

BARRES-CAT 1				N° GYM :			
C N G F / N o v e m b r e 2 0 1 7	JURY D			JURY E		10,00	
	8 éléments (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée			Fautes de composition			
	V D	E = 0,50			Sauter de BI à BS	0,50	
		D = 0,40			Suspension BS poser les pieds sur BI, saisir BI	0,50	
		C = 0,30			Plus de 2 éléments identiques liés avant la sortie	0,10	
		B = 0,20			Pas de sortie	0,50	
		A = 0,10			Fautes spécifiques		
	TOTAL VD			Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR			0,10/0,30
				Ajustement des prises			0,10
	E C	1- Envol de BS à BI	+0,50		Heurter l'agrès avec les pieds	0,50	
2- Envol à la même barre		+0,50		Heurter le tapis avec les pieds (chute)	1,00		
3- 2 prises différentes		+0,50		Mvt non caractéristique (élts avec impulsion 2 pieds ou cuisses)	0,50		
4- Élément sans envol avec tour de 360°		+ 0,50		Mauvais rythme dans les éléments			0,10
TOTAL EC			Hauteur insuff. dans les élts avec envol			0,10/0,30	
TOTAL VL			Sous rotation pour les élts avec envol			0,10	
			Extension insuffisante dans les bascules			0,10	
NOTE D (VD + EC + VL)			Elan intermédiaire			0,50	
			Elan à vide			SP	
Valorisation D	1,40 à 2,00	= + 0,30		Angles à la fin des éléments			0,10/0,50
	2,10 à 2,70	= + 0,60		Elan en Av et en AR sous l'horizontale			SP
	2,80 à 3,00	= + 0,90		Prise d'élan			0,10/0,30
	3,10 et +	= + 1,20		Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté(sortie)			0,10/0,30
Note D valorisée			Fautes d'exécution				
Déductions éventuelles par Jury D sur NF							
Essai avec touche du tremplin ou des barres sans entrée			1,00	Pénalités pour exercice trop court			
Exercice trop court							
Seniors/Juniors		Benjamines/Minimes/Cadettes		TOTAL PENALITES			
5 à 6 éléments	-4,00	5 à 6 éléments	-2,00	Note E			
3 à 4 éléments	-6,00	3 à 4 éléments	-4,00				
1 à 2 éléments	-8,00	1 à 2 éléments	-6,00				
Pas d'éléments	-10,00	Pas d'éléments	-10,00	Déductions du Jury D sur NF		Note Finale	