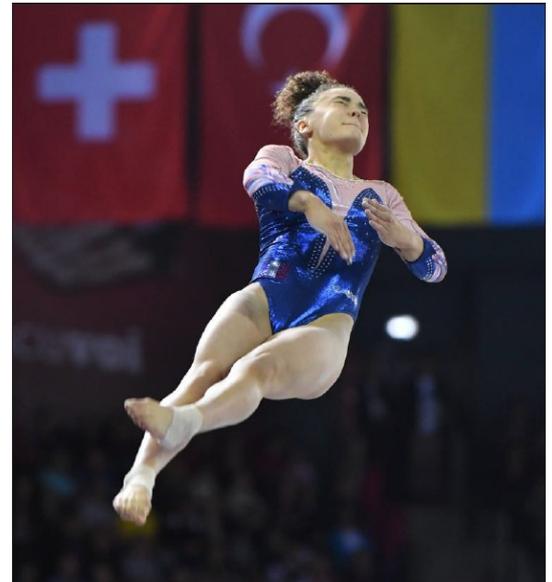




- Bras fléchis  
**0.1-0.3-0.5**
- Angle des épaules  
**0.1-0.3**
- Appui prolongé sur la table  
**0.1-0.30-0.50**
- Pose des genoux  
**1.00**
- Appuis supplémentaires sur la table (*une seule fois*)  
**0.50**
- Ne pas passer à la verticale  
**0.1**
- Rotation longitudinale commencée trop tôt (*sur la table*)  
**0.1-0.30**



- Rotation longitudinale incomplète  
**≤ 45° 0.1 – ≤ 90° 0.3 > 90° 0.50**
- Angle des hanches  
**0.1-0.3**
- Corps cambré  
**0.1-0.3**
- Genoux fléchis  
**0.1-0.3-0.5**
- Jambes ou genoux écartés  
**0.1-0.3**



- Hauteur insuffisante  
**0.1-0.3-0.5**
- Précision dans les rotations longitudinales  
**0.1**
- Alignement du corps  
**0.1**
- Genoux fléchis  
**0.1-0.3-0.5**
- Jambes ou genoux écartés  
**0.1-0.3**
- Distance: Longueur insuffisante  
**0.1-0.3**
- Déviation par rapport à l'axe  
**0.1**
- Dynamisme  
**0.1-0.3**

**Course: Jury D N.F.**  
25 m maximum  
Course supplémentaire autorisée

GRILLE DES SAUTS NOTES D			
DESSIN / SYMBOLE	DESCRIPTION	NOTE DE DÉPART	
		Trampo-tremp*	1 tremplin
	Saut avec pose des mains puis des pieds sur la table de saut puis saut vertical	10	11
	Renversement avant avec 1/2 tour (180°) dans le 1 <sup>er</sup> envol	11	12
	Renversement avant	12	13
	Renversement avant avec 1/2 tour (180°) dans le 1 <sup>er</sup> envol et 1/2 tour (180°) dans le 2 <sup>e</sup> envol. Saut reconnu avec ou sans changement de sens de rotation entre les 2 envols	12	13

- Jambes écartées à la réception  
**0.10**
  - Déséquilibre  
**0.1-0.30**
  - Flexion profonde  
**0.5**
  - Pas supplémentaire, petit sursaut  
**0.1**
  - Très grand pas ou saut (+1m)  
**0.3**
  - Fautes de position du corps  
**0.10-0.30**
  - Chute  
**1.00**
- } Limité à **0.8**
- Saut avec pose de pieds
  - Sauts par renversement
  - Sauts avec rotation longitudinale

## Jugement saut Fédérales A