

POUTRE – Poussines - 2026

NOTE (récapitulatif)

NOTE D
(Total éléments cotés)

NOTE E (10.00 – fautes)

Pour la reconnaissance des éléments utiliser le tableau « élément tenté – élément reconnu »

ÉLÉMENT RECONNU

Valeur de chaque élément

Déduction des fautes d'exécution
(exigences techniques et générales)

ÉLÉMENT NON RECONNU

Pas la valeur de l'élément

Déduction des fautes d'exécution
(générales)

ÉLÉMENT NON TENTE OU AIDE

Pas la valeur de l'élément

- 3 points (**ACCORD du président du jury**)

TIRET NON FAIT

paragraphe coté :

- 0.10 point par tiret

Paragraphe non coté avec intitulé :

- 0.80 point pour l'élément principal oublié

- 0.10 point pour toute autre partie oubliée

maximum (-0.80 pt)

Paragraphe chorégraphique

- 0.10 point par tiret

Modifications pour les 1er, 2ème et 3ème degrés en POUSSINES : Les chutes entre les paragraphes sont désormais comptabilisées mais pas les pas supplémentaires.

Les entraîneurs ont le droit de :

- ☺ DONNER des indications à la gymnaste (à tous les degrés)
- ☺ Mettre et ôter le tremplin



DÉTAIL FAUTES

Exigence technique non réalisée : - 0,30 pt (*sauf précision autre*)

Position tenue non tenue : - 0,30 pt

LA CHUTE :

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.

La gym chute après la reconnaissance de l'élément

- Note **D** Élément coté comptabilisé
- Note **E -1.00 pt** pour chute + les fautes d'exécution

La gym chute pendant l'exécution de l'élément:

- **Elle ne retente pas l'élément coté:**
 - Note **D** pas de la valeur de l'élément coté
 - Note **E -1.00 pt** pour chute + les fautes générales d'exécution
- **Elle retente et réussit l'élément coté:**
 - Note **D** Élément coté comptabilisé
 - Note **E -1.00 pt** pour chute + les fautes sur la deuxième exécution

Lorsque la gym tente plusieurs fois un élément:

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.

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)

