

TABLE DE SAUT - FEDERALE											
N° GYM :					SAUTS		N°	Descriptif	Valeur		
Numéro du Saut exécuté					N°1	N°2					
	PENALITES			0,10	0,30	0,50		1.00	lune	1,60	
1er envol	Degré de rotation longitudinale incomplète						1.01	lune + ½ tour	2,00		
	Gr 1 avec 1/2 Tr (180°)			≤ 45°	≤ 90°			1.02	Lune + 1 tour	2,60	
	Gr. 3 avec 1/4 tour				≤ 45°			1.10	lune carpée (Yamashita)	2,00	
	Gr 4 avec 3/4 Tr (270°)			≤ 45°				1.11	lune carpée + 1/2 tour	240	
	Gr 1, 2 avec 1 tour (360°)			≤ 45°	≤ 90°	> 90°		1.12	lune carpée + 1 tour	2,80	
	Alignement du corps (angle des hanches/corps carré)			X	X			1.20	1/2 tour + répulsion	1,60	
	Genoux fléchis			X	X	X		1.21	1/2 tour + 1/2 tour	2,40	
	Jambes ou genoux écartés			X	X			1.22	1/2 tour + 1 tour	2,60	
	Impulsion	Appui décalé des mains Gr 1-2 & 5			X	X			1.40	rondade flic-flac + répulsion	2,00
Bras fléchis / Angle des épaules			X	X	X		2.10	lune + salto avant groupé	3,60		
Ne pas passer par la verticale			X				2.11	lune + salto avant groupé 1/2 tour	3,80		
Rotation longitudinale commencée trop tôt			X	X			2.20	lune + salto avant carpé	3,80		
2ème envol	Courbette excessive			X	X			2.21	lune + salto avant carpé 1/2 tr	4,00	
	Hauteur			X	X	X		3.10	tsukahara groupé	3,20	
	Précision dans les RL			X				3.11	tsukahara groupé 1/2 tour	3,40	
	Précision de la position groupé/carpé dans les salti			X	X			3.20	tsukahara carpé	3,40	
	Précision de la position groupé/carpé dans les salti avec vrille			X				3.30	tsukahara tendu	3,80	
	Alignement du corps dans les saltis tendus			X				4.10	yurchenko salro AR groupé	3,00	
	Alignement du corps dans les saltis tendus avec vrille			X	X			4.11	yurchenko salto AR groupé 1/2 tour	3,20	
	Manque de maintien position tendue (carpé trop tôt)			X	X			4.20	yurchenko salto AR Carpé	3,20	
	Extension insuffisante et/ou tardive (groupés/carpés)			X	X			4.30	yurchenko salto AR Tendu	3,60	
	Genoux fléchis			X	X	X		4.31	yurchenko salto AR Tendu 1/2 tour	3,80	
	Jambes ou genoux écartés			X	X			4.32	yurchenko salto AR Tendu 1 tour	4,20	
	Sous-rotation dans le salto sans chute			X							
	Sous-rotation dans le salto avec chute				X			Autres déductions JURY D			
	Longueur insuffisante			X	X			Plus de 25 m de course d'élan		0.50	
	Déviation par rapport à l'axe			X				Ne pas se présenter av/après saut		0.30	
	Dynamisme			X	X			Présence entraîneur sur tapis		0.50	
	Réception (max 0,80 si pas de chute)	Jambes écartées Ch.fois			X				Signes, cris, conseils verbaux pdt saut		0.50
		Elan supplémentaire des bras			X				Utilisation incorrecte de la magnésie		0.50
		Déséquilibre Ch.fois			X	X			Ne pas mettre tapis supplémentaire		0.50
		Pas supplémentaire, sursaut Ch.fois			X				Placer tremplin sur surface interdite		0.50
Très grand pas ou saut (+ largeur des épaules) Ch.fois				X			Enlever ressort du tremplin		0.50		
Faute de position de corps Ch.fois			X	X			Déplacer le tapis supplémentaire		0.50		
Flexion profonde					X		Utilisation tapis suppl. non autorisé		0.50		
Frôler/toucher l'agrès/tapis avec les mains Ch.fois				X			Tenue incorrecte (justaucorps, bijou..)		0.30		
Appui 1 main ou 2 sur tapis ou agrès			1,00				Dépassement du temps d'échauffement		0.30		
Chute sur le tapis sur les genoux ou le bassin			1,00				Ne pas commencer dans les 30"		0.50		
Chute sur ou contre agrès			1,00				Appui une seule main		2.00		
Total Pénalités							Récep. ou pas 1 pied hors du couloir		0.10		
							Récep. ou pas 2 pieds hors du couloir		0.30		
NOTE E							Ne pas afficher n° saut prévu		SP		
							Saut différent du saut annoncé		SP		
NOTE D							Course d'élan sans effectuer 1 saut		SP		
							Commencer le saut AV le signal de juges		Nullité du saut		
Valorisation Note D entre 3.00 et 3.40 = + 0.30					Course élan touche table/ tremplin						
de la Note D entre 3.50 et 3,90 = + 0.60					Pas d'appui avec table de saut						
note D Note D entre 4.00 et + = + 0.90					Aide pendant saut						
D valorisée + E							Réception non sur pieds d'abord				
Autres déductions jury D							Saut mal exécuté et non reconnu				
NOTE FINALE							Saut interdit				
							Ne pas utiliser le collier de sécurité				