

Passage de la gym 007 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 3 au choix, **6.1** (Saut cosaque) – **6.3** (Rondade) - **6.6** (Sortie Salto AV carapé).
- **Bonifications** : Voir dans le Programme Fédéral les conditions d'obtention des bonifications. Dans cet exercice, la gym totalise **0.30 pt** avec la 6.1 (0.30). On ne bonifie pas la rondade car il y a plus de 0.60 pt de fautes.
- **Exigences de Composition (EC)** : **1 élément acrobatique avec/sans envol (sortie exclue) ou 1 ATR de la grille des Difficultés 6^{ème}** (Rondade) - **1 série gymnique de 2 sauts différents (autre difficulté ou Difficulté 6^{ème})** (Saut groupé en liaison avec le saut écart antéropostérieur) – **1 pirouette 360° sur 1 jambe** – **1 saut à l'écart antéropostérieur $\geq 135^\circ$** (Saut écart antéropostérieur) - **1 passage proche de la poutre** (Entrée ou équerre renversée) **ET 3 longueurs minimum** (voir les barres en diagonale).
- **Récapitulatif** : Nous avons donc :

Difficultés : 3 x 3 pts	9.00
Bonifications	0.30
EC	2.50
NOTE D	= 11.80

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.

PP veut dire : élément proche de la poutre

L'entrée n'est pas un élément répertorié mais aucune pénalité n'est à appliquer.

L'équerre renversée ne peut être prise ni en Difficulté 6^{ème} ni en Autre Difficulté car elle n'est pas réalisée techniquement (jambes non levées à la tête, pas de bascule du bassin).