

Passage de la gym 001 à la poutre

- L'écriture de l'exercice se fait en dessous sur la partie libre de la feuille de jugement. Elle se réalise de la gauche vers la droite.
- Sous chaque élément, on indiquera la famille (6.1 ou 6.2 etc...), la bonification éventuelle, l'arrêt dans la série (on symbolise sur la feuille de jugement la série par un trait en dessous des symboles des difficultés concernées).
- Une barre en diagonale indique quand la gym change de longueur.
- **Difficulté 6^{ème}** : il faut décompter 3 éléments dans 3 familles différentes. Dans cet exercice nous en avons 5 au choix, **6.2** (Equerre renversée et ATR transversal poisson 1 seul retenu) – **6.1** (Saut cosaque) – **6.5** (Flip) – **6.6** (Sortie renversement AV libre).
- **Bonifications** : Voir dans le Programme Fédéral les conditions d'obtention des bonifications. Dans cet exercice, la gym totalise **0.60 pt** avec la 6.1 (0.30) et la 6.5 (0.30).
- **Exigences de Composition (EC)** : **1 élément acrobatique avec/sans envol (sortie exclue) ou 1 ATR de la grille des Difficultés 6^{ème}** (ATR transversal poisson ou flip) - **1 série gymnique de 2 sauts différents (autre difficulté ou Difficulté 6^{ème})** (il n'y a pas de série car d'une part il y a un arrêt entre les 2 sauts et d'autre part le saut extension changement de jambes est un élément non retenu) – **1 pirouette 360° sur 1 jambe** – **1 saut à l'écart antéropostérieur $\geq 135^\circ$** (le saut enjambé ne peut pas remplir cette EC car la jambe arrière est trop basse) - **1 passage proche de la poutre** (L'équerre renversée ou l'arrivée poisson de l'ATR) **ET 3 longueurs minimum** (Voir les barres en diagonale).
- **Récapitulatif** : Nous avons donc :

Difficultés : 3 x 3 pts	9.00
Bonifications	0.60
EC	1.50

NOTE D = 11.10

L'exercice comportant **7 éléments**, la note E de départ est de 10 points sur lesquels viendront en déductions les fautes techniques et les fautes générales. Il n'y a pas de pénalité pour exercice trop court.