

| BARRES _ 1 <sup>er</sup> au 5 <sup>e</sup> degrés _ poussines _2025                                                                                                                                                                   |                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| NOTE (récapitulatif)                                                                                                                                                                                                                  |                                                                          |
| NOTE D<br>(Total éléments cotés)                                                                                                                                                                                                      | NOTE E (10.00 – fautes)                                                  |
| Pour la reconnaissance des éléments utiliser le tableau « élément tenté – élément reconnu »                                                                                                                                           |                                                                          |
| <b>ÉLÉMENT RECONNU</b>                                                                                                                                                                                                                |                                                                          |
| Valeur de chaque élément                                                                                                                                                                                                              | Déduction des fautes d'exécution<br>( exigences techniques et générales) |
| <b>ÉLÉMENT NON RECONNU</b>                                                                                                                                                                                                            |                                                                          |
| Pas la valeur de l'élément                                                                                                                                                                                                            | Déduction des fautes d'exécution (générales)                             |
| <b>ÉLÉMENT NON TENTE OU AIDE</b>                                                                                                                                                                                                      |                                                                          |
| Pas la valeur de l'élément                                                                                                                                                                                                            | - 3 points ( <b>ACCORD du président du jury</b> )                        |
| <b>TIRET NON FAIT</b>                                                                                                                                                                                                                 |                                                                          |
| <b>paragraphe coté :</b><br>- 0.10 point par tiret<br><br><b>Paragraphe non coté avec intitulé :</b><br>- 0.80 point pour l'élément principal oublié<br>- 0.10 point pour toute autre partie oubliée<br><br><i>maximum (-0.80 pt)</i> |                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Modification :</b> pas de pénalité quand l'entraîneur parle à la gymnaste                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Les entraîneurs ont le droit de :</b><br>☺ RÉGLER l'écartement et la hauteur des barres avant le passage de la gym<br>☺ DONNER des indications à la gymnaste (à tous les degrés)<br>☺ METTRE / DÉPLACER et ÔTER le tremplin au début et en cours de mouvement<br>☺ AIDER la gym à ce placer en chandelle renversée (3.5)<br>☺ RESTER sur le tapis des barres à côté de la gym mais sans la toucher<br>☺ PLACER (ou non) un tapis supplémentaire pour la sortie |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Exigence technique non réalisée :</b> - <b>0,30 pt</b> (sauf précision autre)<br><b>Position tenue non tenue :</b> - <b>0,30 pt</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>LA CHUTE :</b><br><i>Si une gym recommence un élément chuté (entrée et sortie comprises) il n'y a pas de pénalité pour élément supplémentaire même si les juges ont reconnu la première exécution. Pas de cumul si déséquilibre puis chute.</i>                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>La gym chute après la reconnaissance de l'élément</b><br>- Note <b>D</b> Élément coté comptabilisé<br>- Note <b>E -1.00 pt</b> pour chute + les fautes d'exécution                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>La gym chute pendant l'exécution de l'élément:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><i><b>Elle ne retente pas l'élément coté:</b></i> </li> </ul> - Note <b>D</b> pas de la valeur de l'élément coté<br>- Note <b>E -1.00 pt</b> pour chute + les fautes générales d'exécution <ul style="list-style-type: none"> <li><i><b>Elle retente et réussit l'élément coté:</b></i> </li> </ul> - Note <b>D</b> Élément coté comptabilisé<br>- Note <b>E -1.00 pt</b> pour chute + les fautes sur la deuxième exécution |
| <b>Lorsque la gym tente plusieurs fois un élément:</b><br><i>Dans le cas de plusieurs tentatives, alors que l'élément est reconnu, toutes les chutes sont comptabilisées + les fautes d'exécution et les fautes techniques du dernier élément exécuté.</i>                                                                                                                                                                                                                                                               |

- aide de l'entraîneur autorisée**  
La notation reprend lorsque la gym reprend le mouvement.
- Rebond** sur le tremplin avant **l'entrée** : - 0,50 pt sur note **E** quelque soit le nombre de rebonds
- Arrêt non motivé:**
  - Corps en fermeture (pieds devant la barre ) - **0.10 pt** pour arrêt sur Note **E**
  - Corps en ouverture – **0.10 pt** pour arrêt et - **0.50 pt** sur **E** pour élan intermédiaire
 Attention aux enchaînements prévus dans le programme fédéral, certains arrêts et élans en AV sont prévus dans le texte, donc pas de pénalité.

2° degré :

- **2.1 renversement Ar du siège :**
  - épaules plus basses que BI
  - flexion des jambes (fautes générales sur E)
  - **Pas** de pénalité pour heurter le bloc
  - la gymnaste peut attendre que le bloc soit retiré **sans** pénalité

3° degré :

- **3.1 balancer de Bascule :**
  - si mains posées sur BI au départ : - 0.10 pt (faute de texte)
  - pas de pénalité si la gymnaste laisse les mains sur BI au retour
- **3.3 traction enroulée :**
  - si pas de traction : **pas de VD**
  - tract° avec les mains en supinat° : - **0.10 pt 2 fois** (faute de texte et remplacement)

4° degré :

- **4.2 fermeture :**
  - si « crochetage » des pieds pour maintenir la posit° : - **0.50 pt** (heurter l’agrès)
  - SP : monter les jambes l’une après l’autre
  - reconnue si 135° jambes tendues
- **4.6 filé (élément non coté) :** si pas de posit° chandelle - **0.30 pt** (exigence tech)

5° degré :

- **5.5 filé :** pas d’élán de jbes en Av - bascule et filé doivent être enchaînés

• prise d’élán

|                  | tenté              | reconnu                | Exigence d'amplitude  |
|------------------|--------------------|------------------------|-----------------------|
| 2 <sup>ème</sup> | Fouetté des jambes | Bassin décollé         | Aucune (corps aligné) |
| 4 <sup>ème</sup> | Bassin décollé     | Corps oblique ar basse | Horizontale minimum   |

• Courbes - hauteurs des balancers arrières

|                  | premier           | deuxième   | sortie     |
|------------------|-------------------|------------|------------|
| 4 <sup>ème</sup> | Uniquement formes | /          | Hauteur BI |
| 5 <sup>ème</sup> | Uniquement formes | Hauteur BI | /          |

Cas de la bascule barre supérieure non remontée

1<sup>er</sup> cas:

*La bascule n’est pas remontée, la gym chute puis remonte et fait sa bascule :*

**VD accordée**

- ⇒ Chute
- ⇒ puis fautes éventuelles sur la 2ème bascule réalisée

2ième cas:

*La bascule n’est pas remontée, la gym pose les pieds sur BI et fait sa bascule :*

**VD accordée**

- ⇒ - **0.50 pt** pour heurter agrès
- ⇒ - **0.50 pt** pour élément mal exécuté sans chute et recommencé
- ⇒ puis fautes éventuelles sur la 2ème bascule réalisée

3ième cas:

*La bascule n’est pas remontée, la gym fait des balancers et fait sa bascule*

- ⇒ - **0.50 pt** pour élans supplémentaires (quelque soit le nombre)
- ⇒ - **0.50 pt** pour élément mal exécuté sans chute et recommencé
- ⇒ puis fautes éventuelles sur la 2ème bascule réalisée

4ième cas:

*La bascule n’est pas remontée, la gym fait un renversement BS:*

**Perte de la valeur de la bascule en D**

- ⇒ - **0.80 pt** pour élément supplémentaire
- ⇒ fautes générales éventuelles sur les deux éléments

**précision**

pour que la bascule soit considérée comme tentée, il faut une fermeture et un début de remontée en appui (épaule au niveau de la barre *bras tendus ou presque*) – ce n’est pas une « traction » sous la barre.