

Briefing pour le 16 juin 2024

GENERALITES

LECTURE DE LA FEUILLE D'IMPOSE

Paragraphe coté : EN GRAS SOULIGNE = VALEUR DE LA DIFFICULTE

Élément non exécuté ou aidé : Perte de la valeur de l'élément en note D et moins 3 points sur la note E.

Lorsque ces 3 points sont à retirer les juges doivent avertir immédiatement le responsable des Juges car cette pénalité doit rester exceptionnelle.

Paragraphe non coté :

Paragraphe avec un intitulé : Pénalité de 0,80 pt sur la note E pour l'élément principal **oublié ou aidé**, 0,10 pt sur la note E pour tout tiret oublié.

Attention si le paragraphe entier est oublié, il n'y a pas cumul entre l'oubli de l'élément principal et les tirets non exécutés, la gymnaste perd au maximum 0,80 pt.

Paragraphe intitulé « chorégraphie » : pénalité de 0,10 pt sur la note E pour tout tiret oublié avec un maximum de 0,80 pt.

Pour toute exigence technique (écriture « normale ») non respectée, en paragraphes cotés ou non : pénalité de 0,30 pt sur la note E (sauf cas particuliers).

CHUTE

Tout élément chuté peut être recommencé (entrée et sortie comprises) sans pénalité pour élément supplémentaire.

Chute **après** l'exécution de l'élément : Élément comptabilisé en note D avec pénalité pour chute et fautes d'exécution en note E.

Chute **pendant** l'exécution de l'élément :

- **Sans reprise** : perte de la valeur de l'élément en note D + 1,00 pt de chute et fautes d'exécution (fautes générales) sur la note E.

- **Avec reprise** : élément comptabilisé en note D + 1,00 pt pour chute sur la 1ère exécution et fautes éventuelles sur la 2ème exécution en note E.

En cas de plusieurs tentatives, toutes les chutes sont comptabilisées + les fautes d'exécution et les fautes techniques du dernier élément exécuté.

En cas de déséquilibre, pas supplémentaire puis chute il n'y a pas de cumul des pénalités. Seule la chute est comptabilisée.

Un **élément mal exécuté sans chute et recommencé** sera pénalisé de 0,50 pt.

RECONNAISSANCE DES DIFFICULTES

Pour la reconnaissance des éléments, se référer au tableau : « ELEMENTS TENTES ET ELEMENTS RECONNUS ».

ATTENTION : si une difficulté n'est pas comptabilisée, seules les fautes générales sont enlevées.

Quand une gymnaste a effectué sa sortie ou au sol a pris la position finale, elle ne peut refaire un élément oublié.

ENTREE

- Rebond sur le tremplin avant l'entrée : 0,50 pt sur la note **E** quelque soit le nombre de rebonds (élan supplémentaire).

CHOIX DES ELEMENTS

Dans un exercice si la gymnaste a le choix entre deux éléments, en cas de chute à la 1ère exécution, elle doit exécuter à nouveau **le même élément tenté ou reconnu**.

Exemple : En poutre au 5ème degré, choix de la souplesse AR ou de la roue

- Chute sur la souplesse AR : 1,00 pt sur la note **E**.
- Elle remonte et effectue la roue.
- **Elle perd la valeur de l'élément en note D** + les éventuelles fautes d'exécution en note **E sur les 2 éléments** car elle aurait dû refaire la souplesse AR.

A la Table de Saut, lorsque dans un même degré des sauts différents sont proposés, la gymnaste doit réaliser **2 fois le même saut**. Sinon le **2ème saut est NUL, la gymnaste est notée sur le 1er saut**.

TAPIS SUPPLEMENTAIRE

Le tapis supplémentaire est autorisé en sortie, mais n'est pas obligatoire. Il ne doit pas être déplacé durant le passage de la gymnaste, sinon pénalité de 0,50 pt sur la note **E**.

Si utilisation de tapis supplémentaire non autorisé (ex : sous un tremplin) : 0,50 pt sur la note **E**.

TABLE DE SAUT

La gymnaste a le droit à trois courses pour deux sauts.

Si au 1er saut la gymnaste n'exécute pas le saut annoncé, l'entraîneur peut demander aux juges la nullité du saut.

Exemple : 1er saut annoncé 3ème degré, saut exécuté 2ème degré.

- Le juge doit avertir l'entraîneur de l'erreur.
- L'entraîneur intervient et demande la nullité du saut, par conséquent la gymnaste peut refaire un 3ème degré. **Attention** : il ne reste plus qu'un saut à la gym.
- L'entraîneur n'intervient pas, la gymnaste est obligée de refaire un 2ème degré car les deux sauts exécutés doivent être identiques. Le juge note le 2ème degré (il n'y a pas de pénalité pour mauvaise annonce de degré). Si elle réalise un 3ème degré, elle ne sera pas notée et son saut sera considéré comme NUL.

En cas de saut nul au 1er essai, le juge doit en avertir l'entraîneur.

BARRES

Il n'y a pas de chute sur l'agrès en barres.

Exemple : Une gym effectuée en BS fermeture jambe tronc, début de remonter en appui, épaules au niveau de BS. La bascule est donc tentée mais pas reconnue.

1er cas : elle reste en suspension. Le moniteur l'aide pour remonter à l'appui. Pas de VD 0,80 pt de pénalité pour « aide sur un élément non coté »

2ème cas : elle fait un renversement AR pour remonter à l'appui BS (5ème degré). Pas de VD

Pénalité de 0,80 pt pour « élément supplémentaire »

3ème cas : elle repose les pieds sur BI et refait la bascule qu'elle réussit. VD accordée 0,50 pt de pénalité pour « heurter l'agrès avec les pieds »

0,50 pt de pénalité pour élément mal exécuté sans chute et recommencé

POUTRE

Pour qu'une difficulté soit comptabilisée, la gymnaste doit reposer au moins un pied sur la poutre.

Si non retour sur poutre et que la gymnaste ne recommence pas, la difficulté est tentée : Perte de la valeur en note **D** + pénalité de 1,00 pt de chute et fautes d'exécution sur la note **E**.

Si non retour sur poutre et que la gymnaste recommence en réussissant : La difficulté est comptabilisée en note **D** + pénalité de 1,00 pt de chute + fautes d'exécution éventuelles de la 2ème en note **E**.

La pénalité pour « déséquilibre » est de 0,10 pt ou 0,30 pt, pour une flexion profonde 0,50pt et maximum 0,80pt, mais pas de cumul si chute.

ATR du 4ème degré : possibilité de cumul des pénalités d'angle pour ATR avec les Exigences Techniques correspondantes.

Position gainage du 3ème degré : pour être reconnue, la gym doit arriver directement en position de gainage ; dans la case ET : plus de fautes sur fouetté mais cela devient un conseil technique.

Saut cabriole : pour être reconnu, la réception doit se faire sur un pied.

Rappel pour les séries de sauts : pénalité de 0.30 pt si arrêt.

SOL

Lorsque la gymnaste n'exécute qu'une partie d'un **élément coté** :

- Exemple : rondade-flip (2 points) – le flip n'est pas exécuté :
- Perte de la valeur (- 2 pts) en note **D** ET moins 3 pts + fautes d'exécution de la rondade sur la note **E**.

Si arrêt entre la rondade et le flip : pénalité de **0,50 pt** pour le manque de liaison entre 2 éléments acrobatiques sur la note **E**.

La gym veut réaliser ATR ½ valse, elle monte à l'ATR puis repose les pieds au sol et recommence ATR ½ valse : la difficulté est comptabilisée en note **D** + pénalité de 1,00 pt de chute + fautes d'exécution éventuelles de la ½ valse en note **E**.

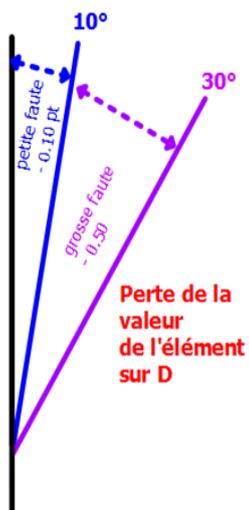
FORMATION PHYSIQUE

Pénalité de - 2 pts si le moniteur compte à voix haute, mais pas de pénalité si il souffle.

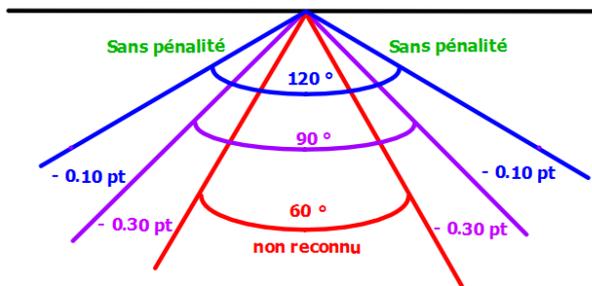
La formation physique ne peut être inversée ni en totalité, ni en partie, à partir de F -0.8 si inversion de pied.

Le maximum de faute par paragraphe est de 0.80, à ceci peut s'ajouter les fautes de corps.

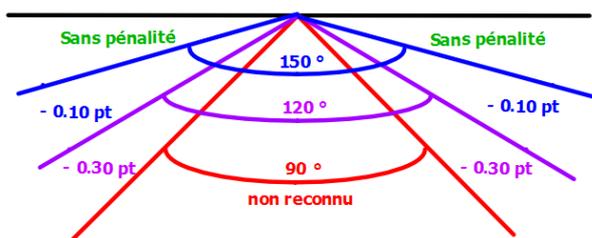
Équilibre (par rapport à la verticale) :



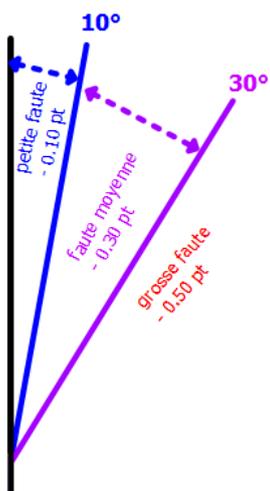
saut écart :



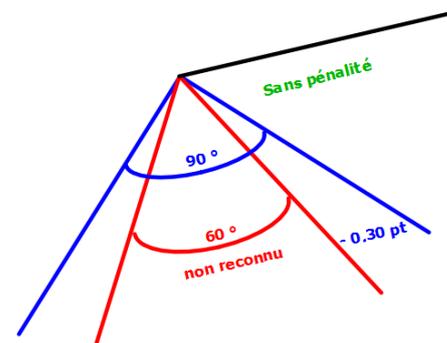
saut enjambé et changement de jbes :



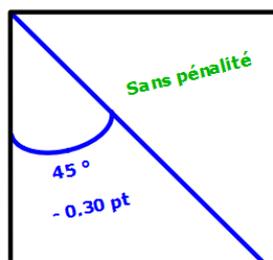
roue – rondade – accros et placement du dos :
(par rapport à la verticale) :



saut sissonne :



saut cabriole :



grand écart :

