

Pour les pénalités des éléments voir Programme Fédéral 2024

Tous les éléments réalisés peuvent être pénalisés même si 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 cat 3 ou code FIG

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

7 éléments minimum pour partir sur 10.00 points à la NOTE E

Si 6 éléments reconnus pénalité 2.00 pts etc....

Possibilité d'avoir plus de 3 D6 de la grille. Celles en trop seront prises en Autres Difficultés

Toute D6 ou AD ne peuvent être exécutées 2 fois

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

Reconnaissance dans l'ordre chronologique

Total des bonifications : maximum 1.50 pt

Des bonifications de D6 différentes d'une même famille peuvent se cumuler

Pas de bonification en cas

- De chute sur l'élément
- Répétition
- Position non tenue si demandée
- Fautes égales ou supérieures à 0.60

Liaison bonifiée **accordée même si les deux éléments ont 0.60 de fautes 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

EC SOL voir pas 208 ou feuille de note 6^{ème}

Aucun salto dans le mouvement pénalité 2.00 pts

Le saut cabriole du 5^{ème} degré ne sera pas reconnu en AD

Saut avec rotation et pivot

Tolérance de sous rotation de 30° si on doit le reconnaître en D5 (famille ou bonification) **Pénalité de 0.30**

Réception des salti avec vrille :

Les rotations doivent être complètement terminées MAIS une tolérance de 30° en dessous de la rotation demandée est autorisée pour reconnaître la D6

Le twist tendu et la ½ vrille tendue : le sens est reconnu à l'avantage de la gym **UNIQUEMENT** pour ces deux éléments

Tous les sauts Ecart doivent être réalisés avec un écart de 180° pour ne pas être pénalisés