

Table de saut_ 2019

- La gym a droit à 3 courses pour 2 sauts. Ceux-ci doivent être identiques
Pour saut avec option, si 2ème saut option différente c'est le 1er 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 2ème essai, si au 1er 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 1er essai, la gym fait le 2ème essai du saut annoncé
 - Le moniteur laisse le 1er essai, la gym doit obligatoirement faire le même saut
 - Pour la lune, faire attention si le degré annoncé et le tremplin placé correspondent bien. Sinon mauvaise annonce de degré.
- Pose alternative des genoux (1er) ou des pieds (2ème et 3ème P) - 0.50 pt
- **Nouvelle pénalité au saut 3ème degré J/A** : déplacement des mains - 0.50pt
- 2ème degré : 1 ou 2 pas autorisés avant le saut.
- 3ème degré : si 1 ou 2 pas avant le saut - 0.80 pt

Saut nul si :

- 🕒 chute avant pose de pieds,
- 🚫 Pas de pose des mains sur table de saut,
- 🚫 4ème degré : arrivée assise sur la table de saut,
- 🚫 5ème : 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 !!)

DETAIL FAUTES

* Déséquilibre / chute :

Pénalité 0.10 pt ou 0.30 pt maximum sauf si la gym fait en plus 3 grands pas: maxi: 0.80pt

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

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