

SOL - FEDERALE					ASSOCIATION :				
JURY D					JURY E		10,00		
V D	8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée				Performance artistique (ensemble du mouvement)				
		3 acro mini	3 gym mini		Mauvaise tenue du corps (tête, épaules, buste...)	0,10 / 0,20			
	A = 0,10				Amplitude insuffisante (allongement maximum des mouvements)	0,10			
	B = 0,20				Pointes de pieds pas tendues/relâchées, pieds en dedans	0,10			
	C = 0,30				Participation insuffisante des parties du corps	0,10			
	D = 0,40				Complexité des mouvements insuffisante (nécessite préparation, coordination et entraînement)	0,10			
	E = 0,50				Musicalité et Musique				
	TOTAL VD				Mauvaise expressivité en fonction du style de la musique	0,10/ 0,20 / 0,30			
E C	1	1 passage gymnique d'au moins 2 sauts différents, liés directement ou indirectement dont 1 avec un écart de 180° en position transversale/latérale ou écarté latéral			Manque de relation entre la musique et l'exercice, en partie ou sur l'ensemble	0,10/ 0,20 / 0,30			
	2	Salto avec rotation longitudinale (mini 360°)			Manque de syncho entre mvt et et le rythme musical à la fin de l'exercice	0,10			
	3	Salto avec double rotation transversale			Pas de structure musicale	0,10			
	4	Salto AR et AV (sauf renversement libre) dans la même ou différente ligne acro			Composition (ensemble du mouvement)				
	TOTAL EC				Chorégraphie pauvre dans les coins/manque de variété	0,10			
Liason directe 2 salti ≠ dans cet ordre				Absence mouvement touchant le sol (incluant au minimun le tronc, la cuisse, le genou ou la tête)		0,10			
0,10 pt = B+A				TOTAL VL FSCF		Préparation excessive & distribution des éléments			
0,10 pt = C+A						Ajustement (pas sans chorégraphie)		ch f. 0,10	
0,20 pt = C+B				TOTAL VL FIG		Elan des bras excessif avant les éléments gymniques		ch f. 0,10	
0,20 pt = B+C						Pause (+ de 2 sec.)		ch f. 0,10	
Bonus sortie C ou + (0,20 pt)						L'exercice commence immédiatement avec une ligne/élément acrobatique		0,10	
(VD + EC + VL & BS + Bonus sortie) NOTE D						Lignes acro exécutées à la suite l'une de l'autre sans chorégraphie entre		ch f. 0,10	
Valorisation de la note D	3,10 à 3,40		+0,30			Plus d'1 ligne acro en suivant		ch f. 0,10	
	3,50 à 3,90		+0,60			L'exercice se termine avec un élt acro (pas de choré)		0,10	
	4,00 à 4,40		+0,90						
	4,50 et +		+1,20						
Note D valorisée									
Déductions éventuelles par Jury D sur NF						Pas de sortie		0,50	
Dépassement du temps			0,10			Fautes d'exécution			
Sorties de praticables Ch. Fois			0,10/ 0,30			Pénalités pour exercice trop court			
Absence de musique ou musique avec paroles			1,00			NOTE E			
Exercice trop court	5-6 éléments			-4,00	Déductions neutres				
	3-4 éléments			-6,00	NOTE FINALE				
	1-2 éléments			-8,00					
	Pas d'éléments			-10,00					