GF - Poussins - Table de saut_2021-22

- Attention 1er degré sans table de saut
- Autorisation trampoline / trampo-tremp / tremplin double suivant les degrés : à bien vérifier
- La gym a droit à **3 courses pour 2 sauts**. Ceux-ci doivent être identiques
- La moyenne de chaque saut est calculée séparément et c'est la meilleure moyenne qui est retenue comme note finale.
- La course n'est pas évaluée
- Saut avant le signal des juges : saut à refaire **SANS PÉNALITÉ**.
- Le jury doit avertir l'entraîneur avant le 2ème essai, si au 1er essai le saut est nul.

Saut nul si :
- chute avant pose de pieds,
- Pas de pose des mains sur table de saut,
- voir les particularités pour 1er au 3e degrés (ci contre)
- **5e** : déplacement des mains sur la table pendant la phase d'appui y compris glissement de mains.

⇨ Lune avec bras fléchis, saut nul **uniquement** si la tête touche la table (et pas la queue de cheval !!)

Bonne journée – N'hésitez pas à m'appeler : je suis là pour vous aider (et en cas de doute, un avis supplémentaire est souvent utile

Attention : modification du tableau des fautes en ajoutant « non » (voir lettre info de novembre 2021)

DÉTAIL FAUTES

Déséquilibre / chute :

Pénalité **- 0.10 pt** ou **- 0.30 pt** maximum sauf si la gym fait en plus 3 grands pas : maxi: **- 0.80 pt**

Si gros déséquilibre plus chute, on ne compte que la chute à 1 point

Ne pas oublier les **fautes générales**

2e et 3e DEGRÉ POUSSINS

- Si la gym fait un rebond sur la table de saut : même pénalité que pour les pas = **- 0.80pt**
- Après la réception du saut vertical, la gym **peut avancer ou reculer SP** pour se placer pour l'ATR tombé dos. Elle doit mettre ses mains devant le tapis de 10 cm mais pas de pénalité si elle les met dessus.

3e DEGRÉ POUSSINS

- Si l'ATR tombé dos n'est pas fait du tout : **le juge note un 2ème degré et avertit l'entraîneur.**
- Si la gym fait une roulade avant à la place du tombé dos : **le juge note un 2ème degré et compte une chute**
- Si la gym commence son ATR, repose les pieds et refait l'ATR tombé dos : **1 pt de chute**
- Si la gym fait roulade avant puis refait ATR : **1 pt de chute**
- Si la gym tente un ATR, même s'il est mal exécuté : **on enlève les fautes prévues dans le tableau des fautes saut.**