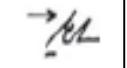
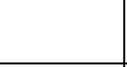
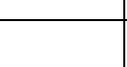


Fédérales A Barres

Groupes	Elément 1pt	Elément 2pts	Bonif 3 Max	Exigences de Groupe et Fautes spécifiques			
Entrées				1 "Entrée" 1 "Suspension"	1 "Appui" 1 "Sortie"	2 élts au choix	
				Tous les balancés peuvent être réalisés jambes serrées ou écartées (<i>bascules et balancés</i>) Arrêt (= arrêt qui n'est pas nécessaire à l'exécution de l'élément) Eléments de maintien non tenu 2s Dépassement temps de chute (30s)	0.50 NR Ex term	Heurter le sol avec les pieds Frôler le tapis ou l'agrès avec la main Manque d'amplitude dans les prises d'élan et balancés Heurter la barre avec 1 ou 2 pieds Elan inter (pas de cumul avec arrêt)	1.00 0.30 0.10/0.30 0.50 0.50
						<p style="margin: 0;">● Prise d'élan pose de pieds : 1 seul élément</p>	
Suspensions				<p style="margin: 0;">Difficultés</p> <p style="margin: 0;">Bonifications</p> <p style="margin: 0;">NOTE D =</p> <p style="margin: 0;">Déductions</p> <p style="margin: 0;">NOTE F =</p> <p style="margin: 0;">Difficultés</p> <p style="margin: 0;">Bonifications</p> <p style="margin: 0;">NOTE D =</p> <p style="margin: 0;">Déductions</p> <p style="margin: 0;">NOTE F =</p>			
							
			0,50				
							
							
							
							
							
Appuis			0,50	<p style="margin: 0;">Difficultés</p> <p style="margin: 0;">Bonifications</p> <p style="margin: 0;">NOTE D =</p> <p style="margin: 0;">Déductions</p> <p style="margin: 0;">NOTE F =</p> <p style="margin: 0;">Difficultés</p> <p style="margin: 0;">Bonifications</p> <p style="margin: 0;">NOTE D =</p> <p style="margin: 0;">Déductions</p> <p style="margin: 0;">NOTE F =</p>			
							
							
			0,50				
							
							
							
							
							
							
Sorties				<p style="margin: 0;">Difficultés</p> <p style="margin: 0;">Bonifications</p> <p style="margin: 0;">NOTE D =</p> <p style="margin: 0;">Déductions</p> <p style="margin: 0;">NOTE F =</p>			
							
							
							
							
							
				<p>Ces éléments ne peuvent être comptabilisés qu'une seule fois dans le mouvement ou en sortie</p>			