

Table de Saut Jeunesses Aînées 2023

- Attention 1^{er} degré sans table de saut
- Autorisation : tremplin, tremplin + trampo ou trampo-tremp ou tremplin double suivant les degrés : à bien vérifier
- La gym a droit à **3 courses pour 2 sauts**. Ceux-ci doivent être identiques
- La moyenne de chaque saut est calculée séparément et c'est la meilleure moyenne qui est retenue comme note finale.
- La course n'est pas évaluée
- Mauvaise annonce de degré : Le juge doit avertir l'entraîneur si la gym n'exécute pas le saut annoncé.
Si l'entraîneur demande d'annuler ce saut, la gym n'a le droit plus qu'à un saut
Si l'entraîneur ne dit rien, le juge note le 1^{er} saut et pénalise de 0.80 pour mauvaise annonce de degré. La gym doit réaliser le second saut du même degré que le premier. Dans le cas contraire, ce dernier saut ne sera pas noté.
- Saut avant le signal des juges : saut à refaire **SANS PÉNALITÉ**.
- Le jury doit avertir l'entraîneur avant le 2ème essai, si au 1er essai le saut est nul.

Saut Nul

Chute avant pose de pieds,

Déplacement des mains sur la table pendant la phase d'appui y compris glissement de mains

Lune avec bras fléchis, saut nul **uniquement** si la tête touche la table (et pas la queue de cheval !!)

Déséquilibre / chute :

Pénalité **0.10** ou **0.30** maximum
sauf si la gym fait en plus 3 grands pas : maxi: **0.80**

Si gros déséquilibre plus chute, on ne compte que la chute à 1 point
Ne pas oublier les **fautes générales**

1^{er} 2^{ème} degré

- Pose de pieds alternative (sur tapis ou sur table) **0.30**

2^{ème} degré

- Un ou deux pas sur la table de saut **0.80**
- Après la réception du saut vertical, la gym **peut avancer ou reculer SP** pour se placer pour l'ATR tombé dos.
Elle doit mettre ses mains devant le tapis de 10 cm mais pas de pénalité si elle les met dessus.
- Si la gym commence son ATR, repose les pieds et refait l'ATR tombé dos :
1 pt de chute
- Si la gym fait roulade avant puis refait ATR :
1 pt de chute

Bonne compétition

Si vous avez besoin d'un renseignement, si vous avez un doute, une question : Appelez-moi, et ensemble nous trouverons la réponse.