

BARRES ASYMÉTRIQUES

GÉNÉRALITÉS

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

Un double tremplin (ou deux trempilins) est/sont autorisé(s) pour les benjamines.

Tout autre support placé sous le tremplin n'est pas autorisé.

Un deuxième élan est autorisé à l'entrée, si la gymnaste, lors de son **premier** élan, n'a **pas** touché le tremplin, l'agrès ou n'est **pas** passée sous l'agrès. Après une 2^{ème} tentative sans succès, elle doit commencer son exercice. Un troisième élan n'est **pas** autorisé.

Chute : après une chute, la gymnaste a 30 secondes pour remonter sur l'agrès **sans pénalité** (remettre de la magnésie, parler avec son entraîneur) :

Si la gymnaste dépasse ce temps, une déduction de 0.30 pt est appliquée sur la note finale.

Si au bout de 60 secondes la gymnaste n'a pas recommencé, son exercice est **considéré terminé**.

Rappel : Le chronométrage commence lorsque la gymnaste s'est remise sur ses pieds.

CONTENU DE L'EXERCICE

L'exercice doit contenir :

8 éléments maximum (sortie comprise) dont la valeur est la plus élevée.

L'exercice doit être composé d'éléments de différents groupes c'est à dire les A, B, C, D et sont à prendre dans :

- Les entrées
- Les élan en arrière et tours d'appui libre
- Les grands tours
- Les tours stalders
- Les élan circulaires carpés
- Les sorties

EXIGENCES DE COMPOSITION (EC)

L'exercice doit obligatoirement contenir **4 exigences** :

1. Un élément avec envol de BS à BI
2. Une prise d'élan à l'ATR
3. Un tour d'appui libre ou un grand tour ou un élan circulaire carpé de valeur B
4. Une sortie salto AR corps tendu avec ou sans rotation longitudinale **ou** sortie pieds-mains salto avant groupé

NOTA : un élément peut remplir plusieurs EC.

BONUS SORTIE

En Catégorie 2, un bonus de 0.20 pt sera accordé pour les sorties de valeur B et plus difficile exécutées sans chute.

EXERCICE TROP COURT

Pour les benjamines, minimes et cadettes, après notification du jury D, le jury E additionnera la déduction pour exercice trop court aux autres déductions :

- 6 éléments ou + reconnus : pas de déduction
- 5 éléments reconnus : - 2 points
- 3 à 4 éléments reconnus : - 4 points
- 1 à 2 éléments reconnus : - 6 points
- Aucun élément reconnu : - 10 points

DÉDUCTIONS SPÉCIFIQUES A L'AGRÈS

| Fautes de composition | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|-----------|------|-----------|
| Sauter de BI à BS CATEGORIE 2 | | | X |
| Suspension BS, sauter les pieds sur BI, saisir BI CATEGORIE 2 | | | X |
| Fautes <i>S'il n'y a pas de chute, la déduction maximum pour l'exécution ne peut pas dépasser 0.80 par élément</i> | 0.10 | 0.30 | 0.50 ou + |
| Alignement du corps dans les ATR et élans à l'ATR CATEGORIE 2 | X | X | |
| Ajustement des prises | X | | |
| Frôler le tapis | | X | |
| Heurter l'agrès avec les pieds | | | 0.50 |
| Heurter le tapis avec les pieds | | | 1.00 |
| Élément non caractéristique* | | | X |
| Extension insuffisante dans les bascules | X | | |
| Élan intermédiaire | | | 0.50 |
| Élan à vide | SP | | |
| Angles à la fin des éléments | X | | X |
| Élan en avant ou en arrière au-dessous de l'horizontale | SP | | |

*Exemples d'éléments non caractéristiques :

- Au siège BI, ½ tour pour arriver à l'appui facial
- Passer la jambe tendue par-dessus la barre
- Bascule dorsale puis poser les pieds sur la barre

La pose de pieds n'est pas un élément. Il n'y a pas de pénalité pour élément non caractéristique. Seule la pénalité pour sauter de BI à BS est appliquée en **catégorie 2**.

Sorties en Catégories 2 :

a) Pas de tentative de sortie du tout :

Jugement : Pas de VD 7 éléments seulement sont comptabilisés (*Jury D*)
 Pas de sortie - 0.50 pt (*Jury D*)
 Chute -1.00 pt (*Jury E*)

Si la gymnaste remonte sur la barre pour exécuter la sortie, pas de déduction pour absence de sortie et VD attribuée

b) Si la sortie est commencée :

Exemple : sortie salto AR avec début de salto (sans réception sur les pieds d'abord)
 Jugement : Pas de VD 7 éléments seulement sont comptabilisés (*Jury D*)
 Chute -1.00 pt (*Jury E*).

Aux déductions spécifiques s'ajoutent les fautes générales.

S'il n'y a pas de chute, la déduction maximum pour l'exécution ne peut dépasser 0.80 pt par élément.

Cela comprend :

- Le tableau des déductions pour fautes générales
- Certaines déductions spécifiques à l'agrès (tableau ci-dessus) 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

En catégorie 2, toute prise d'élan devant chaque élément parti de l'appui doit être à l'ATR.

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