


SAUT	BARRES ASYMETRIQUES	POUTRE	SOL
contenu	contenu	contenu	contenu
ND : 4 pts	7 éléments + sortie : 1,6 pts max	7 éléments + sortie : 1,6 pts max	7 éléments + sortie : 1,6 pts max
saut 1 : 10m + saut droit saut 2 : 20m + lune obligation de faire les 2 !!		3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix	3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix
saut à 1m15 / trempo-tremp	composition : 2 pts	composition : 2 pts	composition : 2 pts
Performance 8/9 ans  Comité Départemental Loire 2018 - 2019	1 bascule	1 SG 2 sauts dif dont 1 à 180°	1 SG 2 sauts dif avec 1 à 180°
	1 prise d'élan (élan arrière)	1 relevé au retiré sur 1/2 ptes 2" + 1 demi pivot mini	1 demi pivot mini terminé sur 1/2 pointes
	1 tour proche	1 acro avt / lat	2 lignes acro (rondade flip / saut de mains obligatoire)
	1 grand balancé (grand tour)	1 acro arrière	1 salto avt ou arr
	Bonifications : 1,60 max	Bonifications	Bonifications : 1.10 max
	prise d'élan jambes serrées 45° : 0.30	équerre ATR : 0.30	roulade arrière ATR : 0.30
	placement du dos ATR : 0.30	ATR 2" : 0.30	équerre ATR : 0.30
	ATR jambes serrés : 0.50	roue fente ou arabesque : 0.30	Liaisons
	tour arrière libre à 45° : 0.30	souplesse avant : 0.30	saut de mains - flip avant : 0.50 (si pas de rebond : VL ok mais -0,50 sur NE)
	passement filé ATR : 0.50	flip décalé : 0.30	
	bonifs 9 ans / finale région	Liaisons	ligne acro : 1 élément avec envol
	2 soleils : 0,30	souplesse avt-roue : 1,10 pt	1 élément souplesse obligatoire au sol (grand écart antéro ou écrasement passé sur ventre) (-0.10)
sortie salto tendu : 0.30	roue-souplesse arrière : 0,80 pt		
1 mvt BI + 1 mvt BS	souplesse avt-roue-souplesse arr : 1,60 pt		