

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
contenu	contenu ND	contenu ND	contenu ND
ND : valeur saut FIG	7 éléments + sortie	7 éléments + sortie	7 éléments + sortie
trempe-tramp autorisé : -1pt sur ND	composition : 2 pts	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	composition : 2 pts
	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
		1 SA 2 éléments dt 1 envol (sauf ATR)	3 lignes acro dt 1 avec 3 éléments
		Acro direction diff (avt/lat et arr)	1 salto avt ET 1 salto arr
Bonification : 0,50 pt	Bonus exé ND / NE	Bonus exé ND / NE	Bonus exé ND / NE
2 sauts avec 1er envol diff + rot transversale (1,5 fautes max)	ND 1,80/2,20 - NE 8,50 = + 0,30	ND 3,30 / 3,50 - NE 7,50 = + 0,30	ND 3,30 / 3,50 - NE 7,50 = + 0,30
	ND 2,30 / 2,70 - NE 8,20 = + 0,60	ND 3,60 / 3,80 - NE 7,00 = + 0,60	ND 3,60 / 3,80 - NE 7,20 = + 0,60
	ND 2,80/3,20 - NE 8,00 = + 0,90	ND 3,90 / 4,10 - NE 6,50 = + 0,90	ND 3,90 / 4,10 - NE 7,00 = + 0,90
	ND 3,30/3,70 - NE 7,00 = + 1,20	ND > = 4,20 - NE 6,00 = + 1,20	ND > = 4,20 - NE 6,70 = + 1,20
	ND > = 3,80 - NE 6,50 = + 1,50		
	Bonification : 2 pts max	Bonification : 2 pts max	Bonification : 2 pts max
	1 rotation mini 180° (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)	SA 2 envols = 0,30 / 3 envols = 0,50	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

AVENIR



2018 - 2019