



Le Help Desk GAF

7^{ème} Edition - Janvier 2019

Ce document appelé le “**Help Desk**” de la **gymnastique artistique féminine** a pour objectif de donner des précisions et des exemples concernant les différentes règles du code de pointage FIG GAF

Le but du CTF est de réduire les différentes interprétations des règles, et ainsi permettre un travail plus objectif de la part des juges

Note: Dans les futures éditions durant le cycle, seules les nouvelles informations figureront dans des encadrés verts.

Contenu:

Section 2-6	1
Section 7	8
Section 8	14
Section 9	26
Section 10	46
Section 11	55
Section 12	66
Section 13	74
Annexes	81

Ne pas oublier :

- De lire le code de pointage GAF et les règlements techniques FIG pour une complète référence aux règles.
- Le contenu de ce “Help desk” n’est pas exhaustif et peut être revu en fonction de futurs critères.





2.1 Droits de la gymnaste

“d) De répéter la totalité de son exercice (sans déductions) avec l’autorisation du jury supérieur:

•Si celui-ci a été interrompu pour une cause dont elle n’est pas responsable”



Exemples de raisons ne relevant pas de sa responsabilité:

- Agrès détériorés ou qui s’écroulent
- Lumières défaillantes
- Appareils de sonorisation défaillants. Si la musique s’arrête avant la première ligne acro la gymnaste peut recommencer son exercice, mais si elle a déjà exécuté la première ligne acro la gymnaste doit continuer son exercice. Il n’y aura pas de pénalisation pour l’artistique et la musique pour la partie de l’exercice où celle-ci est manquante.
- Maniques visiblement déchirées (prise)

Exemples de raisons relevant de sa responsabilité:

- Bandages perdus
- Commencer l’exercice sans avoir été appelée.

SECTION 2

Règlement pour les gymnastes

2.1.2 Echauffement

“Lors des qualifications et de la finale par équipe la totalité du temps d’échauffement appartient à l’équipe sauf au saut. Pour les détails de l’échauffement au saut voir section 10.

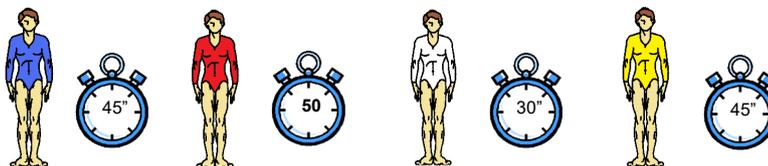
Pour les groupes mixtes, le temps de préparation appartient, personnellement, à chaque gymnaste. L’ordre de préparation devrait être le même que celui de la compétition”.



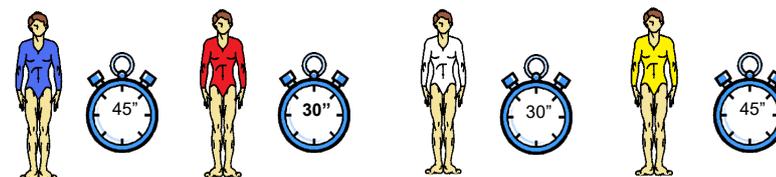
Barres et poutre: chaque gymnaste peut décider d’utiliser la totalité de son temps ou moins, mais elle a seulement une possibilité pour s’échauffer.

Exemple d’échauffement aux barres pour un groupe mixte:

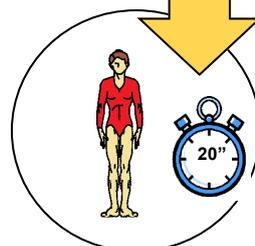
OK



Pas autorisé



Pas autorisée à s’échauffer une 2^{ème} fois même si elle n’a pas utilisé la totalité de son temps lors du 1^{er} passage.





“Après le temps de préparation ou durant les “attentes au cours de la compétition” l’agrès peut être préparé (2 personnes max aux barres) mais pas utilisé ”

Autrement:

Après un avertissement verbal la gymnaste recevra 0.00 pour exercice exécuté avec la lumière rouge.



- Attente au cours de la compétition: c’est le temps qui s’écoule pendant que les juges calculent la note de la gymnaste précédente.
- La préparation de l’agrès avant l’échauffement peut commencer quand les gymnastes se déplacent pour se rendre à l’agrès suivant.

SECTION 2

Règlement pour les gymnastes

2.3.2 Vêtements de compétition

”b) Le décolleté du justaucorps/académique devant et derrière doit être convenable, c’est-à-dire: pas plus bas que le milieu du sternum devant et derrière pas plus bas que la ligne inférieure des omoplates.”

Si le décolleté est plus bas que la limite il doit être couvert pas un tissu chair non transparent.



Incorrect



Incorrect

” e) Elle doit porter le dossard fourni par les organisateurs”.

Si la gymnaste utilise un dossard différent de celui qui est fourni, par exemple le numéro écrit sur un papier blanc, la déduction appropriée sera appliquée (0.30).

” f) Elle doit porter une identification nationale ou l’écusson placé sur le justaucorps/académique selon le règlement FIG pour la publicité le plus récent.”

Recommandation: pour éviter toute confusion ou application de déduction pendant la compétition le CTF recommande que les gymnastes des fédérations portent l’écusson national même si celui-ci est imprimé dans le tissu.



3.1 Droits des entraîneurs

“j) Demander au jury supérieur de revoir les pénalisations pour temps et ligne”

Cette demande doit être soumise par écrit au jury supérieur avant la fin de la rotation.

3.2 Responsabilités des entraîneurs

Plan de travail . Document élaboré par le comité d'organisation conjointement avec la FIG. Ce document contient des informations importantes concernant:

- L'organisation
- Des informations techniques (programme, entraînements, échauffements et horaires des compétitions, informations pour les délégations, tirage au sort, formulaires à déposer, réunions, cérémonies, résultats, informations sur le site de compétition).

Pour les Jeux Olympiques, Jeux Olympiques de la Jeunesse et Championnats du Monde, ce plan de travail comprend des annexes avec les formulaires suivants:

- Soumission de nouveaux éléments ou sauts (voir annexe 5)
 - Demande pour monter les porte-mains des barres asymétriques (voir annexe 6)
 - Dépôt de l'ordre de passage (voir annexe 7)
 - Réclamation pour la note D (voir annexe 11)
 - Permission d'enlever le dossard
 - Demande pour revoir les déductions pour temps/ligne etc.
-
- Les transports
 - L'hébergement
 - Des informations médicales
 - Médias



4.1 La présidente du CTF ou sa représentante.

“k) Dans des cas particuliers ou inhabituels elle peut désigner un juge pour la compétition”



Tout juge possédant la catégorie requise, disponible sur les lieux de la compétition (si il n'y a plus de juge réserve et pas d'autres solutions) et avec l'accord de sa fédération. Ce juge peut être présent parce qu'il/elle travaille comme volontaire, ou qu'il/elle regarde la compétition en tant que spectateur, etc.

Exemples de cas:

- Quand un juge est souffrant
- Quand le juge n'est pas arrivé sur le site de compétition

5.1 Responsabilités des juges

“ b) Posséder le brevet de juge international valable pour le cycle en cours” .

Il est important que les fédérations organisatrices de différents événements soumettent à la FIG la liste des juges avec la position qu'ils ont occupé à cette compétition. L'expérience des juges sera enregistrée électroniquement.

Enregistrement de l'activité des juges

1	Correct					
2	ID Event	Discipline	ID Judges	Judge LASTNAME	Judge Firstname	Judge Position
3	XXXX	x	123	Lastname	firstname	D
4	XXXX	x	123	Lastname	firstname	A
5	XXXX	x	456	Lastname 2	firstname 2	ToF
6	XXXX	x	456	Lastname 2	firstname 2	ER
7	XXXX	x	789	Lastname 3	firstname 3	S
8	XXXX	x	789	Lastname 3	firstname 3	CJP
9	XXXX	x	159	Lastname 4	firstname 4	E
10	XXXX	x	159	Lastname 4	firstname 4	L
11	XXXX	x	159	Lastname 4	firstname 4	D
12	XXXX	x	159	Lastname 4	firstname 4	A

Base de données des juges

14th cycle (01/01/2017 - 31/12/2020)						
WAG - Women's Artistic Gymnastics						
Category	1	Valid Until	31/12/2020			
13th cycle (01/01/2013 - 31/12/2016)						
WAG - Women's Artistic Gymnastics						
Category	1	Valid Until	31/12/2016			
Date	Event	Level	Group	Position		
21/08/2016	(6405) Games of the XXXI Olympiad RIO DE JANEIRO (BRA)	Olympic Games	1	D AS		
01/05/2016	(14366) World Challenge Cup 2016 OSIJEK (CRO)	World / Challenge Cup	3	CJP		
22/04/2016	(14829) Aquece Rio Final Gymnastics Qualifier (Test Event) RIO DE JANEIRO (BRA)	Test Events Olympic Games	2	SJ		



"f) Suivre toutes les instructions particulières liées à l'organisation ou au jugement, données par les autorités (telles que les instructions concernant le système de notation)"

Lors des compétitions FIG chaque jury E/R a un boîtier électronique pour saisir les déductions et un téléphone. A la poutre et au sol les juges doivent saisir les déductions pour artistique et exécution séparément.

Le juge D2 a un boîtier électronique pour saisir la note D.
Le jury D a un ordinateur pour superviser l'ordre de passage et l'application correcte des déductions neutres ainsi qu'un téléphone pour communiquer avec la présidente du jury supérieur.



"g) assister aux entraînements sur podium (obligatoire pour tous les juges) "

Le but de l'entraînement sur podium est de discuter ou de clarifier des critères entre le jury D et le superviseur à l'agrès. Les jury E/R doivent aussi y assister.
Les juges et le CTF peuvent également voir les nouveaux éléments ou liaisons qui ont été soumis et vérifier les demandes pour monter les porte-mains des barres.

Pendant la compétition les juges doivent

" a) en toute circonstance se comporter de façon professionnelle, se montrer exemplaires, et avoir une attitude non partisane".

NOTE: Se rapporter à "Règles FIG pour les juges" (édition en cours)



Une évaluation des juges sera réalisée à toutes les compétitions.

Si un juge a "excellent" et "médiocre" dans les différentes phases de la compétition, il ne recevra pas de lettre de remerciements pour son excellente évaluation dans une des phases de la compétition.

5.5 Rôle des chronométreurs, juges de lignes et secrétaires

Le juge de ligne au saut : pendant l'échauffement le juge de ligne est responsable du décompte du nombre d'essais.

Chronométreur: A la poutre il y a 2 chronométreurs

Le chronométreur #1 contrôle la durée de l'exercice

Le chronométreur #2 contrôle le temps écoulé entre le lumière verte et le début de l'exercice ainsi que le temps de chute.



6.3 Exercices trop courts

Le jury D applique les déductions neutres correspondantes à un exercice trop court.

Le calcul des VD (gym/acro) et le nombre d'éléments dans l'exercice ne doivent pas être confondus.

Exemple: 10 acro (dont la sortie) +1 gym. = on compte 6 éléments pour la note D, mais pas de déduction pour exercice trop court.

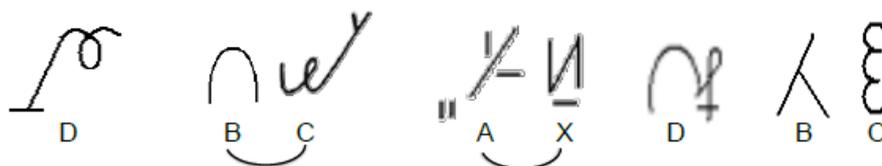
Les éléments sans VD* ne doivent pas être comptés.

*Éléments qui ne sont pas dans le tableau des éléments et/ou qui sont répétés.

- ♦ Au barres la règle des racines d'éléments n'est pas appliquée aux exercices trop courts pour autant que ce ne soit pas des éléments répétés.
- ♦ Au sol les éléments acro exécutés après la dernière ligne acro prise en compte ne comptent pas pour la VD mais comptent pour le nombre total d'éléments exécutés.
- ♦ Les éléments gymniques avec le même numéro dans le tableau des difficultés comptent pour le nombre total des éléments exécutés car ce ne sont pas des éléments répétés.

SECTION 6
Calcul de la note

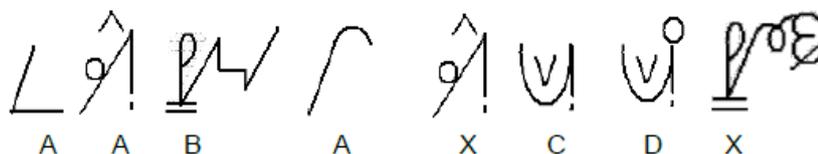
Exemple



VD: 2D, 2C, 1B, 1A (min. 3 acro, min. 3 gym.) – Total 6 éléments pour la VD

Éléments pris en compte pour exercice trop court: 7 (on compte tous les éléments sans tenir compte du principe "min. 3 acro, min 3 gym.").

Exemple



VD: 1D, 1C, 1B, 3A – Total 6 éléments pour la VD

Éléments pris en compte pour exercice trop court: 7

La sortie n'est pas prise en compte pour la VD en raison de la règle des racines d'éléments mais peut être utilisée pour le nombre total d'éléments.



Exemple



VD: 2D ,2C, 1B – Total 5 éléments pour la VD

Eléments pris en compte dans le cadre de l'exercice trop court : 7
Les éléments acro peuvent compter dans le cadre de l'exercice trop court.

SECTION 6
Calcul de la note

Application des déductions pour exercice trop court

Note D: 0.70

VD: 0.70

EC: 0.00

VL: 0.00

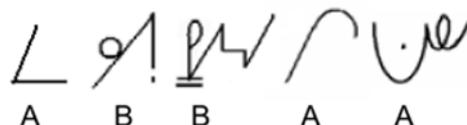
Note E: 7.90

(Déd. 2.10)

Total 8.60

Déduc. Ex. trop court -4.00

Note Finale: 4.60



Si le saut ou l'exercice n'est pas du tout tenté la gymnaste ne sera pas notée ou classée

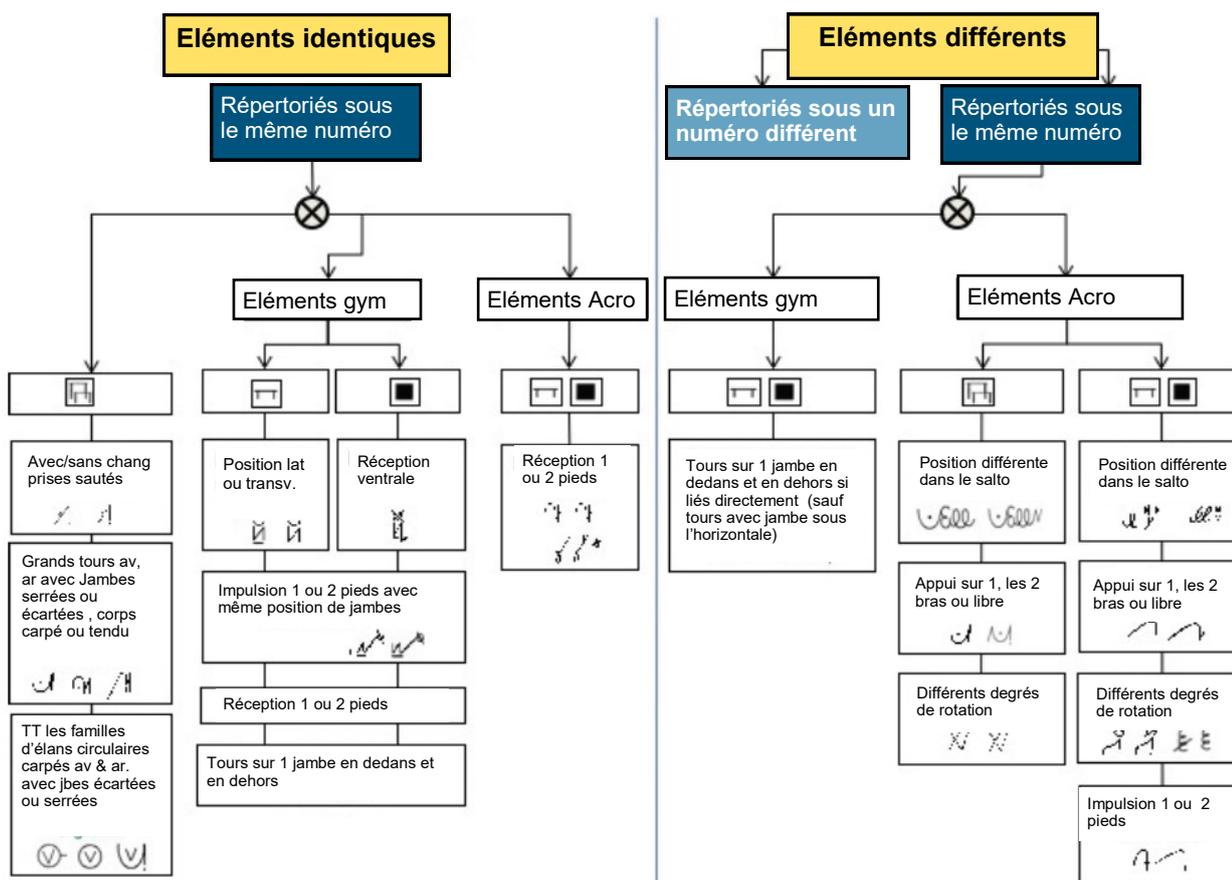
- Pas tenté signifie: la gymnaste ne se présente pas sur le podium ou elle se présente en touchant le tremplin ou l'agrès.



7.2.1 Reconnaissance de la VD des éléments

Principes

Reconnaissance des difficultés identiques et différentes



SECTION 7
Règlements pour la note D



7.2.2 La reconnaissance des éléments se fait dans l'ordre chronologique.

Il y a 3 principes à suivre pour la reconnaissance des éléments :

1. Un élément est **reconnu comme un autre élément du tableau** des éléments en raison de faute technique.

Dans ce cas, si l'élément est exécuté plus tard dans l'exercice avec une technique correcte, les deux éléments recevront la VD. Il seront considérés comme 2 éléments différents du tableau.

SECTION 7

Règlements pour la note D

Poutre: A C
(La jambe libre n'est par maintenue à l'horizontale du début à la fin)

Sol: D E
3/1 tours (pas complètement terminés)

2. Un élément **dévalué** pour faute technique (il a reçu une VD inférieure) qui n'existe pas dans le tableau des éléments, est exécuté à nouveau dans l'exercice, il sera alors considéré comme une répétition et aucune VD lui sera accordée.

Ceci est appliqué aux éléments aux barres et quelques éléments acro à la poutre .

B C
(pas terminé à l'ATR)

D E
(pas terminé à l'ATR)

C D
(ATR pas atteint)*

D E
(ATR pas atteint)*

*N'est pas passé par la verticale. (élan)

3. La **VD n'est pas accordée** en raison de faute technique.

Dans ce cas, si l'élément est exécuté plus tard dans l'exercice avec une technique correcte, il recevra la VD. Ce n'est pas considéré comme une répétition puisque la première fois la VD n'a pas été accordée.

Barres: X E
(pas rattrapé avec les deux mains)

Poutre: X D
(pas réception sur 1 ou 2 pieds)

Sol: X D
(pas réception d'abord sur les pieds)

X C
(Pas de cambré et extension de la tête)



7.3 Exigences de composition (EC) 2.00 P.

”a) Seuls les éléments du tableau des éléments peuvent remplir les EC.”

Barres: (pas attrapé) Pas de VD, pas de EC (élément avec envol à la même barre)

Poutre: Pas de EC pour série gymnique (le 1^{er} élément pas dans le CdP)

”b) Un élément peut remplir plus d'une EC; cependant, un élément ne peut pas être répété pour remplir une autre EC. ”

SECTION 7

Règlements pour la note D

Exemple

Barres : Peut remplir EC #3 (une prise) et EC#4 (élément sans envol avec un tour de 360° min.)

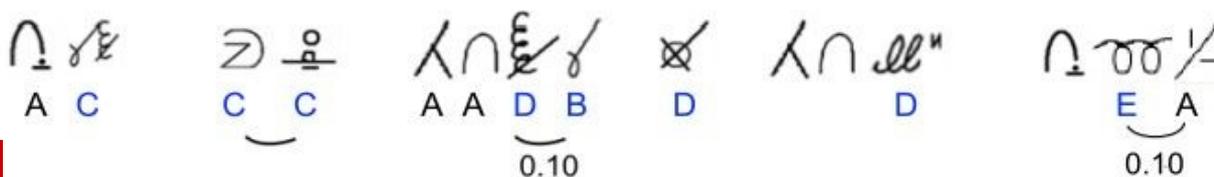
Poutre Peut remplir EC#3 (Une série acro, min. de 2 éléments avec envol dont un salto) et EC#4 (élément acro en ar.)

Mais

Poutre Les éléments ne peuvent pas être répétés pour remplir une autre EC (flic- flac dans ce cas), donc pas de EC#3
Mais le 1^{er} flic-flac ou le salto ar. tendu décalé peuvent être utilisés pour EC#4

7.4 Valeur de liaison (VL)

”a) Les éléments utilisés pour la VL ne doivent PAS nécessairement être parmi les 8 VD comptabilisées. Tous les éléments doivent être issus du tableau des éléments.”

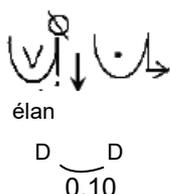


Exemple

Les éléments en bleu comptent pour la VD, néanmoins, le dernier saut gymnique A peut être utilisé pour la VL même s'il ne fait pas partie des 8 plus hautes VD (min 3 acro, min 3 gym).

”d) Les éléments dévalués peuvent être utilisés pour la VL.”

Exemple



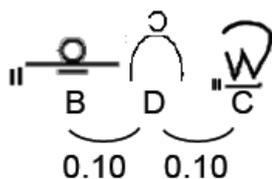


LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

"f) dans une liaison directe de deux éléments ou plus, le deuxième élément peut être utilisé:
- la première fois comme dernier élément de la liaison et
- la deuxième fois comme premier élément de la nouvelle liaison."

Exemple

Poutre



Plus 0.10 pour BS

SECTION 7
Règlements pour la note D

7.4.1 Liaisons directes et indirectes

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

"a) arrêt entre les éléments"

"e) extension évidente des jambes/hanches dans le 1^{er} élément avant l'impulsion pour le 2^e élément"



" La reconnaissance de la liaison directe ou indirecte (sol) devrait être en faveur de la gymnaste "

Exemple



Donne indirect A+D+C = 0.10 ou direct D+C = 0.20. On ne peut pas utiliser pour les deux principes à la fois et on doit choisir en faveur de la gymnaste



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

“ L’ordre des éléments dans une liaison peut être choisi librement à la poutre, au sol et aux barres (à moins qu’il y ait une condition spéciale pour la reconnaissance de la VL).”

SECTION 7
Règlements pour la note D

Barres		ou		Sol		ou	
Poutre		ou				ou	

7.4.2 Répétition des éléments pour la VL.

“a) 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.”

Exemple

A la poutre, seuls les éléments acro B suivants, avec appui des mains et envol, peuvent être exécutés une 2^{ème} fois dans l'exercice et/ou avec la sortie pour la VL/BS, mais il ne reçoivent qu'une seule fois la VD.

Exemples

“b) le même élément aux barres, élément acro à la poutre et au sol, peut être exécuté deux fois dans une même liaison. ”

Barres		Poutre		Poutre			Poutre	
--------	--	--------	--	--------	--	--	--------	--

Les éléments gym. ne peuvent pas être répétés sauf les tours en-dedans et en-dehors selon l'article 7.2.1 g) du CdP

Sol

- On attribue la VL de 0.10 pour A+A+D indirect
- Le même élément peut être exécuté 2 fois dans une liaison (valable pour liaisons directes et indirectes au sol)



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

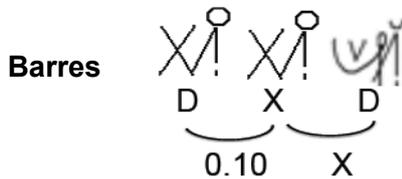
"c) dans une liaison directe de 3 éléments ou plus, l'élément avec envol répété aux barres ou le salto à la poutre et au sol doit être lié directement . La VL sera attribuée à toutes les liaisons".



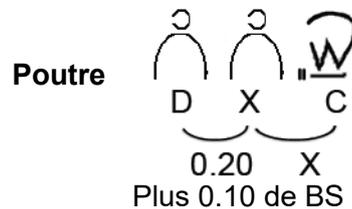
Si les mêmes éléments, au barres sont **sans envol** ou à la poutre/sol les éléments acro avec envol sont **avec appui des mains**, l'élément répété ne peut pas être utilisé pour la VL suivante."

SECTION 7
Règlements pour la note D

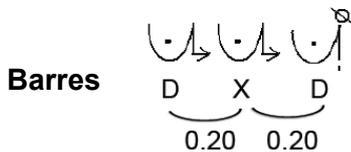
Sans envol



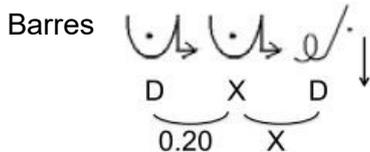
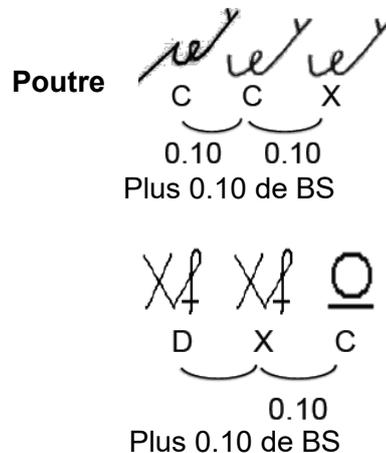
Appui des mains



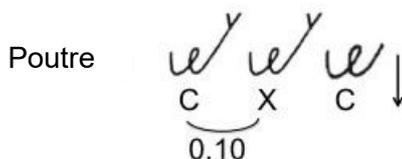
Envol



Salto



• Si la gymnaste chute au salto Pak, la VL de 0.20 pour peut être accordée.



• Si la gymnaste chute après la VL de 0.10 pour peut être accordée mais pas 0.10 pour le Bonus Série.



8.3 Tableau des fautes générales et des pénalisations

Fautes d'exécution

- **Bras ou genoux fléchis**

Légèrement - 0.10
Angle jusqu'à 135° - 0.30
Angle 90° - 0.50

- **Jambes ou genoux écartés**



Inférieur à la largeur des épaules - 0.10



Largeur des épaules ou plus - 0.30

- **Jambes croisées**



Jambes croisées pendant l'exécution d'un élément avec vrille - 0.10

SECTION 8

Règlements pour la note E

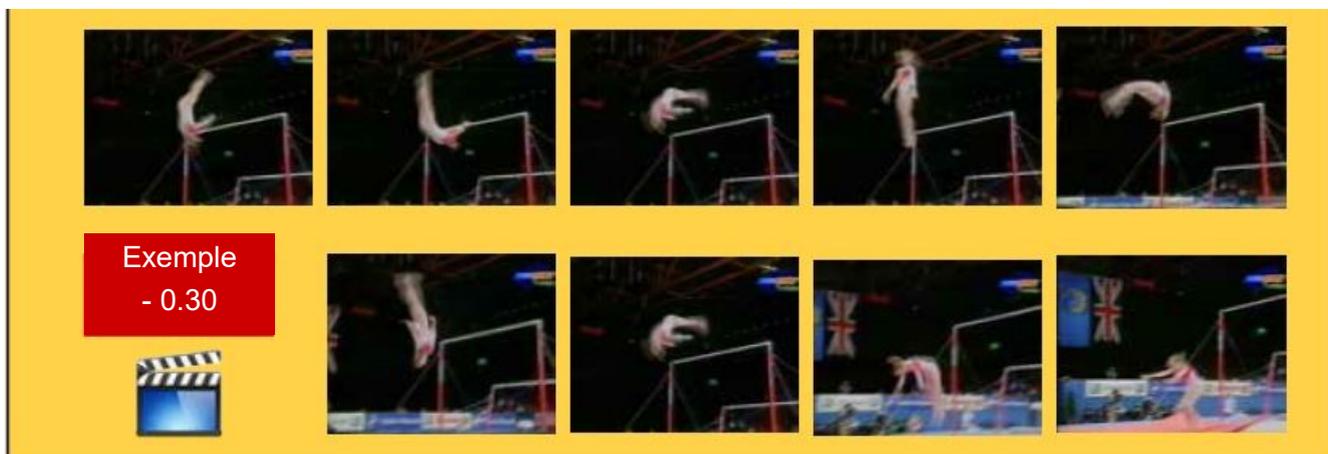
- **Manque de précision de la position groupée ou carpée dans les salti simples.**

Angle bassin 90 ° - 0.10
Angle bassin > 90 ° - 0.30



Pour les double salti ou salti avec RL pas de déduction pour manque précision de la position groupée ou carpée.

- **Manque de maintien de la position tendue: 0.10/0.30**





• **Essai sans exécuter un élément : 0.30**

Exemple

Poutre: courir, mais s'arrêter et PAS d'élément exécuté (acro ou gymnique).



Sol: Quand une gymnaste tente ligne acro et exécute au moins un élément, ne pas appliquer de déduction pour "essai sans exécuter un élément", seulement pour les fautes de réception.

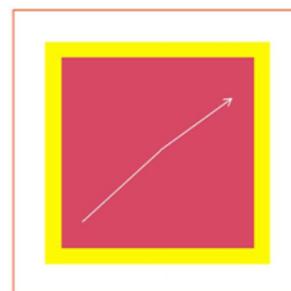
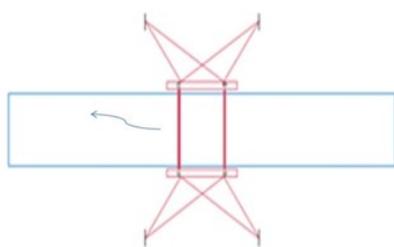
SECTION 8

Règlements pour la note E

• **Déviaton par rapport à l'axe (saut, sol, sorties aux barres et à la poutre): 0.10 ch. fois.**



Pour appliquer de cette déduction on considère le premier contact à la réception.



• **Position du corps et/ou des jambes dans les éléments (non gymniques)**

• **Alignement du corps: 0.10 ch. Fois.**



La position tendue dans le salto n'est pas parfaite.

- 0.10



Pour les éléments gymniques, s'il y a une déviaton par rapport à la description de l'élément, une déduction sera appliquée pour non respect des exigences techniques (forme du corps)



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE



Déductions spécifiques aux barres: 0.10 / 0.30



- 0.10



- 0.30



Elan arrière de l'ATR : pas de déduction pour alignement du corps

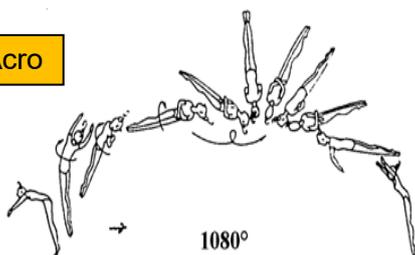


SECTION 8

Règlements pour la note E

- Précision (saut, barres, poutre et sol) : 0.10 chaque fois.

Éléments Acro

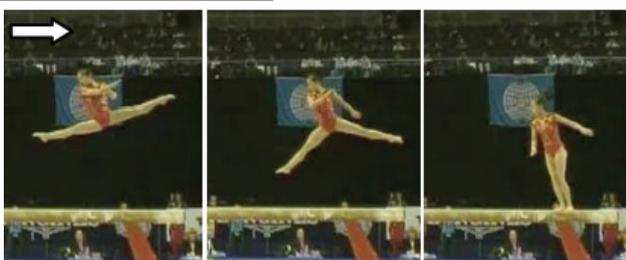


Salto arrière tendu avec 3/1 tours (1080°) – le tour n'est pas complètement terminé avec les 2 pieds: on considère 2 ½ tours (D) et - 0.10 pour précision.



- Non respect des exigences techniques pour les éléments gymniques (forme du corps): 0.10/ 0.30/ 0.50)

Éléments gymniques



Une jambe en position latérale, l'autre en position transversale: application de déduction pour non respect des exigences techniques.



Eléments gymniques



Pour position de jambe inesthétique ou non définie: application de déduction pour non respect des exigences techniques.



Si un élément est en sous-rotation ou en sur-rotation: application d'une déduction pour **précision**. Cette faute est en plus de la déduction pour forme du corps.

SECTION 8

Règlements pour la note E

- **Exécution de la sortie trop près de l'agrès (barres et poutre): 0.30**



Cette déduction n'est pas incluse dans "maximum 0.80 " pour les fautes de réception puisque ce n'est pas une déduction de réception.



Fautes de réception:

- **Déséquilibre 0.10 / 0.30**

- Léger : 0.10

-Tête à hauteur des hanches ou plusieurs légers mouvements: 0.30



Toutes les réceptions devraient être totalement contrôlées (pile). Tout pas entraîne une déduction et la position de fente (pour les éléments acro. au sol seulement) est aussi considérée comme un pas. Pour les éléments gymniques la déduction pour "déséquilibre" devrait être appliquée aux éléments qui se terminent de manière non contrôlée (l'axe vertical du corps n'est pas gardé).



- Pas supplémentaires, petit sursaut: 0.10
- Très grand pas ou saut (plus d'1 mètre): 0.30



Le guide pour la largeur des épaules est la prise en compte de l'espace entre le talon du pied avant et les orteils du pied arrière.



Fente: Si la gymnaste exécute une "fente" à la réception des éléments acro au sol, une déduction de 0.10 ou 0.30 doit être appliquée (comme pour un pas).



Il n'y a pas de déduction pour position en "fente" après les éléments gymniques. A la place, il peut y avoir une déduction pour "déséquilibre" après les tours, les sauts (jumps/hops/leaps) de 0.10 ou 0.30.



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMINE

*** Chutes sur le tapis, sur les genoux ou le bassin / chute sur ou contre l'agrès: 1.00**

Saut

Exemple

Si la gymnaste après la réception du salto rebondit immédiatement pour exécuter un salto avant à la station: ceci est considéré comme une chute (1.00)
* Pas de déductions supplémentaires appliquées pour le salto après la réception.



Sol

Exemple

Si la gymnaste chute mais ne peut pas s'arrêter et chute à nouveau sans élément intermédiaire, déduction pour une chute seulement: 1.00.



Exemple

L'exécution d'une roulade avant ou arrière après la réception sera considérée comme une chute (1.00).

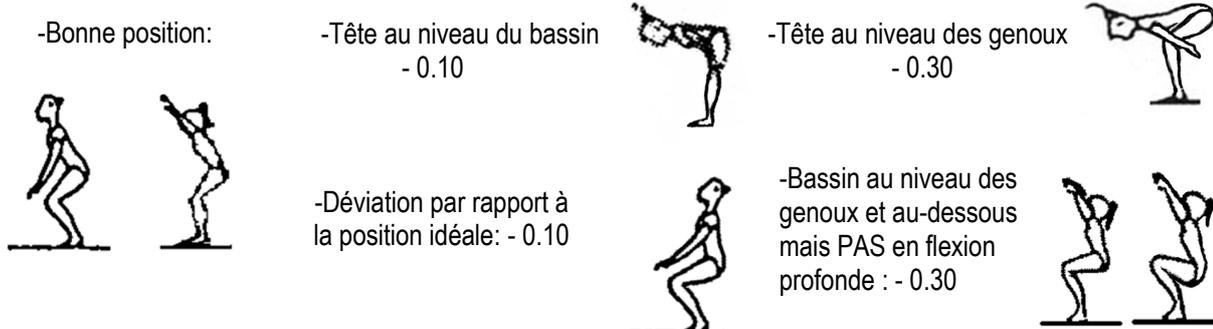
* pas de déductions supplémentaires pour la roulade après la réception.



SECTION 8
Règlements pour la note E



• **Fautes de position du corps: 0.10 / 0.30**



SECTION 8

Règlements pour la note E



Noter que la déduction pour "Frôler/toucher l'agrès/tapis, sans tomber contre l'agrès" n'existe plus.

Exemples:

Saut— A la réception la gymnaste fait une flexion profonde et touche le tapis avec son justaucorps (pas d'appui): 0.50 pour flexion profonde + pas (maximum 0.80 pour déductions de réception) + autres déductions (distance etc.).

Barres— A la réception la gymnaste fait des pas incontrôlés en direction des barres et frôle un montant des barres ou frôle le tapis avec la main (pas d'appui): déductions pour réception et éventuellement déduction pour sortie trop près de l'agrès.

Poutre— A la réception du salto av. groupé sur la poutre la gymnaste touche/frôle la poutre en av. avec la main (pas d'appui sur la poutre ou elle ne s'accroche pas à la poutre): déductions pour réception (position à la réception, pas etc.).

Sol— A la réception du double salto ar. carpé la gymnaste est basse et frôle le sol avec sa main (pas d'appui): déductions pour la réception (position du corps à la réception, pas, etc.).



PRINCIPES POUR L'EXECUTION

Si un élément clairement **n'est pas** accordé selon les critères suivants:

- Barres: Elan qui n'atteint pas les 10° par rapport à la verticale avant l'ATR (exemple soleil, tour d'appui libre ou stalder qui n'atteignent pas les 10° et ensuite chute).
- Élément avec lâcher et pas de reprise de barre (exemple Tkatchev et la barre n'est pas du tout touchée).
- La réception ne se fait pas sur les pieds d'abord ou ne pas se réceptionner sur la poutre avec un ou les deux pieds.
- Lorsqu'un élément mal exécuté n'est pas reconnaissable comme élément du code (exemple flic-flac avec la tête qui touche le sol).

Dans tous ces cas seulement déduction pour chute.



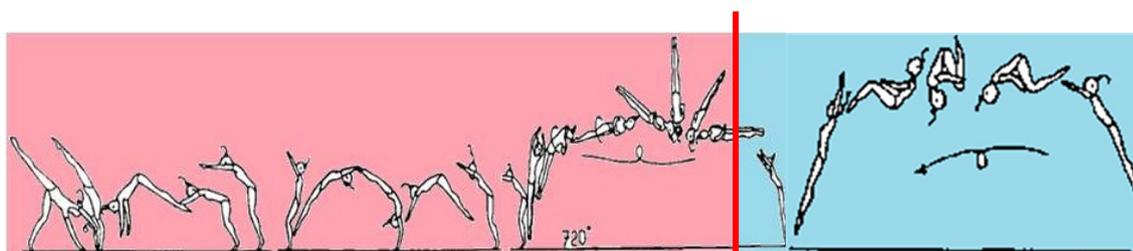
Déductions par le jury D—(D¹ & D²)

- Impulsion en dehors des limites du praticable au sol (complètement en dehors): pas de VD, pas de VL, pas de EC.

Exemple

Λ η ε σ

Salto arrière avec 2/1 tours, réception en dehors des limites du praticable, suivi d'un salto av. groupé. Le salto av. groupé ne recevra pas de VD (impulsion en dehors) et cet élément ne sera pas pris en compte pour EC #2 (salto av.). Aussi déduction de 0.30 pour réception en dehors des lignes du praticable pour le salto avec 2/1 tours. (Juge de ligne) .



Intérieur de la surface du sol

Pas de VD impulsion en dehors

SECTION 8

Règlements pour la note E



- Impulsion avec un pied à l'intérieur et l'autre en dehors des limites: on accorde la VD (0.10—déduction pour la ligne)
- Impulsion avec les deux pieds partiellement en dehors des limites: on accorde la VD (0.30—déduction pour la ligne)



Quand la gymnaste exécute un salto av. depuis l'extérieur du praticable, l'élément n'a pas de valeur mais tout élément suivant reçoit une VD. Le salto av. interrompt la liaison et on considère 2 lignes acro.

Λ η η ε σ Λ ε

A A X C no DV X C

1^{ère} ligne acro

2^{ème} ligne acro

Aide

Aux barres



- Il n'y a pas de déduction pour l'entraîneur qui frôle la gymnaste pendant un exercice aux barres.

Aux barres si la gymnaste, lorsqu'elle exécute sa sortie ou un élément, est aidée par l'entraîneur pour l'exécution de cet élément on évalue:

- Pas de VD, pas de VL, pas de EC (jury D)
- 1.00 pour aide de l'entraîneur (jury D— déduction neutre)
- Pas de déduction pour chute (jury E)



Au saut: 0.00 (saut non valable), mais pas de déduction pour présence non autorisée d'une personne sur le podium, parce que la note est déjà de 0.00.





LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Aide à la poutre et au sol:

A la poutre et au sol si la gymnaste, pendant qu'elle exécute sa sortie ou un élément, est aidée par l'entraîneur pour l'exécution de l'élément on évalue:

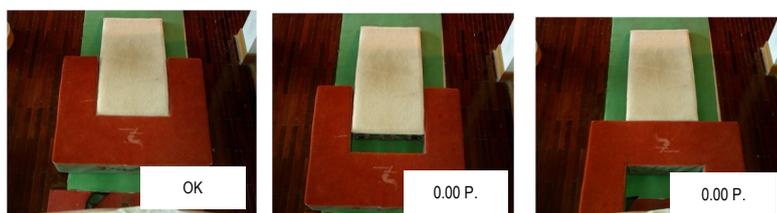
- pas de VD, pas de VL/BS, pas de EC (jury D)
- 1.00 pour aide de l'entraîneur (jury D- déduction neutre)
- 0.50 pour présence non autorisée d'une personne sur le podium (jury D- déduction neutre)
- Pas de déduction pour chute (jury E)

Déductions par le jury D - (D¹ & D²) avec notification au jury supérieur ou par le JS

SECTION 8

Règlements pour la note E

- **Utilisation incorrecte du collier de sécurité pour les sauts par rondade: saut nul 0.00**



Pas de pénalisation si le collier de sécurité est utilisé pour les sauts par renversement av. (Groupe 1, 2 et 3). Il peut aussi être aussi utilisé aux barres et à la poutre.

- **Placement du tremplin sur une surface non autorisée : - 0.50 de la note finale**

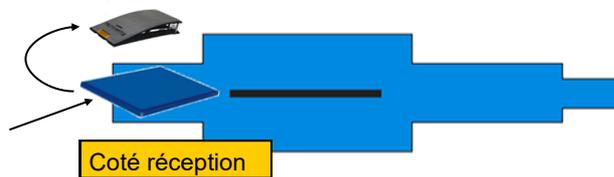
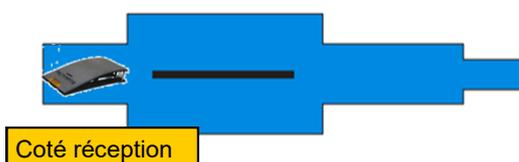
Par exemple: un tremplin supplémentaire, sur une surface plus dure, sur un 2^{ème} tapis de 10 cm, etc.



- **Déplacer le tapis supplémentaire : - 0.50 de la note finale**

-Déduction appliquée quand le tapis supplémentaire est déplacé après que l'exercice ait commencé.

Exemple



- Quand une gymnaste entre du côté de la sortie (entrées sans course seulement), elle doit placer le tremplin au dessus du tapis supplémentaire et l'entraîneur ou une autre gymnaste doit l'enlever immédiatement.
- Si une gymnaste déplace le tapis supplémentaire pour entrer du "côté sortie", et l'entraîneur enlève le tremplin et replace le tapis supplémentaire = - 0.50 (jury D)
- La gymnaste peut placer le tapis supplémentaire sur le côté de la poutre pour les réceptions

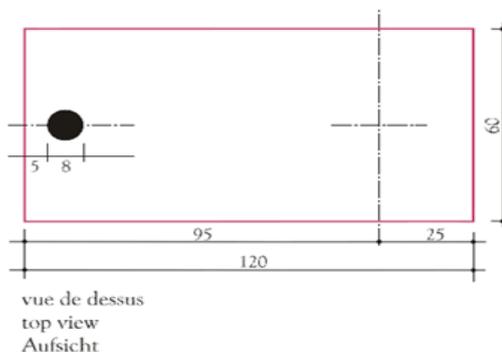
Exemple:

NE



• **Ajouter, replacer ou enlever les ressorts du tremplin : 0.50 sur la note finale (par le jury supérieur)**

- Les tremplin réglables ne sont pas valides.
- Pour les compétitions au saut un tremplin dur et un tremplin souple doivent être à disposition.
- Le tremplin dur est identifié par un point sur sa surface.
- Aux barres et à la poutre seul le tremplin souple est autorisé.



SECTION 8
Règlements pour la note E

• **Utilisation incorrecte de la magnésie et/ou endommager les agrès: - 0.50 sur la note finale (par le jury supérieur)**

Exemple

Nettoyer la barre avec



Déduction par la présidente du jury supérieur sur la note finale (Notification par le jury D au jury supérieur)

• **Tenue incorrecte – justaucorps, bijoux, couleur de bandage**
"les bandage doivent être de couleur beige ou couleur de la peau"





Aux barres les bandage ou les bandes de poignets sous les maniques et les sangles/velcro des maniques peuvent être de couleur différente.



Poignets de protection de couleur pas autorisés .



A l'exception des bandes de poignet aux barres tous les autres bandages doivent être de couleur beige ou couleur de la peau.



Chaussettes de contention



Les chaussettes et les manchons de contention ne sont **pas autorisés** en compétition. ils sont liés au système lymphatique en comprimant les tissus des jambes et les parois des veines.

Il est possible de les utiliser seulement à l'entraînement et à l'échauffement .

Bandages élastiques



Les bandages élastiques (chevilles,coudes,genoux) **sont autorisés** parcequ'ils soutiennent les articulations.

SECTION 8

Règlements pour la note E

- **Matcher dans un ordre incorrect**

- ◇ 1.00 déduction sur le total de l'équipe à l'agrès concerné. Peut être appliqué à plus d'un agrès
- ◇ Cette déduction est seulement pour les équipes lors des qualifications et finale par équipe.



Notification écrite au jury D par le CHRONOMETREUR

Précision: Le chronométrage concernant tous les exercices (y compris le début de l'exercice, la durée de l'exercice etc.) se fait par augmentation de 1 seconde.

Exemple pour dépassement de temps: la déduction commence avec la début des 91 secondes. Entre 90 et 91 c'est toujours 90 secondes.

SECTION 8

Règlements pour la note E

- **Dépassement flagrant du temps de préparation (après avertissement)**
 - ◇ Equipes: - 0.30 du total de l'équipe à l'agrès où le dépassement du temps s'est produit.
 - ◇ Individuelles: - 0.30 sur la note finale à l'agrès où le dépassement du temps s'est produit.

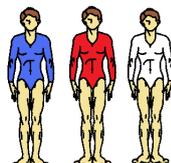
Echauffement à tous les agrès: qualifications, concours individuel multiple, finale par équipe et finales individuelles par agrès juniors.

Le temps maximum d'échauffement est de 30 sec. par gymnaste à la poutre et au sol (50 sec. aux barres) multiplié par le nombre de gymnastes dans le groupe = total temps "d'échauffement".

Equipes: 3 gymnastes dans une équipe: 3 x 30 sec = **1 min 30 sec temps d'échauffement**

Une déduction de 0.30 sera appliquée sur le résultat de l'équipe à l'agrès concerné si temps d'échauffement est dépassé (avant que la compétition commence).

Exemple



Individuelles: 3 gymnastes dans un groupe: 3 x 30 sec = **1 min 30 sec temps d'échauffement**

Une déduction de 0.30 sera appliqué à l'individuelle qui dépasse le temps d'échauffement de manière flagrante.



Pendant le temps d'échauffement le nombre d'essais n'est pas limité à l'intérieur d'une même équipe (sauf au saut). Pour les groupes mixtes le temps d'échauffement appartient personnellement à la gymnaste.



SOL: S'il y a moins de trois gymnastes dans le groupe, le juge peut appeler la première gymnaste après 1min 30 sec. d'échauffement. La gymnaste doit commencer sa compétition en même temps que les autres gymnastes aux autres agrès.

Clarification du cas 1 : Pendant que les juges calculent une note, si la gymnaste suivante monte sur l'agrès (par ex: saute du tremplin sur la poutre) - Après avertissement la gymnaste reçoit 0.00 pour exercice exécuté avec la lumière rouge.

Clarification du cas 2 : Pendant que les juges calculent une note, si la gymnaste suivante s'échauffe sur le podium – Après avertissement il devrait y avoir une déduction de 0.30 pour dépassement du temps d'échauffement (équipe ou gymnaste).



DEFINITION DE LA POSITION DU CORPS (point de vue mécanique) dans les salti.

Salto arrière groupé

- La poussée des jambes exerce une force verticale et un couple pour débiter la rotation du corps.
- L'impulsion devrait être avec un corps droit pour que le couple soit plus efficace, loin de l'axe de rotation (axe transversal).
- Dans l'espace la gymnaste groupe pour réduire le moment d'inertie et augmenter la vitesse angulaire.
- Dans la préparation pour la réception elle tend le corps pour augmenter le moment d'inertie et réduire la vitesse angulaire.
- Pendant la réception les forces sont appliquées ce qui réduit l'angle et le moment linéaire à zero.

Salto arrière carpé

- La poussée des jambes exerce une force verticale et un couple pour débiter la rotation du corps.
- L'impulsion devrait être avec un corps droit pour que le couple soit plus efficace, loin de l'axe de rotation (axe transversal).
- Dans l'espace la gymnaste carpe pour réduire le moment d'inertie et augmenter la vitesse angulaire.
- Dans la préparation pour la réception elle tend le corps pour augmenter le moment d'inertie et réduire la vitesse angulaire.
- Pendant la réception les forces sont appliquées ce qui réduit l'angle et le moment linéaire à zero.

Salto arrière tendu

- La poussée des jambes exerce une force verticale et un couple pour débiter la rotation du corps.
- L'impulsion devrait être avec un corps droit pour que le couple soit plus efficace, loin de l'axe de rotation (axe transversal).
- Dans l'espace la gymnaste amène ses bras sur le côté pour réduire le moment d'inertie et augmenter la vitesse angulaire.
- Pendant la réception les forces sont appliquées ce qui réduit l'angle et le moment linéaire à zero.

Salto tempo arrière (salto tempo)

- Les pieds sont placés directement sous ou légèrement en avant du bassin, (centre de masse) pour être en opposition pour créer plus de force linéaire (plus horizontale que verticale) et un couple de rotation.
- L'extension très dynamique des jambes, une hyper extension du dos et flexion des bras au épaules, augmente la réaction des forces pour un couple maximum.
- Après l'impulsion, bras dans le prolongement des épaules, pour réduire le moment d'inertie et augmenter la vitesse angulaire dans l'espace.



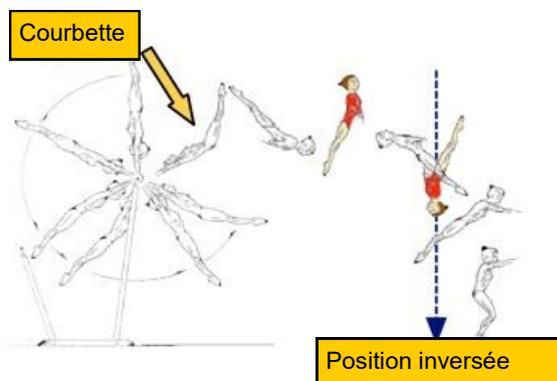
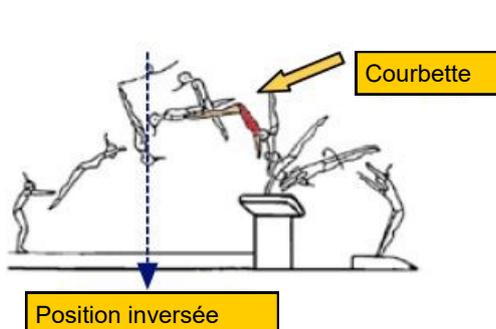
Les exigences stipulées dans la section 9 servent de guide pour une exécution idéale des éléments.

POSTION TENDUE (Saut—Barres)

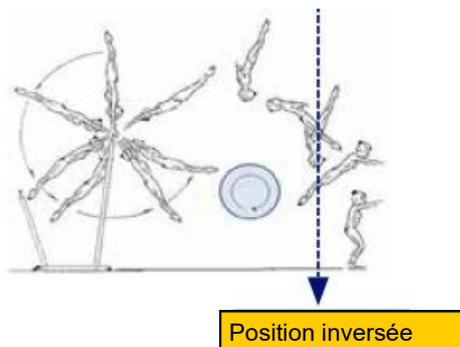
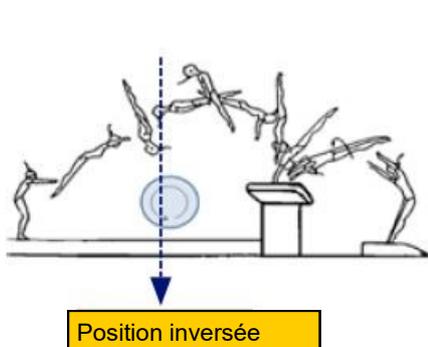
La position tendue doit être maintenue pendant la majorité de la rotation. Après la courbette on doit voir la rotation en position tendue. La position tendue doit être maintenue jusqu'à la ligne verticale avant la réception. Cette recommandation se réfère seulement aux salti sans rotation longitudinale.

Note: Position inversée: quand la tête est en bas (inversée par rapport à la position normale de l'homme en station debout)

SECTION 9
Directives techniques



Si il n'y a pas de "courbette" la position tendue doit être maintenue à partir du moment où les mains lâchent (la barre) ou de la répulsion de la table de saut, jusqu'à la position inversée.

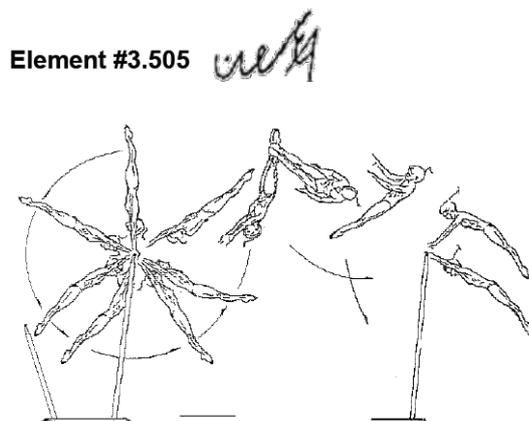


Barres: Eléments avec envol en position tendue

Elément # 3.608

La rotation du corps tout entier doit se faire en position tendue (toutes les parties du corps en rotation) pieds pointés vers la barre (hanches plus hautes que les pieds). Avant de rattraper la barre la gymnaste peut fermer l'angle des hanches.





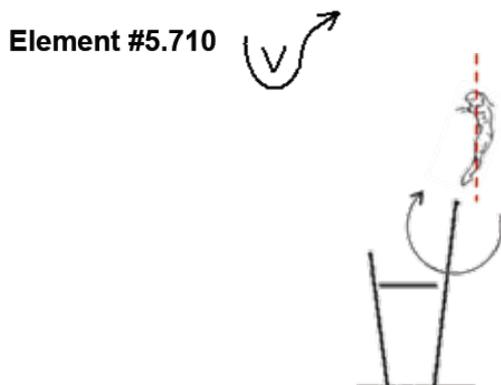
- Position tendue (gainage) doit être maintenue jusqu'à la position tête vers le haut approximativement.
- Avant d'attraper la barre un angle au niveau des hanches est permis.



Après le lâché de barre l'ouverture complète des hanches doit être visible dans la position inversée.



SECTION 9
Directives techniques



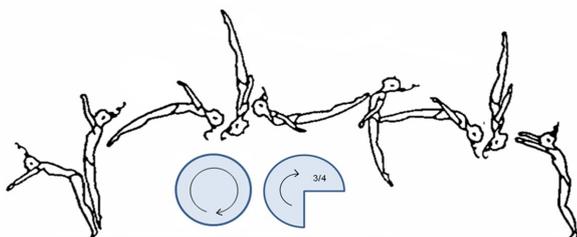
- Maintien de la position tendue en passant la barre , les pieds se placent sous les hanches.
- Le centre de gravité doit s'élever.

POSTION TENDUE (Sol)

Dans les doubles salti la majorité de la rotation doit être faite en position corps tendu.



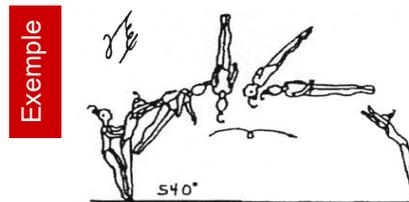
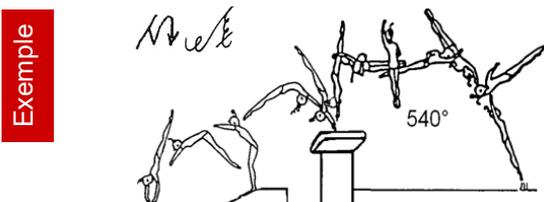
Si la gymnaste saisit ses cuisses pour s'aider dans l'exécution du second salto celui-ci sera alors considéré comme un double salto arrière carpé.





9.1.2 Réception d'un salto simple avec vrille

Les éléments avec vrille doivent être complètement terminés ou un **autre** élément sera reconnu. Le placement du pied avant est décisif pour l'obtention de la VD.



- Si réception = $\text{N} \searrow \text{E} \text{E}$
- Si réception = $\text{N} \searrow \text{E} \text{E}$ - 0.10 pour précision
- Si réception = $\text{N} \searrow \text{E} \text{E}$ - 0.10 pour précision

- Si réception = $\text{E} \text{E}$
- Si réception = $\text{E} \text{E}$ - 0.10 pour précision
- Si réception = $\text{E} \text{E}$ - 0.10 pour précision

SECTION 9
Directives techniques



On accorde toujours la VD pour les doubles salti avec vrille (pas de dévaluation). Si la vrille n'est pas terminée exactement on applique 0.10 pour manque de précision.

Liaisons directes de salti

Sol: lorsque un salto avec vrille est lié directement avec un autre salto et que dans le premier salto la rotation n'est pas complètement terminée (mais la gymnaste peut exécuter l'élément suivant) le premier élément n'est PAS dévalué.

- $\text{N} \searrow \text{E} \text{E} \text{V} \rightarrow \text{E} \text{E}$ Pas dévalué, si le salto suivant commence la rotation. Si V pas de réception d'abord sur les pieds on attribue la VD à $\text{E} \text{E}$ même si la vrille n'est pas terminée.
- $\text{N} \searrow \text{E} \text{E} \text{E} \rightarrow \text{E} \text{E}$ Doit être terminée complètement si c'est le dernier salto.
- $\text{N} \searrow \text{E} \text{E} \text{N} \text{E} \text{E} \rightarrow \text{E} \text{E}$ Doit être terminée complètement parce que pas liée à un autre salto.

Clarification du cas $\text{N} \searrow \text{E} \text{E} \text{E}$

Triple vrille pas terminée, réception en dehors du praticable et rebond salto avant à nouveau sur le praticable.



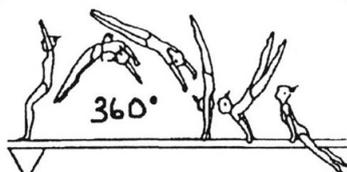
Evaluation: On donne E pour la triple vrille, même si la réception du salto avant n'est pas sur les pieds d'abord, mais la rotation transversale a été commencée. Pas de VD, pas de EC pour le salto av, pas de VL pour la liaison.



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

12.7 Eléments particuliers à la poutre (renversement ar avec envol avec 1/1 tour au siège à cheval)

Pour cet élément les mains doivent être placées en position transversale.



Placement correct des mains



- 0.10 précision



- 0.10 précision

SECTION 9

Directives techniques

Exemple					VD- D & - 0.10 précision		
	Exemple						Placement correct des mains

9.2 Reconnaissance des tours dans les éléments gymniques

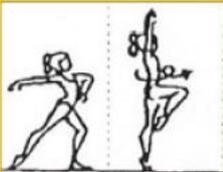
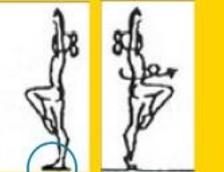
Les tours doivent être complètement terminés. La position des épaules et des hanches est décisive sinon un autre élément est accordé.

9.2 b) Poutre et Sol: Tours sur une jambe

Le degré de rotation est déterminé par la pose du talon de la jambe d'appui.



- Si le tour est terminé on donne la VD même si la jambe libre est placée en arrière ou latéralement
- Poutre: si le tour est terminé mais la gymnaste tombe sans placer la jambe libre sur la poutre il reçoit la VD.

Exemple		
	Le tour est terminé à 180° parce que le talon s'est posé.	



Poser le talon n'est pas essentiel pour l'exécution technique de l'élément. La fin du tour est déterminée par les épaules, la position des hanches et l'achèvement du tour avec la position de la jambe libre

Sol



Si la gymnaste met la main sur sol, le tour est considéré comme terminé.

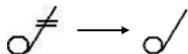
Poutre: Tour sur un pied avec la jambe libre tenue en ar. avec les 2 mains

(# 3.403)



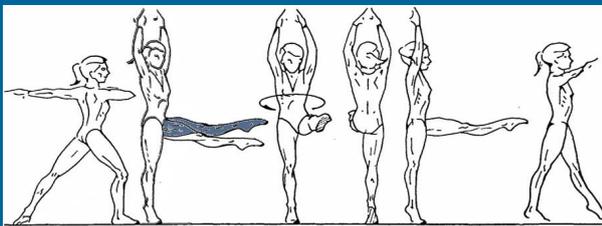
Si la jambe libre descend avant que le tour soit terminé, mais est maintenue au dessus de l'horizontale, on le reconnaît comme l'élément # 3.302 (VD:C)

Même principe pour les tours avec la jambe libre maintenue écartée en haut en grand écart.



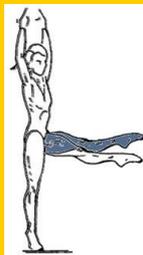
Pour les tours sur une jambe avec exigence de la jambe libre dans une position spécifique, la position doit être maintenue pendant tout le tour.

Exemple



Jambe libre non maintenue dans la position demandée pendant tout le tour, donc peut pas être considéré comme

Si la jambe libre n'est pas dans la position demandée, on donne la valeur d'un autre élément du code.



1/1 tour dans cette position est considéré comme un élément A (jambe libre sous l'horizontale) parce que la jambe libre n'est pas dans la position demandée (horizontale).



"La valeur de difficulté ne change pas que la jambe d'appui soit tendue ou fléchie (chorégraphie)."

Un demi plié est considéré comme de la "chorégraphie". Quand la jambe d'appui est relâchée, ceci est considéré comme une faute d'exécution.





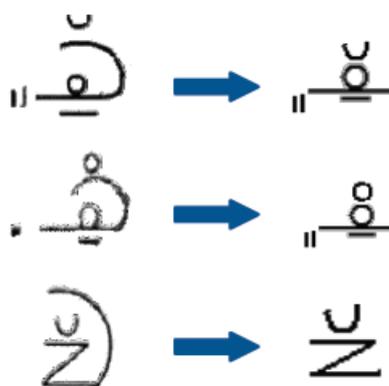
9.2.2

“Différentes techniques de sauts (jumps, leaps, hop) avec tours sont autorisées ...(sauf s’il y a une exigence particulière pour l’élément).”

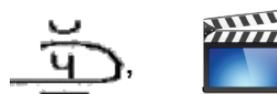
- ◆ Pour ces éléments le tour doit être exécuté après une position pied-tête visible.



- ◆ Sinon l’élément sera considéré comme n’ayant pas de position pied-tête. Donc:



- ◆ Seulement dans le saut grand écart avec 1/1 tour avec la technique du tour jeté la position pied-tête peut être visible après le 1/2 tour.



SECTION 9
Directives techniques

9.2.3 Exigences pour le grand écart

Tous les sauts (leaps—jumps) avec jambes écartées, doivent avoir un écart de 180°.

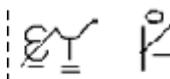
Par conséquent le grand écart est aussi exigé pour:



180° Au point le plus haut des 2 jambes

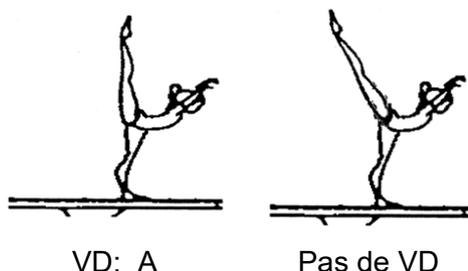


Le grand écart n’est pas exigé pour les sauts impulsion 1 pied et réception même pied ou 2 pieds (hops)





9.3 Exigences pour les éléments gymniques particuliers



Pour les planches exigence d'écart 180°, si inférieur pas de VD et pas de déductions pour manque d'écart.

Si pas tenu 2": Pas de VD



SECTION 9
Directives techniques

Forme du corps

- ◇ Déductions maximum cumulées pour déviations par rapport à l'exécution idéale basée sur les exigences de l'éléments.
- ◇ La déduction peut être de 0.10, 0.30 ou 0.50 pour petite, moyenne ou grande déviation par rapport à l'exécution idéale.
- ◇ Les déductions pour forme du corps prennent en compte les fautes pour:
 - Manque d'écart
 - Jambes fléchies
 - Pointes de pieds non tendues
 - Exigences spécifiques à l'élément



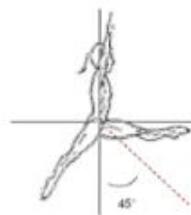
Déductions pour précision, réception et hauteur s'ajoutent aux déductions pour forme du corps.

Saut grand jeté changement de jambe



Exigences

Jambe de changement à 45° mini., écart de jambe 180°, la jambe de changement doit être tendue.



Remarque: Les 45° sont par rapport à l'axe vertical, et non par rapport à l'autre jambe.



Si la jambe libre de changement est à moins de 45° ou fléchie on considère une faute relative aux déductions pour forme du corps.

Saut "Johnson"

Jambes **au dessus** de l'horizontale, mais pas parallèles au sol fait partie des déductions pour **forme du corps**



Jambes à l'horizontale ou au **dessous** et pas symétriques: 2 fautes relatives aux déductions pour **forme du corps**.





Les fautes d'exécution supplémentaires (Sec 8) peuvent être appliquées en plus des déductions pour **forme du corps**, à chaque élément.

Grand jeté pied tête/ saut changement de jambe pied tête (avec/sans tour)

L'exécution idéale est quand la gymnaste montre la position pied-tête pendant que la jambe av. **est à l'horizontale**, autrement déductions pour **forme du corps**.

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	-0.10	- Jambe av. sous l'horizontale
	-0.30	- Jambe av. sous l'horizontale - Cambré insuffisant
	Autre élément -0.50	- Jambe av. sous l'horizontale et près de 45° - Cambré insuffisant - Pied ar. au-dessous de la hauteur des épaules



Saut de mouton

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	-0.10	- Jambes écartées
	Pas de VD et -0.30	- Jambes écartées - Pieds sous hauteur de tête
	Pas de VD et et -0.50	-Cambré insuffisant -Jambes écartées -Pieds sous hauteur de tête -Pieds non pointés -Extension des hanches insuffisante

SECTION 9

Directives techniques

Saut pied tête

Saut pied tête réception sur un pied.

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	Considéré comme  parce qu'il n'y a pas de cambré et d'extension de la tête et -0.30 pour forme du corps	-Cambré insuffisant -Ecart insuffisant -Pied ar. à hauteur de tête



Tous les sauts pied tête (leaps/jump) peuvent être exécutés avec jambe ar. fléchie ou tendue .



Si dans les éléments gymniques, l'angle des hanches est de plus de 135° en position groupée/carpée - Ils ne recevront PAS ou une autre VD.

Saut groupé avec/sans tour

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	-0.10	- Genoux à l'horizontale
	-0.30	- Genoux sous l'horizontale
	-0.30 (même si pas de VD ou autre élément du code)	- Angle hanches >135° - Genoux sous l'horizontale

SECTION 9

Directives techniques

Saut cosaque avec/sans tour

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	-0.10	- Jambe tendue à l'horizontale
	-0.30	- Jambe tendue à l'horizontale - Genoux écartés
	-0.50	- Jambe tendue sous l'horizontale - Genoux écartés
	-0.30 (même si pas de VD ou autre élément du code)	- Angle des hanches >135° - Jambe tendue sous l'horizontale



Saut carapé écarté avec/sans tour

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	-0.10	- Une ou deux jambes à l'horizontale
	-0.30	- Une ou deux jambes sous l'horizontale
	-0.30 (même si pas de VD ou autre élément du code)	- Angle hanches >135° - Jambes sous l'horizontale

SECTION 9

Directives techniques

Saut de chat avec/sans tour

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	-0.10	- Une ou deux jambes à l'horizontale
	-0.30	- Une ou deux jambes sous l'horizontale
	-0.30 (même si pas de VD ou autre élément du code)	- Angle des hanches >135° - Jambes sous l'horizontale
	Reconnu comme position groupée et déductions pour forme du corps par rapport à la position groupée	- Manque de montée alternative des genoux (pas de changement de jambe)

 Saut de chat avec 1/1 tour  si l'angle du bassin est supérieur à 135° on considère 



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Principe: En raison de fautes techniques quelques éléments peuvent être considérés comme éléments différents ou ne pas recevoir du tout de VD par rapport au tableau des éléments..

Dans ces cas, le jury E doit appliquer les déductions appropriées en considérant l'intention de la gymnaste qui essaye d'exécuter l'élément.

Exemples

SECTION 9
Directives techniques

Eléments tentés	Fautes techniques	Eléments reconnus	Fautes d'exécution
	Avec écart <135°		<ul style="list-style-type: none"> •Forme du corps •Hauteur •Précision •Réception
	Avec angle des hanches >135°		
	Avec écart <135°		
	Jambe de changement fléchie		
	Pas de boucle, Pas de cambré et d'extension de tête		
	Pas de cambré et d'extension de tête		
	Pas de cambré et d'extension de tête		
	Pas de cambré et d'extension de tête		
	Jambe av. sous 45°		
	Pas de cambré et d'extension de tête Réception sur 2 pieds		
	Jambe de changement fléchie		
	Jambe de changement fléchie Plus de 30° de rotation manquant		



Pour l'application des déductions pour forme du corps on se réfère à l'élément prévu.

Exemples





Principe: Pour quelques éléments il est exigé que la jambe libre de changement soit tendue et à 45° min avant le changement de jambe. Si elle est à moins de 45° ou fléchie, les déductions pour forme du corps sont appliquées



→

Tour incomplet
Plus de 30°

Avec déductions pour
forme du corps

SECTION 9
Directives techniques

Si la gymnaste ne termine pas le 1/2 tour on considère un saut changement de jambe ou Johnson si **une position écartée est clairement visible** (poutre 2.305 ou 2.306/sol 1.205 ou 1.204) et les déduction pour forme du corps sont appliquées.



Si la gymnaste termine le 1/2 tour mais sa jambe libre de changement est à moins de 45° ou est fléchie – la VD est accordée et les déductions pour forme du corps sont appliquées.

→

Jambe libre sous
45° ou fléchie

Avec déductions pour
forme du corps

Principe: Pour la reconnaissance des différents éléments gymniques, il est important de faire la différence entre la position en écart transversal et latéral.

- Les éléments en position écart transversal ou latéral sont considérés comme différents mais ne reçoivent qu'une fois la VD si ils sont sous le même numéro.

Ecart transversal



Ecart latéral

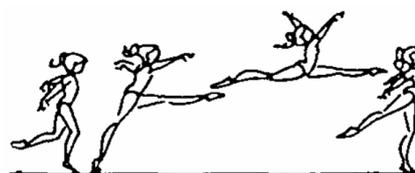


Principe:

- Les sauts gymniques exécutés avec la technique du développé ne sont pas des éléments différents sauf à la poutre pour l'élément 2.101 et 2.201
- La technique du développé peut aussi être utilisée pour les sauts pied-tête.



Éléments identiques au sol
Éléments différents à la poutre





LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Principe: Les éléments en position écart latéral et carpé écarté sont considérés comme identiques, mais avec technique et déductions différentes.

- Il est important de différencier ces deux techniques pour appliquer correctement les déductions à ces éléments gymniques: écart insuffisant (déductions pour position transversale/latérale opposé à position des jambes (déductions pour position carpé écarté)

Ecart latéral



Carpé écarté



SECTION 9
Directives techniques



• Saut changement avec $\frac{1}{2}$ ou $\frac{1}{1}$ tour doit montrer une position grand écart transversal

Quand une jambe est en écart transversal et l'autre en écart latéral, on reconnaît un saut changement de jambe (avec ou sans tour).

- et sont des éléments différents.
- Sol et sont des éléments identiques.
- Sol et sont des éléments identiques.
- et sont des éléments identiques. Ecarté latéral et écart latéral sont considérés comme position identique des jambes.
- La position diagonale ou horizontale des jambes pour les éléments et est acceptable, donc pas de déduction pour position incorrecte des jambes.
- En fonction de la technique utilisée pour le saut écart avec $\frac{1}{1}$ tour l'élément, pour manque de rotation, peut être considéré comme un tour Jeté réception sur 2 pieds.
- Si la jambe libre n'est jamais à l'horizontale, mais le $\frac{1}{1}$ tour est terminé, on considère que c'est l'élément 1.210
- L'élément 1.409 doit respecter les exigences du saut pied-tête (section 9). Si le tour est terminé mais le pied ar. est à hauteur des épaules et/ou la jambe av. sous l'horizontale on le reconnaît comme le 1.409 et les déductions pour forme du corp sont appliquées
- Si le tour n'est pas terminé dans le on considère que c'est l'élément 1.209 .



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMINEINE

Si les éléments suivants : *XI*, *VI*, *MI*, *PI*, *LI*, *~XI* ne passent pas par la verticale (au dessus de la barre), mais ont un appui (**épaules à 45° au moins de la verticale**) on accorde la VD-A (élément du code), sans déduction pour angle à la fin de l'élément. L'élément A peut remplir l'EC #3 - Prises différentes.



SECTION 9
Directives techniques

Exemple



Si *VI* se termine en appui (déviation >10° et ne passe pas par la verticale) pas de valeur D accordée. Cet élément sera considéré comme tour d'appui en avant - A





9.4.2 Eléments avec envol de BS à l'ATR sur BI

Ce principe est appliqué aux éléments avec envol de BS à l'ATR sur BI qui ne finissent pas dans les 10° de la verticale.

	Jury D	Jury E	
	Exemple	 D à C	Déviation de l'ATR, au passage de la verticale: 11° - 30° déduction 0.10 31° - 45° déduction 0.30 Au-dessous de 45° déduction 0.50
		 D à C	
		 C à B	

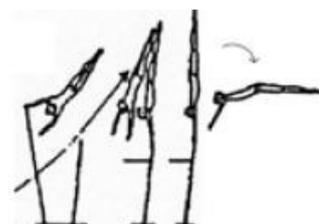
SECTION 9
Directives techniques



- Si l'élément n'est pas terminé dans les 10° avant la verticale (intérieur des barres): on donne 1VD inférieure, seulement quand la gymnaste peut exécuter le demi-tour et continuer avec l'élément suivant/bascule.
- Si l'élément n'est PAS terminé dans les 10° avant la verticale (intérieur des barres) et après l'appui sur BI la gymnaste chute, pas de VD accordée.
- Si l'élément **est** terminé dans les 10° avant la verticale (intérieur des barres) et après l'appui sur BI la gymnaste chute, VD accordée.



* Si la gymnaste saisit BI mais chute après avoir passé BI (en dehors de la barre) la VD sera accordée bien que la gymnaste ne soit pas en mesure de continuer l'élément suivant /bascule. Suivre le principe 9.4.2 du code: éléments circulaires sans rotation et éléments avec envol de BS à l'ATR sur BI.



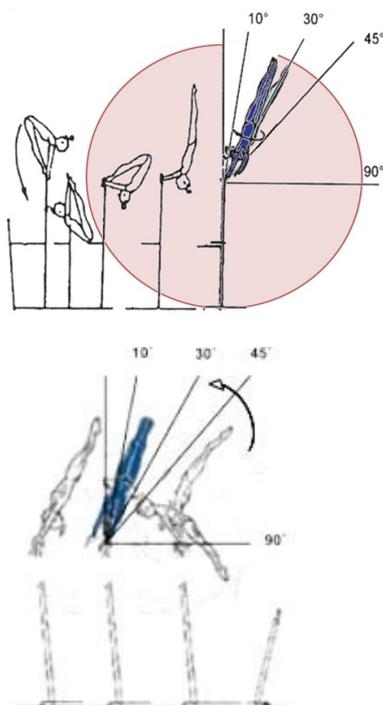
9.4.3 Elans

Eléments avec rotations qui

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

Le principe des élans peut être appliqué à **tout** élément avec rotation qui doit atteindre l'ATR mais pour lequel il manque plus de 10° avant l'ATR.

Pour les éléments avec élan et 1/2 tour toutes les parties du corps doivent atteindre au moins l'horizontale pour obtenir la VD sinon pas de VD accordée et l'élément sera considéré comme un "élan à vide".



Exemple

Jury D

	C à B		D à C
	C à B		C à B
	D à C		C à B
	D à C		D à C

Jury E

Si le tour est terminé à:

11°-30°	déduct 0.10
31°-45°	déduct 0.30
sous 45°	déduct 0.50



SECTION 9

Directives techniques



Pour l'évaluation de l'angle à la fin des éléments circulaires et élans, la rotation est considérée comme terminée quand la gymnaste saisit la barre avec sa deuxième main.



- Si l'élément n'est pas terminé dans les 10° de la verticale avant l'ATR et qu'il y a chute, l'élément est considéré comme un élan et la valeur sera donnée en conséquence pour autant que la gymnaste saisisse la barre avec les deux mains avant de chuter. Cet élément remplira l'EC # 4.
- Si la gymnaste exécute une rotation d'au moins 180°, saisit la barre avec les deux mains et ensuite chute, on considère comme un élan.

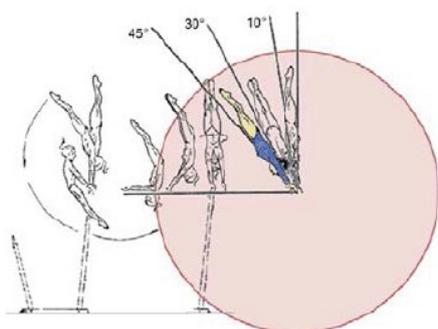




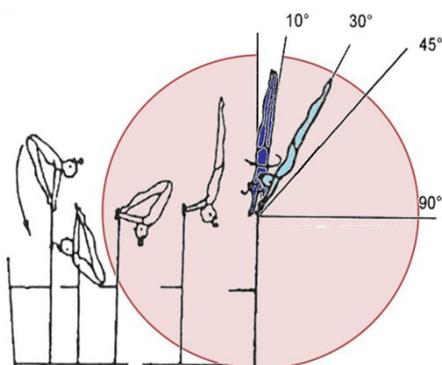
9.4.4 Eléments circulaires avec rotations terminés à l'ATR et prises d'élan avec rotations à l'ATR.

Ce principe s'applique aux éléments circulaires et prises d'élan avec rotations terminées dans les 10° de la verticale (des deux côtés)

SECTION 9
Directives techniques

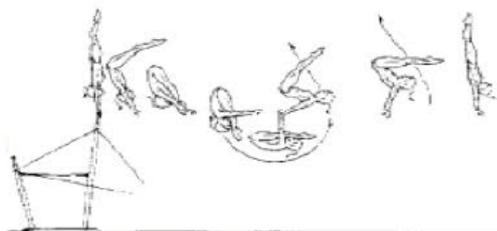


	Jury D	Jury E
Exemple	D	Si rotation terminée à :
	C	11°-30° déduct 0.10
	E	31°- 45° déduct 0.30
	C	Au-dessous de 45° déduct 0.50
	C	



- Le corps atteint les 10°, donc l'élément est considéré comme élément circulaire. (Figure en bleu marine).
- Le tour est terminé à 40° après avoir atteint les 10°, donc on applique 0.30 pour l'angle à la fin de l'élément.

9.4.5 Adler (5.501)



Remarque : prendre en compte l'angle à la fin de l'élément quand le corps est complètement tendu.





10.1 Généralités

“La distance de la course d’élan est de 25 mètres maximum”, cependant, la distance peut être réglée individuellement dans la limite fixée.



La distance de la course d’élan est mesurée du bord avant de la table à la partie intérieure du bloc fixé à la fin de la piste d’élan.



- Un tapis pour le placement des mains peut être utilisé pour les sauts Yurchenko seulement. (groupes 1,4 et 5)



Il n’est pas autorisé pour les sauts sans rondade dans le 1^{er} envol, autrement une **déduction de 0.50** pour tapis supplémentaire sera appliquée.



Echauffement au saut

- Qualifications, concours individuel multiple, finale par équipe —deux essais autorisés
- Qualification pour finales individuelles par agrès - 3 essais maximum
- Finales individuelles par agrès pour juniors—3 essais maximum

Remarque : le juge de ligne comptera le nombre d’essais pendant l’échauffement



Courses d’élan à l’échauffement

Est considéré comme course d’élan pendant l’échauffement quand:

- Exemple 1— Course, renversement et immédiatement se tenir debout sur la table et salto
Considéré comme 2 essais
- Exemple 2— Pas courus/sauter sur la table et salto
Considéré comme 1 essai
- Exemple 3 — **Toute course sur la piste est considérée comme un essai** (sauf course sur la piste dans le sens opposé à la table de saut, avant le premier essai de l’échauffement officiel). Il est important que les gymnastes ne dérangent pas les autres échauffements .

10.2 Courses d’élan

Est considéré comme "course à vide" :



- Lorsqu’il y a augmentation de vitesse et pas seulement un ou deux pas.



Lorsque 2 sauts sont demandés

Exemple 1	• 1 ^{re} course (course à vide)			-1.00 de la note finale	SECTION 10 Saut
	• 2 ^e course (saut)				
	• 3 ^e course (course à vide)				

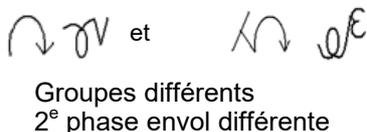
Exemple 2	• 1 ^{re} course élan (course à vide)			Pas de note pour le 1 ^{er} saut
	• 2 ^e course d'élan (course à vide)			
	• 3 ^e course (saut)			

10.4 Exigences - Finale par agrès

- "La gymnaste doit exécuter 2 sauts. Note finale obtenue en faisant la moyenne des 2 sauts.
- Les deux sauts doivent être de groupes différents.
- La deuxième phase d'envol doit être différente".



Exemple 1



Exemple 2



- 2.00 sur 2^e saut

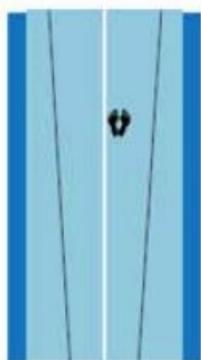
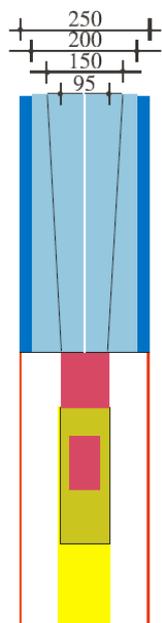
10.4.1 Lignes du couloir

- Les lignes font partie du couloir.
- Des déductions seront appliquées lorsque la gymnaste **marche en dehors** des lignes (le premier contact à la réception n'est pas décisif).

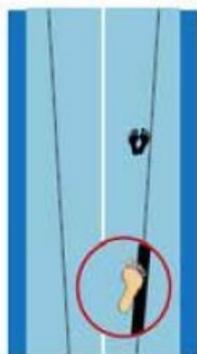
*Remarque: en plus, une déduction pour **déviaton par rapport à l'axe** pendant le saut peut être appliquée par le jury E (section 8). Les lignes tracées sur les tapis serviront d'orientation pour appliquer la déduction pour déviaton par rapport à l'axe et le premier contact est décisif.*



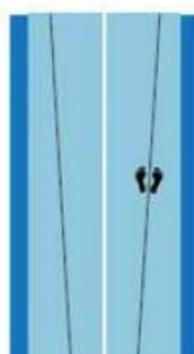
LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE



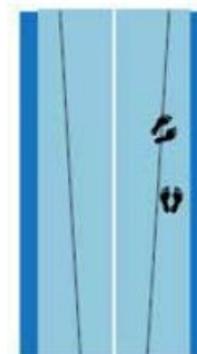
Près de la ligne centrale et pas de pas en dehors. Pas de déduction



- 0.10 pour déviation par rapport à l'axe (sec 8) Pas de déduction pour la ligne



- 0.10 pour réception ou pas en dehors du couloir avec un pied/main.
- 0.10 Pour déviation par rapport à l'axe (sec.8)



- 0.30 pour réception ou pas en dehors du couloir avec les deux pieds/mains (ou 1 pied et 1 main)
- 0.10 Pour déviation par rapport à l'axe (sec.8)

SECTION 10
Saut

Déductions pour les lignes



- Si la gymnaste marche en dehors de la ligne avec un pied, puis revient dans le couloir et marche à nouveau en dehors avec le même ou l'autre pied — déduction 2 x 0.10
- Si la gymnaste touche en dehors de la ligne avec son genou — déduction 0.30

Pour les pas ou réception en dehors des limites le juge de ligne au saut doit confirmer la faute (0.10/0.30) en levant le drapeau .



10.4.2 Déductions spécifiques à l'agrès (Jury D)

Lors des **qualifications** pour la **finale individuelle par agrès** (pour autant que la gymnaste soit inscrite pour 2 sauts) et pour la **finale individuelle par agrès**:

- Si un des deux sauts reçoit un "0"
Note du saut exécuté divisé par 2
- Si un saut seulement est exécuté:
DNF (n'a pas fini) et pas de classement pour la qualification pour la finale individuelle par agrès ou pour la finale individuelle par agrès

Exemples	1 ^{er} saut	2 ^e saut	1 ^{er} saut	2 ^e saut	1 ^{er} saut	2 ^e saut
			DNS (n'a pas commencé) -touche du tremplin sans exécuter de saut	Nul "0" - saut sans phase d'appui		
	13.400			13.200	13.000	"0" répétition 1 ^{er} saut
	Final = DNF (n'a pas fini)		Final 13.200/2 = 6.600		Final 13.000/2 = 6.500	



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

- Si les deux sauts ne sont pas de groupes différents ou le deuxième envol n'est pas différent:
[(note finale du saut 1) + (note finale du saut 2 - 2.00)] / 2

	1 ^{er} saut	2 ^e saut		1 ^{er} saut	2 ^e saut
Exemple			● ● ● ● ● ● ● ● ● ●		
	13.400	11.700 (13.700-2.00) 2 ^e envol identique		12.800	11.500 (13.500-2.00) Même groupe
	Final 13.400 + 11.700/2= 12.550			Final 12.800 + 11.500/2= 12.150	

SECTION 10
Saut



Toutes les déductions neutres doivent être retirées de la note du saut exécuté.

10.4.3 Sauts non valables (0.00 points)

- "La réception n'est pas faite sur les pieds d'abord".



Lorsqu'il n'y a pas clairement contact des pieds avant toutes autres parties du corps.

10.5 Méthode de calcul

Si la gymnaste exécute un saut différent de celui qu'elle a affiché, le jury D saisit la valeur du saut exécuté et montre au jury E, sur un tableau, le symbole du saut reconnu.



S'il y a un doute au sujet du saut, s'il est nul (0) ou non, les juges évalueront le saut en attente de la confirmation du juge D1

10.6 Déductions spécifiques à l'agrès (Jury E)

Générales: Des déductions, pour pieds pas en extension doivent être appliquées (sec 8) mais seulement une fois pour tout le saut.

Spécifiques: Des déductions pour jambes fléchies et écartées devraient être appliquées à chaque phases du saut (1^{re} et 2^e).

Première phase d'envol

- Pour degrés de rotation longitudinale manquant

Groupe 3. 1/4 (90°) à 1/2 (180°) tour dans le premier envol sont autorisés.

- Si la gymnaste ne repousse pas latéralement (référence épaules) alors on considère un autre saut

Ewe



Pas de déductions



Considéré comme saut en av. si les épaules sont en avant



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Première phase d'envol

- Degrés de rotation manquant dans les rotations longitudinales:



Le placement des pieds sur le tremplin devrait aussi être pris en considération pour l'achèvement de la rotation.

Groupes 1 avec 1/2 tour (180°)

Exemple 1



OK - Pas de déduction



-0.10 ($\leq 45^\circ$)



-0.30 ($\leq 90^\circ$)

SECTION 10
Saut

Groupe groupe 4 avec 3/4 de tour (270°)

Exemple 2



OK - Pas de déduction



-0.10 ($\leq 45^\circ$)

Groupes 1 et 2 avec 1/1 tour (360°)

Exemple 1



OK - Pas de déduction



-0.10 ($\leq 45^\circ$)



-0.30 ($\leq 90^\circ$)



-0.50 ($> 90^\circ$)

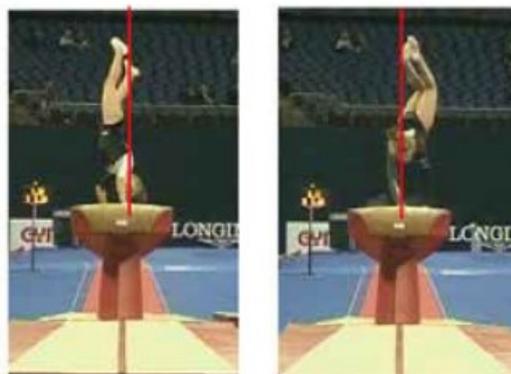


Impulsion

- Ne pas passer par la verticale: 0.10



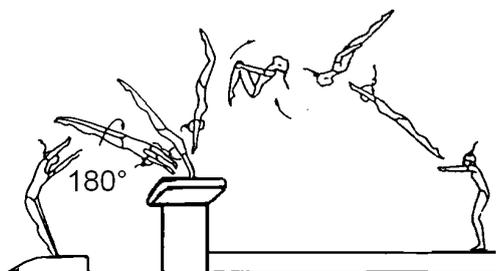
Verticale vue de face de la table.



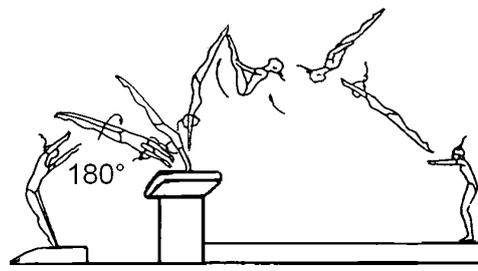
SECTION 10
Saut

Deuxième phase d'envol

- Position du corps dans les salti arrière



Tsukahara groupé

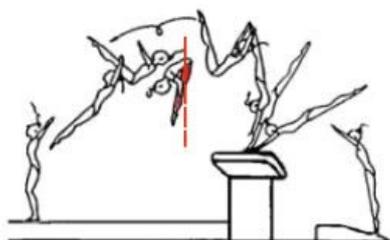


Tsukahara carpé

- Si l'angle des genoux est à plus 135°, Tsukahara groupé devient Tsukahara carpé avec déductions pour jambes légèrement fléchies (- 0.30 si angle des genoux est proche de 135° ou - 0.10 quand les jambes sont presque tendues).
- Si pas d'angle du bassin, mais genoux fléchis, Tsukahara groupé devient Tsukahara tendu avec jambes fléchies (0.10 or 0.30 ou 0.50).
- Si angle du bassin et angle des genoux à 90° déduction max. 0.10 pour position groupée insuffisante (pas plus de 0.10 de déduction pour les deux fautes).
- Si angle du bassin et angle des genoux à plus de 90° déduction max. 0.30 pour position groupée insuffisante (pas plus de 0.30 de déduction pour les deux fautes).

Reconnaissance des salti carpés

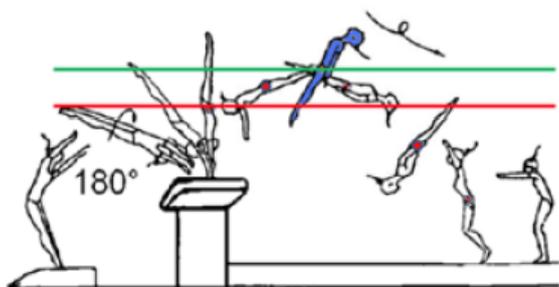
Si la gymnaste en position inversée a les jambes fléchies à 135° et moins. On considère un salto groupé.



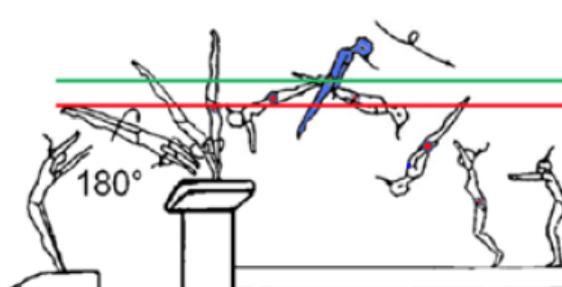
Groupé



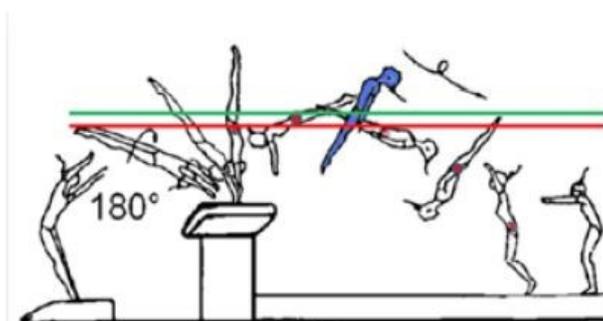
- Hauteur: 0.10 / 0.30 / 0.50



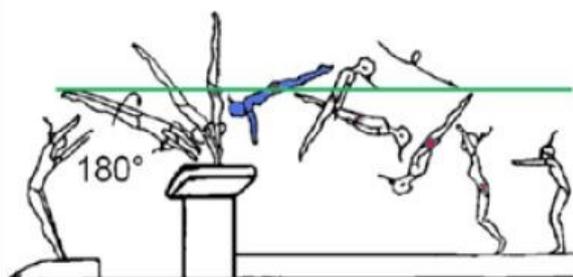
Pas de déduction



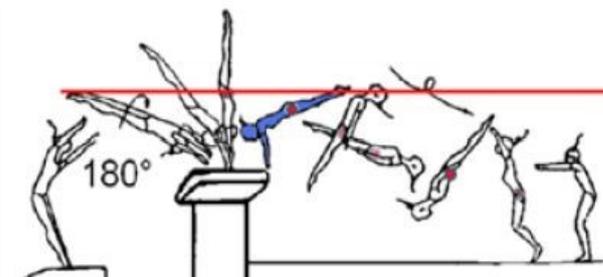
- 0.10



- 0.30



- 0.50



- 0.50



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Deuxième phase d'envol

- Courbette excessive 0.10 / 0.30

(flexion excessive du bassin pour déclencher le salto tendu, avant ou arrière)



Dans les salti tendus, une courbette (flexion du bassin) suivant immédiatement l'impulsion est acceptable.



Courbette - 0.10



Courbette - 0.30

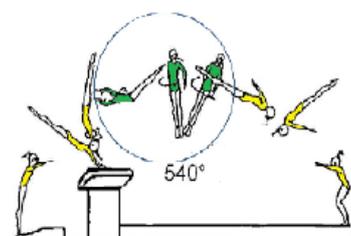
SECTION 10
Saut



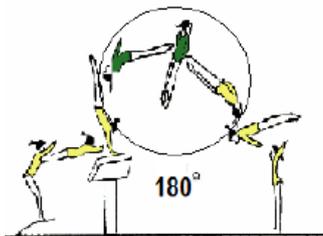
Guide pour la reconnaissance de:

- Salto avant tendu avec RL (voir figurine #1 et #2)

Une "courbette" (creux au niveau de la poitrine ou position légèrement carpée) suivant immédiatement l'impulsion est bio-mécaniquement acceptable.



#1



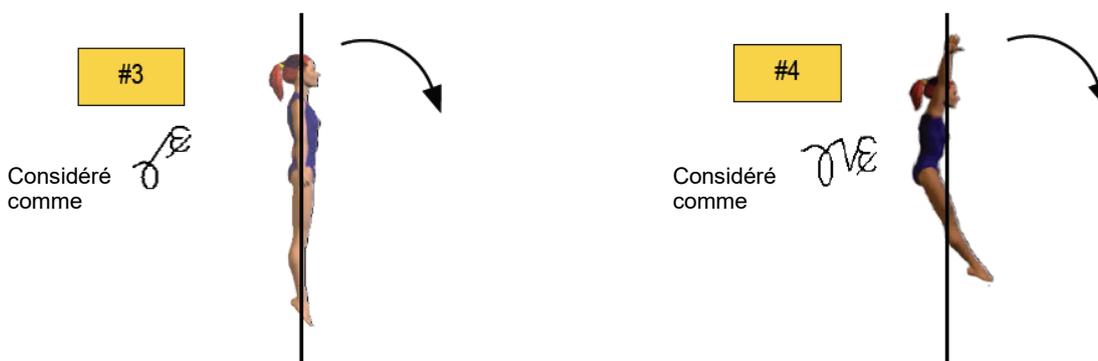
#2



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

- Après l'impulsion si la position tendue est maintenue à la verticale, on considère un salto avant tendu **avec RL** d'un **1/2 tour** Voir figure # 3
- Si il y a une fermeture des hanches à la verticale, on considère un salto avant carapé **avec RL** d'un **1/2 tour** Voir figure # 4

SECTION 10
Saut



Guide pour la reconnaissance au saut des salti avant carpés avec RL d'1/1 tour ou plus: 2^e phase d'envol– Si la RL débute près de la fin de l'exécution du salto carapé, on reconnaît un salto avant carapé.





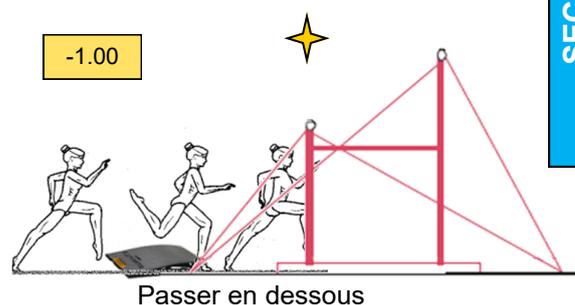
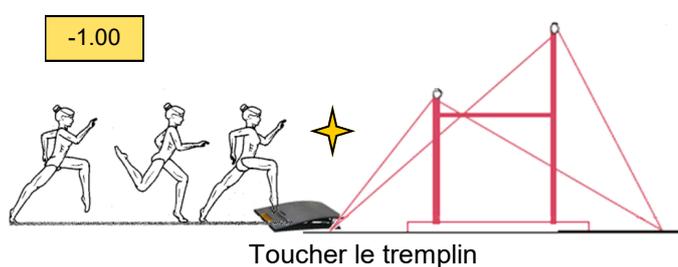
11.1 Généralités

a) Entrées

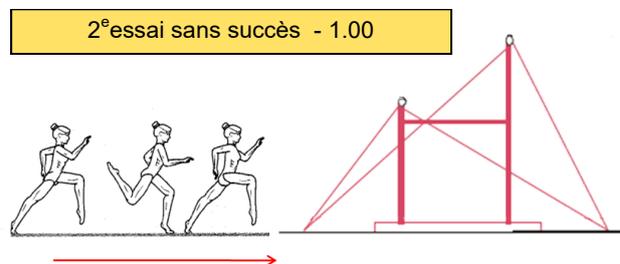
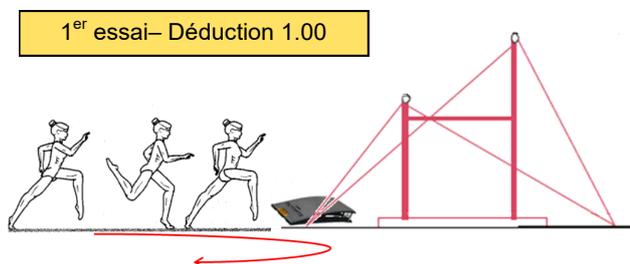
-“Un deuxième élan pour l’entrée n’est PAS autorisé , (1.00 de déduction) si la gymnaste, lors de son premier essai, a touché le tremplin, l’agrès ou est passée sous l’agrès.”

- Course d’élan avec touche du tremplin ou des barres sans exécuter l’entrée: -1.00 et la gymnaste doit commencer son exercice. Le premier élément ne sera pas considéré comme une entrée.

SECTION 11
Barres Asymétriques



- “Un deuxième élan pour l’entrée EST autorisé (avec une déduction de 1.00) si la gymnaste lors de son premier essai n’a pas touché le tremplin, l’agrès ou n’est pas passée sous l’agrès”



La gymnaste doit commencer son exercice et le premier élément ne sera pas considéré comme une entrée mais comme un élément dans l’exercice.

2.4 Règlements pour les gymnastes: Pénalisations.

“La gymnaste passe sous BI pour faire son entrée après avoir salué le jury D: -0.30”

Exemples





11.2 Contenu et construction de l'exercice

"Seuls 3 éléments issus de la même racine d'élément seront comptés dans l'ordre chronologique pour la VD, EC et VL."



La racine d'élément est déterminée par le début de l'élément et la direction de la rotation (av. ou ar.) ainsi que par la prise (palmaire, dorsale ou cubitale.)

SECTION 11
Barres Asymétriques

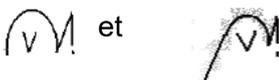
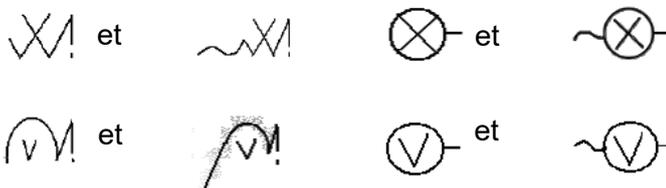
Racines différentes

Exemples

Directions différentes



Prises différentes

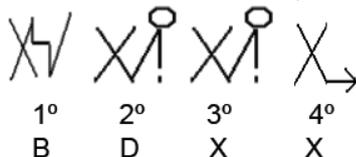


Racines Identiques

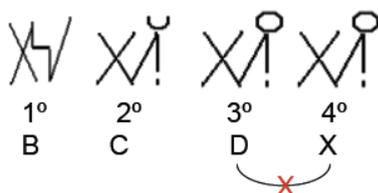
Même début, même direction, même prise



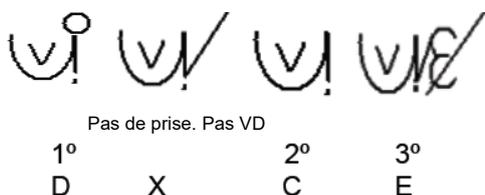
- ▶ Les éléments répétés (pas de VD) seront comptés pour le nombre de racines d'éléments.



- ▶ Pas de VL accordée si le 4^e élément avec la même racine est exécuté dans la liaison.



- ▶ Éléments sans VD, pour fautes techniques, pas comptés dans le nombre de racines d'éléments





11.3 Exigences de composition (EC) - jury D 2.00

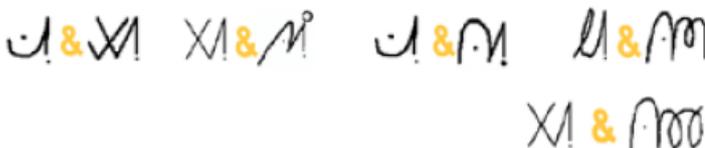
- "2- Eléments avec envol à la même barre" (groupe 1 - entrées - ne peut pas être utilisé comme envol)



L'élément 1.103 ne peut pas être utilisé pour l'EC élément avec envol à la même barre. C'est un contre mouvement avec envol mais pas au dessus de la barre.

-"3 - Prises différentes (sauf prise d'élan, entrée et sortie)"

Exemple



Oui

Non (2ème élément est une sortie)



Ce type d'éléments peut remplir l'exigence de prises différentes.



En fonction de l'exécution l'élément # 3.307 peut remplir l'EC # 3.

OUI: si exécuté en prises palmaires

Non : si exécuté en prises dorsales

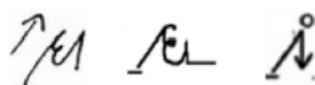


-"4 - Elément sans envol avec une rotation de 360° mini (pas en sortie)

Exemple



Oui



Non

Explication : Le début de ces éléments est sur le tremplin/sol



11.4 Valeur de liaison (VL) - Jury D

VL	Formule	Exigences	Exemples
0.10	D + D (ou plus)	Les éléments D doivent avoir un envol ou 1/2 tour (180°) mini	<p>Pas de VL Un des éléments n'a pas d'envol ou tour</p>
0.20	D (envol même barre ou BI à BS) + C ou plus (sur BS)	Doivent être exécutés dans cet ordre Les éléments C/D doivent avoir un envol ou 1/2 tour (180°) mini Le deuxième élément doit commencer et finir sur BS	<p>Pas de VL Le deuxième élément n'a pas d'envol ou tour</p> <p>Seulement 0.10 de VL le deuxième élément ne finit pas à BS</p>
0.20	D + E (ou plus) (les deux éléments avec envol)	Les éléments D doivent avoir un envol ou 1/2 tour (180°) mini	<p>Seulement 0.10 de VL Seulement 1 élément avec envol</p>

SECTION 11
Barres Asymétriques



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

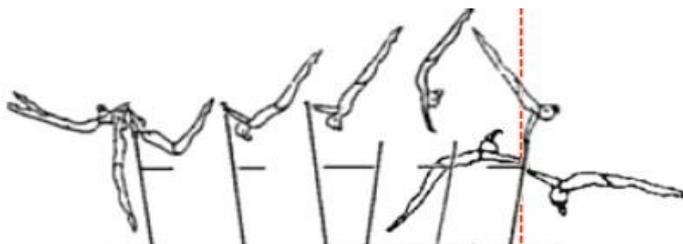
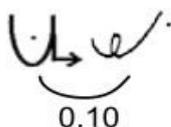
Précision concernant l'attribution de la VL

Voir 7.4:e) Pour obtenir la VL la liaison doit être exécutée sans chute.

Une chute après un élément avec envol de BS à BI est considérée comme faisant partie de l'élément indépendamment de l'endroit où se produit la chute, avant ou après avoir passé la verticale de BI.

SECTION 11
Barres Asymétriques

Exemple



Chute **avant** la verticale = chute dans le et **pas** de VL

Chute **après** la verticale = chute dans le et pas de VL

11.6 Déductions spécifiques (Jury E)

- Heurter le tapis avec les pieds (chute): 1.00



• Pour accorder une VL les éléments doivent être exécutés **sans chute** ou **sans heurter le tapis avec les pieds** (barres).

-Mauvais rythme des éléments: 0.10



(Entrée ou dans l'exercice). Les deux techniques de bascule sont acceptables (élan ou suspension). Si la gymnaste manque de rythme à la suspension avant la bascule à BS - déduction 0.10.

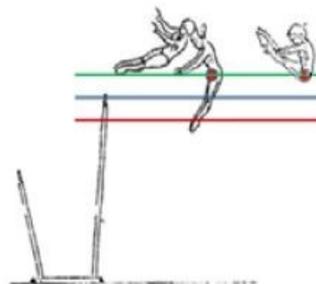




-Hauteur insuffisante des éléments avec envol et des sorties : 0.10 / 0.30

Position du bassin avant de saisir la Barre.

- Au dessus de BS 0.00
- Au niveau de BS 0.10
- Au-dessous de BS 0.30

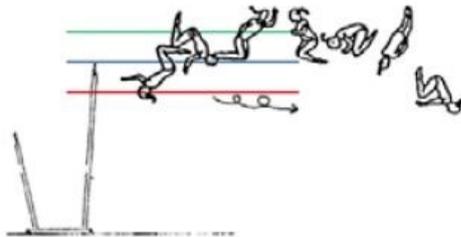
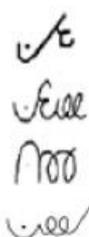


Pas de déduction
-0.10
-0.30

SECTION 11
Barres Asymétriques

La plus haute position du bassin après avoir lâché la barre.

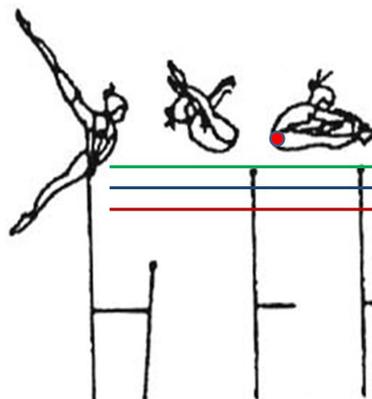
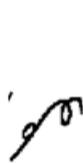
- Au dessus de BS 0.10
- Au niveau de BS 0.10
- Au-dessous de BS 0.30



Pas de déduction
-0.10
-0.30

Position du bassin avant de saisir la barre

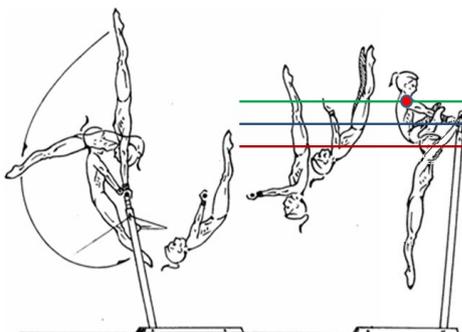
- Au niveau BS 0.00
- Légèrement au-dessous de BS 0.10
- Vraiment au-dessous de BS 0.30



Pas de déduction
-0.10
-0.30

Position des épaules avant de saisir la barre

- Au dessus de BS 0.00
- Au niveau de BS 0.10
- Au-dessous de BS 0.30



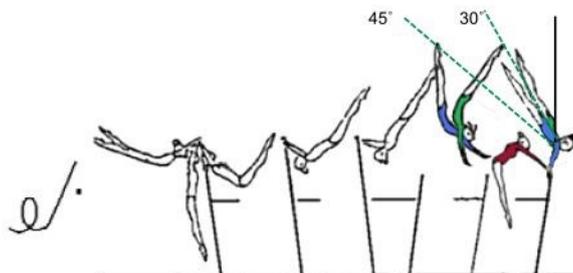
Pas de déduction
-0.10
-0.30



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMINE

Position du corps (partie la plus basse) au moment de saisir la barre.

- >10° à 30° Pas de déduction
- >30° à 45° 0.10
- >45° 0.30



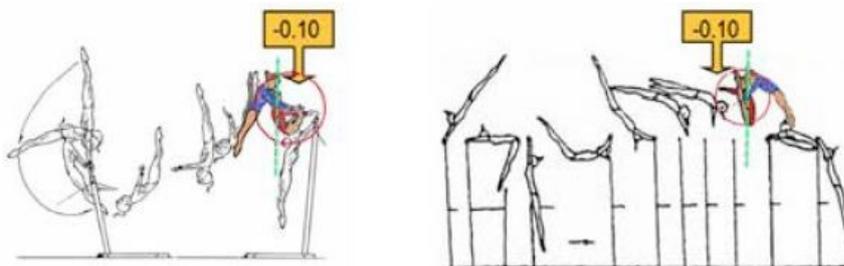
SECTION 11
Barres Asymétriques

-Sous rotation dans les éléments avec envol: 0.10

Guide pour l'application des déductions pour sous rotation dans tous les éléments avec envol: pas de déduction si juste avant de saisir la barre, les jambes passent la ligne des épaules. Cette déduction ne s'applique pas aux sorties



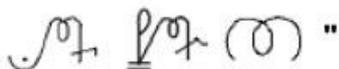
Les rotations transversales doivent être terminées pour permettre à l'élément suivant de débuter avec un élan idéal.



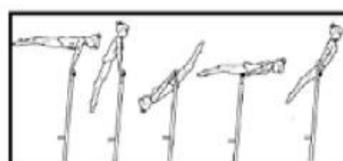
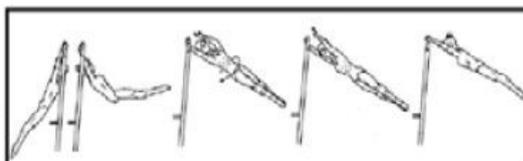
- Elan à vide et élan intermédiaire : 0.50

- "Elan à vide = élan avant/arrière sans exécuter un élément contenu dans le tableau des éléments, suivi d'un élan dans l'autre direction."

Sauf éléments du type "Shaposhnikova" avec/sans 1/1 tour non suivis d'une bascule et les éléments suivants



Exemple

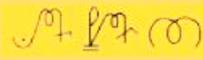


3/4 de grand tour av. ou ar.

Elan 1/2 tour sous l'horizontale

Après tour d'appui ar.



- Les éléments de type Shaposnikova avec 1/2 tour (180°) ne satisfont pas à la règle d'exception pour autorisation d'un élan à vide sans déduction. L'exception est seulement pour les éléments type Shaposhnikova avec/sans 1/1 tour (360°).
- Si l'élan arrière après  et si les éléments du type Shaposnikova n'atteignent pas l'horizontale on applique 0.10 de déduction.



Application des fautes d'exécution pour élan à vide y compris ajustement des prises.

-“Elan intermédiaire = reprise d'élan de l'appui facial ou grand élan qui n'est pas nécessaire à l'exécution de l'élément suivant (interruption de l'exercice).”



- Les déductions pour élan intermédiaire/à vide en même temps sont appliquées une seule fois.
- Encas de chute, tous les élans nécessaires à la reprise de l'exercice ne sont pas pénalisés, seulement -1.00 pour la chute.
- Pas de déductions supplémentaires d'exécution pour élan intermédiaire (par ex: jambes fléchies, ou bras ou élan av ou ar sous l'horizontale etc.).
- Si il y a un arrêt significatif dans l'exécution, on considère une chute sur l'agrès plutôt qu'un élan intermédiaire.
- Quand il n'y a pas d'intention claire d'exécuter une RL dans un élément (*VD accordée ou non*) on applique la déduction pour chute ou élan intermédiaire. Pas de déductions pour jambes fléchies, écartées ou rotation tardive.



Amplitude des prises d'élan: 0.10 / 030

Lors de la prise d'élan à l'ATR, si la gymnaste écarte les jambes de sorte qu'une jambe s'abaisse, la jambe la plus basse détermine l'angle de l'élan.



PRINCIPES D'EXECUTION

Lorsque, clairement, un élément ne reçoit **PAS** de valeur on déduit seulement élan intermédiaire ou chute.

Exemple

- Quand  n'atteint les 10° et est suivi par un élan intermédiaire (0.50) - pas de déduction pour faute d'exécution.
- Quand la barre est heurtée et suivie d'un élan intermédiaire - déduction seulement pour élan intermédiaire (0.50)
- Quand il y a un élan intermédiaire et chute - déduction seulement pour chute = 1.00
- Quand la barre est heurtée et ensuite chute - déduction seulement pour la chute = 1.00



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Quand un élément reçoit clairement une valeur: déductions pour toutes les fautes d'exécution y compris la chute.

Exemple



- Elan à vide: déductions aussi pour fautes d'exécution = 0.50 + autres déductions.
- Heurter la barre pendant l'élément suivi d'un élan intermédiaire—déductions pour fautes d'exécution dans l'élément et heurt de la barre + élan intermédiaire.
- Elan intermédiaire et chute— déduction seulement pour chute = 1.00
- Heurter la barre pendant l'élément et chute—déductions pour fautes d'exécution dans l'élément mais pas pour heurt de la barre + 1.00 pour chute.

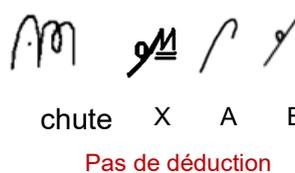
SECTION 11

Barres Asymétriques

Après une chute, le jugement reprend dès que la gymnaste exécute le premier élément. Pas de déduction pour élan— position groupée sur la barre après la chute (ce n'est pas un élément).



Exemple



- Heurter le tapis avec les pieds (chute): 1.00

◆ Heurter le tapis (considéré comme chute) - Pas de déduction pour fautes de jambes.





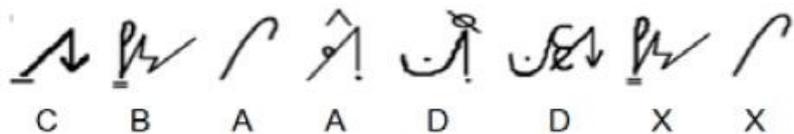
LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

- Sauter de BI à BS : 0.50



Quand un élément est répété, pas de VD accordée, mais PAS de déduction pour changement de barres sans exécuter un élément.

Exemple 1



Déduct. seulement pour fautes exécution

Exemple 2



Si exécuté avec les jambes fléchies, on accorde la VD et on applique les déductions pour jambes fléchies.

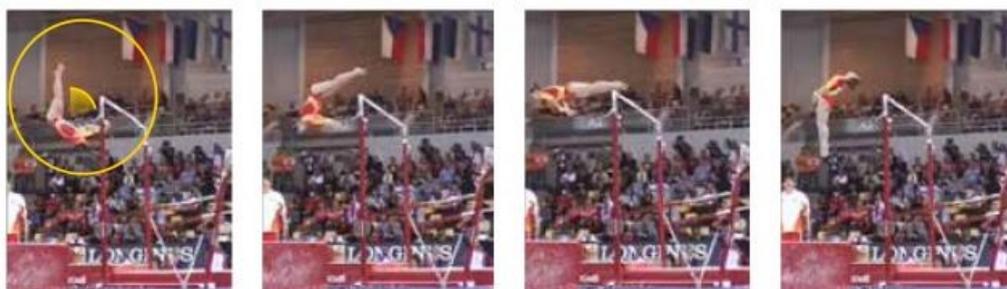
SECTION 11
Barres Asymétriques

- Eléments non caractéristiques (éléments avec impulsion des deux pieds ou des cuisses) :0.50

Exemple



- Fermeture excessive du bassin dans le fouetté des jambes (sortie):0.10 / 0.30





11.7 Remarques

- Avec saisie de la barre des deux mains (suspension ou appui momentané) la VD est attribuée.

Si la gymnaste exécute un élément avec envol et saisit la barre avec une main (mais ne chute pas), et ensuite saisit la barre avec la deuxième main et continue son exercice: la VD est attribuée à l'élément avec envol.

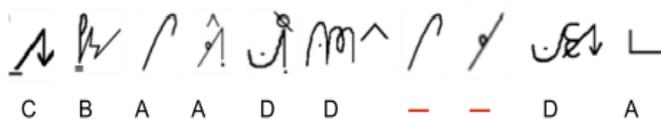


SECTION 11
Barres Asymétriques

11.7 Entrées

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

Exemple



Ces éléments sont répertoriés dans le groupe 1 (entrées) du tableau des éléments. Cependant ils peuvent recevoir la VD si ils sont exécutés dans l'exercice et n'ont pas été utilisés comme entrée.

Exemple



il est possible de compter cet élément comme une entrée même si il n'est pas répertorié dans le groupe 1(entrées) mais si il est exécuté une deuxième fois (dans l'exercice) il ne recevra pas de VD.

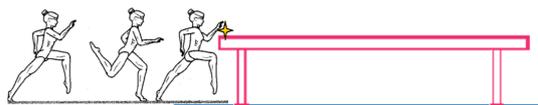




12.1 Généralités

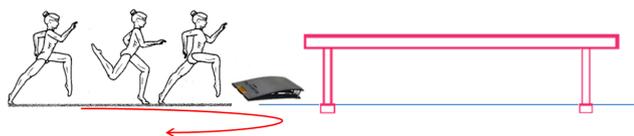
a) Entrées:

- Si la gymnaste lors de son premier essai a touché le tremplin ou l'agrès sans exécuter l'entrée :- 1.00.

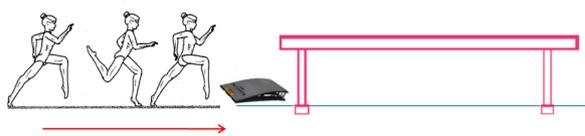


SECTION 12
Poutre

- "Un 2^e essai est autorisé pour l'entrée (avec déduction) si la gymnaste n'a pas touché le tremplin ou l'agrès."



1^{er} essai sans entrée - 1.00



2^e essai sans succès - 1.00

La gymnaste doit commencer son exercice et le premier élément ne sera pas considéré comme une entrée mais comme un élément dans l'exercice, c'est pourquoi une déduction de 0.10 sera appliquée pour entrée ne figurant pas dans le tableau des éléments.



- Que la gymnaste exécute 1 ou 2 courses d'élan, le temps de l'exercice commence quand la gymnaste prend appel sur le tapis/tremplin pour faire son entrée. Cependant, elle doit faire attention aux 30 sec pour commencer son exercice après l'apparition de la lumière verte.
- Si la gymnaste touche le tremplin lors de son premier essai et n'exécute pas l'entrée, elle a 10 sec pour monter sur la poutre. Ceci est considéré comme une chute.
- Exécuter l'entrée et ne pas se réceptionner sur la poutre avec 1 ou les 2 pieds: il n'y a pas d'entrée et une chute parce que la gymnaste a touché le tremplin. L'entrée ne peut pas être répétée. Ensuite la gymnaste dispose de 10 sec pour remonter sur la poutre et commencer son 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

- 3 Acro minimum
- 3 Gymniques minimum
- 2 optionnels”

Il est possible de compter jusqu'à 5 éléments gymniques ou jusqu'à 5 acro. La sortie est toujours un élément acro.



Les éléments gymniques sont des éléments du groupe 2, 3 et quelques éléments du groupe 1 et 4 identifiés par un “D”

1.101 (D)
Saut appel un pied. A la réception la position arabesque doit être visible (jambe à l'horizontale mini.)
Leap - on landing must show arabesque position (leg min. at horizontal)

4.101 (D)
De la position assise sur les talons – se redresser avec une onde du corps en passant par la stat. sur la 1/2 pointe des pieds
From kneeling sit position, rise upward with body wave through toe-balance stand

SECTION 12
Poutre

- Pas de tentative de sortie: -0.50 (Jury D)

Si lors de la sortie le salto n'a pas commencé et la chute se produit ou pas de tentative de sortie du tout, déduction de 0.50 pour “pas de tentative de sortie”



Remarque: Puisque la VD n'est pas accordée pour la sortie, la gymnaste peut tenter sa sortie à nouveau et recevoir la VD si elle est exécutée avec succès. Dans ce cas, pas de déduction pour “pas de tentative de sortie”

- Si la gymnaste tente la sortie mais elle n'exécute pas l'élément, déduction 0.50 seulement pour “pas de tentative de sortie”.
- Si la gymnaste tente la sortie mais n'exécute pas l'élément, revient en ar. essaye à nouveau et n'exécute pas la sortie, déduction 0.30 pour “tentative sans exécuter un élément” (sec. 8.3) + 0.50 pour “Pas de tentative de sortie”.

12.3 Exigences de composition (EC) jury D 2.00



Peut remplir l'EC série acrobatique parce que:

- Dans une série acro les éléments peuvent être identiques. Le deuxième est dans la même liaison.



L' EC série acro peut être remplie par les liaisons avec ou sans rebond.

Exemple



Ces séries sans rebond n'ont pas de VL mais peuvent servir pour les EC.



- Combinaison de VL et BS



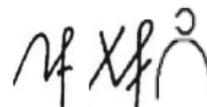
VL: D + C= 0.20
VL: C + C= 0.10
BS: 0.10



VL: B + E= 0.10
BS: 0.10



VL: D + C= 0.20
VL: C + D= 0.20
BS: 0.10



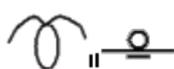
VL: D + D= 0.00
VL: D + D= 0.20
BS: 0.10

SECTION 12
Poutre

- Gymnique et mixte (éléments acro avec envol seulement), sauf sortie.

D + B:0.10

Exemple



0.10



0.10



0.10

Liaison d'éléments gymniques + salto Auerbach

Pour recevoir la valeur de liaison il ne doit pas y avoir d'élan de la jambe libre en ar. (la jambe ar. doit être lancée immédiatement en av. pour effectuer le salto)



D + A : 0.10 (Salto à la planche sur 1 jambe)



Pas de VL si les mains saisissent la poutre par dessous



12.5 déductions pour l'artistique et la chorégraphie (jury E)

- Absence de mouvement latéral (pas de VD)



- Il doit y avoir des mouvements du corps exécutés en position latérale.
- Toutes les parties du corps doivent être concernées par le mouvement (au moins une combinaison de mouvements de bras et de jambes).
- Il devrait y avoir au moins un mouvement de **transition** faisant partie de la combinaison de mouvements. (ex: un sur place avec un mouvement des bras et l'autre un déplacement de transition dans l'espace, ou les deux mouvements de transition dans l'espace).
- Tous les mouvements doivent être exécutés l'un après l'autre et pas dans les différentes parties de l'exercice.



LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

- Absence de combinaison de mouvements/éléments proches de la poutre avec une partie du buste.



- En tant que combinaison de mouvements proches de la poutre en plus de la tête du buste et des cuisses, la gymnaste peut faire un mouvement sur le(s) genoux.
- Les positions de transitions ne remplissent pas l'exigence.
- Il est possible de remplir l'exigence avec seulement des éléments.
- Tous les mouvements/éléments doivent être exécutés l'un après l'autre et non pas dans les différentes parties de l'exercice.



SECTION 12
Poutre

- "utilisation unilatérale d'éléments: Plus d'un 1/2 tour sur les 2 pieds sur jambes tendues pendant tout l'exercice: 0.10 pour tout l'exercice".



Les Jambes légèrement fléchies ou position accroupie n'entraînent pas de déductions



OK



OK

12.6 Déductions spécifiques à l'agrès (Jury E)

- "Ajustement (pas & mouvements inutiles)" : -0.10 ch. fois

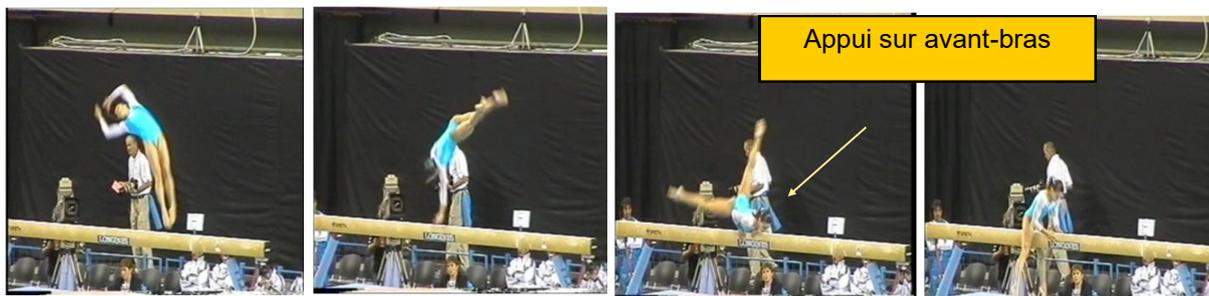


- "Pause (appliqué à 2 sec.)" : -0.10 ch. fois



"Non respect des exigences techniques de l'élément en utilisant un appui supplémentaire: - 0.30"

Exemple



"- Mouvements supplémentaires pour maintenir l'équilibre" -0.10/-0.30/-0.50

- Léger déséquilibre: 0.10
- Tête à hauteur du bassin ou nombreux légers mouvements: 0.30
- Grands mouvements du corps/jambes: 0.50



Déductions maximum pour fautes multiples dans le même mouvement:

- Déséquilibre 0.10 + attraper la poutre: 0.50 = 0.50
- Déséquilibre 0.30 + attraper la poutre: 0.50 = 0.50
- Déséquilibre 0.50 + attraper la poutre: 0.50 = 0.50
- Flexion profonde 0.50 + déséquilibre 0.10 = 0.60
- Flexion profonde 0.50 + déséquilibre 0.50 = 0.80
- Flexion profonde 0.50 + pas (0.30+0.10) = 0.80
- Position du corps à a réception 0.30 + déséquilibre 0.50 = 0.80



Si un gymnaste est déséquilibrée après un tour en position groupée on applique la déduction de 0.10/0.30 (déséquilibre).



GUIDE POUR LA RECONNAISSANCE DES ELEMENTS.

Principe: 1/4 tour supplémentaire pour les sauts gymniques n'en font pas 1 élément différent.



1/4 de tour = Pas de tour



3/4 tour = 1/2 tour



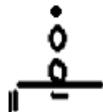
1 1/4 tour = 1/1 tour

Principe: Sauts exécutés en position latérale recevront 1 VD supérieure par rapport à la position transversale, mais la VD sera accordée une seule fois et dans l'ordre chronologique, qu'ils soient exécutés en position transversale ou latérale.

Exemple



D en position transversale



E en position latérale



C en position transversale



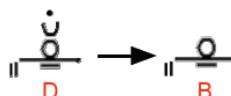
D en position latérale



• les éléments seront considérés en position transversale s'ils commencent en position transversale et finissent en position latérale ou inversement. Pas de valeur supérieure accordée



• Le sauts exécutés en position latérale avec une rotation incomplète seront reconnus comme sauts en position transversale.



Ce principe ne s'applique pas aux tours sur une jambe.



Principe: Eléments acro avec envol qui doivent être maintenus à l'ATR pendant 2 secondes sont dévalués d'1VD si l'ATR n'est pas maintenu 2 secondes.

Si toutes les parties du corps ne sont pas alignées à l'ATR la VD n'est pas accordée.



C considéré comme B



C considéré comme B



D considéré comme C



Pas nécessaire qu'il soit maintenu 2 secondes à l'ATR, mais si il n'est pas à l'ATR, il ne reçoit pas la VD.

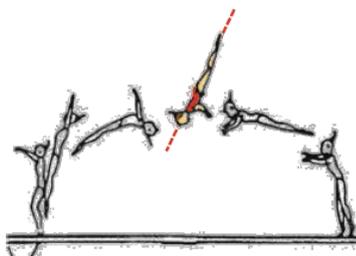


Remarque: Si exécuté une deuxième fois avec succès dans l'exercice, la VD ne sera accordée qu'une fois dans l'ordre chronologique.

SECTION 12

Poutre

Poutre: Guide pour reconnaître la position tendue dans le



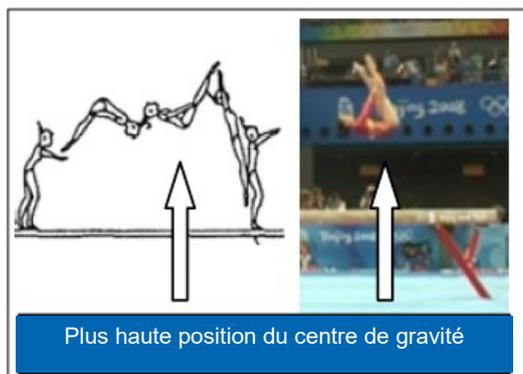
Pour recevoir la valeur E il doit y avoir une position tendue visible pendant le salto. La position devrait être maintenue jusqu'à approximativement 45° après la verticale pour la préparation de la réception.

Si il y a un carpé avant on considère un salto carpé (C)

Les déduction appropriées pour salto carpé sont appliquées (position carpée insuffisante) ou pour salto tendu (ne pas maintenir la position corps tendu).



Guide pour reconnaître une position carpée idéale dans le



- L'impulsion doit être en haut/en arrière.
- Il doit y avoir une élévation visible du centre de gravité.
- La gymnaste doit rechercher la position carpée au plus haut point du salto.





12.7 Entrées

“b) Quelques éléments répertoriés comme entrées (roulades, ATR, et maintiens) peuvent être exécutés dans l'exercice (ou inversement) mais recevront la VD une seule fois .”



Seuls les éléments suivants, du groupe 1, peuvent être utilisés dans l'exercice:

#1.207 (le premier élément commence sur le tapis/tremplin c'est pourquoi il ne peut pas être exécuté dans l'exercice).

#1.108, #1.208, #1.308

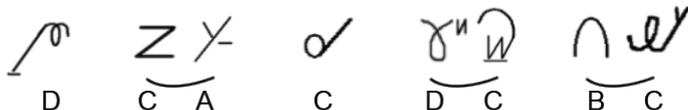
#1.210, #1.310

#1.311 (de l'ATR), #1.411

#1.312, #1.412

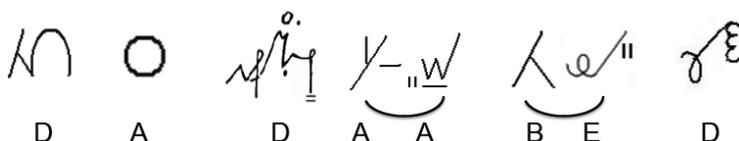
#1.213, #1.313, #1.413

Exemple



Les deux éléments peuvent recevoir la VD puisqu'ils sont sous deux numéros différents dans le tableau des éléments, et c'est pourquoi ils sont considérés comme différents.

Exemple



Cet élément est dans le groupe 1 du tableau des éléments (entrées), cependant il peut recevoir la VD parce qu'il est exécuté dans l'exercice et n'a pas été utilisé comme entrée.



13.1 Généralités

Musique.

"La voix, sans parole/s, peut être utilisée comme un instrument"



Si la voix est une imitation de la musique ou suit la mélodie, alors la musique peut être utilisée pour le sol. Quand la voix est utilisée pour la musique du sol, les fédérations qui ont un doute peuvent soumettre la musique au CTF pour approbation.

Lignes du praticable



- Si la gymnaste marche en dehors de la ligne avec un pied, puis reviens sur le tapis et marche en dehors à nouveau avec le même ou l'autre pied — déduction 2 x 0.10
- Si la gymnaste touche avec son genou en dehors de la ligne — déduction 0.30

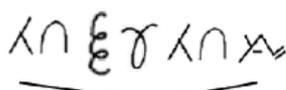
13.2 contenu de l'exercice.

Ligne acro: une ligne acro est constituée, au minimum, de deux éléments avec envol liés directement, l'un d'entre eux doit être un salto.

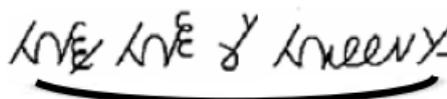
- Liaison directe ou indirecte de salti (au moins un avec appel 2 pieds)



- Liaison acro et mixte (une ligne acro)



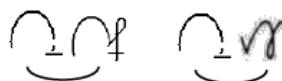
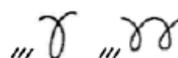
- Liaison acro utilisant deux diagonales (1 ligne acro)



Exemples

Ne constituent pas une ligne acro:

- ✗ Simple salto ou double salto.
- ✗ Éléments acro pas liés directement ou les deux éléments ne sont pas des éléments acro avec envol.
- ✗ Utilisation d'envol ou salti avec impulsion un pied.
- ✗ Liaisons d'éléments sans salto.





"Le nombre maximum de lignes acrobatiques est de 4. Aucune difficulté dans les lignes acro supplémentaires ne sera prise en compte pour la VD."

Après la dernière ligne acro prise en compte, les éléments acro ne peuvent pas recevoir de VD.

Mais

Si la gymnaste exécute un élément gymnique dans la 5^e ligne acro l'élément ne recevra ni la VD ni la VL.



5^e ligne acro

SECTION 13
Sol

13.3 Exigences de composition (EC) - Jury D 2.00

1 - Passage gymnique

Un passage gymnique indirect peut servir pour l'EC #1. Exemple:



- 2 - Salto avec RL. (min. 360°)
- 3 - Salto avec double rotation transversale
- 4 - Salto avant et arrière .



Pour remplir l'EC #2, 3 et 4 les salti doivent être dans une ligne acro prise en compte.



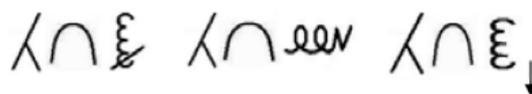
Un seul élément peut remplir différents critères d'une ou plusieurs exigences.

Exemple

- Salto ar *Eell*
- Salto avec double rotation transversale
- Salto avec rotation longitudinale

Sortie

- Avec répétition du même élément :
 - On compte seulement 7 éléments
 - Pas de déduction pour pas de tentative de sortie
- Pas de réception sur les pieds d'abord dans la dernière ligne acro
 - On compte seulement 7 éléments
 - Pas de déduction pour pas de tentative de sortie
- Si la gymnaste rate la dernière ligne acro et juste court en ar, mais elle a au moins deux lignes acro:
 - On accorde la sortie de la dernière ligne acro exécutée





LE HELP DESK 2017 - 2020 DE LA GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE

Quand 5 lignes ACRO sont exécutées:

						Sortie OK
D	A	C	C	D	Pas de VD	
						Sortie sans VD
D	A	C	C	Tour incomplet = élément C identique	Pas de VD	
						Sortie OK
D	A	C	C	Pas de ligne acro	D	

SECTION 13 Sol

La sortie est la dernière ligne acro prise en compte. On prend le salto exécuté dans la dernière ligne acro dont la VD est la plus élevée.

			Sortie D
			Sortie D
			Sortie D

				Sortie C Pas de VD pour mais on compte la ligne acro Peut remplir l'EC # 2 Salto avec RL
--	--	--	--	---

			Sortie B Pas de VD pour mais compte pour ligne acro
--	--	--	---

X (Pas sur les pieds d'abord)



13.4 Valeur de liaison

Dans quelques liaisons acro directes et mixtes l'amorti peut être autorisé.



13.5 Déductions pour artistique et chorégraphie (jury E)



Lorsque la musique s'arrête mais que la gymnaste continue d'exécuter son exercice, les juges n'appliquent pas de déduction liée à la musique.

SECTION 13
Sol

"Absence d'un mouvement touchant le sol (y compris buste/cuisses ou la tête)".

Pas nécessairement un élément.



13.6 Déductions spécifiques à l'agrès (jury E)

- Préparation excessive



Pause

On considère une **pause** quand la gymnaste est en **position stationnaire** sans travail de bras ou quand le travail de bras ne correspond pas à un mouvement expressif en relation avec le style de la musique pendant plus d'une seconde.

Position stationnaire signifie quand la gymnaste se tient sur un ou deux pieds (en relevé ou pas).

Ajustement (pas inutiles): -0.10 ch.f

On considère un ajustement si:

- Il y a des pas simples, ou déplacement avec mouvement de bras mais sans mouvement significatif du corps.
- Pas an avant/arrière non nécessaires à la préparation d'éléments aco ou gymniques.

Il doit y avoir des mouvements de style avec le corps et les bras en relation avec la musique.

Exemple

- Il peut y avoir ajustement dans l'angle (*pas simples, sans travail de bras*) + position de départ pour la séquence acro identique à celle de la ligne acro précédente + ajustement des pieds avant le départ de la séquence acro.
Dans ce cas la déduction pour ajustement devrait être appliquée juste une fois 0.10 pour ajustement (dans ce coin) + 0.10 pour position identique (à la fin de l'exercice)
Il ne devrait pas y avoir deux fois la déduction pour "ajustement" dans un coin.



- Distribution des éléments

L'exercice débute immédiatement par une ligne acro/élément acro :-0.10

Remarque: Pour éviter toute déduction la gymnaste doit bouger dans l'espace (mouvements transversaux). Pendant le changement du poids du corps les deux pieds doivent quitter le tapis (en même temps ou alternativement), autrement déduction pour introduction.



La ligne acro suivante est exécutée en retour sur la même diagonale sans chorégraphie entre les deux (longue ligne acro autorisée): -0.10

Remarque Continuer la chorégraphie dans la même direction que la première ligne acro ne sera pas considéré comme suffisant pour éviter les déductions.
La gymnaste doit exécuter une chorégraphie claire (au moins un court instant) dans la direction opposée à la première ligne acro ou sur les côtés.



SECTION 13
Sol



La chorégraphie entre deux lignes acro peut inclure un élément. Mais un simple élément ne se définit pas comme de la chorégraphie, l'élément doit être inclus dans la chorégraphie. Il peut y avoir assez de chorégraphie entre deux lignes acro mais si la gymnaste continue à se déplacer dans la même direction que la ligne acro, il y aura encore une déduction pour ligne acro se suivant.

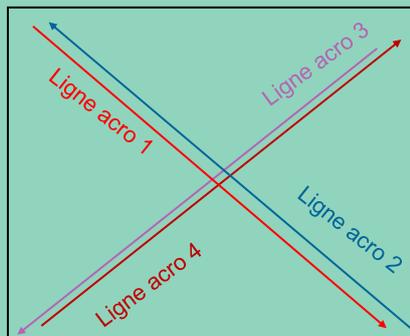
Exemples

- **Déduction 0.10:**
-0.10 pour 2 lignes acro à la suite, (pas assez de chorégraphie entre, seulement une pause).
- **Déduction totale 0.20:**
-0.10 pour 2 lignes acro à la suite, (pas assez de chorégraphie entre)
-0.10 pour ajustement (simples pas dans le coin pour commencer la deuxième ligne acro).
- **Déduction 0.30:**
-0.10 pour 2 lignes acro à la suite, (pas assez de chorégraphie entre)
-0.10 pour ajustement (simples pas dans le coin pour commencer la deuxième ligne acro).
-0.10 pour manque de variété de la chorégraphie dans les coins (même position que dans la ligne précédente)



Distribution des éléments

Plus d'1 ligne acro en suivant: 0.10



Ligne acro 1 suivie immédiatement par **ligne acro 2**
- 0.10 pour "ligne acro en suivant" si pas de chorégraphie

Ligne acro 3 suivie immédiatement par **ligne acro 4**
- 0.10 pour "plus d'1 ligne acro en suivant" si assez de chorégraphie

SECTION 13
Sol

Si il y a une chute dans une ligne acro, et qu'après la chute la gymnaste exécute à la suite une ligne acro :

Il ne devrait pas y avoir de déduction pour:



- Ajustement dans le coin
- Ligne acro à la suite
- Pause
- Même position

Si après la chute la gymnaste se déplace vers un autre coin et commence la séquence acro, toutes les déductions mentionnées ci-dessus peuvent être appliquées sauf pour ligne acro à la suite.

L'exercice se termine avec un élément acro (pas de chorégraphie après la dernière acro) -0.10

Il doit y avoir un changement de niveau ou une transition.



Manque de variété chorégraphique vers les coins: -0.10

Remarque: la position finale correspond au moment où la gymnaste termine la chorégraphie.



8.3 Tableau des fautes générales et pénalisations



Déséquilibre

Si la gymnaste perd l'équilibre après un tour en position accroupie ou continue en position assise ou couchée : 0.10/0.30 pour déséquilibre





12. 6 & 13.6 Déductions spécifiques à l'agrès jury E) - Poutre et Sol



Précisions concernant les déductions pour position

Les déductions pour "**mauvaises positions du corps/ amplitude pendant tout l'exercice**" seront appliquées seulement une fois dans tout l'exercice et en plus des déductions pour "Artistique "

SECTION 12
Poutre

- Mauvaise position du corps/amplitude pendant tout l'exercice

- Positions de la tête, du buste des épaules et des bras: - 0.10
- Pieds pas en extension/relâchés, en dedans/à plat: - 0.10

- Quand on considère " l'artistique" on doit aussi penser à la position du corps.
- Les attitudes ou les positions de la gymnaste, devraient être plaisantes à l'oeil. Les transitions entre les éléments devraient être fluides, faciles. La chorégraphie ne doit pas seulement exprimer la musique, mais valoriser l'exécution.
- De la même façon que les gymnastes apprennent à exécuter les éléments avec la bonne technique elles doivent aussi passer du temps à s'entraîner sur la position du corps pour améliorer l'aisance et la maîtrise du mouvement à travers la chorégraphie. Les mouvements deviendront automatiques, les pointes de pieds tendues, le dos droit, les épaules basses etc. et sembleront très naturels.

Remarque: Les déductions pour position du corps et/ou jambes dans les éléments et sauts ne devraient pas être confondues avec les déductions pour position du corps **pendant tout** l'exercice.

- Amplitude insuffisante des élans de jambes: 0.10

On devrait observer l'amplitude du mouvement dans une gamme de mouvements des hanches, genoux etc.



Bonne amplitude



Amplitude insuffisante

SECTION 13
Sol



Annexes

Précisions et cas particuliers



BARRES ASYMETRIQUES

PRINCIPE POUR LA RECONNAISSANCE DE LA VD

Eléments avec envol de BI à BS

On considère que: la VD maximum pour les éléments avec envol de BI à BS ne peut pas être supérieure à E.



Eléments sans envol avec rotation à l'ATR

On considère que: la VD maximum pour les éléments sans envol avec rotation à l'ATR ne peut pas être supérieure à E.



Obtention de la VD

Exemple 1



- La VD pour le Gienger (D) est accordée, mais pas de VL puisqu'il y a chute sur l'agrès.
- Pas de déduction pour l'entraîneur qui a touché la gymnaste après la chute.
- Deduc. - hauteur de l'élément avec envol: 0.10
- sous rotation 0.10
- bras fléchis 0.30

Exemple 2



-Pas de VD pour le Jaeger carpé parce que la réception est sur les jambes d'abord.

Eléments spécifiques

- Pas dans le code. Si exécuté, reconnu comme ou si la gymnaste bouge seulement la main sans tourner le corps.
- considérés comme même éléments que



9.6 Notes

QUE ARTISTIQUE FEMININE

- 

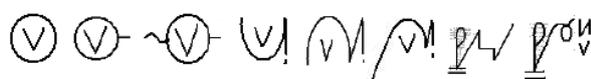
Si l'ATR n'est pas atteint (dans les 10°):

 - Pas de VD accordée (jury D)
 - Déduction pour amplitude dans l'élan (jury E)
 - Déduction pour alignement du corps si nécessaire (jury E)

- 

Si l'ATR n'est pas atteint (dans les 10°)

 - 1 VD inférieure (principe des élans) (jury D)
 - Déduction pour angle à la fin des éléments avec élan (jury E)

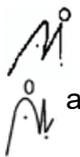
- 

La gymnaste peut placer ses pieds en dehors des mains, considéré comme même élément que carpé.

- 

Après les éléments  la gymnaste peut exécuter directement une bascule sans déduction pour amplitude de l'élan avant la bascule.

- 

Si le tour commence après l'ATR on considère le même élément que (D -# 3.410) et la gymnaste peut exécuter à nouveau dans l'exercice technique correcte et recevoir la VD (E). 

- 

Si le tour commence après l'ATR on considère le même élément que  (C-# 3.306) et la gymnaste peut exécuter  à nouveau dans l'exercice et recevoir la VD (E).

- 

Si le tour commence avant ou après l'ATR on donnera la valeur E.

- 

Si la rotation n'est pas complètement terminée, on accorde la valeur D et on déduit 0.10 pour précision.

Element (# 2.404) Weiler-kip

Si à la fin de l'élément l'élan à l'ATR est exécuté jambes écartées (avec ou sans 1/2 tour (180°))
On accorde une valeur inférieure





Liaison d'éléments avant



Si la gymnaste exécute un élément en avant terminé au dessus de 45° avant la verticale, mais elle passe au dessus de la verticale (au dessus de la barre) pour continuer avec un autre élément avant, la VD prévue sera accordée avec déductions pour précisions.



Fin de position après le 1er élément.

Exemple 1

$\text{V!} + \text{V!}$



Exemple 2

$\text{V!} + \text{V!}$



1.101

• Bascule L ou élan 1/2 tour bascule L_0 sont des éléments **différents**



Élan 1/2 tour bascule (1.101 L_0) est différent de **saut avec 1/2 et bascule** (1.102 UL)

La gymnaste peut exécuter: entrée (1.102), bascule (1.101) et bascule 1/2 tour et les 3 éléments recevront une valeur.

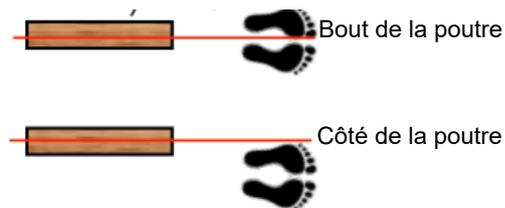


POUTRE

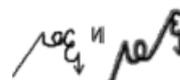
Sorties Auerbach au bout de la poutre (# 6.207, # 6.307).



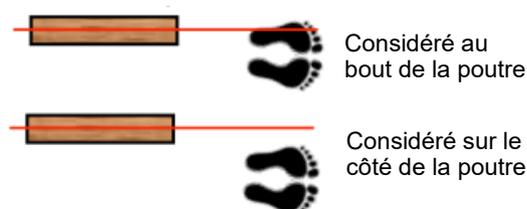
La réception des sorties Auerbach sans vrille doit être dans l'axe de la poutre, sinon considéré comme sortie latérale (#6.106).



Sorties Auerbach avec vrilles, au bout de la poutre (#6.307, #6.407)



La réception des sorties Auerbach avec vrille doit se faire avec au moins un pied dans l'axe de la poutre, sinon considéré comme sortie sur le côté de la poutre.



Toutes les sorties Auerbach carpé avec 1/1 tour seront considérées comme Auerbach tendu 1/1 tour (des déductions pour "manque de maintien de la position corps tendu" (0.10/0.30) peuvent être appliquées).

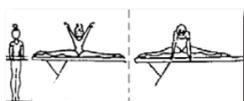
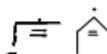
Elément 1.101



Exigence pour qu'il soit reconnu comme élément A (#1.101): la jambe libre doit être en arabesque à ou après la réception.

Si l'arabesque n'est pas visible on donne A et déduction 0.10 pour précision.

Elément 1.105



Exigences pour qu'il soit reconnu comme élément A (#1.105):

- Quand la position finale est écart latéral: on doit voir un grand écart sans les mains qui touchent la poutre
- Quand la position est écart latéral le tronc doit toucher la poutre. Si la position finale ne correspond pas à l'exigence on donne A et déduction pour précision.



Elément 1.311 (5ème figurine)  si réception sur un pied considéré comme C.



Elément 5.408  - renversement latéral libre (technique Auerbach) 5.408 et renversement latéral libre sont identiques.



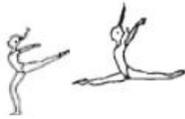
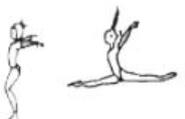
Elément 5.409  - et renversement avant libre (technique Auerbach) 5.409 et renversement avant libre sont identiques.

Eléments 1311 , 1.411  Si la gymnaste frôle la poutre lorsqu'elle s'abaisse à l'appui libre carpié, on accorde la VD et pas de déduction pour 'frôler'. Cependant il peut y avoir déduction pour jambes fléchies.

Elément 2.108 (Sisonne) 



- L'écart doit être oblique (jambes non parallèles à la poutre/sol). Réception seulement 1un pied et déplacement vers l'avant.
- Si réception sur 1 pied et la jambe av. est à l'horizontale on reconnaît encore le sisonne et les déductions pour forme du corps sont appliquées.
- Si réception est sur 2 pieds, considéré comme un saut écart.

	Déductions pour forme du corps	Fautes
	On reconnaît sisonne (réception sur un pied) et -0.10 pour forme du corps	- position incorrecte des jambes (jambe av. trop haute)
	On reconnaît saut écart (réception sur deux pieds) et les déductions relatives au saut écart sont appliquées.	

Elément 2.208  opposé au  **2.408**

Si la réception est sur 1 pied toujours reconnu comme un saut pied tête 

Si la réception est sur 2 pieds et la jambe avant est jusqu'à 45°, reconnu comme un saut pied tête 

Si la réception est sur 2 pieds et la jambe avant est au dessus de 45°, reconnu comme saut écart pied tête  et les déductions pour forme du corps sont appliquées.



Elément 5.201

- Si le renversement avant est le premier élément d'une liaison avec rebond, toujours reconnu comme un renversement avant avec envol.
- Si il n'y a pas de rebond après le renversement l'envol doit être visible.



SOL

Élément 1.101 

  Grand jeté et jeté en tournant (1/2 tour avec impulsion une jambe au grand écart)
même élément (# 1.101)

Série acro double salto tendu + salto tendu décalé

La réception en fente après le salto tendu n'est pas considérée comme une fente
et donc pas de déductions



Élément 1.203  Exigences pendant le papillon, le buste doit être parallèle au sol.





Fédération Internationale
de Gymnastique

www.fig-gymnastics.com



Suivez nous sur YOUTUBE:

Comité technique FIG—Gymnastique artistique féminine



Ce document a été élaboré par le CTF FIG

Donatella Sacchi - Présidente

Kym Dowdell - Vice présidente

Qiurui Zhou - Vice présidente

Liubov Andrianova - Membre

Elena Davydova - Membre

Johanna Gratt - Membre

Tatiana Perskaia - Membre

Oksana Chusovitina - Représentante des athlètes

Naomi Valenzo - Conseillère

