

Précisions jugement pour les réunions de juges Et les entraîneurs

Programmes pré fédéral - fédéral - national

**Ce document consiste à donner des précisions.
Le code FIG et la brochure « programme zone sud ouest 2010/2011 » restent les seules
sources de réponses.**

Et votre bon sens bien sur....



Pré fédérale : Catégorie équipe : minimes/cadettes et M/C/J/S. Format 5/5/4

Généralités

6 éléments A maximum (si éléments plus difficile valeur A attribuée) VD Max=0,60

5 éléments de la valeur la plus élevée + la sortie.

5EC = 2.50

Pensez à la valeur artistique à la poutre et au sol

Les éléments de la grille pré fédérale : ne donnent pas de valeur en difficulté mais sont comptabilisés dans le nombre d'éléments et les EC

Exemple: poutre :

Entrée saut appel 2 pieds arrivée 2 pieds - roulade avant mains sur la poutre - saut de chat saut écart antero-postérieur - roue - roulade arrière avec les mains - sortie rondade

A pré FED - A pré FED - A pré FED - A - A - A pré FED - A pré FED

VD = 0,20 EC 1 ok - EC 2 non - EC 3 ok - EC 4 ok - EC 5 à 0,30 donc EC = 1,80 **ND = 2,00**

Saut

Renversement avant 2,00 points - Saut avec rotation longitudinale 180 ou 360° 3,00points

Rappel un ou deux tremplins pour toutes les catégories sans différences de note

PAS de MINI TRAMPOLINE (erreur dans la brochure)

Uniquement des sauts codifiés code FIG

Barres

EC 1 une bascule BI

EC 2 une bascule BS

EC 3 un élément différent de la bascule BS

EC 4 un tour proche

EC 5 une sortie

Précisions éléments:

- les oscillations ne sont pas des bascules
- Bascule en entrée puis dans le mouvement = 2 A (valable pour toutes les bascules même les bascules engagées)
- Le tourniquet rempli | EC 4 (tour pied main)
- Les prises d'élan sont demandées à l'horizontale : rappel des déductions page 11 de la brochure
- Changement de barres non codifié FIG ou pré fédérale = 0,30 de pénalité

Poutre

EC 1 saut écart antero postérieur 180°

EC 2 une pirouette 360°

EC 3 un élément acrobatique avant ou latéral sauf ATR

EC 4 un élément acrobatique arrière

EC 5 une sortie

Précisions éléments :

- **Sissonne rempli l'EC 1**
- **L'entrée et la sortie ne peuvent pas valider l'EC 3 et l'EC 4**

Sol

EC 1 un passage gymnique d'au moins deux éléments appel 1 pied dont un saut antero postérieur 180°. Le 1er saut doit être arrivé sur un pied

EC 2 une série acrobatique de 2 éléments minimum avec envol identiques ou différents

EC 3 un élément acrobatique avant ou latéral sauf ATR

EC 4 un élément acrobatique arrière

EC 5 une sortie

Précisions éléments :

- **Rappel sur la sortie au sol : le dernier élément acrobatique ou série acrobatique et pris pour la sortie. Il est rappelé dans la brochure page 11 que la souplesse avant arrière ou tic tac et considère comme un élément**

Fédérale : Catégorie équipe : minimes/cadettes et M/C/J/S. Format 5/5/4

acrobatique dans ce programme. Donc si un de ces éléments est exécuté en fin de mouvement : une sortie à 0,30 sera valide car sortie pré fédéral

Généralités

- **5 éléments max + sortie**
- 5 EC = 2.5pts
- **1pt max en VD - total max ND = 3.5pts**
- **au moins 4 éléments -si 3 éléments ou moins = -5pts sur Note E**
- Valeur C max prise en compte
- Pensez à la valeur artistique à la poutre et au sol

Saut

- 2 sauts identiques ou différents
 - renversement et avec rotation longitudinale de 180° = lune, pétrick, lune demi... = 2pts
 - rotation longitudinale de 360° = lune vrille, pétrick vrille... 360° = 3pts
 - rotation transversale = tsuk, lune salto... = 3.5pts
- Pour les sauts en Tsuk, ¼ ou ½ tour autorisé dans le premier envol si moins de ¼ tour déduction de 0.10.
- rondade = saut nul
 - 1 seul tremplin autorisé

Uniquement des sauts codifiés code FIG

Barres

- EC 1 envol BI/BS ou BS/BI
- EC 2 bascule BI ou BS
- EC 3 un élément passant par l'ATR
- EC 4 un tour proche de la barre
- EC 5 une sortie : pas de sortie = 0, A = 0.3, B ou + = 0.5

Précisions éléments :

- Le tourniquet rempli | EC 4 (tour pied main)
- Changement de barres non codifié FIG = 0,30 de pénalité

Poutre

- EC 1 un saut écart de 180° antéropostérieur
- EC 2 une pirouette 360°
- EC 3 une série acro de 2 éléments identiques ou différents (**sauf ATR**)
- EC 4 un élément acro avec ou sans envol dans 2 directions différentes (av/lat ET arr **sauf ATR**)
- EC 5 une sortie : pas de sortie = 0, A = 0.3, B ou + = 0.5

Précisions éléments :

- souplesse souplesse à la poutre = validée si pas de rupture de rythme
- si souplesse roue arrière en série = il doit y avoir un changement de jambes dans la souplesse
- la roulade sans pause de main est 1 élément acro = codifiée = valide EC
- Pas de passage proche de la poutre 0.10

Sol

- EC 1 un passage gymnique d'au moins 2 éléments différents appel 1 pied dont 1 saut écart antéropostérieur de 180° = attention 1er saut réception 1 pied
- EC 2 une série acrobatique de 2 éléments minimum avec envol dont un salto
- EC 3 un salto avant ou latéral
- EC 4 un salto arrière
- EC 5 ne sortie : pas de sortie = 0, A = 0.3, B ou + = 0.5

Précisions éléments :

- pas de sortie si seulement 1 ligne acro exécutée

Nationale :

Généralités

ND = VD + EC + VD

NE 10pts max

7éléments + la sortie

Pensez a la valeur artistique à la poutre et au sol

attention poutre et sol 5 acro MAX + 3éléments gymniques MINIMUM

-si 7é éléments ou + = NE 10pts

-si 5 ou 6 éléments = NE 6pts

-si 3 ou 4 éléments = NE 4pts

-si 1 ou 2 éléments = NE 2pts

pour la pénalisation d'exercice trop court il ne faut pas tenir des éléments pris en VD mais de l'ensemble des éléments réalisés. Exemple : 7 acros = NE 10pts (même si on ne prend en compte que 5acros)

-pour les VL = voir code de pointage **pour être validée la VL doit être exécutée sans chute**

-on peut répéter 2fois 1même élément dans 1même série pour valider 1VL

Saut

1 seul saut exécuté

2 courses d'élan autorisées

voir code de pointage pour ND

- Pour les sauts en Tsuk, ¼ ou ½ tour autorisé dans le premier envol si moins de ¼ tour déduction de 0.10.

Barres

EC 1 BS/BI + BI/BS

EC 2 envol même barre

EC 3 deux prises différentes + tour proche

EC 4 un élément avec 1tour (valse)

EC 5 sortie A, B = 0; C= 0.3 ; D ou + = 0.5

- Echauffement : chaque gymnaste décide d'utiliser la totalité de son temps ou moins, mais elle a une seulement possibilité de s'échauffer. Après ce temps ou durant les attentes (calcul des notes par les juges) au cours de la compétition, elle peut préparer l'agrès mais elle n'est pas autorisée à l'utiliser.

- Le tour pieds mains jambes tendues en A....remplie l'EC de tour proche.

Poutre

EC 1 une liaison gym de 2éléments différents dont 1saut écart 180°

EC 2 un pivot

EC 3 une série acro de 2éléments avec envol dont 1 salto

EC 4 un éléments acro de 2sens différents (av/lat ET arr)

EC 5 sortie A, B = 0; C= 0.3 ; D ou + = 0.5

- les éléments rondade, flip serré, décalé, auerbach et saut de main peuvent être répétés pour valider 1VL

- La gymnaste fait son entrée du côté de la réception et si l'entraîneur enlève le tremplin et ensuite met le tapis.....0.50 de pénalisation.

- Pas de passage proche 0.10.

Sol

EC 1 un passage gymnique d'au moins 2 éléments différents appel 1 pied dont 1 saut écart 180°

EC 2 une ligne acro avec 2 saltos différents

EC 3 deux saltos dans des sens différents (av/lat ET arr)

EC 4 une vrille + un double

EC 5 sortie A, B = 0; C= 0.3 ; D ou + = 0.5 (minimum 2lignes acro)

-si dans la dernière ligne acro la gym fait vrille et demi salto avant = on prend en compte la valeur la plus élevée dans la série pour remplir l'EC de sortie = donc sortie C et pas A

- Absence de pivot 0.30 /// pas de passage proche 0.10

- Si un gym exécute une fente à la réception des éléments ACRO uniquement, déduction de 0.10 ou 0.30 (faute assimilable à un pas).