

Passage de la gym 001 au sol

- 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).
- **Difficulté 6^{ème}** : il faut décompter 3 éléments dans 3 familles différentes. Dans cet exercice nous en avons 4 au choix, **6.5** (Salto AR tendu) – **6.1** (Saut sissonne pied tête et Pirouette 2 tours 1 seul retenu) – **6.4** (Salto AV groupé).
- **Bonifications** : Voir dans le Programme Fédéral les conditions d'obtention des bonifications. Dans cet exercice, la gym totalise **0.60 pt** avec la 6.5 (0.30) et la 6.1 (0.30). On ne bonifie pas le saut sissonne pied tête car les fautes sont égales à 0.60 pt (manque de cambré et manque d'amplitude).
- **Exigences de Composition (EC)** : **1 série acro de min. 2 éléments avec envol dont 1 salto** (Rondade-Flip-Salto AR tendu) - **2 salti différents dans le mouvement** (Salto AR tendu et Salto AV groupé) – **1 passage gymnique d'au moins 2 sauts différents appel 1 pied** (il n'y en a pas car le Saut de biche est appel 2 pieds) **ET 1 pirouette 360°** (Pirouette 2 tours) mais l'EC3 n'est comptabilisée que si les 2 exigences sont remplies – **3 éléments acrobatiques avec envol en AV** (Salto AV groupé), **AR** (Flip ou Salto AR tendu) **et latéral** (Rondade) - **1 saut à l'écart antéropostérieur ≥ 150°** (Saut enjambé).
- **Récapitulatif** : Nous avons donc :

Difficultés : 3 x 3 pts	9.00
Bonifications	0.60
EC	2.00
NOTE D	= 11.60

L'exercice comportant **10 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.

Le saut groupé 1 tour ½ est retenu comme Autre Difficulté.

ATTENTION : cet exercice est exécuté sur une ancienne musique.