

POUTRE 6^{ème}

Pour les pénalités des éléments : voir programme 2024

Tous les éléments réalisés peuvent être pénalisés même non reconnus dans les 7 éléments

- 3 D6 à prendre dans trois familles différentes
- 4 autres difficultés prises dans le 5^{ème}, code cat 2 et 3, code FIG

Les éléments du 4^{ème} degré ne sont plus acceptés

- 7 éléments minimum pour partir sur 10.00 points en note E
- Si 6 éléments reconnus pénalités - 2.00 etc..... Voir généralités

Possibilité d'avoir plus de D6 de la grille. Celles en trop seront prises en **Autres Difficultés**

Toutes D6 ou Autres Difficultés ne peuvent être exécutées deux fois.

La 2^{ème} fois, pas de reconnaissance d'éléments mais des fautes générales

Reconnaissance dans l'ordre chronologique

Bonifications : maximum 1.5 pts

Pas de bonification

- Si chute sur élément
- Répétition
- Position tenue non tenue
- Et fautes égales ou supérieures à 0.60 pt

Mais **LIAISON BONIFIÉE ACCORDÉE** si les deux éléments ont 0.6 de pénalité chacun

On peut répéter un élément pour valider une liaison bonifiée

Liaison directe :

- Sans pas intermédiaire
- Sans arrêt
- Sans élan intermédiaire
- Sans perte d'équilibre

Autre difficulté et D6

La planche ou le Y ne plus des éléments donc pas de VD

Souplesse AR arrivée sur 1 jambe, arrivée accroupie, en liaison avec un saut **est une D6**

ATR de la grille NON TENU

- Pénalité de 1.00 point **UNIQUEMENT s'il est reconnu comme D6**
- S'il ne fait pas partie des 3 D6 retenues, PAS DE PENALITES
- Tous les ATR de la grille 6^{ème} doivent être TENUS

Saut avec rotation et Pivots

Tolérance de sous rotation de 30° si on doit le reconnaître en D6 (famille ou bonification)

Pénalité 0.30 pt

Equerre renversée non tenue : Elle devient une autre difficulté et SP pour non tenue

Saut carpé en position latérale 0.50 pt de bonification

- Seul ce saut en position latérale est pris en D6. Tout autre saut en position latérale sera pris en Autre Difficulté
- Tous les sauts Ecart doivent être réalisés avec un écart de 180° pour ne pas être pénalisés

EC2 1 Série de 2 sauts différents

Cosaque – groupé – carpé – Saut de chat : pénalité **0.30 si jambe sous l'horizontale**

Pas de pénalité si buste légèrement en fermeture

Saut changement à 150°	bonification 0.5	et pénalité de	0.10
	135°	bonification 0.30	et pénalité de 0.30
	Inférieur à 135°		il devient saut enjambé

Saut appel un ou deux pieds – difficultés identiques

Saut carpé en position latérale 0.50 de bonification

Liaisons bonifiées :

- 2 sauts D6 différents : bonification 0.30
La liaison est bonifiée même si les sauts ont 0.60 pt de fautes chacune
- Rondade + salto en sortie 0.50
- Flip + élément acrobatique avec ou sans envol sur la poutre 0.50
- Flip + salto en sortie 0.50
- Mais en liaison directe (sans arrêt – sans élan intermédiaire – sans pas – sans perte d'équilibre)