

Numéro de la Gymnaste :

Jury D

Jury E

8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée				Exécution artistique			0,10	0,30
VD		3 Acro. Mini	3 Gym mini	Mauvaise tenue du corps (tête, épaules, buste...)	X			
	E	0,50		Amplitude insuffisante (allongement maximum des mouvements)	X			
	D	0,40		Pointes de pieds pas tendues/relâchées, pieds en dedans	X			
	C	0,30		Participation insuffisante des parties du corps	X			
	B	0,20		Mauvaise expressivité en fonction du style de la musique	X	X		
	A	0,10		Exécution de tout l'exercice comme séries d'éléments et mouvements discontinus (manque de fluidité)	X			
Total VD				Composition & musique et musicalité				
EC	Un passage gymnique composé de 2 sauts ≠ liés			Complexité ou créativité des mouvements insuffisante	X			
	1	directement ou indirectement dont un saut avec un écart de 180°(transversal ou latéral ou écarté latéral)	0,50	Pendant tout l'exercice	X			
	2	Salto avec rotation longitudinale (mini 360°)	0,50	Chorégraphie pauvre dans les coins	X			
	3	Salto avec double rotation transversale	0,50	Absence d'un mouvement touchant le sol (buste ou cuisses ou genoux ou tête)	X			
	4	Salto AR & AV (sauf renversement libre) dans la même ou différente ligne acrobatique	0,50	Pas de structure musicale	X			
Total EC				Manque de synchronisation entre le mouvement et le rythme musical à la fin de l'exercice	X			
Total VL				Musique de fond	X	X		
Bonus sortie C ou + (0,20 pt)				Préparation excessive & distribution des éléments				
(VD + EC + VL + Bonus Sortie) Note D				Ajustement (pas sans chorégraphie) Ch. Fois	X			
Valorisation de la note D	2,90 à 3,30	+ 0,30		Elan excessif des bras avant les éléments gymniques Ch. Fois	X			
	3,40 à 3,80	+ 0,60		Pause (appliquée à 2 sec.) Ch. Fois	X			
	3,90 à 4,30	+ 0,90		L'exercice commence immédiatement avec une ligne/élément acrobatique	X			
	4,40 et +	+ 1,20		Lignes acrobatiques exécutées à la suite l'une de l'autre sans chorégraphie entre Ch. Fois	X			
Note D valorisée				Plus d'une ligne acrobatique en suivant Ch. Fois	X			
Déductions éventuelles par le jury D sur la note finale				Fautes d'exécution				
Dépassement du temps 0.10 pt				L'exercice se termine avec un élément acrobatique	X			
Sorties de praticable Ch. Fois 0.10/0.30				Pas de sortie			0,50 pt	
Absence de musique ou musique avec paroles 1.00 pt				Pénalité pour exercice trop court				
Exercice trop court	5 à 6 éléments		- 4,00	Note E				
	3 à 4 éléments		- 6,00	Déductions neutres				
	1 à 2 éléments		- 8,00					
	Pas d'éléments		- 10,00	Note Finale				