

CHALLENGES COMPAGNE PANIER

VORAY/L'OGNON 4 MARS 2018

Rappel du règlement CHALLENGE PANIER

- **2 à 4 poussines ou jeunes poussines**
- Elles peuvent exécuter les 1^{er} 2^{ème} 3^{ème} degré **UNIQUEMENT**
- **2 notes** pour le classement ÉQUIPE POUSSINES MONIQUE PANIER

- **2 à 4 jeunesses**
- Elles peuvent exécuter les 1^{er} 2^{ème} 3^{ème} degré **UNIQUEMENT**
- **2 notes** pour le classement ÉQUIPE JEUNESSES MONIQUE PANIER

- **2 à 4 aînées**
- Elles peuvent exécuter les 2^{ème} 3^{ème} 4^{ème} degré **UNIQUEMENT**
- **2 notes** pour le classement ÉQUIPE AINEES MONIQUE PANIER

CHALLENGE COMPAGNE

- **2 à 4 poussines ou jeunes poussines**
- Elles peuvent exécuter les 2^{ème} 3^{ème} 4^{ème} 5^{ème} degré **UNIQUEMENT**
- **2 notes** pour le classement ÉQUIPE POUSSINES LÉON COMPAGNE

- **2 à 4 jeunesses**
- Elles peuvent exécuter les 3^{ème} 4^{ème} 5^{ème} degré **UNIQUEMENT**
- **2 notes** pour le classement ÉQUIPE JEUNESSES LÉON COMPAGNE

- **2 à 4 aînées**
- Elles peuvent exécuter les 5^{ème} et 6^{ème} degré **UNIQUEMENT**
- **2 notes** pour le classement ÉQUIPE AÎNÉES LEON COMPAGNE

BRIEFING GÉNÉRAL



LES ENTRAINEURS ONT LE DROIT DE :

- ☺ AIDER une gymnaste à sauter à la suspension aux barres ou à l'appui,
- ☺ RESTER SUR LE TAPIS DES BARRES à côté de la gym mais sans la toucher,
- ☺ METTRE ET OTER le tremplin ou régler les barres,
- ☺ PLACER OU NON un tapis supplémentaire pour la sortie (uniquement),
- ☺ MODIFIER LA HAUTEUR des Barres en Poussines et aux 1^{er} et 2^{ème} degrés Jeunesses/Ainées,
- ☺ SOUFFLER du 1^{er} au 3^{ème} degré en Poussines.



LES ENTRAINEURS N'ONT PAS LE DROIT DE :

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ☹ PARLER ou FAIRE DES SIGNES | 0.30 pt chaque fois |
| ☹ GÉNER la visibilité des juges | 0.10 pt chaque fois |
| ☹ MODIFIER le réglage des barres pendant l'exercice | exercice terminé |
| ☹ MODIFIER la hauteur des barres JA 3 ^e /6 ^e sans autorisation | 0.50 pt |
| ☹ PLACER un tapis supplémentaire sous le tremplin | 0.50 pt |
| ☹ AIDER au saut | saut nul |
| ☹ AIDER en barres, poutre et sol | perte valeur élément ET - 3pts |
| ☹ PRÉSENCE tapis poutre, sol, entre tremplin et table saut | 0.50 pt |
| ☹ MAINS AU DESSUS DU TAPIS en poutre, sol et saut | 0.50 pt |
| ☹ TOUCHER L'AGRÈS pendant l'exercice | 0.10 pt à chaque fois |

LA NOTE FINALE C'EST :

Note D + MOYENNE des Notes E des juges - les Fautes spécifiques.

LA NOTE D C'EST :

Le total des éléments côtés (en gras souligné) RECONNUS.

LA NOTE E (sur 10 points) C'EST :

La note d'exécution qu'il reste à la gym après déductions des fautes techniques (0.30 pts sauf précisions particulières) et des fautes générales (tableau p 24, 25, 26).

ON PEUT ET ON DOIT SI NÉCESSAIRE enlever plus de points de fautes que la valeur de l'élément.

QUE SE PASSE-T-IL POUR D ET POUR E LORSQUE :

NOTE D (Éléments côtés)	NOTE E (10.00 – fautes)
L'ÉLÉMENT CÔTÉ EST RECONNU	
Valeur de chaque élément	Déduction des fautes d'exécution (exigences techniques et fautes générales)
L'ÉLÉMENT CÔTÉ N'EST PAS RECONNU (Voir tableaux en entête de chaque agrès)	
PERTE de la valeur de l'élément	Déduction des fautes générales
L'ÉLÉMENT CÔTÉ EST NON TENTÉ	
PERTE de la valeur de l'élément	- 3 points (<u>avec accord du président du jury</u>)
L'ÉLÉMENT CÔTÉ EST AIDÉ	
PERTE de la valeur de l'élément	- 3 points (<u>avec accord du président du jury</u>)
L'ÉLÉMENT PRINCIPAL D'UN PARAGRAPHE NON CÔTÉ EST OUBLIÉ OU AIDÉ	
	- 0.80 pt
UN PARAGRAPHE NON CÔTÉ EST OUBLIÉ OU AIDÉ	
	- 0.80 pt
UN TIRET N'EST PAS FAIT	
	- 0.10 point par tiret avec un maxi de 0.80

LA PLUS GROSSE FAUTE : 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.

En poutre pour que la difficulté soit comptabilisée, la gym doit reposer au moins 1 pied sur l'agrès.

- **La gym chute après la reconnaissance de l'élément** (c'est-à-dire après le retour sur les pieds d'abord) :

Note **D** Elément côté 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 côté :**

Note **D** perte de la valeur de l'élément côté,

Note **E** - 1.00 pt pour chute + les fautes d'exécution.

✓ **Elle retente et réussit l'élément côté :**

Note **D** Elément côté comptabilisé,

Note **E** - 1.00 pt pour chute + les fautes sur la deuxième exécution de l'élément côté.

- **Lorsque la gym tente plusieurs fois un élément :**

Dans le cas de plusieurs tentatives, toutes les chutes sont comptabilisées + les fautes d'exécution et les fautes techniques du dernier élément exécuté.

✓ **En barres, poutre, sol**

Dans un exercice, lorsque la gymnaste a le choix entre deux éléments, en cas de chute à la 1^{ère} exécution, si elle veut recommencer, elle doit exécuter le **même élément**.

Sinon :

Perte de la valeur de l'élément en note **D** + les fautes sur la note **E** sur les **2 éléments**

✓ **En saut**

Option différente au 2^{ème} saut : le 2^{ème} saut est nul, la gymnaste est notée sur le 1^{er} saut.

TABLE DE SAUT

- La gym a droit à 3 courses pour 2 sauts. Ceux-ci **doivent être identiques**
Pour saut avec option, si 2^{ème} saut option différente c'est le 1^{er} saut qui est noté

La moyenne de chaque saut est calculée séparément et c'est **la meilleure moyenne** qui est **retenue** comme **note finale**.

- Saut avant le signal des juges : saut à refaire **SANS PÉNALITÉ**.
- Le jury doit avertir l'entraîneur avant le 2^{ème} essai, si au 1^{er} essai le saut est nul.
- Le juge doit aussi avertir l'entraîneur si la gym fait un saut différent que le saut annoncé :
 - Le moniteur peut alors demander l'annulation du 1^{er} essai, la gym fait le 2^{ème} essai du saut annoncé
 - Le moniteur laisse le 1^{er} essai, la gym doit obligatoirement faire le même saut et sera pénalisée de 0.80 pt pour mauvaise annonce.
 - Pour la lune, faire attention si le degré annoncé et le tremplin placé correspondent bien. Sinon mauvaise annonce de degré.
- Pose alternative des genoux (1^{er}) ou des pieds (2^{ème} et 3^{ème} P et 2^{ème} JA) - 0.50 pt
- 2^{ème} degré P : 1 ou 2 pas autorisés avant le saut. 2^{ème} degré JA: - 0.80 pt
- Saut nul si :
 - ✓ chute avant pose de pieds,
 - ✓ Pas de pose des mains sur table de saut,
 - ✓ 3^{ème} degré : arrivée assise sur la table de saut,
 - ✓ 3^{ème} lune, 4^{ème} et 5^{ème} : 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 !!)

BARRES

- Ecartement des Barres : Maxi 1.80 m en Jeunesses comme en Aînées (pénalité si gym écarte plus).
- Les gyms **ont le droit de modifier la hauteur des barres en Poussines et aux 1^{er} et 2^{ème} degrés** Jeunesses / Aînées en fonction de leur taille.
- Les gymnastes désirant monter les barres (5 cm maxi) doivent en faire la demande au début de la compétition auprès du Responsable des Juges qui le signalera aux juges concernés, sinon pénalité de 0.50.
- Pour l'entrée un 2^{ème} élan est autorisé si la gym ne touche ni le tremplin, ni l'agrès et ne passe pas sous l'agrès.
Si la gym touche le tremplin, l'agrès ou passe dessous : - 1.00 pt sur **E**.
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 sur Note **E**
 - Corps en ouverture - 0.10 pour l'arrêt et - 0.50 pt sur **E** pour élan intermédiaireAttention aux enchainements prévus dans le programme fédéral, certains arrêts et élan en AV sont prévus dans le texte, donc pas de pénalité.
- Au 3^{ème} degré JA, la gym peut monter seule à la BS ou l'entraîneur peut aider la gym à se mettre à l'appui. La notation reprend lorsque la gym est en appui.
- Hauteur des Balancers Arrières :
 - 3^{ème} degré P / JA : pas d'amplitude exigée, juste la forme de la courbe doit être présente,
 - 4^{ème} degré P / JA : pieds à hauteur de la BI minimum, talons serrés,
 - 5^{ème} degré P : pieds à hauteur de la BI minimum, talons serrés,
 - 5^{ème} degré JA : pieds au dessus de la BI, talons serrés,
- Cas de la bascule barre supérieure non remontée
 - 1^{er} cas :
La bascule n'est pas remontée, la gym chute puis remonte et refait sa bascule :
VD accordée
Chute puis fautes éventuelles sur la 2^{ème} bascule réalisée.
 - 2^{ème} cas :
La bascule n'est pas remontée, la gym pose les pieds sur BI et fait sa bascule :
VD accordée,
Pénalité de 0.50 pt pour heurter agrès et 0.50 pt pour élément mal exécuté sans chute et recommencé.
 - 3^{ème} cas :
La bascule n'est pas remontée, la gym fait un renversement BS :
Perte de la valeur de la bascule en D,
Pénalité de 0.80pt pour élément supplémentaire et fautes éventuelles sur les deux éléments.
 - 4^{ème} cas :
La bascule n'est pas remontée, le moniteur aide la gym pour monter à l'appui BS :
Perte de la valeur de la bascule en D,
Pénalité de 0.80pt pour aide sur un élément non côté et fautes sur la bascule.
 - 5^{ème} cas :
La bascule n'est pas remontée, le moniteur aide la gym pour monter à l'appui BS puis elle réalise sa bascule:
Pénalité de 0.80pt pour aide sur un élément non côté et fautes éventuelles sur les 2 bascules (uniquement fautes générales sur la première).

POUTRE

- Pour l'entrée un 2^{ème} élan est autorisé si la gym ne touche ni le tremplin, ni l'agrès et ne passe pas sous l'agrès.

Si la gym touche le tremplin, l'agrès ou passe dessous : - 1.00 pt sur **E**.

- Rebond sur le tremplin avant l'entrée : - 0,50 pt sur note **E** quelque soit le nombre de rebonds.
- Position de gainage au 3^{ème} degré : si la gym arrive jambes fléchies, pieds en crochet et se met en position de gainage en déplaçant les pieds ou les mains → **Pas de VD**.
Si la gym pose les genoux sur la poutre → **Pas de VD + chute sur l'agrès**.
- Après le coucher dorsal, le déplacement des mains n'est pas autorisé : -0.10 pt
- Saut cabriole au 4^{ème} degré : jambe à l'horizontale minimum pour la cabriole → - 0.30 pt
Et retour de la cabriole sur un pied, si retour sur 2 pieds → **pas de VD**.
- Pour être reconnu, un élément doit être revenu au moins **SUR 1 PIED** sur poutre.
Si la poutre est juste frôlée ou effleurée l'élément ne sera pas comptabilisé.
- S'accrocher à la poutre pour éviter la chute - 1.00 pt pour chute
Appui d'une jambe contre la poutre - 0.30 pt
- Equerre du 3^{ème} degré : l'équerre est passagère et non position tenue, le juge doit **donc juste voir** le passage à l'horizontale (pas de pénalité si la gym tient la position).

- Lorsque la gym est accroupie elle doit se remonter dos droit sinon pénalité de 0.10 ou 0.30 pt
- Attention les pénalités pour fautes d'angle varient suivant le saut effectué (voir exigences techniques) :
 - ✓ saut enjambé : au-dessus de 135 : pas de pénalité **à partir de 90°** saut reconnu
 - ✓ sauts sissone et écart : au-dessus de 90° : pas de pénalité **à partir de 60°** saut reconnu

Viennent s'ajouter les fautes générales pour manque de hauteur, bassin non dans l'axe, jambes fléchies, déséquilibre....

- **ATR 1 Jbe du 3^{ème} degré**
La 1^{ère} jambe doit dépasser la verticale et l'écart des jambes doit être inférieur à 90°.

- Réception de la roue pied-pied du 5^{ème} degré J/A, le juge doit voir
 - ✓ arrivée sur ½ pointes (même brève)
 - ✓ jambes doivent être tendues et buste relevé simultanément

Exigences techniques pénalisées chacune à 0.50 pt.

Si roue arrivée en fente → **pas de VD**.

- Le **sursaut** n'est **pas un pas chassé** : les deux pieds doivent décoller en même temps.
- Si la gym chute après un déséquilibre, on ne cumule pas et on compte uniquement la chute.
- La gym a le droit de remonter sur la poutre pour recommencer sa sortie si elle a chuté.

Il n'y a pas que les éléments gymniques et acrobatiques qui doivent être notés.

La chorégraphie fait partie intégrante du mouvement et doit être pénalisée si besoin.

SOL

- Note de départ différente dans certains degrés suivant l'option choisie (poussines)
- Lorsque la gymnaste n'exécute qu'une partie d'un **élément côté** :

Ex :

Rondade flip la gym ne fait que la rondade

Rondade flip flip la gym ne fait que rondade flip

Note D : - VD

Note E : - 3 pts + fautes sur la partie exécutée.

Si la gym exécute toute sa série mais avec arrêt entre deux éléments acrobatiques : - **0,50 pt** chq fois

- ✓ Attention les pénalités pour fautes d'angle varient suivant le saut effectué (voir exigences techniques au paragraphe concerné) :
- ✓ sauts enjambé ou écart : au-dessus de 150° : pas de pénalité **à partir de 90°** saut reconnu
- ✓ saut sissone : au-dessus de 90° : pas de pénalité **à partir de 60°** saut reconnu

Viennent s'ajouter les fautes générales pour manque de hauteur, bassin non dans l'axe, jambes fléchies, déséquilibre....

- ATR

Si ATR non dans le plan vertical

Pénalité de 0.10 si angle inférieur à 10°

Pénalité de 0.50 si angle compris entre 10 et 30°

Perte de la VD si angle supérieur à 30°

Si manque d'alignement Mains – Épaules – Bassin Pénalités de 0.10 ou 0.30 pt

- Valse ½ tour :

Passage à l'ATR avec déplacement des mains + 1/4 minimum pour être reconnu.

- Valse 1 tour :

Passage à l'ATR avec déplacement des mains +3/4 minimum pour être reconnu ;

Nota : Ces précisions de rotations sont également valables pour les sauts et les tours.

- Le Déséquilibre :

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

La chorégraphie fait partie intégrante du mouvement et il faut donc penser à pénaliser les marcher pieds plats, les jambes non tendues dans les marcher, les bras relâchés, le manque d'assurance, le dynamisme insuffisant....

Les gyms ne doivent pas oublier qu'il n'y a pas que des difficultés dans leur mouvement.