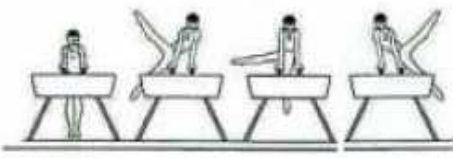
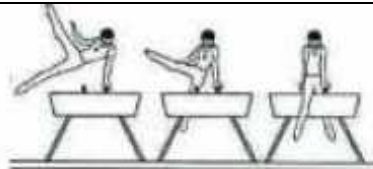
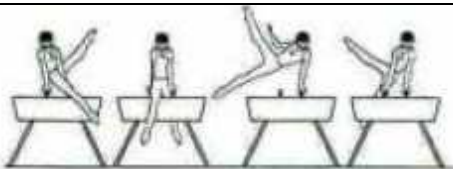
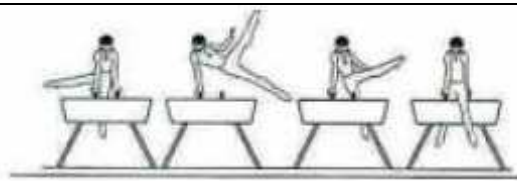



MOUVEMENTS DEPARTEMENTAUX : Arçons

Mouvement Régional

Pupilles 1^o degré

	
2,0	2,0
De la station latérale faciale, mains sur les arçons : sauter à l'appui en élançant jambe droite à droite, puis élançant jambe gauche à gauche.	Balancer à droite, passer jambe droite sous main droite, main droite reprenant arçon droit.
	
2,0	2,0
Balancer à gauche, balancer à droite, dégager jambe droite sous main droite, main droite reprenant arçon droit.	Balancer à gauche, passer jambe gauche sous main gauche, main gauche reprenant arçon gauche.
	
2,0	
Balancer à droite, engager jambe droite sous main droite, sortie à la station costale gauche, main gauche sur arçon gauche.	

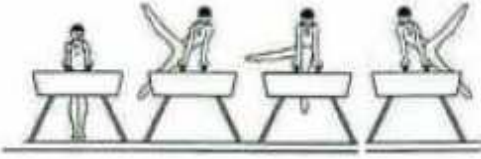
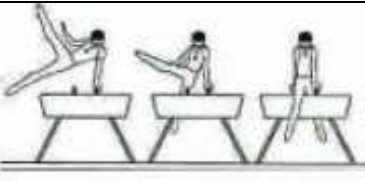
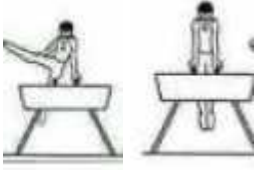

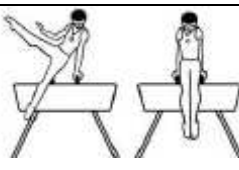
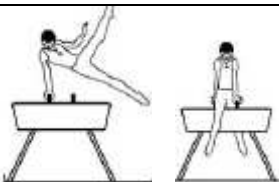
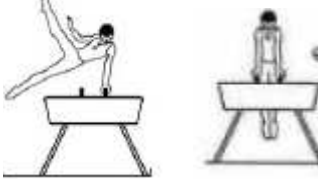
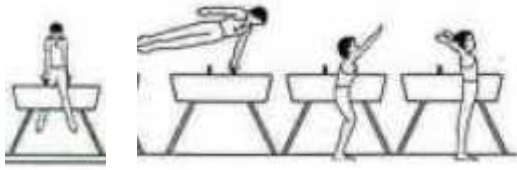
Manque d'appui du bras à la sortie 0.30

Pendant tout l'exercice :

Manque d'amplitude (élançés, ciseaux, faux ciseaux), chaque fois.....	0.10 ou 0.30
Manque de rythme, chaque fois	0.10 ou 0.30
Touche de l'engin, chaque fois	0.10 ou 0.30
Heurter d'engin, chaque fois	0.30
Arrêt, chaque fois	0.10 ou 0.30 ou 0.50

Mouvement Régional

Pupilles 2° degré

	
1,0	1,0
<p>De la station latérale faciale, mains sur les arçons : sauter à l'appui en élançant jambe droite à droite, puis élançant jambe gauche à gauche.</p>	<p>Balancer à droite, passer jambe droite sous main droite, main droite reprenant arçon droit.</p>
	
1,0	1,0
<p>Dégager jambe droite sous main droite, main droite reprenant arçon droit.</p>	<p>Balancer à gauche, passer jambe gauche sous main gauche, main gauche reprenant arçon gauche.</p>
	
2,0	
<p>Balancer à droite, engager jambe droite sous main droite, main droite reprenant arçon droit.</p>	<p>Dégager jambe gauche sous main gauche, main gauche reprenant arçon gauche.</p>
	
1,0	2,0
<p>Dégager jambe droite sous main droite, main droite reprenant arçon droit.</p>	<p>Engager jambe gauche sous main gauche et sortie à la station costale gauche main gauche reprenant arçon</p>

Manque d'appui du bras à la sortie 0.30

Pendant tout l'exercice :

Manque d'amplitude (élançés, ciseaux, faux ciseaux), chaque fois	0.10 ou 0.30
Manque de rythme, chaque fois	0.10 ou 0.30
Touche de l'engin, chaque fois	0.30
Heurter d'engin, chaque fois	0.50
Arrêt, chaque fois	0.50