

Fédérales B Barres

Groupes	Elément 2pts		Bonif 2 Max	Exigences de Groupe et Fautes spécifiques			
Entrées				1 "Entrée" 1 "Suspension"	1 "Appui" 1 "Sortie"	1 élt au choix	
				Tous les balancés peuvent être réalisés jambes serrées ou écartées 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	Heurter le sol avec les pieds Frôler le tapis ou l'agrès avec la main Heurter la barre avec 1 ou 2 pieds Elan inter (pas de cumul avec arrêt)	1.00 0.30 0.50 0.50
	Si Traction renvers		0,50				
Suspensions				Difficultés Bonifications NOTE D = Déductions NOTE F =			
			0,50				
							
							
							
							
Appuis			0,50	Difficultés Bonifications NOTE D = Déductions = NOTE F =			
							
							
							
							
							
Sorties				Difficultés Bonifications NOTE D = Déductions = NOTE F =			
							
							