

SOL - CAT 2

N° GYM :

JURY D

Jury E

10.00

7 éléments dont la valeur est la plus élevée

Déductions artistique

V D	(+ 1 élément au choix)	3 acro minimum	3 gym minimum		Manque de créativité/variété des mouvements et transitions	0.10	
	▪ C = 0,30				Manque de synchronisation entre le mouvement et la mesure pendant une partie de l'exercice	0.10	
	▪ B = 0,20				Manque de synchronisation entre le mouvement et la mesure à la fin de l'exercice	ch f. 0,10	
	▪ A = 0,10				Musique de fond	0.50	
	TOTAL VD				Absence d'un mouvement touchant le sol (dont au minimum le buste, ou cuisses, ou genoux ou tête) (pas nécessairement un élément)	0.10	
E C	1- Une série acro de <u>2</u> éléments minimum avec envol dont un salto			+0,50	Déductions spécifiques		
					Pause (2 sec) avant les éléments	ch f. 0,10	
	2- Un élément acro des groupes 4-5 (salto)			+0,50	Elan des bras excessif avant les éléments gymniques	ch f. 0,10	
					Allongement maximum des mouvements du corps	0.10	
	3- Des éléments acro dans les 3 sens AV, AR, Latéral			+0,50	Ajustement (pas inutiles)	ch f. 0,10	
					Position de la tête, des épaules et des bras	X	
	4- Un passage gymnique d'au moins 2 sauts ≠ appel 1 pied dont 1 saut écart de 180°			+0,50	Pointes de pieds non tendues (relâchées)	X	
					Fautes d'exécution		
	TOTAL EC				Pénalités pour exercice trop court		
	TOTAL VD + EC				4 éléments	-4.00	
				3 éléments	-6.00		
				1 à 2 éléments	-8.00		
				Pas d'élément	-10.00		
2^{ème} C exécutée : -2 pts par le Jury D				NOTE E		TOTAL PENALITES	
NOTE D							
NOTE FINALE (NOTE D + NOTE E)							