Passage de la gym 006 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 6ème : il faut décompter 3 éléments dans 3 familles différentes. Dans cet exercice nous en avons 5 au choix, **6.1** (Saut cosaque 1 tour et Pirouette 2 tours 1 seul retenu) – **6.4** (Salto AV groupé)- **6.5** (Salto AR tendu et Vrille 1 seul retenu).
- Bonifications : Voir dans le Programme Fédéral les conditions d'obtention des bonifications. Dans cet exercice, la gym totalise **1.70 pt** avec les deux 6.1 (0.30+0.30), les deux 6.5 (0.30+0.50), la liaison Salto AV groupé+Rondade+Salto AR tendu (0.30).
  Nous comptabilisons les 2 bonifications de la famille 6.1 et de la famille 6.5 car les éléments sont différents.
  Il ne faut pas oublier de cumuler la bonification d'un élément avec une liaison éventuelle. Ici nous avons Salto AR tendu (6.5 + 0.30) et la liaison Salto AV+Rondade+Salto AR tendu (+0.30).
  Au Sol, il existe deux sortes de bonifications : les bonifications de la grille et les bonifications de liaison.
  Nous plafonnons le total des bonifications à **1.50 pt.**
- Exigences de Composition (EC) : **1 série acro de min. 2 éléments avec envol dont 1 salto** (Salto AV groupé-Rondade-Salto AR tendu) - **2 salti différents dans le mouvement** (nous en avons 3 Salto AV groupé-Salto AR tendu - Vrille) – **1 passage gymnique d'au moins 2 sauts différents appel 1 pied** (Saut changement de jambes- Saut cosaque appel 1 pied) **ET 1 pirouette 360°** (Pirouette 2 tours) – **3 éléments acrobatiques avec envol en AV** (Salto AV groupé)**, AR** (Salto AR tendu ou Vrille) **et latéral** (Rondade) - **1 saut à l'écart antéropostérieur ≥ 150°** (Saut changement de jambes).
- Récapitulatif : Nous avons donc :

Difficultés : 3 x 3 pts		9.00
Bonifications		1.50
EC		2.50
NOTE D	=	13.00

L'exercice comportant **9 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.

Au Sol, un élément répété 2 fois n'est pas reconnu (la rondade n'est comptée qu'une seule fois).

ATTENTION : cet exercice est exécuté sur une ancienne musique.