

POUTRE - PASSION					ASSOCIATION/GYM :						
JURY D					JURY E			10,00			
V D	8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée				Déductions pour artistique						
			3-acro-mini	3-gym-mini			Mauvaise tenue du corps (tête, épaules, buste...)	0,10-0,20			
	E = 0,50						Amplitude insuffisante (allongement maximum des mouvements)	0,10			
	D = 0,40						Amplitude insuffisante dans les élans de jambes	0,10			
	C = 0,30						Pointes de pieds pas tendues/relâchées, pieds en dedans	0,10			
	B = 0,20						Manque de travail en relevé	0,10			
	A = 0,10						Participation insuffisante des parties du corps	0,10			
	TOTAL VD						Variation insuffisante du rythme et tempo, exécution de tout l'exercice comme séries d'éléments et mouvements discontinus	0,10-0,20			
E C	1	- Série de 2 sauts enchainés dont 1 écart à 180°, dans le sens de la poutre		0,50			Composition				
	2	- 1 pivot 1 tour minimum (élément du code)		0,50							
	3	- 1 élément acro (roue...)		0,50			Entrée sans VD	0,10			
	4	- 1 élément de maintien OU 1 deuxième élément acro dans un sens différent du 1er		0,50			Manque de mouvements latéraux complexes (sans VD)	0,10			
	TOTAL EC						Absence de combinaison de mvt/élt proche de la poutre	0,10			
TOTAL VL & Bonus série						Plus d'un 1/2 tour sur 2 pieds jbes tendues		0,10			
Bonus sortie C (0,20 pt)						Fautes					
(VD + EC + VL & BS + Bonus sortie) NOTE D						Mauvais rythme dans les liaisons (avec VD) Ch.fois		0,10			
Valorisation de la note D	3,10 à 3,40		= + 0,30				Ajustements (pas sans chorégraphie et mouvements inutiles) Ch. Fois	0,10			
	3,50 à 3,90		= + 0,60				Elan excessif des bras avant les éléments gymniques Ch.fois	0,10			
	4,00 à 4,40		= + 0,90				Pause (appliquée à 2 sec.) Ch. Fois	0,10			
	5,00 et +		= + 1,20				Appui supplémentaire de jambe sur le côté de la poutre	0,30			
Note D valorisée						S'accrocher à la poutre pour éviter une chute		0,50			
Déductions éventuelles par Jury D sur NF							Mouvements supplémentaires pour maintenir l'équilibre		0,10-0,30-0,50		
Essai avec touche du tremplin ou de la poutre sans entrée (l'entrée ne peut être recommencée)				1,00			Pas de sortie		0,50		
Dépassement du temps				0,10					1,00 pt de chute		
							Fautes d'exécution				
Exercice trop court	5-6 éléments				-4,00			Pénalités pour exercice trop court			
	3-4 éléments				-6,00			NOTE E			
	1-2 éléments				-8,00			Déductions neutres		NOTE FINALE	
	Pas d'éléments				-10,00						