

## BARRES \_ 1<sup>er</sup> au 4<sup>e</sup> degrés\_ poussines\_2019

NOTE (récapitulatif)-

**NOTE D**  
(Total éléments cotés)      **NOTE E** (10.00 – fautes)

**ELEMENT RECONNU**  
Valeur de chaque élément      Déduction des fautes d'exécution  
(exigences techniques et générales)

**ELEMENT NON RECONNU**  
**Pas** la valeur de l'élément      Déduction des fautes d'exécution (générales)

**ELEMENT 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

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

**LA CHUTE :** La notation reprend lorsque la gym est en appui.  
*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 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.

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

▪ Rebond sur le tremplin avant l'entrée : - 0,50 pt sur note **E** quelque soit le nombre de rebonds

\* **4<sup>e</sup> : Arrêt non motivé:**

- Corps en fermeture (pieds devant la barre) -0.10 pt pour arrêt sur Note **E**
- Corps en ouverture - 0.10 pour arrêt et - 0.50 pt sur **E** pour élan intermédiaire

**Attention** aux enchaînements prévus dans le programme fédéral, certains arrêts et élan en AV sont prévus dans le texte, donc pas de pénalité.

\* **appui libre**

- **2<sup>ème</sup> degré :** pas d'amplitude ni d'alignement exigés, il faut décoller le corps de la barre. On note les fautes générales.
- **3<sup>ème</sup> degré :** pas d'amplitude exigée, juste la forme de la courbe doit être présente (alignement du corps lors de l'appui libre)

\* **courbes :**

- **3<sup>ème</sup> :** pas d'amplitude exigée, juste la forme de la courbe doit être présente ;
- **4<sup>ème</sup> :** (voir hauteur pieds et épaules demandées.)



### 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
- ☺ SOUFFLER du 1<sup>er</sup> au 3<sup>ème</sup> degré

*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)*