



# Poutre 6ème

2024-2025

# Répétition d'éléments



- Une difficulté 6<sup>ème</sup> ou une « autre difficulté » ne peut être exécutée 2 fois
- La 2<sup>ème</sup> fois la difficulté 6<sup>ème</sup> ou « l'autre difficulté » ne sera pas reconnue, ni bonifiée

## Exemple :

Elément non retenu

AD	D6	D6	AD	D6	X	X	AD	AD D6 devient AD










# Répétition d'éléments



- Une difficulté 6<sup>ème</sup> répétée peut valider une liaison mais ne peut servir pour valider une EC

## Exemple :

Liaison bonifiée de sauts validée

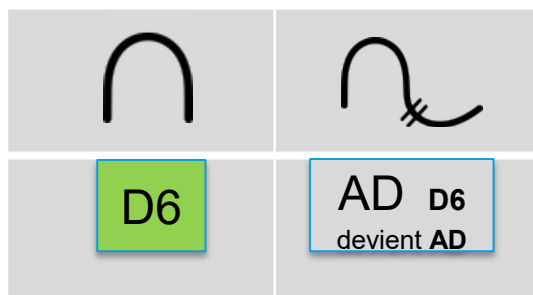
								
AD	D6	D6	AD	X	X	AD	D6	AD D6 devient AD

VD répétée, EC série de sauts non validée

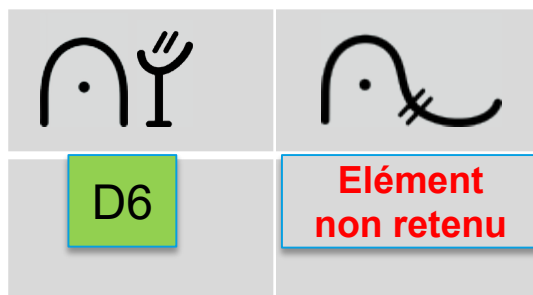
# Précisions 2025



- Pour obtenir l'EC1, l'élément acrobatique doit être exécuté départ et arrivée sur la poutre.
- Le Flip et le Flip poisson seront reconnus comme deux difficultés :



- La souplesse AR arrivée **arabesque tenue** et souplesse poisson, une seule difficulté retenue :



# Élément avec position tenue



- Un ATR de la grille retenu comme difficulté 6<sup>ème</sup> et qui ne respecte pas la position tenue, sera pénalisé de 1 Pt sur la note E

## Exemple 1 : ATR retenu en D6, pénalité de 1,00 Pt

AD	D6	D6	AD	D6	X	X	AD	AD

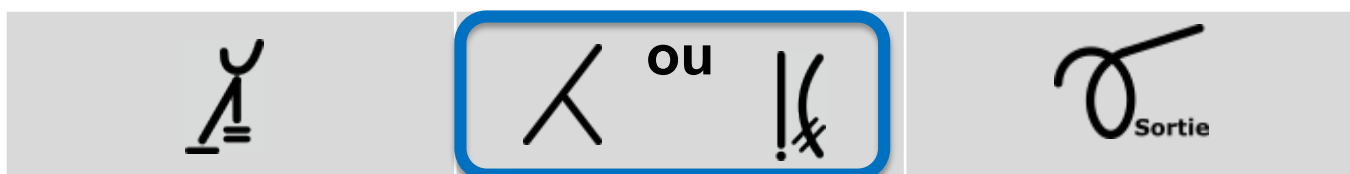
## Exemple 2: ATR non retenu en D6, pas de pénalité de 1.00 Pt

AD	D6	D6	AD	AD D6 devient AD	X	X	AD	D6

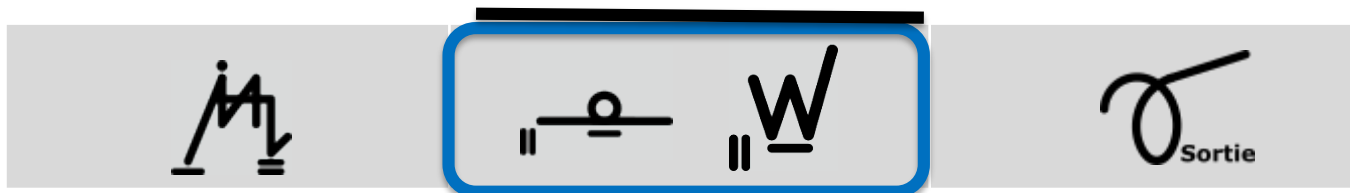
# Exigences de composition



- **EC 1** : Un élément acrobatique avec ou sans envol (**Entrée et sortie exclues**) ou un ATR de la grille des difficultés 6<sup>ème</sup>



- **EC 2** : Une série gymnique de 2 sauts différents (D6 ou AD)



- **EC 3** : Une pirouette 360° ou plus sur 1 jambe



# Exigences de composition



- **EC 4** : Un Saut à l'écart antéropostérieur  $\geq$  à  $135^\circ$



- **EC 5** : Un passage proche de la poutre et 3 longueurs minimum

