°) à l'atr latéral (2 sec.) - s'abaisser à une position finale libre (Omelianchik)</i></p>  	5.503	5.603
5.104	<p>5.204</p> <p><i>Flic-flac avec jambes décalées - aussi avec appui d'un bras</i></p>    	<p>5.304</p> <p><i>Flic-flac avec ½ vrille (180°) après l'appui des mains</i></p>  	<p>5.404</p> <p><i>Flic-flac avec ¾ de vrille (270°) minimum, avant l'appui des mains (Kochetkova)</i></p>  	5.504	5.604

5.000 — ELEMENTS ACROBATIQUES AVEC ENVOL






A	B	C	D	E	F/G
5.105	5.205	5.305	<p>5.405</p> <p><i>Flic-flac jambes décalées de la position latérale (Tousek)</i></p>   <p><i>Flic-flac de la position latérale à l'appui facial ou avec tour d'appui facial en ar.</i></p>  	<p>5.505</p> <p><i>Flic-flac de la position latérale avec 1/1 vrille (360°) et tour d'appui facial en ar. (Teza)</i></p>  	5.605
5.106	<p>5.206</p> <p><i>Flic-flac Auerbach, aussi avec appui d'un bras</i></p>    	<p>5.306</p> <p><i>Flic-flac Auerbach avec 1/4 de vrille (90°) à l'atr (2 sec.) s'abaisser à une position finale libre (Kitti)</i></p>  	<p>5.406</p> <p><i>Flic-flac Auerbach avec 3/4 de vrille minimum (270°) avant l'appui des mains (Khorkina)</i></p>  	5.506	5.605

5.000 — ELEMENTS ACROBATIQUES AVEC ENVOL


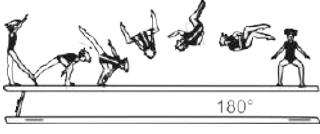
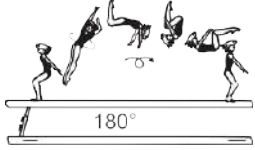




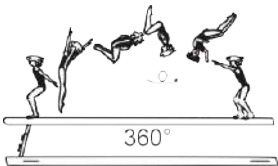

A	B	C	D	E	F/G
<p>5.107</p>	<p>5.207</p> <p>Flic flac ou Flic flac Auerbach avec grande phase d'envol et s'abaisser au siège à cheval</p> 	<p>5.307</p> <p>Flic flac ou Flic flac Auerbach en carpant et tendant le corps pendant l'envol s'abaisser au siège à cheval (Rueda)</p> 	<p>5.407</p> <p>Flic-flac avec 1/1 vrille (360°) – s'abaisser au siège à cheval (Rulfova)</p> 	<p>5.507</p>	<p>5.607</p>
<p>5.108</p>	<p>5.208</p> <p>Rondade</p> 	<p>5.308</p>	<p>5.408</p> <p>Renversement latéral libre – réception sur 1 ou 2 pieds en position transversale ou latérale aussi avec changement de jambe</p> 	<p>5.508</p> <p>Rondade libre corps groupé ou carpé – appel 2 pieds</p>  <p>Renversement latéral libre en latéral</p>	<p>5.609</p>



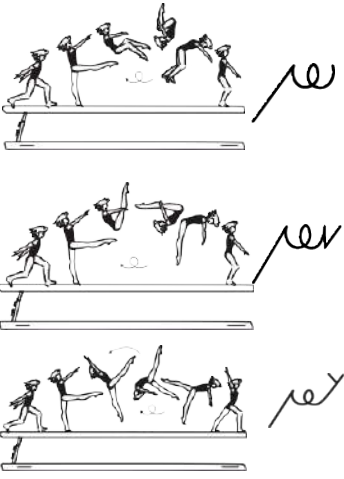
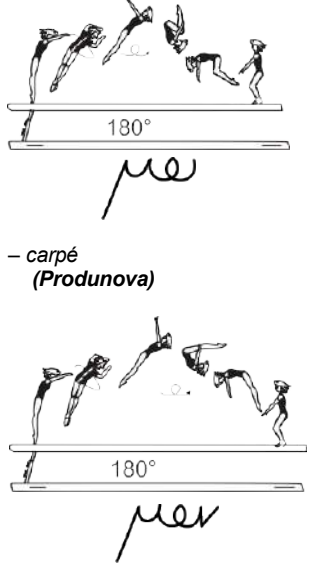
5.000 — ELEMENTS ACROBATIQUES AVEC ENVOL

A	B	C	D	E	F/G
5.109	5.209	5.309	<p data-bbox="1144 156 1469 204">Renversement av. libre, réception sur 1 ou 2 pieds</p>  <p data-bbox="1279 395 1352 475">f</p>  <p data-bbox="1279 683 1368 762">f<sub>II</sub></p>	5.509	5.609
5.110	5.210	<p data-bbox="788 810 1113 890">Salto av. groupé, appel 1 pied, à la station sur 1 ou 2 pieds (Liukin)</p>  <p data-bbox="900 1134 996 1182">vo</p>	<p data-bbox="1144 810 1406 858">Salto av. groupé à la station transversale</p>  <p data-bbox="1240 1161 1346 1209">vo</p>	<p data-bbox="1500 810 1749 858">Salto av. carpé à la station transversale</p>  <p data-bbox="1608 1161 1704 1209">vo</p>	5.610



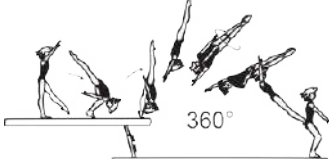

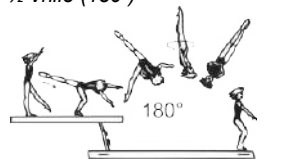







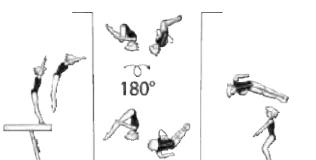



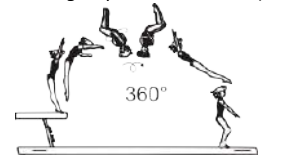

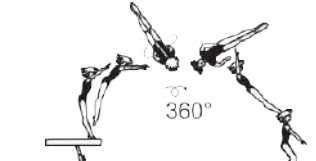

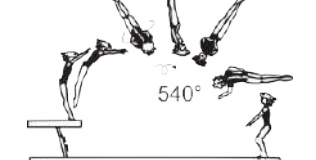

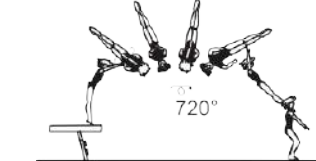



5.000 — ELEMENTS ACROBATIQUES AVEC ENVOL

A	B	C	D	E	F/G
5.111	5.211	5.311	<p>5.411</p> <p>Salto latéral groupé avec appel d'1 pied à la station latérale</p>  <p>Σu</p>	<p>5.511</p> <p>Salto latéral groupé avec ½ tour (180°) appel d'un pied à la station latérale (Schaefer)</p>  <p>Σu</p>	<p>5.611</p> <p>Twist groupé (appel en ar. avec ½ vrille (180°) – salto av.)</p>  <p>   Σu</p>
5.112	5.212	<p>5.312</p> <p>Salto ar. groupé, carpé ou tendu décalé</p>  <p>ω</p>  <p>ωv</p>  <p>ωy</p>	5.412	<p>5.512</p> <p>Salto ar. tendu – jambes serrées</p>  <p>ω  </p>	<p>5.612</p> <p>Salto ar. groupé avec 1/1 vrille (360°) (Shishova)</p>  <p>360°</p> <p>εu</p> <hr/> <p>5.712</p> <p>Salto ar. tendu avec 1/1 vrille (360°) (Shishova)</p>  <p>360°</p> <p>ε/</p>

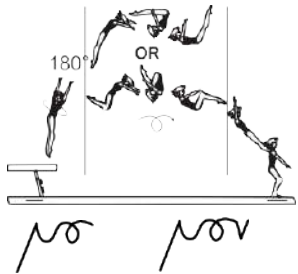
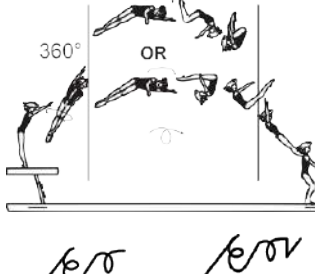
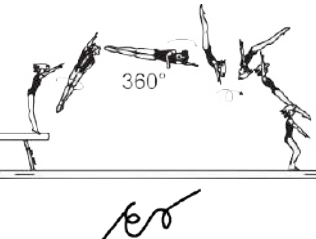
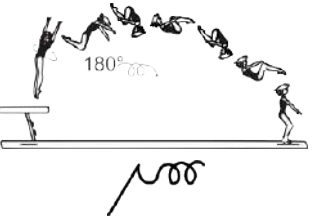
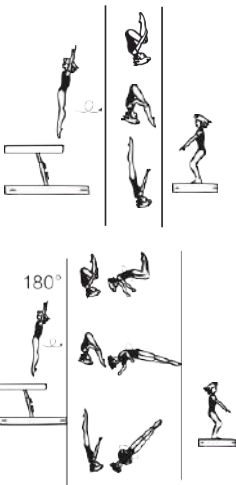
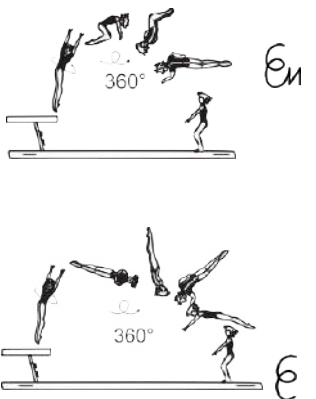
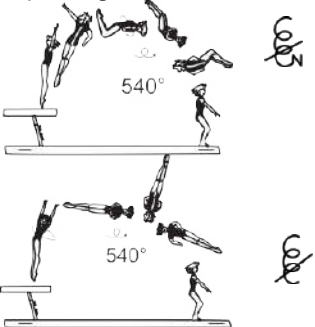
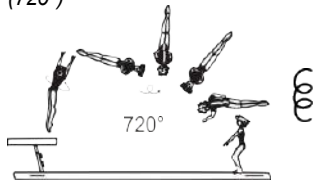
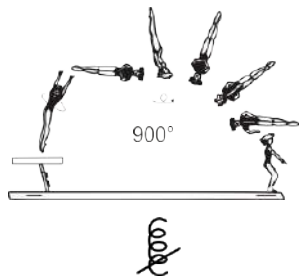
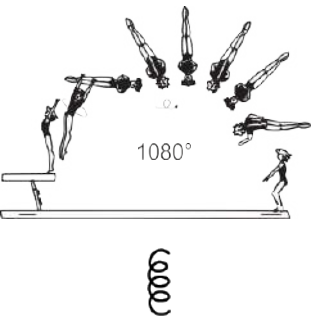
5.000 — ELEMENTS ACROBATIQUES AVEC ENVOL

A	B	C	D	E	F/G
5.113	5.213	<p data-bbox="786 161 1117 209">Salto Auerbach groupé, carpé ou tendu décalé</p> 	5.413	5.513	<p data-bbox="1839 161 2170 209">Saut en av. avec ½ ville (180°) – salto ar. groupé</p>  <p data-bbox="1839 464 1995 512">– carpé (Produnova)</p>



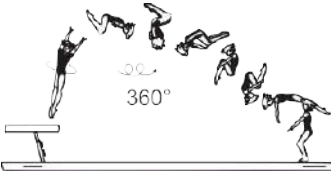
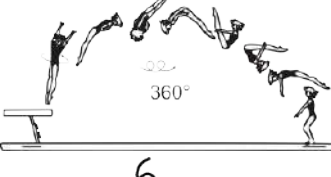
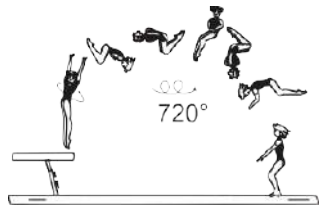
**6.000 — SORTIES**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.101</b></p> <p><i>Renversement av. libre avec ½ vrille (180°)</i></p>  <p>180°</p> 	<p><b>6.201</b></p> <p><i>Renversement av. libre avec 1/1 vrille (360°)</i></p>  <p>360°</p>  <p><i>Renversement latéral libre avec ½ vrille (180°)</i></p>  <p>180°</p> 	<p><b>6.301</b></p> <p><i>Renversement av. libre avec 1½ vrille (540°)</i></p>  <p>540°</p> 	<p><b>6.401</b></p>	<p><b>6.501</b></p> <p><i>Renversement latéral libre et salto ar. groupé (Kim)</i></p>  	<p><b>6.601</b></p>
<p><b>6.102</b></p> <p><i>Salto av. groupé ou carpé - aussi avec ½ vrille (180°)</i></p>    <p>180°</p> 	<p><b>6.202</b></p> <p><i>Salto av. tendu – aussi avec ½ vrille (180°)</i></p>  <p>180°</p>  <p><i>Salto av. groupé avec 1/1 vrille (360°)</i></p>  <p>360°</p> 	<p><b>6.302</b></p> <p><i>Salto av. tendu avec 1/1 vrille (360°) ou 1½ vrille (540°)</i></p>  <p>360°</p>   <p>540°</p> 	<p><b>6.402</b></p> <p><i>Salto av. tendu avec 2/1 vrilles (720°) (Araujo)</i></p>  <p>720°</p> 	<p><b>6.502</b></p>	<p><b>6.602</b></p> <p><i>Double salto av. groupé</i></p>  <p>00°</p> 

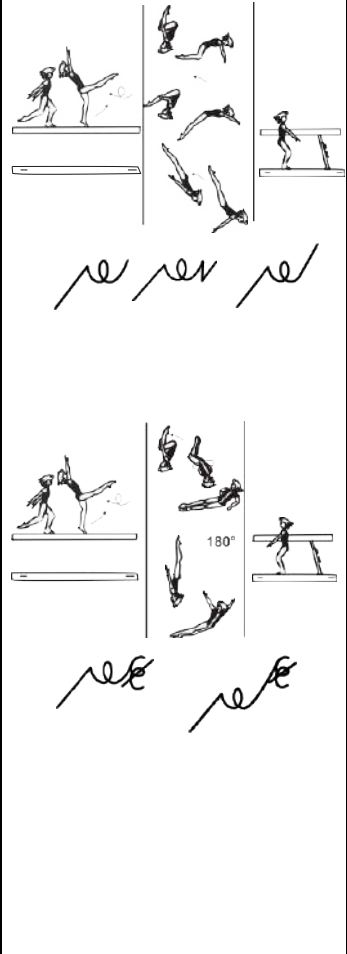
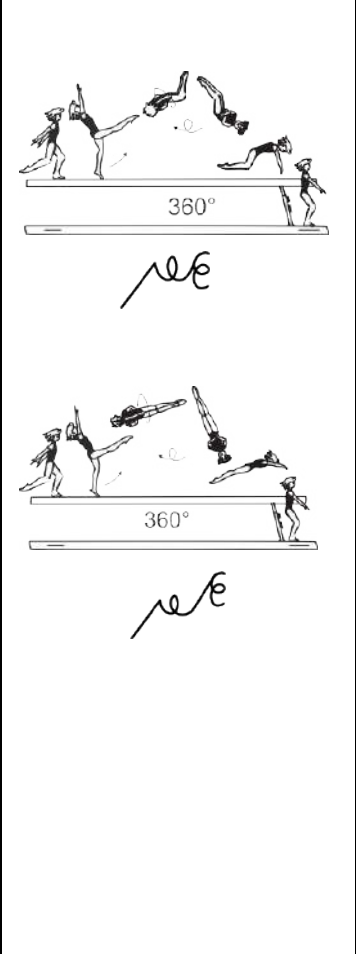
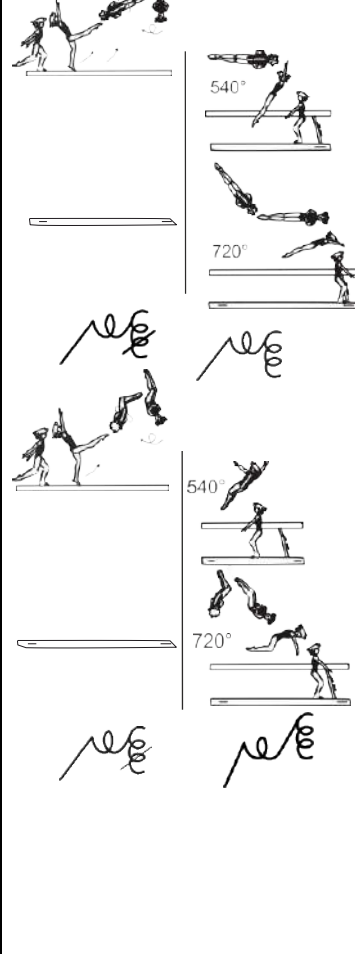
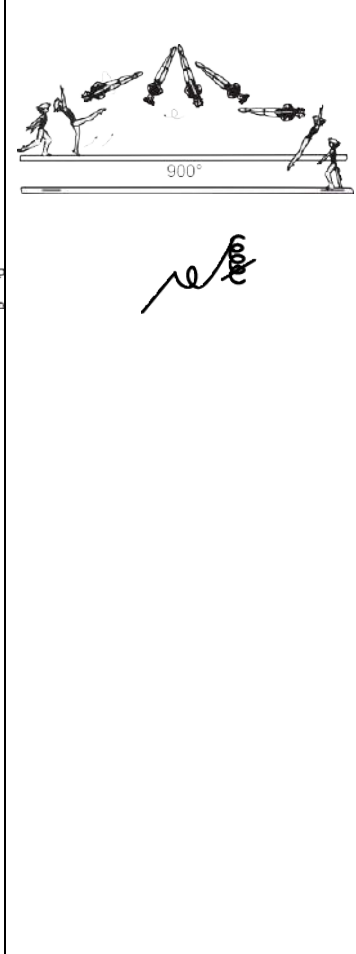
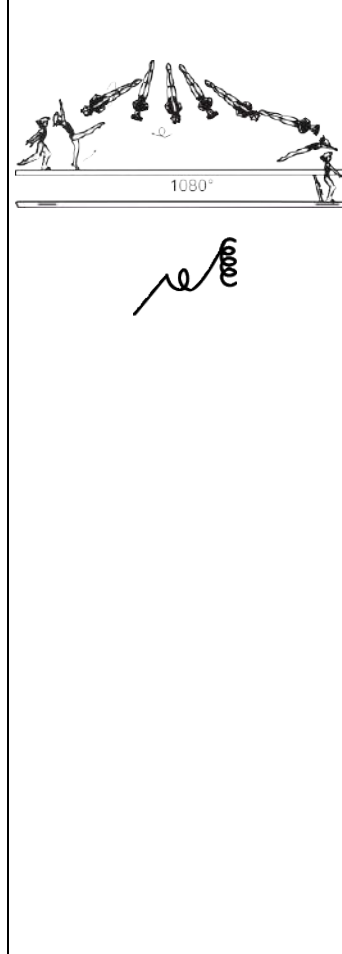
6.000 — SORTIES

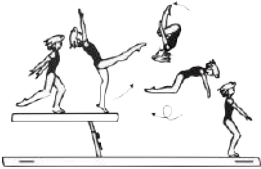
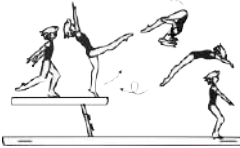
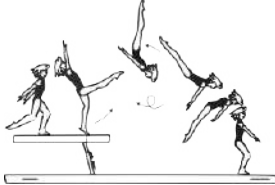
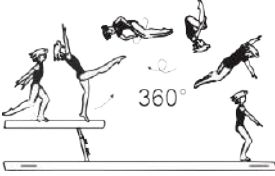
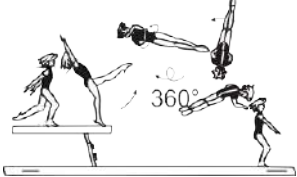
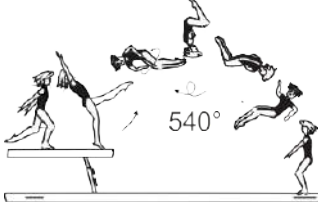
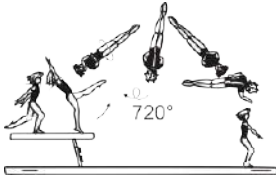
A	B	C	D	E	F/G
<p>6.103</p>	<p>6.203</p> <p>Saut en ar. avec ½ vrille (180°), salto av. groupé ou carpé (Twist)</p> 	<p>6.303</p> <p>Saut en av. corps tendu avec 1/1 vrille (360°) et salto av. groupé ou carpé</p> 	<p>6.403</p> <p>Saut en av. corps tendu avec 1/1 vrille (360°) et salto av. tendu carpé</p> 	<p>6.503</p>	<p>6.603</p> <p>6.703</p> <p>Twist double salto av. groupé (Patterson)</p> 
<p>6.104</p> <p>Salto ar. groupé, carpé ou tendu - aussi avec ½ vrille (180°)</p> 	<p>6.204</p> <p>Salto ar. groupé ou tendu avec 1/1 vrille (360°)</p> 	<p>6.304</p> <p>Salto ar. groupé ou tendu avec 1½ vrille (540°) (Domingues)</p>  <p>Salto ar. tendu avec 2/1 vrilles (720°)</p> 	<p>6.404</p> <p>Salto ar. tendu avec 2½ vrilles (900°)</p> 	<p>6.504</p>	<p>6.604</p> <p>Salto ar. tendu avec 3/1 vrilles (1080°)</p> 

6.000 — SORTIES

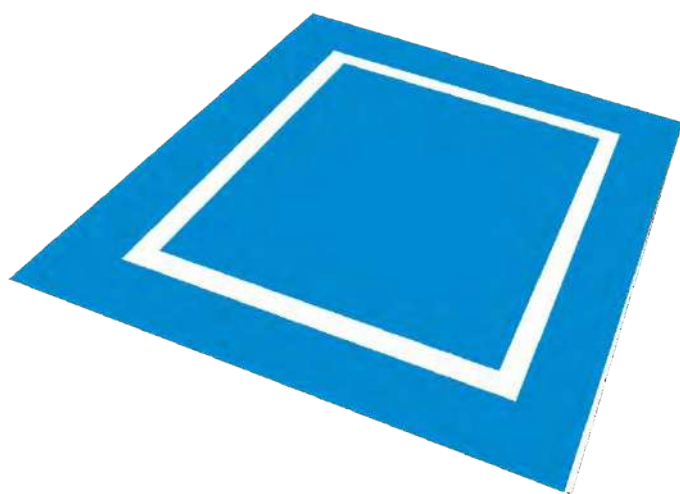
A	B	C	D	E	F/G
6.105	6.205	6.305	6.405	6.505	6.605
			<p><i>Double salto ar. groupé</i></p>  <p style="text-align: center;">ll</p>	<p><i>Double salto ar. carpé</i></p>  <p style="text-align: center;">llv</p>	
					<p><b>6.705</b></p> <p><i>Double salto ar. groupé ou carpé avec 1/1 vrille (360°)</i></p>  <p style="text-align: center;">Ee</p>  <p style="text-align: center;">Eev</p>
					<p><b>6.805</b></p> <p><i>Double salto ar. groupé avec 2/1 vrilles (720°) (Biles)</i></p>  <p style="text-align: center;">Ee</p>

6.000 — SORTIES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>6.106</b></p> <p>Salto Auerbach groupé, carpé ou tendu sur le côté de la poutre, aussi avec ½ vrille (180°) (groupé ou tendu)</p> 	<p><b>6.206</b></p> <p>Salto Auerbach groupé ou tendu avec 1/1 vrille (360°) sur le côté de la poutre</p> 	<p><b>6.306</b></p> <p>Salto Auerbach groupé ou tendu avec 1½ vrille (540°) sur le côté de la poutre (<b>Bohmerova</b>) ou 2/1 vrilles (720°) sur le côté de la poutre</p> 	<p><b>6.406</b></p> <p>Salto Auerbach tendu avec 2½ vrilles (900°) sur le côté de la poutre (<b>Khorkina</b>)</p> 	<p><b>6.506</b></p>	<p><b>6.606</b></p> <p>Salto Auerbach tendu avec 3/1 vrilles (1080°) sur le côté de la poutre</p> 

A	B	C	D	E	F/G
6.107	<p data-bbox="388 240 695 289">6.207 Salto Auerbach groupé ou carpé au bout de la poutre</p>  	<p data-bbox="724 240 1031 289">6.307 Salto Auerbach tendu jambes serées au bout de la poutre</p>  <p data-bbox="724 734 1031 808">Salto Auerbach groupé avec 1/1 vrille (360°) au bout de la poutre (Kim)</p> 	<p data-bbox="1060 240 1367 337">6.407 Salto Auerbach tendu avec 1/1 vrille (360°) au bout de la poutre (Steingruber)</p>  <p data-bbox="1060 760 1367 831">Salto Auerbach groupé avec 1½ vrille (540°) au bout de la poutre (Olafsdottir)</p> 	<p data-bbox="1407 240 1713 337">6.507 Salto Auerbach tendu avec 2/1 vrilles (720°) au bout de la poutre (Jurkowska-Kowalska)</p> 	6.607











# SECTION 17

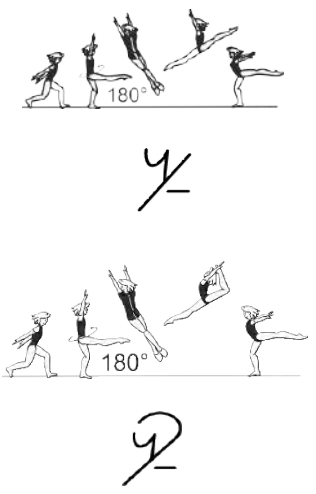

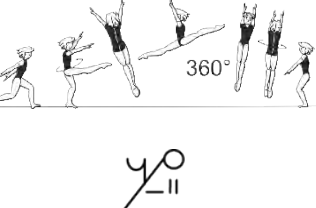
## SOL

### ELEMENTS


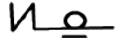




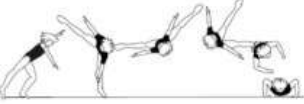

# 1.000 – SAUTS GYMNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p data-bbox="91 124 400 148">1.101</p> <p data-bbox="91 153 400 177">Saut grand jeté (écart de jambes 180°)</p>  	<p data-bbox="432 124 741 148">1.201</p> <p data-bbox="432 153 741 177">Saut grand jeté avec ½ tour (180°)</p>  	<p data-bbox="786 124 1095 148">1.301</p> <p data-bbox="786 153 1095 177">Saut grand jeté avec 1/1 tour (360°)</p>  	<p data-bbox="1144 124 1476 148">1.401</p>	<p data-bbox="1503 124 1834 148">1.501</p>	<p data-bbox="1843 124 2175 148">1.601</p>

# 1.000 – SAUTS GYMNIQUES

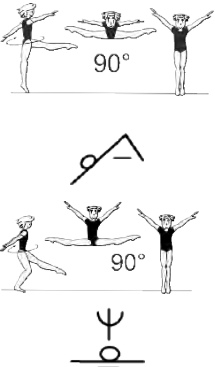
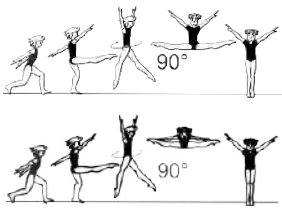


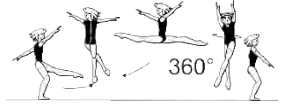
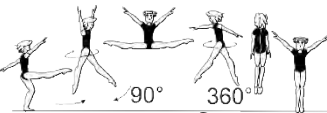




A	B	C	D	E	F/G
1.102	<p>1.202 (*)</p> <p>Saut fouetté avec changement de jambe au grand-écart transversal (écart des jambes 180°) - aussi en position pied tête (tour jeté)</p> 	<p>1.302 (*)</p> <p>Tour jeté avec ½ tour (180°) supplémentaire, réception sur un ou deux pieds ou en grand écart au sol (<b>Produnova</b>)</p>  <p>Saut grand jeté avec technique du tour jeté et ¼ de tour (270°) à la position carpée écartée avec ¼ tour (90°) supplémentaire, réception 1 ou 2 pieds (<b>Csillag</b>)</p>	<p>1.402</p> <p>Tour jeté avec 1/1 tour (360°) supplémentaire, réception sur un ou deux pieds (<b>Gogean</b>)</p> 	1.502	1.602
<p>*Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p>					

# 1.000 – SAUTS GYMNIQUES

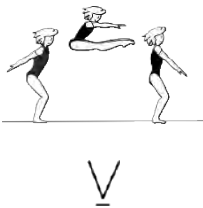

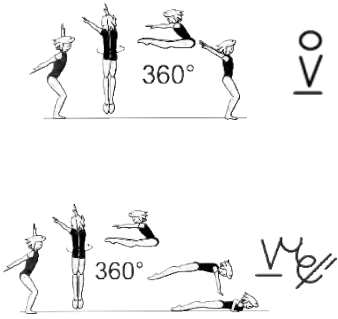

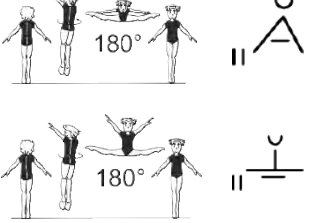
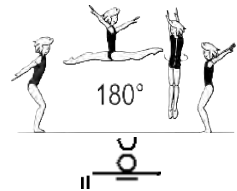
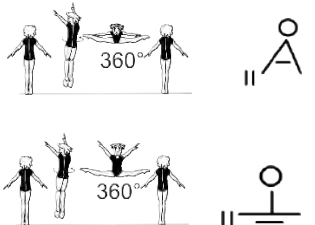
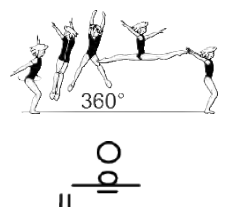
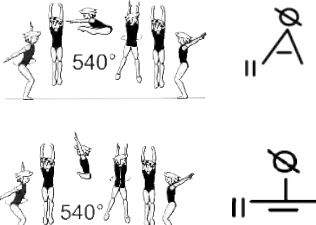
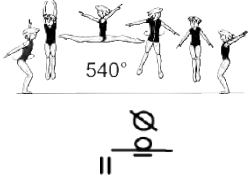
A	B	C	D	E	F/G
<p>1.103</p> <p>Saut groupé (appel 2 pieds) en écartant les jambes au grand-écart transversal (180°) pendant l'envol</p>  	<p>1.203 (*)</p> <p>Butterfly av. buste parallèle au sol, légèrement cambré, jambes écartées et pieds au-dessus de la hauteur des hanches pendant l'envol</p>   <p>Butterfly ar. buste parallèle au sol, légèrement cambré, jambes écartées et pieds à ou légèrement au-dessous de la hauteur des hanches pendant l'envol</p>   <p>Butterfly ar. buste parallèle au sol, légèrement cambré, jambes écartées et pieds à ou légèrement au-dessous de la hauteur des hanches pendant l'envol, réception à l'appui couché facial</p>  	<p>1.303</p>	<p>1.403</p>	<p>1.503</p>	<p>1.603</p>

\*Les éléments dans la même case avec un astérisque (\*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique

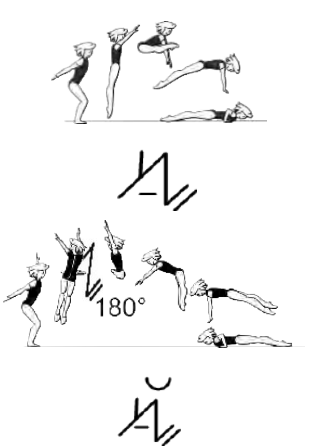
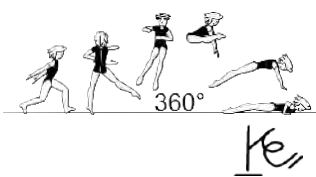
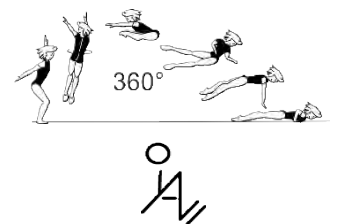
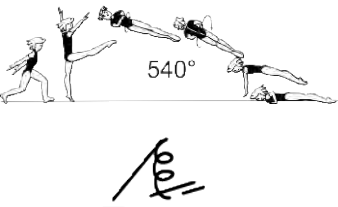
# 1.000 – SAUTS GYMNNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.104 (*)</b></p> <p>Saut grand jeté avec ¼ tour (90°) à la position carpé-écarté (deux jambes au-dessus de l'horizontale) ou écart latéral, réception sur un ou deux pieds.</p>  <p>90°</p> <p>90°</p> <p>90°</p>	<p><b>1.204</b></p> <p>Saut grand jeté changement de jambe avec ¼ de tour (90°) au grand-écart latéral ou à la position carpé-écarté (deux jambes au-dessus de l'horizontale) (<b>Johnson</b>)</p>  <p>90°</p> <p>90°</p> <p>ZA</p>	<p><b>1.304 (*)</b></p> <p>Saut grand jeté changement de jambe avec ½ tour (180°) pendant l'envol (<b>Frolova</b>)</p>  <p>180°</p> <p>Σ</p> <p>Saut Johnson avec ½ tour supplémentaire (180°)</p>  <p>180°</p> <p>ZΔ</p>	<p><b>1.404 (*)</b></p> <p>Saut grand jeté changement de jambe avec 1/1 tour (360°) pendant l'envol</p>  <p>360°</p> <p>Σ</p> <p>Saut Johnson avec 1/1 tour supplémentaire (360°) (<b>Bulimar</b>)</p>  <p>90° 360°</p> <p>ZΔ</p>	<p><b>1.504</b></p>	<p><b>1.604</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>*Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p> </div>
<p><b>1.105 (*)</b></p> <p>Saut grand jeté changement de jambe à la position saut cosaque</p>  <p>W</p>	<p><b>1.205</b></p> <p>Saut grand jeté changement de jambe (élan jambe libre à 45°) au grand écart transversal (angle d'écart 180° après le changement)</p>  <p>Z</p>	<p><b>1.305</b></p> <p>Saut grand jeté changement de jambe à la position pied tête (écart de jambes 180°)</p>  <p>Σ</p>	<p><b>1.405</b></p> <p>Saut grand jeté changement de jambe à la position pied tête avec ½ tour. (<b>Sankova</b>)</p>  <p>180°</p> <p>Σ</p>	<p><b>1.505</b></p>	<p><b>1.605</b></p>











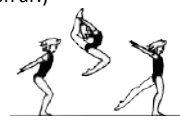


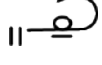

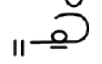

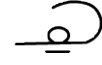
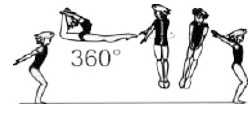
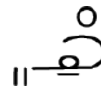


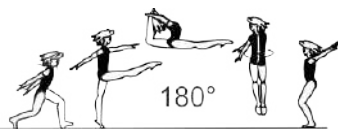

# 1.000 – SAUTS GYMNINIQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.106</b></p> <p>Saut carapé (angle des hanches &lt; 90°)</p> 	<p><b>1.206</b></p> <p>Saut cambré (appel deux pieds) avec le haut du dos et tête en extension avec les pieds touchant presque la tête (saut de mouton)</p> 	<p><b>1.306 (*)</b></p> <p>Saut carapé (angle des hanches &lt; 90°) avec 1/1 tour (360°) aussi réception en appui couché facial (<i>Moerz</i>)</p> 	<p><b>1.406 (*)</b></p>	<p><b>1.506</b></p>	<p><b>1.606</b></p>
<p><b>1.107 (*)</b></p> <p>Saut (appel 2 pieds) carapé-écarté (deux jambes au-dessus de l'horizontale) ou saut écart latéral (écart de jambes 180°)</p> 	<p><b>1.207 (*)</b></p> <p>Saut (appel 2 pieds) carapé-écarté ou saut écart latéral avec 1/2 tour (180°)</p>  <p>Saut écart (appel 2 pieds) avec 1/2 tour</p> 	<p><b>1.307 (*)</b></p> <p>Saut (appel 2 pieds) carapé-écarté ou saut écart latéral avec 1/1 tour (360°) (<i>Popa</i>)</p>  <p>Saut écart (appel 2 pieds) avec 1/1 tour (360°)</p> 	<p><b>1.407 (*)</b></p> <p>Saut (appel 2 pieds) carapé-écarté ou saut écart latéral avec 1 1/2 tour (540°)</p>  <p>Saut écart (appel 2 pieds) avec 1 1/2 tour (540°)</p> 	<p><b>1.507</b></p>	<p><b>1.607</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 20px;"> <p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p> </div>

# 1.000 – SAUTS GYMNNIQUES

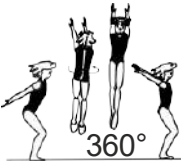

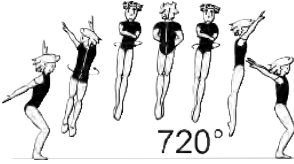







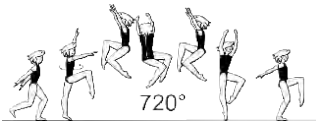

A	B	C	D	E	F/G
1.108 (*)	1.208 (*)	1.308	1.408	1.508	1.608
<p>Saut (appel 2 pieds) carpé-écarté (deux jambes au-dessus de l'horizontale) ou saut écarté latéral, réception en appui couché facial aussi avec ½ tour (180°)</p>  <p>Saut (appel 1 pied) avec 1/1 tour (360°) à la position écartée et réception à l'appui couché facial</p> 	<p>Saut (appel 2 pieds) carpé-écarté (deux jambes au-dessus de l'horizontale) ou saut écart latéral, avec 1/1tour (360°) réception en appui couché facial</p>  <p>Saut (appel 1 pied) avec 1½ tour (540°) à l'horizontale, réception à l'appui couché facial</p> 				

# 1.000 – SAUTS GYMNNIQUES

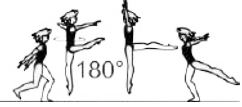











A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.109 (*)</b></p> <p>Saut écart (appel 2 pieds) (écart de jambes 180°)</p>   <p>Saut de biche (appel 2 pieds)</p>   <p>Saut de biche (appel 2 pieds) avec ½ tour (180°)</p>   <p>Sissonne (écart de jambes 180° en diagonal /45° du sol impulsion 2 pieds, réception 1 pied)</p>  	<p><b>1.209 (*)</b></p> <p>Sissonne pied tête (appel 2 pieds) (pied ar. à hauteur de la tête, corps cambré, tête en extension ar. écart de jambes 180°), réception 1 pied</p>   <p>Saut de biche pied tête (appel deux pieds) les deux jambes fléchies (pied ar. à hauteur de tête, corps et tête en extension ar.)</p>   <p>Saut écart pied tête (appel 2 pieds) (écart de jambes 180°) réception 2 pieds</p>   <p>Saut écart pied tête (appel 2 pieds) avec ½ tour (180°) réception 2 pieds</p>  	<p><b>1.309 (*)</b></p> <p>Saut grand jeté pied tête (écart jambes 180°)</p>   <p>Saut écart pied tête avec 1/1 tour (360°) (<i>Jurkowska-Kowalska</i>)</p>  	<p><b>1.409 (*)</b></p> <p>Tour jeté au saut pied tête avec ½ tour (180°) supplémentaire (<i>Ferrari</i>)</p>   <p>Saut grand jeté pied tête avec ½ tour (180°) (<i>Ting</i>)</p>  	<p><b>1.509</b></p>	<p><b>1.609</b></p>








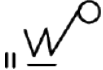

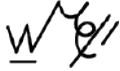



# 1.000 – SAUTS GYMNNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.110</b></p> <p>Saut vertical (appel 1 ou 2 pieds) avec 1/1 tour (360°)</p>  	<p><b>1.210</b></p>	<p><b>1.310</b></p> <p>Saut vertical (appel 1 ou 2 pieds) avec 2/1 tours (720°)</p>  	<p><b>1.410</b></p>	<p><b>1.510</b></p>	<p><b>1.610</b></p>
<p><b>1.111 (*)</b></p> <p>Saut avec changement alternatif des jambes (genoux au-dessus de l'horizontale) (Saut de chat)</p>   <p>Saut ciseaux avant (jambes au-dessus de l'horizontal)</p>  	<p><b>1.211</b></p> <p>Saut de chat avec 1/1 tour (360°)</p>  	<p><b>1.311</b></p> <p>Saut de chat avec 2/1 tours (720°)</p>  	<p><b>1.411</b></p>	<p><b>1.511</b></p>	<p><b>1.611</b></p>



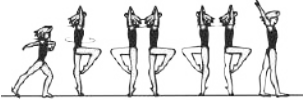









# 1.000 – SAUTS GYMNNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.112 (*)</b></p> <p>Saut (appel 1 pied) avec ½ (180°) tour réception en arabesque avec jambe libre au - dessus de l'horizontal (Saut fouetté)</p>  <p>180°</p>  <p>Saut (appel 1 pied) avec ½ tour (180°) en écartant la jambe libre à l'horizontale pendant tout le tour</p>  <p>180°</p> 	<p><b>1.212</b></p> <p>Saut (appel 1 pied) avec 1/1 tour (360°) en écartant la jambe libre à l'horizontale pendant tout le tour</p>  <p>360°</p> 				
<p><b>1.113</b></p>	<p><b>1.213</b></p> <p>Saut groupé (appel 1 ou 2 pieds) avec 1/1 tour (360°)</p>  <p>360°</p> 	<p><b>1.313 (*)</b></p> <p>Saut groupé (appel 1 ou 2 pieds) avec 2/1 tours (720°) aussi avec réception à l'appui couché facial</p>  <p>720°</p>   <p>720°</p> 	<p><b>1.413</b></p> <div data-bbox="1209 885 1657 1029" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p> </div>	<p><b>1.513</b></p>	<p><b>1.613</b></p>















# 1.000 – SAUTS GYMNINIQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>1.114</b></p> <p>Saut (appel 1 ou 2 pieds) une jambe fléchie – l'autre tendue en avant au-dessus de l'horizontale, avec les genoux serrés (saut cosaque appel 1 ou 2 pieds)</p>   	<p><b>1.214 (*)</b></p> <p>Saut cosaque (appel 1 ou 2 pieds) avec 1/1 tour (360°)</p>    <p>Saut cosaque (appel 1 ou 2 pieds) avec 1/1 tour (360°) – réception à l'appui couché facial</p>  	<p><b>1.314</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p> </div>	<p><b>1.414</b></p>	<p><b>1.514</b></p> <p>Saut cosaque (appel 1 ou 2 pieds) avec 2/1 tours (720°)</p>   	<p><b>1.614</b></p>










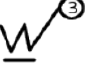


## 2.000 – PIRouETTES GYMNiQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.101</p> <p>Pirouette 1/1 tour (360°) sur une jambe – jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale</p>  <p>360°</p> 	<p>2.201</p> <p>Pirouette 2/1 tours (720°) sur une jambe – jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale</p>  <p>720°</p> 	<p>2.301</p> <p>Pirouette 3/1 tours (1080°) sur une jambe – jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale</p>  <p>1080°</p> 	<p>2.401</p>	<p>2.501</p> <p>Pirouette 4/1 tours (1440°) sur une jambe – jambe libre à volonté au-dessous de l'horizontale <b>(Gomez)</b></p>  <p>x4 1440°</p> 	<p>2.601</p>
<p>2.102</p>	<p>2.202</p> <p>Pirouette 1/1 tour (360°) avec le talon de la jambe libre tendue en av. maintenu à l'horizontale pendant tout le tour, (jambe appui peut être tendue ou fléchies)</p>  <p>360°</p> 	<p>2.302</p>	<p>2.402</p> <p>Pirouette 2/1 tours (720°) avec le talon de la jambe libre tendue en av. maintenu à l'horizontale pendant tout le tour (jambe d'appui et peut être tendue ou fléchie)</p>  <p>720°</p> 	<p>2.502</p>	<p>2.602</p>

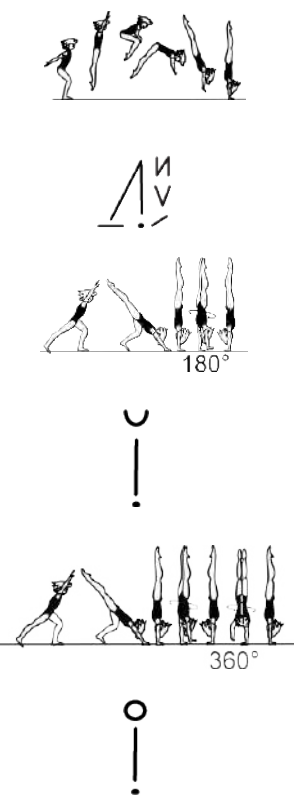
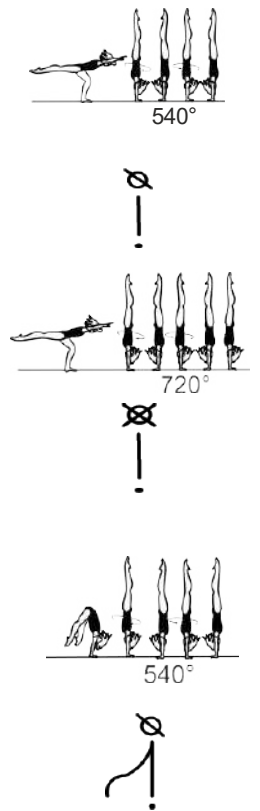
## 2.000 – PIRouETTES GYMNiQUES

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.103</p>	<p>2.203</p> <p>Pirouette 1/1 tour (360°) avec la jambe libre tenue en haut, écartée à 180°, pendant tout le tour</p>  <p>360°</p> 	<p>2.303</p>	<p>2.403</p> <p>Pirouette 2/1 tours (720°) avec la jambe libre tenue en haut, écartée à 180°, pendant tout le tour <b>(Memmel)</b></p>  <p>720°</p> 	<p>2.503</p> <p>Pirouette 3/1 tours (1080°) avec la jambe libre tenue en haut, écartée à 180° pendant tout le tour <b>(Mustafina)</b></p>  <p>1080°</p> 	<p>2.603</p>
<p>2.104</p>	<p>2.204</p> <p>Pirouette 1/1 tour (360°) jambe ar. en attitude (cuisse de la jambe libre à l'horizontale pendant tout le tour)</p>  <p>360°</p> 	<p>2.304</p>	<p>2.404 (*)</p> <p>Pirouette 2/1 tours (360°) jambe ar. en attitude (cuisse de la jambe libre à l'horizontale pendant tout le tour) <b>(Semenova)</b></p>  <p>360°</p>  <p>Pirouette 2/1 tours (720°) avec la jambe libre tenue avec les deux mains en ar./en haut pendant tout le tour <b>(Berar)</b></p>  <p>720°</p> 	<p>2.504</p> <div data-bbox="1615 534 2063 694" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Les éléments dans la même case avec un astérisque (*) ne sont comptés qu'une fois dans l'ordre chronologique</p> </div>	<p>2.604</p>
<p>2.105</p>	<p>2.205</p> <p>Pirouette 1/1 tour (360°) en arabesque avec jambe ar. libre au-dessus de l'horizontale pendant tout le tour</p>  <p>360°</p> 	<p>2.305</p>	<p>2.405</p>	<p>2.505</p>	<p>2.605</p>

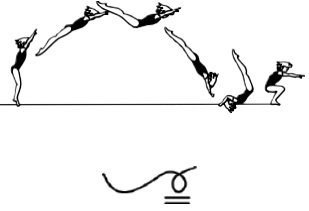
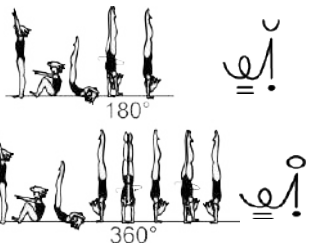
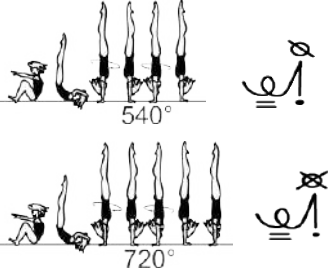
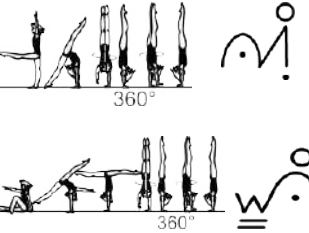
2.000 – PIRQUETTES GYMNIQUES

A	B	C	D	E	F/G
2.106	<p>2.206</p> <p>Pirouette plongée 1/1 tour (360°) en position de grand écart sans toucher le sol avec les mains</p>  <p>360°</p> 	2.306	2.406	2.506	2.606
2.107	<p>2.207</p> <p>Pirouette 1/1 tour (360°) à la station groupée sur une jambe – jambe libre tendue pendant tout le tour</p>  <p>360°</p> 	<p>2.307</p> <p>Pirouette 2/1 tours (720°) en commençant le tour avec la jambe libre à l'horizontale et en s'abaissant pour terminer le tour en position cosaque</p> <p><b>(Nguyen)</b></p>  <p>360° 360°</p> 	<p>2.407</p> <p>Pirouette 2/1 tours (720°) à la station groupée sur une jambe – jambe libre tendue pendant tout le tour (pas de poussée des mains au sol pour démarrer le tour)</p>  <p>720°</p> 	<p>2.507</p> <p>Pirouette 3/1 tours (1080°) à la station groupée sur une jambe – jambe libre tendue pendant tout le tour (pas de poussée des mains au sol pour démarrer le tour)</p> <p><b>(Mitchell)</b></p>  <p>1080°</p> 	2.607
2.108	<p>2.208</p> <p>2/1 tours ou plus (720°) sur le dos (angle tronc-jambes fermé)</p>  <p>720°</p> 	2.308	2.408	2.508	2.608

### 3.000 – ELEMENTS AVEC APPUI DES MAINS




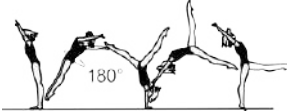


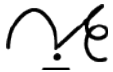




A	B	C	D	E	F/G
<p data-bbox="85 124 407 231"><b>3.101</b> Saut, élan ou élévation à l'atr retour libre, aussi avec ½ à 1/1 tour (180°-360°) à l'atr</p> 	<p data-bbox="425 124 761 207"><b>3.201</b> Saut, élan ou élévation à l'atr avec 1½ à 2/1 tours (560°- 720°) à l'atr - retour libre</p> 				

### 3.000 – ELEMENTS AVEC APPUI DES MAINS

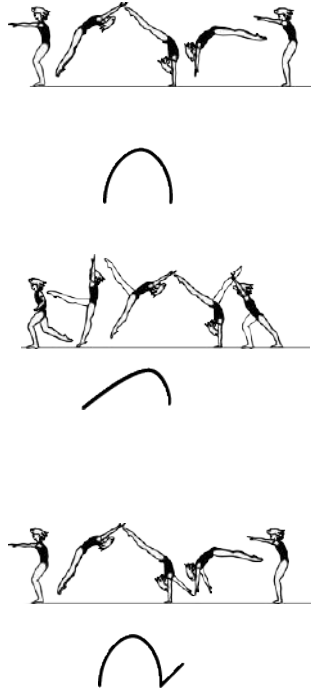

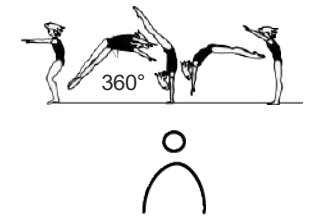
A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.102</b></p> <p>Saut de poisson, roulade avant</p> 	<p><b>3.202</b></p>	<p><b>3.302</b></p>	<p><b>3.402</b></p>	<p><b>3.502</b></p>	<p><b>3.602</b></p>
<p><b>3.103</b></p> <p>Roulade ar. à l'atr avec ½ ou 1/1 tour (180° - 360°) à l'atr</p> 	<p><b>3.203</b></p> <p>Roulade ar. à l'atr avec 1½ - 2/1 tours (540° - 720°) à l'atr</p> 	<p><b>3.303</b></p>	<p><b>3.403</b></p>	<p><b>3.503</b></p>	<p><b>3.603</b></p>
<p><b>3.104</b></p> <p>Renversement ar. sans envol de la station ou du siège groupé, une jambe tendue en av. jusqu'à l'atr – 1/1 tour (360°) à l'atr – retour libre</p> 	<p><b>3.204</b></p>	<p><b>3.304</b></p>	<p><b>3.404</b></p>	<p><b>3.504</b></p>	<p><b>3.604</b></p>



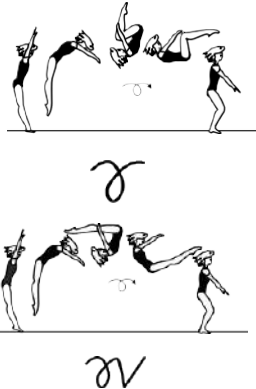
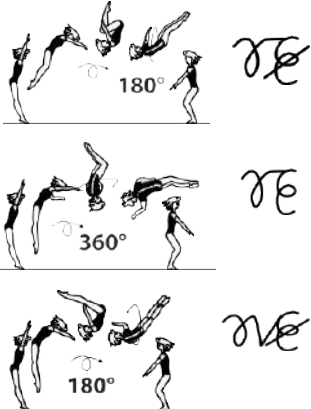



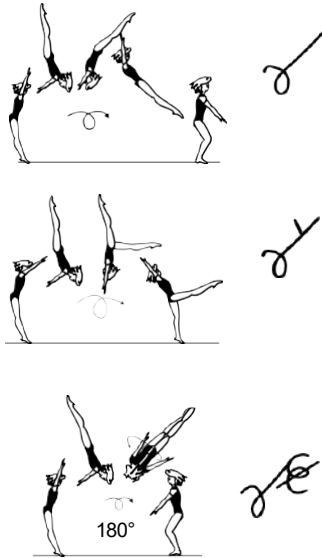
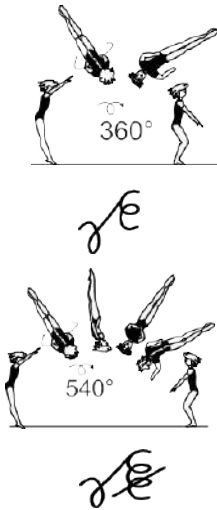
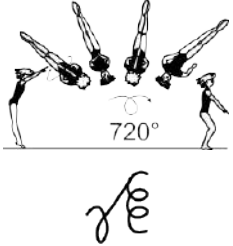
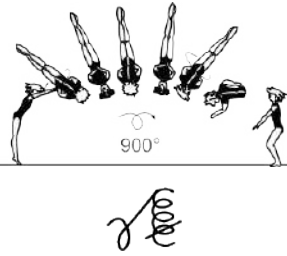
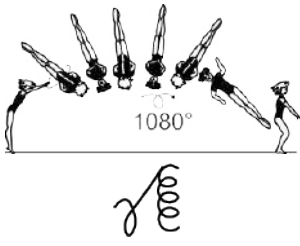
**3.000 – ELEMENTS AVEC APPUI DES MAINS**

A	B	C	D	E	F/G
<p><b>3.105</b></p> <p>Renversement av. avec envol – appel d'1 pied ou renversement av. avec envol appel des 2 pieds – avec ou sans phase de balance libre avant l'appui des mains – réception libre</p>    <p>Saut extension en ar. avec ½ vrille (180°) et renversement av. avec envol – réception libre</p>  	<p><b>3.205</b></p>	<p><b>3.305</b></p> <p>Renversement av. avec envol et 1/1 vrille (360°) après l'appui des mains ou avant <i>(Mostepanova)</i></p>  <p>360°</p>   <p>360°</p> 	<p><b>3.405</b></p>	<p><b>3.505</b></p>	<p><b>3.605</b></p>
<p><b>3.106</b></p> <p>Rondade</p>  	<p><b>3.206</b></p>	<p><b>3.306</b></p>	<p><b>3.406</b></p>	<p><b>3.506</b></p>	<p><b>3.606</b></p>

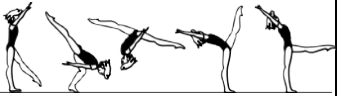

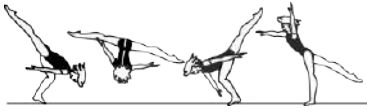







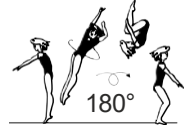

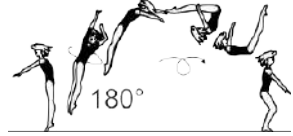

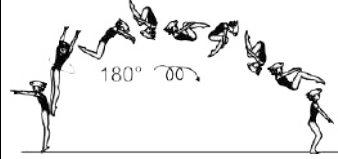
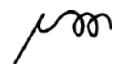
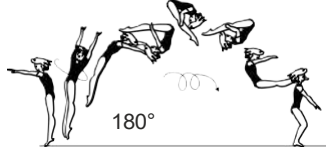
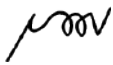
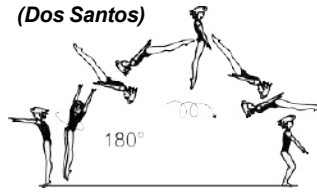
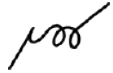
### 3.000 – ELEMENTS AVEC APPUI DES MAINS

A	B	C	D	E	F/G
<p data-bbox="91 124 400 228">3.107 Toutes les variantes de flic-flac et de flic-flac Auerbach, aussi avec appui sur un bras</p>  <p data-bbox="91 1013 400 1141">Saut extension en ar. avec ¼ de vrille (90°) – renversement latéral libre – continuant avec ¼ de vrille (90°) à l'appui couché facial <b>(Tsavdaridou)</b></p> 	<p data-bbox="432 124 741 204">3.207 Flic-flac avec 1/1 vrille (360°) avant l'appui des mains</p> 	<p data-bbox="788 124 1106 148">3.307</p>	<p data-bbox="1144 124 1476 148">3.407 (*)</p>	<p data-bbox="1500 124 1818 148">3.507</p>	<p data-bbox="1843 124 2161 148">3.607</p>

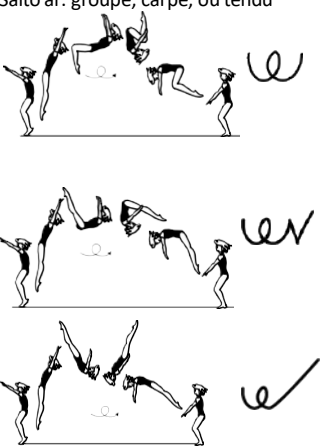
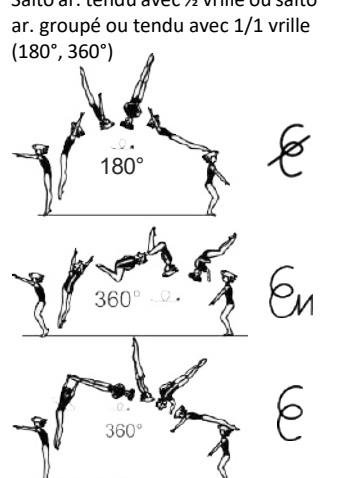
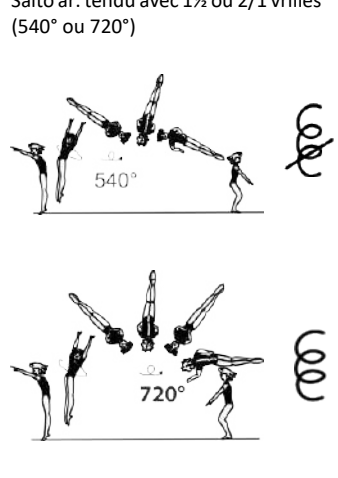
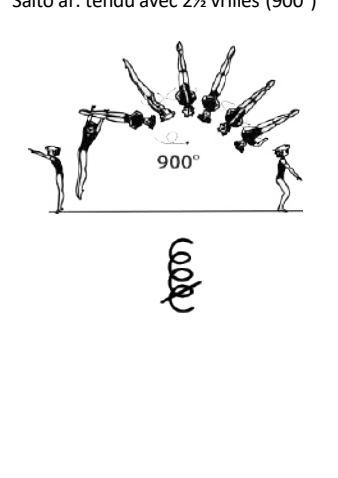
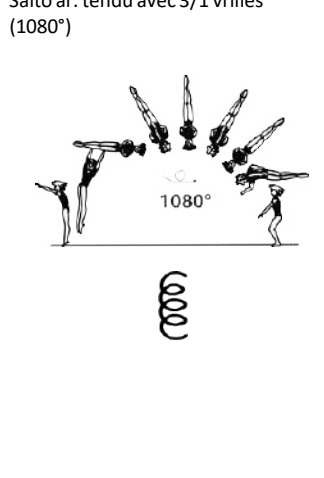
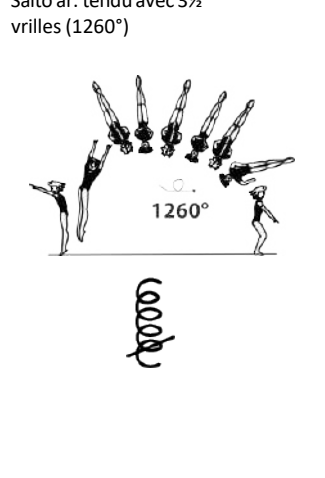



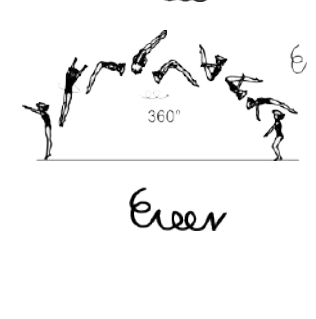
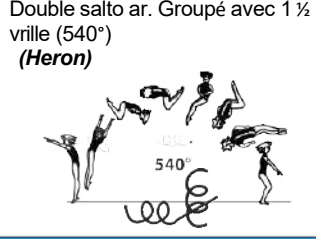
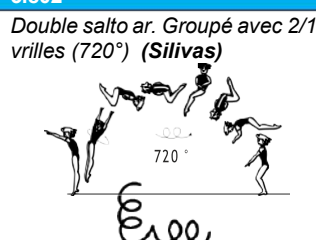
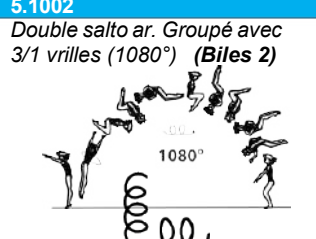
4.000 – SALTI AVANT et LATERAUX

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.101</p> <p>Salto av. groupé,ou carpé</p> 	<p>4.201</p> <p>Salto av. groupé avec ½ ou 1/1 vrille (180° ou 360°) aussi salto avant carpé avec ½ vrille (180°)</p> 	<p>4.301</p>	<p>4.401</p>	<p>4.501</p> <p>Double salto av. groupé (<i>Podkopayeva</i>)</p> 	<p>4.601</p> <p>Double salto av. groupé avec ½ vrille (180°) (<i>Podkopayeva</i>)</p>  <p>Double salto av. carpé (<i>Dowell</i>)</p> 
<p>4.102</p>	<p>4.202</p> <p>Salto av. tendu, aussi avec ½ vrille (180°)</p> 	<p>4.302</p> <p>Salto av. tendu avec 1/1 ou 1 ½ vrille (360° or 540°)</p> 	<p>4.402</p> <p>Salto av. tendu avec 2/1 vrilles (720°) (<i>Tarasevich</i>)</p> 	<p>4.502</p> <p>Salto av. tendu avec 2½ vrilles (900°) (<i>Cojocar</i>)</p> 	<p>4.602</p> <p>Salto av. tendu avec 3/1 vrilles (1080°) (<i>Maldonado</i>)</p> 



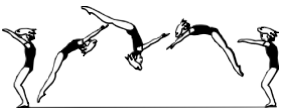

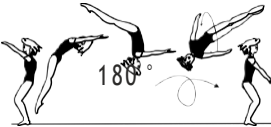

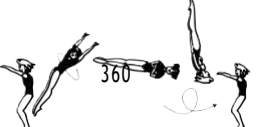


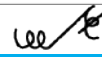

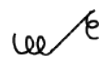
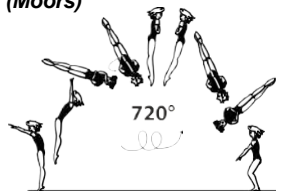
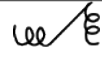
### 4.000 – SALTI AVANT et LATERAUX

4.103	4.203	4.303	4.403	4.503	4.603
<p>Renversement av. libre</p>  					
<p>4.104</p> <p>Renversement latéral libre ou rondade libre</p>    					
<p>4.105</p> <p>Appel en av. 1 ou des 2 pieds – salto latéral groupé ou carpé</p>    	<p>4.205</p> <p>Twist groupé ou carpé (appel en ar. avec ½ vrille [180°] – salto av.) – réception libre</p>    			<p>4.505</p> <p>Twist double salto av. groupé (Andreasen) / (Jentsch)</p>  	<p>4.605</p> <p>Twist double salto av. Carapé (Dos Santos)</p>  
					<p>4.805</p> <p>Twist double salto av tendu (Dos Santos)</p>  

5.000 – SALTI ARRIERE

A	B	C	D	E	F/G/H/I/J
<p><b>5.101</b> Salto ar. groupé, carpé, ou tendu</p> 	<p><b>5.201</b> Salto ar. tendu avec ½ vrille ou salto ar. groupé ou tendu avec 1/1 vrille (180°, 360°)</p> 	<p><b>5.301</b> Salto ar. tendu avec 1½ ou 2/1 vrilles (540° ou 720°)</p> 	<p><b>5.401</b> Salto ar. tendu avec 2½ vrilles (900°)</p> 	<p><b>5.501</b> Salto ar. tendu avec 3/1 vrilles (1080°)</p> 	<p><b>5.601</b> Salto ar. tendu avec 3½ vrilles (1260°)</p> 
<p><b>5.102</b></p>	<p><b>5.202</b></p>	<p><b>5.302</b></p>	<p><b>5.402</b> Double salto ar. groupé (<i>Kim</i>)</p>  <p>Double salto ar. carpé</p> 	<p><b>5.502</b> Double salto ar. groupé ou carpé avec 1/1 vrille (360°) (toutes les techniques) (<i>Mukhina</i>) (<i>Oliveira</i>)</p>  	<p><b>5.602</b> Double salto ar. Groupé avec 1 ½ vrille (540°) (<i>Heron</i>)</p>  <p><b>5.802</b> Double salto ar. Groupé avec 2/1 vrilles (720°) (<i>Silivas</i>)</p>  <p><b>5.1002</b> Double salto ar. Groupé avec 3/1 vrilles (1080°) (<i>Biles 2</i>)</p> 

5.000 – SALTI ARRIERE

A	B	C	D	E	F/G/H/I/J
5.103	5.203	5.303	5.403	5.503	<p>5.603</p> <p>Double salto ar. tendu</p>  
<p>5.104</p> <p>Salto tempo</p>  	<p>5.204</p> <p>Salto tempo avec ½ vrille (180°)</p>  	<p>5.304</p> <p>Salto tempo avec 1/1 vrille (360°)</p>  	5.404	5.504 / 5.604	<p>5.703</p> <p>Double salto ar. tendu avec ½ vrille (180°) <b>(Biles)</b></p>   <p>5.803</p> <p>Double salto ar. tendu avec 1/1 vrille (360°) <b>(Chusovitina) / Touzhikova)</b></p>   <p>5.903</p> <p>Double salto ar. tendu avec 2/1 vrilles (720°) <b>(Moors)</b></p>  

 Code FIG 2024-2028  Noms Clubs/Nations	N° saut	Symb.	Note D	1er envol			Impulsion			2ème envol				Réception (section 9)			Note E 10,00 pt	Total déductions	Note finale			
				1	3	5	1	3	5	1	3	5	1	3	5	1				3	5	
				Rot. incomplète	x	x	x	<i>Mauvaise technique</i>				courb. exc.	x	x		Sous rot			Jbes écartées	x		
				<i>Mauvaise technique</i>				Appui décalé	x			Hauteur	x	x	x	sans chute	x		Mouv supl bras	x		
				Alignement	x	x		Gr 1,2,5				Préc. N ou V	x	x		avec chute	x		Déséquilibre	x	x	
				Jbes fléchies	x	x	x	Bras fléchis	x	x	x	Pr. N ou V ac RL	x			Longueur	x	x	Petit pas sursaut	x		
				Jbes écartées	x	x		Angle épaule	x			Algt tendu	x			Déviation	x		Gd pas sursaut	x		
								Passage vert.	x			Algt tendu ac RL	x	x		Dynamisme	x	x	Position corps	x	x	
								Rot. long trop tôt	x	x		Maintien tendu	x	x				Flexion prof			x	
												Ext insu. N ou V	x	x				Frôler tapis agrès			x	
												Jbes fléchies	x	x	x			Chute			1 Point	
												Jbes écartées	x	x				Pointes	x			
1																						
2																						
3																						
4																						
5																						
6																						
7																						
8																						
9																						







GROUP I			GROUP II			GROUP III			GROUP IV			GROUP V		
1.00		1.60												
1.01		2.00												
1.02		2.60												
1.03		3.20												
1.04		3.60												
1.05		4.00												
1.10		2.00	2.10		3.60	3.10		3.20	4.10		3.00	5.10		3.80
1.11		2.40	2.11		3.80	3.11		3.40	4.11		3.20	5.11		4.00
1.12		2.80				3.12		3.80	4.12		3.60			
			2.12		4.20	3.13		4.20	4.13		4.00	5.12		4.40
			2.13		4.60	3.14		4.60	4.14		4.40	5.13		4.80
1.20		1.60	2.20		3.80	3.20		3.40	4.20		3.20	5.20		4.00
1.21		2.40	2.21		4.00							5.21		4.20
1.22		2.60												
1.23		3.20	2.22		4.40							5.22		4.60
1.24		3.60												
1.30		3.20	2.30		4.40	3.30		3.80	4.30		3.60	5.30		4.60
1.31		3.60	2.31		4.60	3.31		4.00	4.31		3.80	5.31		4.80
			2.32		5.00	3.32		4.40	4.32		4.20	5.32		5.20
1.40		2.00	2.33		5.40	3.33		4.80	4.33		4.60	5.33		5.60
			2.34		5.80	3.34		5.20	4.34		5.00	5.34		6.00
						3.35		5.60	4.35		5.40			
1.50		2.20	2.40		4.80				4.40		3.60			
1.51		2.60	2.41		5.20				4.41		4.00			
1.52		3.00							4.42		4.20			
1.53		3.40	2.50		6.00				4.50		3.80			
1.60		2.40							4.51		4.20			
1.61		2.80							4.52		4.60			
1.62		3.20							4.53		5.00			
									4.62		6.40			





	A-100	B-200	C-300	D-400	E-500	F-600	G-700
1. 01	L L						
↑ 02	U U	Z Z					
03	L L	L L					
04	U U	Z Z	Z Z				
05	Z Z						
06	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z			
07		Z Z	Z Z	Z Z			
08		Z Z	Z Z	Z Z			
09				Z Z	Z Z	Z Z	Z Z
10		Z Z	Z Z	Z Z			
11				Z Z	Z Z	Z Z	Z Z
2. 01	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z			
02		Z Z	Z Z	Z Z			
03			Z Z	Z Z	Z Z		
04	O			Z Z	Z Z		
05	O O		Z Z	Z Z	Z Z		
06		Z Z	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z
07			Z Z	Z Z			
3. 01		Z Z	Z Z	Z Z	Z Z		
02				Z Z	Z Z		
03				Z Z	Z Z		
04			Z Z	Z Z	Z Z	Z Z	
05			Z Z	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z
06		Z Z	Z Z	Z Z	Z Z		Z Z
07			Z Z	Z Z			
08			Z Z	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z
09			Z Z	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z
10			Z Z	Z Z	Z Z	Z Z	Z Z

	A-100	B-200	C-300	D-400	E-500	F-600	G-700
4. 01	X	X		X X	X		
X 02			X	X	X	X	
03	X			X X	X X		
04	X		X X X	X X	X X		
05		X	X	X	X		
06	X			X X	X X		
07	X			X X	X X		
08		X	X		X X X	X	X
5. 01	X		X X X		X X		
02		X	X	X	X X		
03			X	X			
04	X		X X	X X			
05	X		X X	X			
06	X		X X	X			
07		X	X			X	
08	X		X X	X	X		
09				X X	X X X	X	X
10				X X	X X	X X	X X
6. 01	X X	X	X X X	X X			
02	X X		X X X X X	X X X X	X X		
03			X X X	X X X			
04	X X	X X X X X	X X	X	X		
05		X	X	X X X	X X	X X	
06				X		X X X	X X
07				X X X X	X X X X		X
08	X X X	X X X X	X X X X	X X	X X X X X X	X X X	
09		X X	X X X	X X X	X X X X	X X X X	
10			X X X	X X X			

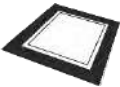
	A-100	B-200	C-300	D-400	E-500	F-600	G-700
01	X	Γ		Z			
02	∫		∫	∫			
03	∫		∫	∫			
04		∫	∫				
05	∫		∫	∫			
06	∫						
07		∫					
08	∫	∫	∫				
09			∫			∫	
10		∫	∫				
11	∫	∫	∫	∫			
12			∫	∫			
13		∫	∫	∫			
14	∫	∫	∫	∫	∫		
15		∫	∫			∫	
16				∫	∫	∫	∫
17			∫	∫	∫		
18					∫	∫	∫
19						∫	

	A-100	B-200	C-300	D-400	E-500
01	∫		∫		
02		∫	∫	∫	
03		∫	∫	∫	
04		∫		∫	∫
05	∫		Z	Z	Z
06		∫	Z	Z	Z
07	∫	∫		∫	
08	∫	∫	∫	∫	∫
09		∫		∫	
10	∫	∫	∫		
11		∫	∫	∫	
12	∫	∫		∫	∫
01	∫	∫		∫	∫
02			∫	∫	
03				∫	
04			∫	∫	∫
05			∫	∫	∫
06		∫		∫	
07		∫	∫	∫	∫
08		∫		∫	
01	∫				
02	∫	∫	∫		
03	∫	∫	∫		
04		∫	∫		
05			∫		
06		∫		∫	
07		∫	∫	∫	∫
08		∫		∫	
01	∫				
02	∫	∫	∫		
03	∫	∫	∫		
04		∫	∫		
05	∫		∫		
06		∫		∫	
07	∫	∫	∫	∫	∫
08		∫		∫	
09	∫	∫	∫	∫	∫
10		∫	∫		

	A-100	B-200	C-300	D-400	E-500	F-600	G-700	H-800
01		∫	∫	∫	∫			
02		∫	∫	∫	∫			
03			∫	∫				
04		∫	∫	∫				
05				∫	∫			
06		∫	∫	∫				
07		∫	∫	∫				
08		∫		∫	∫			
09				∫				
10			∫	∫	∫			
11				∫	∫	∫		
12			∫		∫	∫	∫	∫
13			∫		∫	∫	∫	∫
01	∫	∫	∫	∫	∫			
02	∫	∫	∫	∫	∫			
03		∫	∫	∫	∫			
04	∫	∫	∫	∫	∫	∫		
05				∫	∫		∫	∫
06	∫	∫	∫	∫	∫	∫		
07		∫	∫	∫	∫	∫		







	A-100	B-200	C-300	D-400	E-500
1. 01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					
13					
14					
2. 01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					

	A-100	B-200	C-300	D-400	E-500	F-600	G-700	H-800	I-900	J-1.00
3. 01										
02										
03										
04										
05										
06										
07										
4. 01										
02										
03										
04										
05										
5. 01										
02										
03										
04										

