1er TOUR DES COUPES NATIONALES 2027
BRIEFING DES JUGES

Ce briefing tient compte du CODE FIG 2025-2028.

GENERALITES

LES VALEURS DE DIFFICULTES

En barres, poutre et sol, 8 éléments maximum codifiés (sortie comprise) dont les VD les plus élevées sont pris en compte.
Le jury D reconnaît toujours la VD des éléments figurant dans le code sauf si les exigences techniques ne sont pas respectées. Dans ce cas, 3 principes à suivre :

L'élément reçoit une VD inférieure CAR il ne figure pas dans le tableau des difficultés tel qu'il est réalisé : **il est dévalué**. S'il est ultérieurement bien exécuté, il ne recevra aucune VD.

L'élément est reconnu comme un autre élément FIGURANT dans le tableau des difficultés. S'il est à nouveau exécuté avec une technique correcte, ils reçoivent TOUS LES 2 UNE VD.

La VD n'est pas accordée
En *barres*, élément avec envol sans reprise de barres - *poutre*, élément sans revenir sur les pieds - *sol,* élément sans retour sur les pieds d'abord. S'il est exécuté plus tard correctement, il recevra la VD.

La VD d'un même élément n'est comptabilisée qu'une seule fois. En cas de répétition, elle ne sera pas prise en compte.

DANS TOUS LES CAS, ON PENALISE L'ELEMENT MEME SI ON NE LE RECONNAÎT PAS.

LA SORTIE

Elle fait partie des 8 VD prises en compte. Aucune exigence de valeur n'est demandée.

- Si la gym ne tente aucune sortie du tout (ex. : rondade + saut en dehors de la poutre ou sortie non codifiée) ou au sol n'exécute qu'une seule ligne acrobatique :
  - Le jury D ne compte que 7 VD
  - Le jury E applique une pénalité de 0,50 pt (pas de sortie) + 1 pt de chute en barres et poutre et les fautes de la réception en sol
- Dans tous les autres cas, la sortie est considérée commencée :
  - Le jury D ne compte que 7 VD
  - Le jury E ne pénalise que les fautes de réception

TOUTE SORTIE PEUT ETRE RECOMMENCEE A PARTIR DU MOMENT OU ELLE N'EST PAS RECONNUE.

NOTE E

Les déductions sont toujours retranchées de la note de 10,00 pts.

AMENAGEMENT FSCF

- Un bonus de 0,20 pt sera accordé pour les sorties de valeur C et + si exécutées **sans chute**.
- **Valeurs de liaison :** précisions sur les feuilles de cotation à chaque agrès. **Elles ne sont accordées que si les éléments sont réalisés sans chute.**
- Valorisation de la Note D (précisions sur les feuilles de cotation à chaque agrès)
- Avec notification du jury D, le jury E additionnera la déduction pour « exercice trop court » aux autres déductions (exécution/artistique) :
  - Si 7 éléments ou plus reconnus : pas de déduction
  - 5-6 éléments reconnus : - 4,00 pts
  - 3-4 éléments reconnus : - 6,00 pts
  - 1-2 éléments reconnus : - 8,00 pts
  - Pas d'éléments : - 10,00 pts

Avec l'aménagement du code, la gymnaste conservera sa note D.

ATTENTION
Au sol les éléments acro exécutés après la dernière ligne acro prise en compte ne comptent pas pour la VD mais comptent pour le nombre total d'éléments exécutés.
Les éléments gymniques avec le même numéro dans le tableau des difficultés comptent pour le nombre total des éléments exécutés car ce ne sont pas des éléments répétés.

DIRECTIVES TECHNIQUES (ELEMENTS GYMNIQUES « SAUTS » EN POUTRE ET SOL)

Le **maximum de déductions** cumulées pour déviation par rapport aux exigences pour la position du corps ne peut pas dépasser **0,50 pt** *(manque d'écart, jambes fléchies, pointes de pied pas tendues, déductions spécifiques à la forme du corps).*
A cela peuvent s'ajouter les fautes pour manque d'amplitude et les fautes de réception (déséquilibre par exemple).

Sauts avec tours :

- Pour sous rotation de plus de 30°, on reconnaît un autre élément du code. *Exemple : Changement de jambes ½ tour : la rotation doit être de 180°. Si elle est <150° devient changement de jambes.*
- Pour sous rotation inférieure à 30° (c'est-à-dire entre 150° et 180°), les éléments gardent leur valeur mais sont pénalisés de 0,10 pt pour manque de précision :
  *Exemple : Changement de jambes ½ tour à **160°** au lieu de 180°*

- L'élément n'est pas différent avec 30° *de tour supplémentaire : il garde sa valeur mais il est pénalisé de 0,10 pt pour manque de précision.*
- Pour les sauts avec ½ tour, la position demandée doit être atteinte **au début OU à la fin**. Sinon on prend un autre saut de la grille.

Rappel : pour les sauts 1/1 tour et plus : différentes techniques de saut sont autorisées.

Sauts pied-tête :

- Pied arrière en dessous du **sommet de la tête** : autre élément reconnu.
  Exemple : Changement de jambes pied-tête : pied AR en dessous du sommet de la tête DEVIENT saut changement de jambes.
- Le jury E applique les pénalités prévues dans la section 8.3.
  Les exigences techniques pour les éléments gymniques sont à consulter dans la section 8 du code FIG.

GYMNASTES :

Après une chute de l'agrès, la gymnaste doit s'abstenir de rester **intentionnellement** à terre afin d'éviter le décompte du temps de chute pour se reposer, ajuster ses maniques, recevoir de la magnésie de son entraîneur. La gymnaste sera prévenue quand le chronomètre sera déclenché.

Les gymnastes présentes sur le plateau de compétition peuvent supporter la gymnaste qui passe mais elles ne peuvent pas apporter des conseils techniques (comme « refais ta série de saut ou shoot tard). Dans ce cas, une pénalité sera appliquée.

ENTRAINEURS :

L'entraîneur doit s'assurer que sa gymnaste est prête à exécuter son mouvement dès que la gymnaste précédente a effectué sa sortie.

Pendant le mouvement, l'entraîneur ne doit pas parler à la gymnaste, lui faire de signes, crier ou l'encourager **sinon une pénalité de 0,50 pt** sera appliquée. Le jury D devra en informer le Président du Jury avant de la déduire.

Le positionnement de scratch sur la piste d'élan à la Table de Saut est autorisé. Toutes autres marques (magnésie, chaussures, bouteilles d'eau…) sont interdites sinon une pénalité de 0,50 pt sera appliquée sur la note finale**.**

Il est interdit de mettre des marques de magnésie sur le praticable.

TABLE DE SAUT

- Pour les benjamines, un trampo-tremp est autorisé.
- **Pour les minimes exécutant un tsukahara ou une lune salto avant, un trampo-tremp est autorisé mais une pénalité de 1 pt sera appliquée sur la Note Finale par le jury D.**

- Est considérée comme une « course à vide » une accélération de la course. Il n'y a pas de « course à vide » quand il y a 1 ou 2 pas.
- Seul un couloir de réception sera tracé sur le tapis de réception.
- Réception **ou pas** en dehors du couloir avec 1 pied/main (partie de pied/main) : 0,10 pt
- Réception **ou pas** en dehors du couloir avec les 2 pieds/mains (partie de pieds/mains) ou partie du corps : 0,30 pt
- Toutes les réceptions doivent être terminées au degré près, sinon on accorde une valeur de saut inférieure (1 tour ½ devient 1 tour, 1 tour devient ½ tour).
- Exception : pour le **saut ½ - ½** : si à la réception, la rotation est **inférieure à ¼ de tour**, **le saut est NUL.** Ce sont les pieds qui font foi.
- Dans les sauts avec salto AR tendu sans vrille (tsukahara et yurchenko) une légère fermeture au niveau des hanches (jusqu'à 30°) est autorisée.
- En cas de saut NUL, pas de VIDEO en FSCF.

BARRES ASYMETRIQUES

AMENAGEMENTS FSCF POUR L'ENTREE

Un 2ème essai est autorisé pour l'entrée SANS PENALITE si la gymnaste n'a pas touché le tremplin, les barres ou n'est pas passée sous les barres.
Un 3ème essai n'est pas autorisé.

Le jugement de l'exercice commence avec l'appel sur le tremplin ou le tapis.

AMENAGEMENTS FSCF POUR LES BENJAMINES, MINIMES ET CADETTES 1

Après notification du jury D, le Jury E additionnera la déduction pour « exercice trop court » aux autres déductions d'exécution :

- 7 éléments ou + reconnus : pas de déduction
- 5-6 éléments reconnus : - 2,00 pts
- 3-4 éléments reconnus : - 4,00 pts
- 1-2 éléments reconnus : - 6,00 pts
- Pas d'éléments : - 10,00 pts

TEMPS DE CHUTE

Si la gym dépasse le temps de **30 secondes** qui lui est accordé, une déduction de 0,30 pt est appliquée sur la note finale.
Si la gym n'a pas recommencé son exercice dans les **60 secondes**, l'exercice est considéré terminé.

CONTENU DE L'EXERCICE

8 éléments maximum, y compris la sortie, dont la valeur est la plus élevée, sont pris en compte pour les VD, MAIS seulement 3 éléments différents, issus de la même *racine d'élément, seront comptés dans l'ordre chronologique, pour les VD et EC (sauf bascules, grands tours av/ar et prises d'élan à l'ATR).
**La racine d'élément est déterminée par le début de l'élément et la direction de la rotation (AV. ou AR.)*

EXIGENCES TECHNIQUES

Toute **prise d'élan** devant chaque élément parti de l'appui doit être à l'A.T.R.

Jury D :
- Si dans les 10° → VD attribuée
- En-dessous des 10° → pas de VD

Jury E :
- Si entre 0° et 30° → pas de déduction
- Si entre 30° et 45° → - 0,10 pt
- Si en-dessous de 45° → - 0,30 pt

AMENAGEMENTS FSCF POUR LES EXIGENCES TECHNIQUES

Les éléments ne se terminant pas à l'ATR dans les 10° (de l'alignement des mains à la pointe des pieds), les éléments circulaires sans rotation, les éléments avec envol de BS à BI à l'ATR sont dévalués et sont pénalisés pour fautes d'angles :

Jury D :	Inférieur à 10°	1 VD inférieure à l'élément à l'ATR est attribuée
Jury E :	Entre 0° et 30°	→ pas de pénalité
	Entre 30° et 90°	→ - 0,10 pt
	Si en-dessous de 90°	→ - 0,50 pt

Les éléments circulaires avec rotations et prises d'élan avec rotation gardent toujours leur VD si la gymnaste a passé la verticale et sont pénalisés pour fautes d'angles :

Jury E :	Entre 0° et 30°	→ pas de pénalité
	Entre 30° et 90°	→ - 0,10 pt
	Si en-dessous de 90°	→ - 0,50 pt

Il n'y a pas de dévaluation pour le soleil et la lune : pas de VD, fautes générales déduites par le jury E.

Pour les éléments circulaires sans rotation ET les éléments avec envol de BS à l'ATR sur BI : si l'ATR se termine dans les 10° de chaque côté de la verticale : VD attribuée (même si élément chuté).

Pas de pénalité pour « élan à vide » et balancer ½ tour sous l'horizontale.

SPECIFICITES DE PENALITE

1) S'il n'y a pas de chute, la déduction maximum pour l'exécution d'un élément ne peut pas dépasser **0,80 pt par élément** :

Cela comprend :

- le tableau des déductions pour fautes générales
- certaines déductions spécifiques à l'agrès qui surviennent pendant l'exécution de l'élément dont angles à la fin des éléments et fautes techniques sur l'élément.

Cela ne comprend pas :

- les déductions spécifiques à l'agrès qui s'appliquent après l'exécution de l'élément
- les pénalités d'angle pour les prises d'élan à l'ATR avant l'élément
- frôler le tapis / heurter l'agrès avec les pieds / heurter le tapis avec les pieds
- élan intermédiaire

2) La pose de pieds (sans élan à l'ATR avant) sera pénalisée de 0,10 pt ou 0,30 pt pour la prise d'élan et 0,50 pt pour changement de barres sans exécuter d'élément (sauter de BI à BS) mais pas de pénalité pour la flexion de jambes.

PRECISIONS

- Contre-mouvement : il faut bien voir les 3 temps (projection-fermeture-*appui) :*
  - Pointes des pieds vers la barre supérieure en avant de la barre 0,10 pt/0,30 pt
  - Position carpée avant reprise de BS 0,10 pt/0,30 pt
  - Épaules au-dessus de BS (pénalité de 0,10 pt si épaules à hauteur de la barre, 0,30 pt si épaules sous la barre)
- Il y a chute sur l'agrès en barres quand, par exemple :
  - Aide de l'entraîneur pour remonter une gymnaste à l'appui BS
  - Retrait ou shushu à l'ATR avec épaules en AV et chute en fermeture sur la barre
  - Tour d'appui AR arrivée en fermeture sur la barre par manque de vitesse ou relâchement

Dans ces deux derniers cas, la VD de l'élément n'est pas accordée.

- Après une chute en barres, le juge recommence à noter au 1er élément codifié que la gymnaste réalise. Si la gymnaste rechute avant d'avoir fait un élément codifié, le juge ne comptabilise pas cette 2ème chute. Si la gymnaste monte en appui sur BI et fait une pose de pieds, le juge ne compte rien.

- Si un élément est chuté, l'éventuelle pénalité dans la prise d'élan avant cet élément est comptabilisée.

  Exemple : prise d'élan pénalisée à 0,30 pt, puis contre-mouvement sans rattrape de BS, la pénalité n'est pas annulée. Si la gym remonte et recommence le même élément et qu'à nouveau la prise d'élan est pénalisée, elle s'ajoute à la précédente.

- Avant le tour facial AV, la montée à l'ATR n'est pas demandée.
- Pour qu'une prise palmaire soit comptabilisée, il faut que le corps parte en avant dans l'élément (exemple la lune). Une montée à l'ATR en prise palmaire ne remplit pas cette exigence.
- Les élans circulaires AR ou AV en position carpée ou écartée doivent se terminer dans les 10° pour obtenir la VD et donc valider l'EC de prises palmaires (pour l'AV).
- L'élan circulaire carpé : VD A même si les jambes sont fléchies. Il y aura une pénalité selon la faute de flexion de jambes.
- Ces éléments reçoivent une pénalité de 0,50 pt pour changement de barres sans exécuter d'éléments.
- L'élément 2.202 (appui fac BS, franchissement carpé avec envol et 1/2 tour (180°) par-dessus BS à la suspension BS) : si les mains ne sont pas lâchées en même temps = 0,10 pt de précision et reconnaissance de l'élément. Pour valider le 2.202 et donc l'EC il faut que les 2 mains ne soient plus en contact avec la barre (même brièvement et non synchronisées) (contrairement à ce qui est écrit dans le Help Desk). Aucune prise d'élan à l'ATR n'est demandée avant l'élément.
- L'élément 2.303 (de l'appui facial BS, pirouette 1 tour à la suspension BS) valide uniquement l'EC4 (rotation de 360°). Il est considéré sans envol car il n'y a pas de franchissement de barre ou de salto.
- Si l'entraîneur frôle la gymnaste pendant l'exécution il n'y a pas de pénalité.
- La pénalité « marcher ou courir sous BI pour effectuer son entrée » n'est pas appliquée en FSCF. (Exemple : passer sous BI, impulsion sur le tremplin et bascule BS)

VALEUR DE LIAISON

B + sortie B = + 0,10 pt L'élément B doit être un grand tour.
C + sortie B = + 0,10 pt
B + sortie C = + 0,10 pt + bonus sortie + 0,20 pt L'élément B doit être un grand tour.
C + sortie C = + 0,20 pt + bonus sortie + 0,20 pt

Exemple : Soleil + Soleil + sortie double ARR groupé : B + / + B VL accordée

POUTRE

Pour les benjamines, un double tremplin ou deux tremplins sont autorisés pour les entrées.

AMENAGEMENT FSCF POUR L'ENTREE

Un 2ème essai est autorisé pour l'entrée SANS PENALITE si la gymnaste n'a pas touché le tremplin, la poutre ou n'est pas passée sous la poutre.

Un 3ème essai n'est pas autorisé.

Si la gym touche le tremplin sans faire d'entrée : elle doit commencer son exercice :

Jury D **:** pas de VD
Jury E : - 1,00 pt ET - 0,10 pt pour Entrée non codifiée.

Mêmes pénalités pour **double rebond sur le tremplin.**

TEMPS DE CHUTE

Si la gym dépasse le temps de **10 secondes** qui lui est accordé, une déduction de 0,30 pt est appliquée sur la note finale.
Si la gym ne **recommence pas** son exercice dans les **60 secondes**, l'exercice est considéré terminé.

CONTENU DE L'EXERCICE

8 éléments maximum, y compris la sortie, dont la valeur est la plus élevée, sont pris en compte pour les VD. Parmi les 8 éléments pris en compte, il doit y avoir au minimum :

3 gymniques + 3 acrobatiques + 2 éléments au choix.

PRECISIONS

- Les sauts exécutés en position latérale recevront un degré de valeur supérieure par rapport à la position transversale. Si le même élément est exécuté en position transversale et latérale, la VD ne sera accordée qu'une fois et dans l'ordre chronologique.
- La sortie est un élément acrobatique obligatoirement pris en compte quel que soit sa valeur. Les ATR et les éléments de maintien pour lesquels il est précisé une position tenue de 2 secondes ne recevront une VD que si cette position est respectée. Sinon, ils recevront une VD inférieure sauf s'il existe comme un autre élément dans le code.

- **Les ATR et maintiens ne peuvent pas remplir les EC.**

- Les ATR, les roulades et l'équerre renversée sont considérés comme des éléments acrobatiques **dans le décompte des valeurs.**

- En FSCF, l'entrée roulade AV (1.207) sera reconnue à partir du moment où le bassin touche la poutre. La gym n'est pas obligée d'arriver à la position debout ou assise pour valider la difficulté.

- **Les roulés peuvent être utilisés seulement pour remplir l'EC 2 (tours ou roulés).**

- Les entrées par renversement sont comptabilisées comme des éléments acrobatiques dans le décompte des valeurs mais elles ne peuvent remplir aucune EC.

- Seulement un tour (pirouette) en position groupée sur une jambe recevra une VD, dans l'ordre chronologique. La jambe libre doit être **tendue** pendant tout le tour.

- Entrée 1.215 : renversement latéral libre à l'appui facial - élan à 90° par rapport à la poutre Valeur B. Pour être comptabilisée, cette entrée doit être réalisée par renversement dans le plan vertical. Si elle est effectuée par couronnement, elle sera reconnue comme A.

- Entrée 1.314 : de la station dos à la poutre flip avec ½ tour par-dessus la poutre en position chandelle pour terminer à l'appui facial. Pour être comptabilisée en C, on doit voir la phase d'envol et la gym doit arriver directement en position de chandelle. Si elle arrive cassée, on applique le principe de dévaluation et la difficulté sera reconnue en B avec la pénalité pour faute de corps.

- Aménagement FSCF : la cloche sera comptabilisée comme un élément en avant ou en arrière au bénéfice de la gymnaste.

- En FSCF, l'équerre renversée (4.202) peut être exécuté jambes serrées ou jambes écartées.

COMPOSITION (JURY E)

Entrées sans valeur :
Toutes les entrées non codifiées sont reconnues comme « A » *(sauf entrée à cheval et accroupie et saut simple au siège, ou sur les genoux, ou réception sur 1 ou 2 pieds)* et comptent dans le nombre de VD exécutées. *(Exemple : entrée équerre A).*

Si une entrée A codifiée ne remplit pas l'exigence *(Exemple : saut appel 1 pied, montée jambe libre à l'arabesque non dans la continuité ou pas à l'horizontale)*, elle est reconnue en A et compte dans le nombre de VD.
Dans les 2 cas, une pénalité de 0,10 pt sera appliquée par le Jury E.

RAPPELS :

Essai sans exécuter un élément (course à vide) : 0,30 pt.

VALEUR DE LIAISON

Remplace le tableau « ACROBATIQUES » du §12.4 du code FIG
Liaisons de 2 acrobaties avec envol
B/C + B = + 0,10 pt
B + C/D = + 0,20 pt
D + B = + 0,20 pt
C + C = + 0,10 pt si salti identiques
C + C = + 0,20 pt si salti différents

Liaisons avec la sortie
B + sortie B = + 0,10 pt
B + sortie C = + 0,10 pt + bonus sortie + 0,20 pt

Une gym réalise une rondade sur poutre en cours de mouvement puis en sortie rondade + vrille. Bien que la rondade soit répétée, elle garde la VL de 0.10 pt (voir page 51 du code). Idem avec le flip

Dans le cas de liaison gymnique, les sauts doivent être obligatoirement différents. Les bonus séries gymniques B + B + C peuvent être faits dans n'importe quel ordre avec des éléments différents.

SOL

SORTIES DU PRATICABLE

- 1 pas ou réception en dehors des lignes avec 1 pied ou 1 main : - 0,10 pt
- Pas en dehors des lignes avec les deux pieds, les deux mains ou une partie du corps ou réception avec les deux pieds en dehors de la ligne : - 0,30 pt
- Si appel en dehors du praticable pour effectuer un élément : pas de VD

CONTENU DE L'EXERCICE

8 éléments maximum, **y compris la sortie**, dont la valeur est la plus élevée, sont pris en compte pour les VD. Parmi les 8 éléments pris en compte, il doit y avoir au minimum :

3 gymniques + 3 acrobatiques + 2 éléments au choix.

La sortie est la dernière ligne acrobatique prise en compte *(la VD la plus élevée est prise en compte).*

Pas de sortie accordée si seulement une ligne acrobatique est exécutée.

Une ligne acrobatique doit être constituée, au minimum, de 2 éléments acrobatiques avec envol, dont un salto, liés directement.

Une ligne acrobatique peut être composée de 2 salti identiques (salto AV groupé + salto AV groupé) et peut donc permettre de valider l'EC des sens différents.

Tout élément acrobatique exécuté après la dernière ligne acrobatique reconnue ne recevra pas de VD.

SORTIES

Une seule ligne ACROBATIQUE exécutée :

*Exemple 1 : Rondade-flip-salto arrière tendu ……Rondade-flip (***Plus de pénalité** à 0,30 pt)

Exemple 2 : Rondade-flip-salto groupé …… Salto avant tendu

*Exemple 3 : Rondade-flip-salto arrière groupé……Rondade-flip-salto arrière groupé (**répétition**)*

Jury D : Pas de VD – **7** éléments comptabilisés
Jury E **:** Pas de sortie – 0,50 pt + Fautes de réception

Dans tous les autres cas, la sortie est considérée commencée, la ligne acrobatique est prise en compte, même si la réception du salto n'est pas faite sur les pieds d'abord.

Exemples :

Rondade-flip-salto arrière groupé ……Saut de mains-salto avant tendu (Chuté, non arrivé sur les pieds d'abord)

Rondade-flip-vrille……Rondade-flip-vrille ½ Non terminée

Jury D : Pas de VD - **7** éléments comptabilisés
Jury E : Fautes de réception

RAPPEL :

- Si, au sol, la gym exécute 2 éléments gymniques différents, issus de la même case, donc sous le même numéro, un seul sera pris en compte en valeur de difficulté, dans l'ordre chronologique : sauts mentionnés avec un astérisque (*).
- Les vrilles doivent être complètement terminées sinon VD inférieure reconnue dans le Code. Mais, lorsqu'un salto avec vrille, lié directement avec un autre

salto, n'est pas complètement terminé (mais la gym peut exécuter l'élément suivant), ce premier élément n'est PAS dévalué.

- Les ATR et les roulades sont considérés comme des éléments acrobatiques.
- L'exécution d'une roulade avant ou arrière après la réception d'une difficulté sera considérée comme une chute. (Pas de cumul de pénalités)
- Seulement un tour (pirouette) en position groupée sur une jambe recevra une VD, dans l'ordre chronologique. La jambe libre doit être tendue pendant tout le tour.
- **Dans les sauts « cabriole » avec 1/2 tour ou 1 tour (1.112 et 1.212), la jambe doit être à l'horizontale pendant tout le tour.**

AMENAGEMENT FSCF

Pour les réceptions en fente **des éléments acrobatiques arrière :** pas de déduction si la réception est maîtrisée.

VALEUR DE LIAISON

Complète le tableau « ACRO DIRECTES » du §13.4 du code FIG

Liaisons de 2 salti
B + A = + 0,10 pt
B + B = + 0,10 pt
C + A = + 0,10 pt
B + C = + 0,20 pt
C + B = + 0,20 pt

Le bonus sortie sera accordé même si la gymnaste n'exécute que 2 lignes acrobatiques.

ROLES DES CHRONOMETREURS

BARRES ASYMETRIQUES

- Art. 11.1 section 11 du code FIG.
- Lors d'une chute, un temps d'interruption de 30 secondes est accordé. Si la gymnaste dépasse le temps alloué avant de recommencer, une déduction de 0,30 pt est appliquée sur la note finale.
- Si la gym n'a pas recommencé son exercice dans les 60 secondes, l'exercice est considéré comme terminé.
- Le chronométrage du temps de chute commence quand la gymnaste après la chute s'est relevée sur ses pieds.
- Le signal sonore à 10 sec, 20 sec et 30 sec ne sera pas donné.

POUTRE :

- Art. 12.1 section 12 du code FIG.
- La durée de l'exercice ne doit pas dépasser 1 mn 30 sec.
- Pénalité de 0,10 pt sur la note finale si la durée de l'exercice est supérieure à **1 min 31** sec.

Chronométrage du mouvement :

- Le chronométreur déclenche le chrono quand la gymnaste prend appel sur le tremplin ou le tapis. Il arrête le chrono quand la gymnaste touche le tapis à la fin de son exercice.
- Un 1er signal sonore est donné à 1min 20 sec. (c'est à dire 10 sec. avant le temps maximum autorisé).
- Un 2ème signal sonore à 1min 30 sec. avertit la gymnaste qu'elle doit terminer son exercice. Si la réception se fait pendant le 2ème signal sonore, il n'y a pas de déduction.
- Le chronométreur signale au Jury D la durée du temps d'exécution de l'exercice.
- En cas de chute, le chrono "mouvement" s'arrête quand la gymnaste touche le tapis.
- Il reprend lorsque la gymnaste est remontée sur la poutre avec le premier mouvement pour continuer l'exercice.
- Le chronométreur s'assure, pendant que les juges notent la gymnaste précédente, que la suivante n'essaye pas son entrée ou tout autre élément dans le temps d'attente de son passage.

- Il s'assure que le tapis de 10 cm n'est pas bougé durant l'exercice. Il s'assure que le tremplin est bien celui autorisé (double tremplin interdit sauf pour les benjamines).

Chronométrage des chutes :

- Lors d'une chute, un temps d'arrêt de 10 secondes est autorisé. Si la gymnaste dépasse le temps alloué, une déduction de 0,30 pt est appliquée sur la note finale.
- Si la gym n'a pas recommencé son exercice dans les 60 secondes, l'exercice est considéré comme terminé.
- Le chronométrage du temps de chute commence quand la gymnaste après la chute s'est relevée sur ses pieds.
- Le temps de chute se termine quand la gymnaste prend appel sur le tapis pour remonter sur la poutre.
- Le signal sonore des 10 sec du temps limite ne sera pas donné.

SOL :

- Art. 13.1 section 13 du code FIG.
- La durée de l'exercice ne doit pas dépasser 1 min 30 sec.
- Pénalité de 0,10 pt sur la note finale si la durée de l'exercice est supérieure à **1 min 31** sec.
- Le chronométrage commence avec le premier geste de la gymnaste pour débuter son exercice.
- Il s'arrête avec la dernière position de la gymnaste à la fin de son exercice. L'exercice doit se terminer en même temps que la musique.