

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
contenu	contenu	contenu	contenu
ND : 7 ou 9 pts	5 éléments = ND = 10 pts	5 éléments = ND = 10 pts	5 éléments = ND = 10 pts
	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt	2 bonifs à 0,5 : max = 1pt
	ND max : 11 max	ND max : 11 max	ND max : 11 max
H : 1m25 Trampo-tremp uniquement	1 entrée 1 suspension 1 appui 1 sortie 1 élément au choix	1 entrée 1 élément acrobatique 1 sortie 1 élément au choix 1 élément au choix	2 éléments acrobatiques 2 éléments gymniques 1 élément au choix
Fédéral B 	Eléments de la grille FB exclusivement	Eléments de la grille FB exclusivement	Eléments de la grille FB exclusivement
		1' max / H 1m25	1' max / sur 1 longueur
SAUT	BARRES ASYMETRIQUES	POUTRE	SOL
contenu	contenu	contenu	contenu
ND : entre 8,5 et 10 pts	6 éléments à 1.5 = ND = 9 pts	6 éléments à 1.5 = ND = 9 pts	6 éléments à 1.5 = ND = 9 pts
	2 bonifications à 0.5 = 1 pt 1 bascule / 2 balancés	2 bonifications à 0.5 = 1 pt 1 acrobatie sans envol / 1 gymnique	2 bonifications à 0.5 = 1 pt 1 acrobatie / 1 gymnique
	ND max : 10 max	ND max : 10 max	ND max : 10 max
H 1m25 trampo-tremp ou tremplin simple	1 entrée 1 suspension 1 appui 1 sortie 2 éléments au choix	1 entrée 1 tour 1 saut 1 acro arrière 1 acro avant / latérale 1 sortie	1 acro avant/latéral 1 acro arrière 2 gymniques 2 éléments au choix
lune au tremplin interdite pour les 13 ans et moins (2008)			
Fédéral A1	Les éléments à 2 pts sont INTERDITS (sauf pour les bonifications)	Les éléments à 2 pts sont INTERDITS (sauf pour les bonifications)	Les éléments à 2 pts sont INTERDITS (sauf pour les bonifications)
	mouvement en BI ou BI/BS	1' max / H 1m25	1' max / sur le praticable
SAUT	BARRES ASYMETRIQUES	POUTRE	SOL
contenu	contenu	contenu	contenu
ND : entre 10 et 13 pts	6 éléments = ND = 12pts	6 éléments = ND = 12pts	6 éléments = ND = 12pts
	3 éléments bonifiés : max = 1,5pts	3 éléments bonifiés : max = 1,5pts	3 éléments bonifiés : max = 1,5pts
	ND max : 13,5 max	ND max : 13,5 max	ND max : 13,5 max
H 1m25 trampo-tremp ou tremplin simple 25m course	1 entrée 1 suspension 1 appui 1 sortie 2 éléments au choix	1 entrée 1 tour 1 saut 1 acro arrière 1 acro avant / latérale 1 sortie	1 acrobatie avant/latéral 1 acrobatie arrière 2 gymniques 2 éléments au choix
Fédéral A 2020 - 2021	Eléments de la grille FA exclusivement	Eléments de la grille FA exclusivement	Eléments de la grille FA exclusivement
	BI ou BS ou les 2	1' max / H 1m25	1' max / sur le praticable