

BARRES - PLAISIR				ASSOCIATION :			
JURY D				JURY E		10,00	
V D	8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée			Fautes de composition			
	A = 0,10			Sauter de BI à BS (changement de Barres sans élément)	0,50		
	B = 0,20			Suspension BS poser les pieds sur BI, saisir BI	0,50		
	C = 0,30			Plus de 2 éléments identiques liés directement avec la sortie	0,10		
	D = 0,40			Pas de sortie	0,50		
	E = 0,50				1,00 pt de chute		
	TOTAL VD			Fautes spécifiques			
	E C	1	- Entrée en A minimum	0,50	Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR	0,10 / 0,30	
2		- 1 bascule en début ou en cours de mouvement	0,50	Ajustement des prises	0,10		
3		- 1 balancé BS	0,50	Heurter l'agrès avec les pieds	0,50		
4		- Changement de BI à BS	0,50	Heurter le tapis avec les pieds (chute)	1 pt		
TOTAL EC			Mvt non caractéristique (élts avec impulsion 2-pieds ou cuisses)	0,50			
NOTE D = TOTAL VD + EC			Mauvais rythme dans les éléments		0,10		
Valorisation de la note D	1,50 à 2,10 = + 0,30		Hauteur insuff. dans les élts avec envol		0,10 / 0,30		
	2,20 à 2,70 = + 0,60		Sous rotation pour les éléments avec envol		0,10		
	2,80 à 3,00 = + 0,90		Extension insuffisante dans les bascules		0,10		
	3,10 et + = + 1,20		Elan intermédiaire		0,50		
Note D valorisée			Elan à vide		SP		
Déductions éventuelles par Jury D sur NF			Angles à la fin des éléments		0,10 / 0,50		
Essai avec touche du tremplin ou des barres sans entrée (l'entrée ne peut être		1,00	Amplitudes :				
			Elan en Av et en AR sous l'horizontale		SP		
			Prises d'élan		0,10 / 0,30		
Exercice trop court			Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté(sortie)		0,10 / 0,30		
5 éléments ou + reconnus	Pas de déduction		Fautes d'exécution				
4 éléments	-4,00		Pénalités pour exercice trop court				
3 éléments	-5,00		NOTE E				
1 à 2 éléments	-8,00		Déductions neutres		NOTE FINALE		
Pas d'éléments	-10,00						

GYM :