

BARRES POUSSINES 2024

- **Rebond** sur le tremplin avant l'entrée..... 0.50 pt quel que soit le nombre de rebonds

- **Prise d'élan**

	Tentée	Reconnue	Exigence d'amplitude
2 ^{ème}	Fouetté des jambes	Bassin décollé	Aucune
3 ^{ème}	Bassin décollé	Corps oblique AR basse	Aucune (corps aligné)
5 ^{ème}	Bassin décollé	Corps oblique AR basse	> horizontale

- **Balancers :**

3^{ème} :..... pas d'amplitude exigée, la forme de la courbe doit juste être présente

4^{ème} - 5^{ème} pieds à hauteur minimum de la BI, talons serrés

- **Arrêt non motivé :**

Corps en fermeture (pieds devant la barre).....**0.10 pt** pour arrêt

Corps en ouverture..... **0.10 pt** pour arrêt + **0.50 pt** pour élan intermédiaire

Attention aux enchaînements prévus dans le programme fédéral, certains arrêts et élans en AV sont prévus dans le texte, donc pas de pénalité.

- **Écartement des Barres :**

Maxi 1.80 m (pénalité si gym écarte plus)

- **Cas de la bascule barre supérieure non remontée**

1^{er} cas :

La bascule n'est pas remontée, la gym chute puis remonte et refait sa bascule

VD accordée

⇒ Chute

⇒ puis fautes éventuelles sur la 2^{ème} bascule réalisée

2^{ème} cas :

La bascule n'est pas remontée, la gym pose les pieds sur BI et fait sa bascule

VD accordée

⇒ - **0.50 pt** pour heurter agrès

⇒ - **0.50 pt** pour élément mal exécuté sans chute et recommencé

⇒ puis fautes éventuelles sur la 2^{ème} bascule réalisée.

3^{ème} cas :

La bascule n'est pas remontée, le moniteur aide la gym pour monter à l'appui BS

La gym réussit la deuxième bascule

VD accordée

⇒ - **0.80 pt** pour aide sur un élément non côté

⇒ fautes générales éventuelles sur les 2 bascules (uniquement fautes générales sur la première)

4^{ème} cas :

La bascule n'est pas remontée, la gym fait un renversement BS

Perte de la valeur de la bascule en D

⇒ - **0.80 pt** pour élément supplémentaire

⇒ fautes générales éventuelles sur les deux éléments

5^{ème} cas :

La bascule n'est pas remontée, le moniteur aide la gym pour monter à l'appui BS

Perte de la valeur de la bascule en D

⇒ - **0.80 pt** pour aide sur un élément non côté

⇒ fautes générales éventuelles sur la bascule