

Exigences de composition		EC		Bonifications sur éléments		Fautes	
<b>8 éléments maxi y compris la sortie dont la valeur est la plus élevée</b> <i>(Seuls les éléments avec une valeur minimale de 0.10 pt sont comptabilisés)</i> <i>La sortie est la dernière ligne acrobatique prise en compte</i> <i>Pas de sortie si seulement une ligne acro</i>		1 passage gymnique composé de 2 sauts # liés directement ou indirectement ( <i>avec pas courus, petits sauts, pas chassés, tours chaînés</i> ) dont 1 saut écart de 180° en position transversale ou écarté latéral ( <i>l'objectif étant de créer un grand déplacement fluide</i> ) <b>Les sauts appel 2 pieds et les tours ne sont pas autorisés.</b> La réception des sauts doit se faire sur 1 pied s'ils sont exécutés comme 1° élément de la série gym		1 1 Salto avec rotation longitudinale de 720° minimum		Réception 1 pied 1 main en dehors des lignes 0,1 (NF) Réception 2 pieds ou 2 mains en dehors des lignes 0,3 (NF)	
<b>3 acros 3 gymniques + 2 éléments au choix</b>		2 1 Salto AV ou AR avec une rotation longitudinale de 360° minimum dans une ligne acrobatique		2 1 Salto avec double rotation transversale		<b>Exécution artistique</b> 1 Position du corps insuffisante tête, épaules, buste 0.1 2 Amplitude insuffisante (élongation maximale dans les mouvements) 0.1 3 Travail du pied insuffisant : les pointes de pied ne sont pas tendues/relâchées/pieds en dedans 0.1 4 Manque de mouvement de toutes les parties du corps 0.1 5 Manque d'expression en rapport avec le style de la musique 0.1/0.3 6 Exécution de tout l'exercice avec des séries et des mouvements et éléments discontinus 0.1	
<b>Exercices trop courts :</b>		3 3 lignes acrobatiques dont 1 avec 3 éléments		3 1 ligne acrobatique avec 2 salti en liaison directe ou indirecte identiques ou différents		<b>Composition</b> Insuffisante complexité ou créativité des mouvements 7 Pendant tout l'exercice 0.1 8 Manque de variété chorégraphique vers les coins 0.1 9 Absence d'un mouvement touchant le sol ( <i>dont au minimum le buste, ou les cuisses, ou les genoux ou la tête</i> ) 0.1	
<b>Après notification du Jury D : Pénalisation NF</b>		4 1 salto AV ( <i>sauf renversement Libre</i> ) et 1 salto AR dans une ligne acrobatique identique ou différente.		4 2 éléments gymniques de valeur C minimum		<b>Musique et Musicalité</b> Montage de la musique ( <i>pas de début, fin, ou accents</i> ) 10 Pas de structure musicale 0.1 Musicalité 11 Manque de synchronisation entre le mouvement et la mesure à la fin de l'exercice 0.1 12 Musique de fond 0.1/0.3	
7 éléments ou + sont exécutés - 0,00pt 5 à 6 éléments sont exécutés - 4,00pt 3 à 4 éléments sont exécutés - 6,00pt 1 à 2 éléments sont exécutés - 8,00pt aucun élément n'est exécuté - 10,00pt		<b>Fautes</b> Pause (appliquée à 2s) 0.1chf Ajustement ( <i>Pas sans chorégraphie</i> ) 0.1chf Elan des bras excessifs dans les éléments gymniques 0.1chf L'exercice commence avec une ligne acro/élément acro 0.1 Lignes acro exécutées à la suite l'une de l'autre sur une même diago sans choré entre 0.1chf L'exercice se termine par un élément acro ( <i>pas de choré après la dernière acro</i> ) 0.1 Plus d'une ligne acro en suivant 0.1 Absence de rebond après rondade, saut de mains, flip ( <i>positionné en dernier élément</i> ) 0.5		<b>Bonifications sur N.D.</b> 3.3 – 3.5 +0.3 3.6 – 3.8 +0.6 3.9 – 4.1 +0.9 >= 4.2 +1.2			

Club	Gym								E.C.				BONIF.		V.D.			
Artistique	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	E.C.	
													.7 G				N.D.	
													.6 F				N.D.	
													.5 E				Bonif sur ND	
													.4 D				Bonif sur élts	
													.3 C				N.E.	
													.2 B				N.E.	
													EXE	ART	.1 A		N.F.	
																	N.F.	

Club		Gym				E.C.				1	2	3	4	BONIF.	1	2	3	4	V.D.
Artistique	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			Acro	Gym	Total	E.C.	
-----														.7 G				N.D.	
														.6 F					
														.5 E				Bonif sur ND	
														.4 D				Bonif sur élts	
														.3 C				N.E.	
														.2 B					
														EXE	ART	.1 A			

Club		Gym				E.C.				1	2	3	4	BONIF.	1	2	3	4	V.D.
Artistique	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			Acro	Gym	Total	E.C.	
-----														.7 G				N.D.	
														.6 F					
														.5 E				Bonif sur ND	
														.4 D				Bonif sur élts	
														.3 C				N.E.	
														.2 B					
														EXE	ART	.1 A			

Club		Gym				E.C.				1	2	3	4	BONIF.	1	2	3	4	V.D.
Artistique	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			Acro	Gym	Total	E.C.	
-----														.7 G				N.D.	
														.6 F					
														.5 E				Bonif sur ND	
														.4 D				Bonif sur élts	
														.3 C				N.E.	
														.2 B					
														EXE	ART	.1 A			