

BARRES ASYMETRIQUES - CAT 1													CNGF Mai 2025		
Numéro de la Gymnaste :															
Jury D					Jury E										
8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée					Fautes de composition					0,10	0,30	0,50	+ de 0,50		
VD	E	0,50			Sauter de BI à BS							X			
	D	0,40			Suspension BS poser les pieds BI et saisir BI							X			
	C	0,30			Plus de 2 éléments identiques liés avant la sortie					X					
	B	0,20			Pas de sortie							X			
	A	0,10								1,00 pt de chute					
	Total VD				Fautes spécifiques										
EC	1 Éléments avec envol de BS à BI		0,50		Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR					X	X				
	2 Éléments avec envol à la même barre		0,50		Ajustement des prises					X					
	3 Prises différentes (sauf prises d'élan, E/S)		0,50		Frôler le tapis						X				
	4 Éléments sans envol avec 1 tour 360° mini (sauf entrée)		0,50		Heurter l'agrès avec les pieds							X			
	Total EC				Heurter le tapis avec les pieds (chute)								1,00		
0,10 pt = B (gd tr) + sortie B 0,10 pt = C + sortie B 0,10 pt = B (gd tr) + sortie C 0,20 pt = C + sortie C			Total VL FSCF		Élément non caractéristique (élément avec impulsion 2 pieds ou cuisses)							X			
			Total VL FIG		Passer sous la BI avant de faire son entrée					SP					
Bonus sortie C ou + (0,20 pt)					Mauvais rythme des éléments					X					
(VD + EC + VL FSCF + VL FIG + Bonus Sortie) Note D					Hauteur insuffisante des éléments avec envol					X	X				
Valorisation de la note D			1,50 à 2,10	+ 0,30	Sous rotation pour les éléments avec envol					X					
			2,20 à 2,70	+ 0,60	Extension insuffisante dans les bascules					X					
			2,80 à 3,00	+ 0,90	Élan intermédiaire							X			
			3,10 et +	+ 1,20	Élan à vide					SP					
Note D valorisée					Angles à la fin des éléments					X		X			
Déductions éventuelles par le jury D sur la note finale					Amplitude des élans en AV ou en AR sous l'horizontale					SP					
					Amplitude des prises d'élan					X	X				
					Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté (sortie)					X	X				
Exercice trop court					Essai avec touche du tremplin ou des barres sans entrée								1,00		
Seniors/Juniors ou <u>cat Senior</u>			Benjam./Minimes/Cad. ou <u>cat Espoir</u>		Fautes d'exécution										
5 à 6 éléments		- 4,00	5 à 6 éléments		- 2,00	Pénalité pour exercice trop court									
3 à 4 éléments		- 6,00	3 à 4 éléments		- 4,00	Note E									
1 à 2 éléments		- 8,00	1 à 2 éléments		- 6,00	Déductions neutres		Note Finale							
Pas d'éléments		- 10,00	Pas d'éléments		- 10,00										