

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
contenu	contenu ND	contenu ND	contenu ND
ND : valeur saut FIG	7 éléments + sortie	7 éléments + sortie	7 éléments + sortie
trempo-tramp autorisé : -1pt sur ND	composition : 2 pts éléments 0,10 minimum	3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix	3 gymniques / 3 acros / 2 éléments au choix
	1 tour proche B minimum 1 élément ds les grands tours (soleil ou lune)	composition : 2 pts éléments 0,10 mini (sur poutre)	composition : 2 pts éléments 0,10 minimum
	1 bascule ATR ds les 10°	1 SG 2 élmts dif avec 1 saut à 180°	1 SG 2 sauts dif avec 1 à 180°
	1 sortie avec un salto	1 élémt groupe 3 (tour)	1 rot long 360° ds 1 ligne acro
Bonification : 0,50 pt		1 SA 2 éléments dt 1 envol (sauf ATR)	3 lignes acro dt 1 avec 3 éléments
2 sauts avec 1er envol diff + rot transversale (1,5 fautes max)	Bonification ND	Acro direction diff (avt/lat et arr)	1 salto avt ET 1 salto arr
	1,8 - 2,2 : 0,30	Bonification ND	Bonification ND
	2,3 - 2,7 : 0,60	3,3 - 3,5 : 0,30	3,3 - 3,5 : 0,30
	2,8 - 3,2 : 0,90	3,6 - 3,8 : 0,60	3,6 - 3,8 : 0,60
	3,3 - 3,7 : 1,20	3,9 - 4,1 : 0,90	3,9 - 4,1 : 0,90
	> ou = 3,8 : 1,50	> ou = 4,20 : 1,20	> ou = 4,20 : 1,20
	Bonification : 2 pts max	Bonification : 2 pts max	Bonification : 2 pts max
	1 rotation 180° (ATR, tour proche, soleil, lune)	1 SA 2 envols dont 1 salto	1 rotation long 720° mini
	Envol BS / BI ou sortie double transversale	1 salto ou renv libre isolé	1 double rotation transversale
	Tour proche C (différent de EC1)	2 gymniques C	1 ligne acro avec 2 salti en liaison
	Prises différentes (sauf entrée sortie et prise d'élan)	1 sortie (B mini) : liaison 1 envol	2 gymniques C

Performance



2018 - 2019