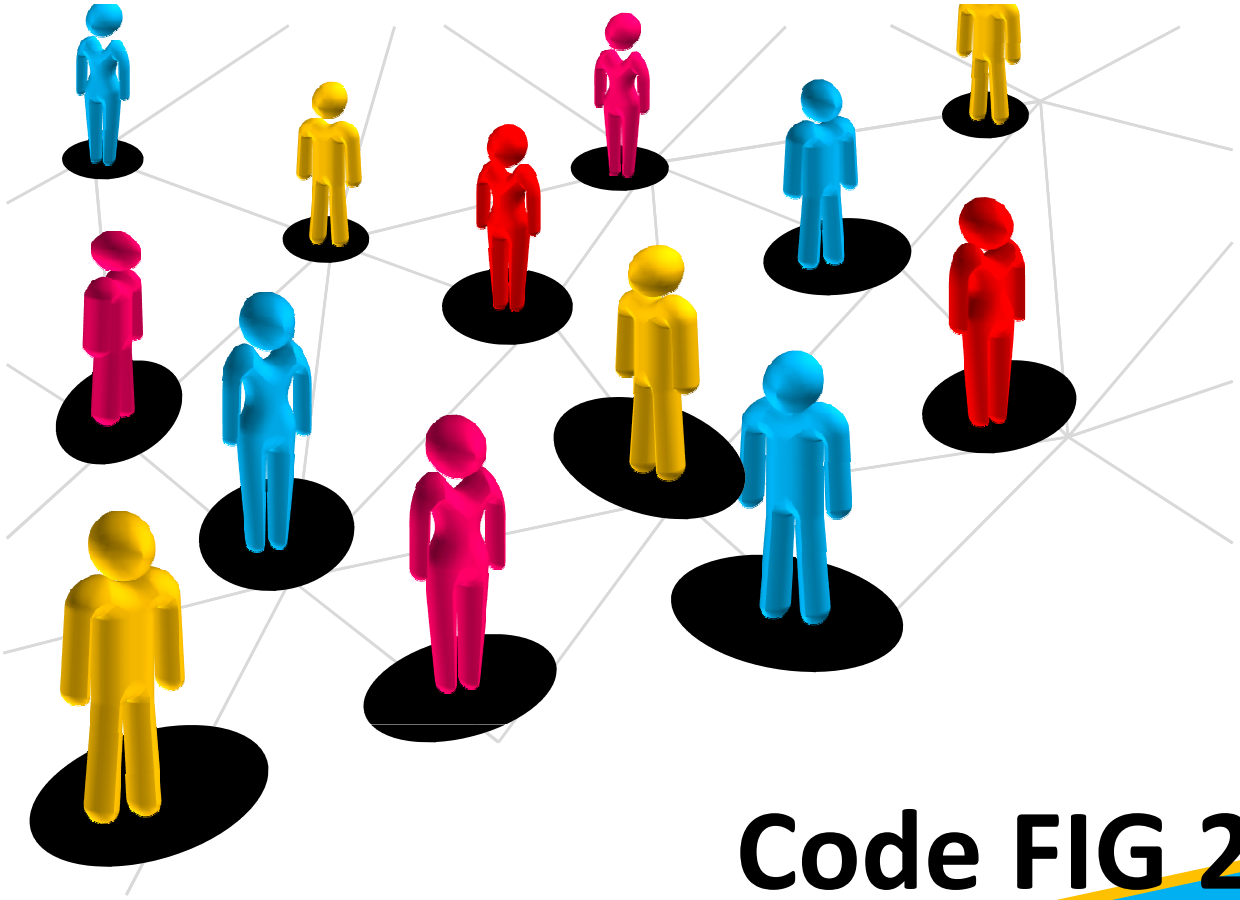


# Code FIG 2013

## Barres Asymétriques - CNGF Septembre 2013

Fédération Sportive et Culturelle de France

# Généralités

- Le jugement de l'exercice commence avec l'appel sur le tremplin ou le tapis.

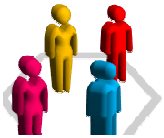
- Tout support supplémentaire placé sous le tremplin (ex. planchette) n'est pas autorisé.

# Entrées

- Si la gymnaste lors de son premier essai, touche le tremplin, les barres ou passe sous les barres :

  - déduction de 1,00 P
  - elle doit commencer son exercice
  - l'entrée ne recevra pas de valeur

- Un 2ème essai est autorisé pour l'entrée <u>(avec déduction de 1,00 Pt)</u> si la gymnaste n'a **PAS** touché le tremplin, les barres ou n'est pas passée sous les barres.
- Un 3ème essai n'est pas autorisé.
- Le Jury D appliquera la déduction sur la Note Finale.



# Aménagements FSCF

- Un 2ème élan est autorisé pour l'entrée sans pénalité si la gymnaste n'a pas touché le tremplin, les barres ou n'est pas passée sous les barres.
- Un 3ème élan n'est pas autorisé.

# Temps de chute

Lors d'une chute de l'agrès, la gymnaste dispose d'une interruption de 30 secondes avant de remonter sur les barres pour poursuivre son exercice.

►Le chronométrage commence lorsque la gymnaste, après la chute, s'est relevée sur ses pieds.

►Un signal sonore (gong) sera donné à 10 secondes, 20 secondes et au moment des 30 secondes du temps limite.

►L'entraîneur peut parler avec la gymnaste pendant le temps de chute.

►Si la gymnaste n'est pas remontée sur les barres à la fin des 30 secondes, l'exercice est considéré comme terminé.

# Valeur de Difficulté (VD)

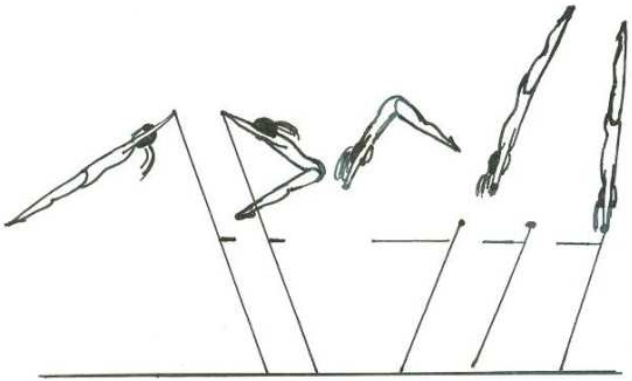
8 éléments maximum y compris la sortie dont la valeur est la plus élevée sont pris en compte pour les VD

| | | |
|---|---|---|
| A = 0.10 pt | D = 0.40 pt | G = 0.70 pt |
| B = 0.20 pt | E = 0.50 pt | |
| C = 0.30 pt | F = 0.60 pt | |

# Exigences de Composition (EC)

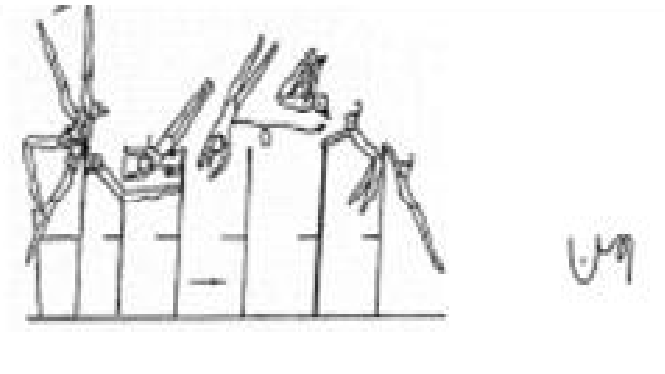
1) **Envol de BS à BI**
2) Envol à la même barre
3) **Prises différentes (sauf élan, entrées et sorties)**
4) Elément sans envol avec un tour de 360° mini (sauf entrée)
5) - pas de sortie, sortie A ou B 0.00 pt attribué
   - sortie C 0.30 pt attribué
   - sortie D ou + difficile 0.50 pt attribué

# EC 1 : Envol de BS à BI

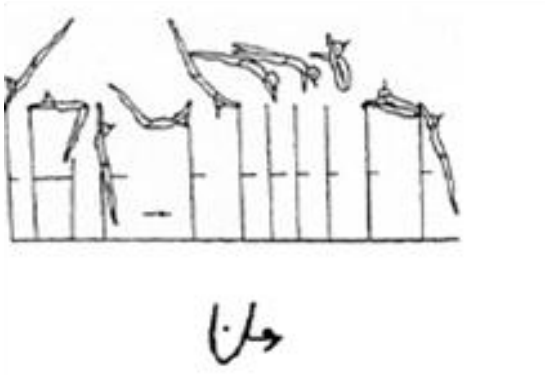


C 3.307 Retrait ATR

# EC 2 : Envol à la même barre

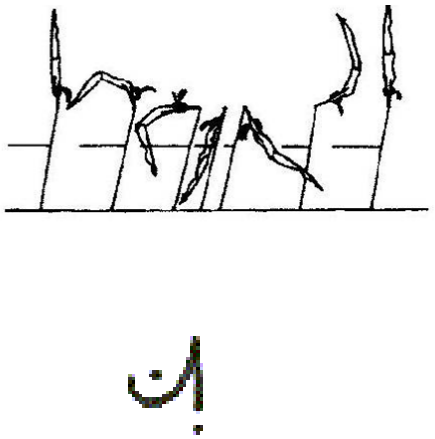


D 3.405 Salto Gienger

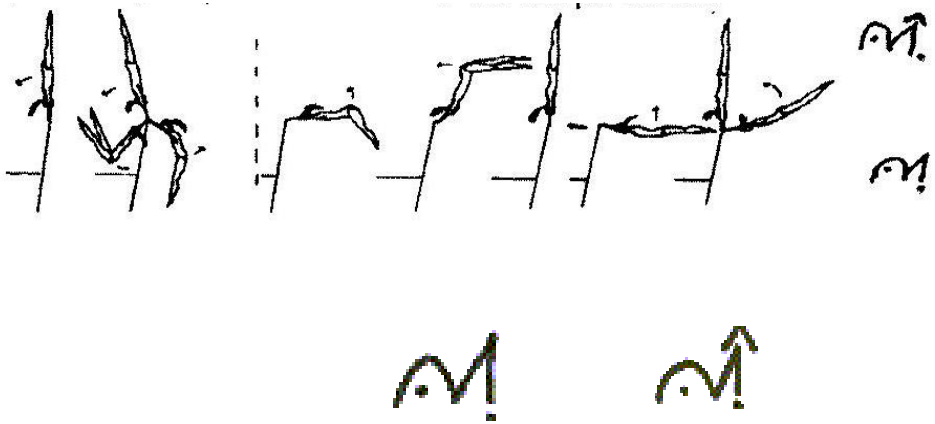


D 3.403 Tkatchev

# EC 3 : Prises différentes



B 3.201 Soleil

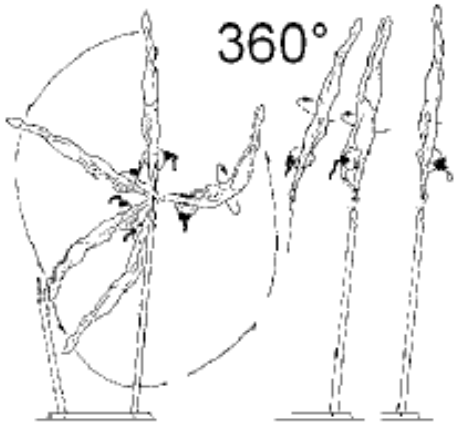


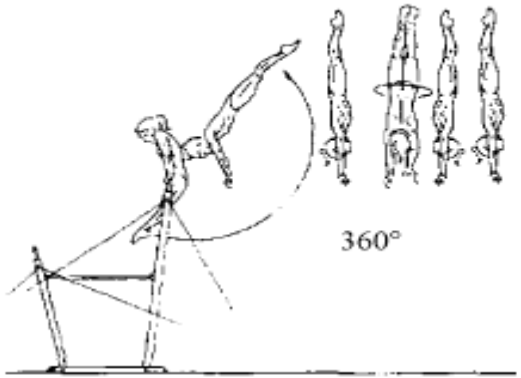
B 3.206 Lune corps tendu ou Carpé

**ATTENTION** : sauf prise d'élan, entrées et sorties

# EC 4 : Elément sans envol avec 1 tour

**Sauf entrée et sortie**




C 3.301 Soleil + 1 Tour

C 2.301 ATR avec 1 Tour

# EC 5 : Sorties

1) Pas de sortie, sortie A ou B 0.00 pt attribué

2) Sortie C 0.30 pt attribué

3) Sortie D ou + difficile 0.50pt attribué

# Aménagement FSCF

| | |
|---|---|
| 1) Pas de sortie, sortie A | 0.00 pt attribué |
| 2) Sortie B | 0.30 pt attribué |
| 3) Sortie C ou + difficile | 0.50pt attribué |

# Valeur de Liaison (VL)

- La valeur de liaison est incluse dans la note D.
- Elle peut être obtenue pour des liaisons directes.

| 0.10 | 0.20 |
|---|---|
| ⚠ | D (envol à la même barre ou de BI à BS) + C ou plus difficile (*sur BS* et doit être exécuté dans cet ordre) |
| D + D ou plus difficile | D + E (tous les deux avec envol) |

- Remarque : les éléments C/D doivent avoir un envol ou au minimum un ½ tour (180°)

# Valeur de Liaison (VL)

a) Un élément peut être exécuté 2 fois dans la même liaison directe et obtenir la VL mais il ne peut **PAS** être comptabilisé une 2ème fois comme VD.

b) Pour les éléments avec envol, l'envol doit être visible

- ✓ De BS à BI (ou inversement)
- ✓ Avec contre mouvement avec envol (par-dessus la barre), franchissement, poisson ou salto suivi de reprise à la même barre ou l'autre barre
- ✓ Exécutés en sortie

- Les changements de prises en sautant ne sont pas des éléments avec envol.

# Déductions pour la composition

| Fautes par le Jury E | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|---|---|---|
| - Elan à vide | | X | |
| - Sauter de BI à BS (changement de Barres sans élément)<br>- Suspension BS poser les pieds sur BI , saisir BI | | | X<br>X |
| - Plus de 2 éléments identiques liés directement avec la sortie | X | | |

# Déductions pour la composition

## Aménagement FSCF

| Fautes par le Jury E | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|---|---|---|
| Suppression de la pénalité « Elan à vide » | | | |
| - Sauter de BI à BS (changement de Barres sans élément)<br>- Suspension BS poser les pieds sur BI , saisir BI | | | X<br>X |
| - Plus de 2 éléments identiques liés directement avec la sortie | X | | |

# Déductions spécifiques

| Fautes par le Jury E | 0.10 | 0.30 | 0.50 ou + |
|---|---|---|---|
| - Ajustement des prises | X | | |
| - Frôler l'agrès avec les pieds | | X | |
| - Frôler le tapis | | | 0,50 |
| - Heurter l'agrès avec les pieds | | | 0,50 |
| - Heurter le tapis avec les pieds (chute) | | | 1,00 |
| - Mouvement non caractéristique (éléments avec impulsion 2 pieds ou cuisses) | | | 0,50 Ch.f |
| - Mauvais rythme dans les éléments | X | | |
| - Hauteur insuffisante dans les éléments avec envol | X | X | |
| - Sous rotation pour les éléments avec envol | X | | |

# Déductions spécifiques (Suite)

| Fautes par le Jury E | 0.10 | 0.30 | 0.50 ou + |
|---|---|---|---|
| - Fermeture excessive de l'angle du bassin dans le fouetté (sortie) | X | X | |
| - Extension insuffisante dans les bascules | X | | |
| - Elan intermédiaire | | | 0,50 |
| - Angles à la fin des éléments | X | X | X |
| *Amplitudes*<br>➢Elan en Av et en Ar sous l'horizontale<br>➢Prises d'élan | <br>X<br>X | <br><br>X | |
| - Pas de tentative de sortie | | | 0,50 |

# Sortie

Si, lors d'une chute à la sortie, le salto n'est pas commencé (pas de début de rotation) (pieds mains salto avant sans début de salto)

OU

S'il n'y a pas de tentative de sortie du tout (réception sur les pieds ou chute après réception sur les pieds) ou sortie ne faisant pas partie du tableau des difficultés (sortie filée)

- ✓Pas d'EC
- ✓Pas de VD- 7 éléments seulement sont comptés (Jury D)
- ✓0,50 pas de tentative de sortie (Jury E)
- ✓Chute 1,00 Pt ou déductions pour fautes de réception si il n'y a pas de chute (Jury E)

# Sortie (suite)

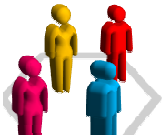
Si, lors d'une chute à la sortie, le salto est commencé (Pieds mains salto Av sans arriver sur les pieds d'abord) :

- ✓Pas d'EC
- ✓Pas de VD- 7 éléments seulement sont comptés (Jury D)
- ✓Chute 1,00 Pt (Jury E)

# Précisions

*Elan à vide* : élan avant ou arrière sans exécuter d'élément contenu dans le tableau des difficultés, suivi d'un élan dans l'autre direction. Si un élan à vide n'atteint pas l'horizontale 0.10 pt de pénalité.

*Elan intermédiaire* : reprise d'élan de l'appui facial et/ou grand élan qui n'est pas nécessaire à l'exécution de l'élément suivant. Une seule fois la pénalité par élément.



# Technique – Reconnaissance des éléments

**<u>Prises d'élans à l'Appui Tendu Renversé</u>**

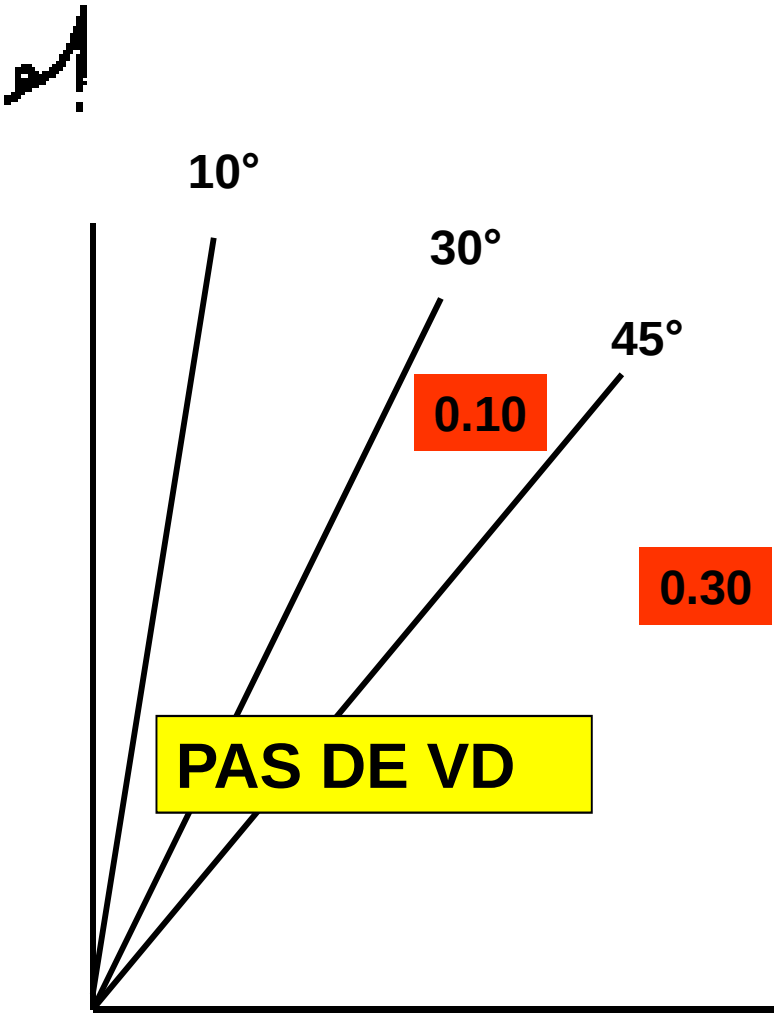
**L'ATR** est considéré comme réalisé quand toutes les parties du corps sont à la verticale.

**Jury D :** si terminé

- dans les 10° par rapport à la verticale
  - VD attribuée
- > 10°
  - pas de VD

**Jury E :**

- > 10° - 30° pas de déduction
- > 30° - 45° – 0.10 pt
- > 45° – 0,30 pt



# Technique – Reconnaissance des éléments
# 1er CAS

**<u>Élans – éléments avec rotations qui :</u>**

- n’atteignent pas l’ATR
- ne passent pas par la verticale
- continuent le mouvement après la rotation dans la direction opposée

Ce sont tous les passements filés 180°, stalder 180°, pieds-mains ATR 180°

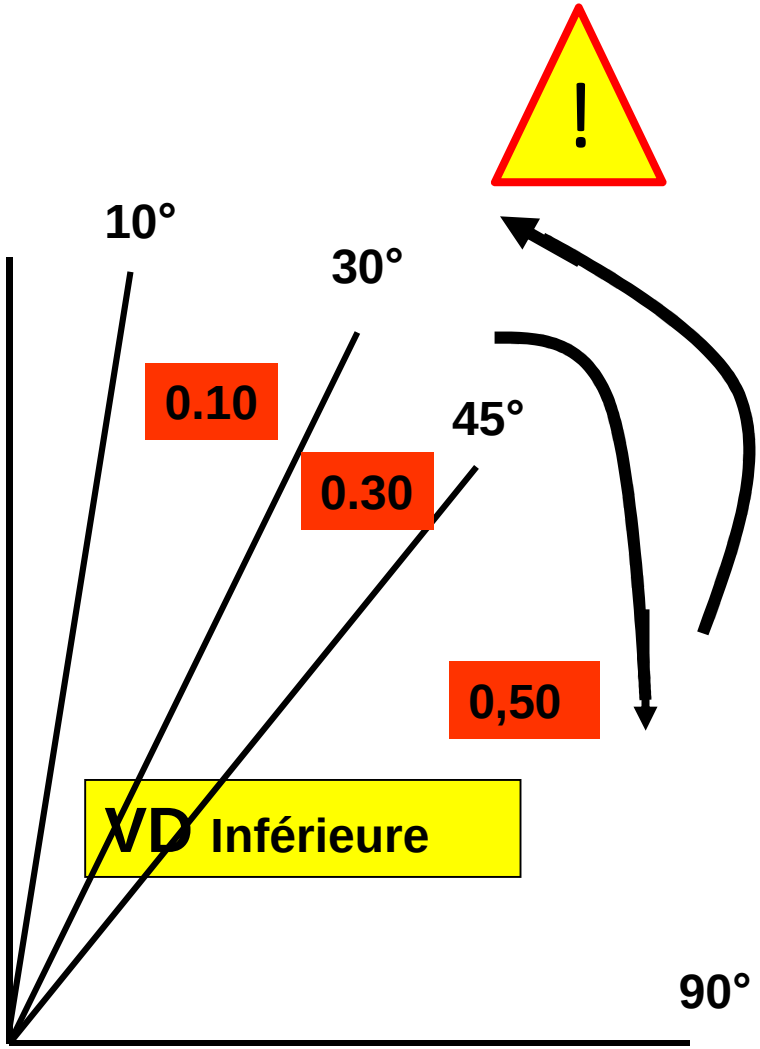
# Technique – Reconnaissance des éléments

**Jury D :**

- > 10° 1 VD inférieure à l'élément à l'ATR est attribuée

**Jury E :**

- > 10° - 30° – 0.10 pt
- > 30° - 45° – 0.30 pt
- > 45° – 0.50 pt



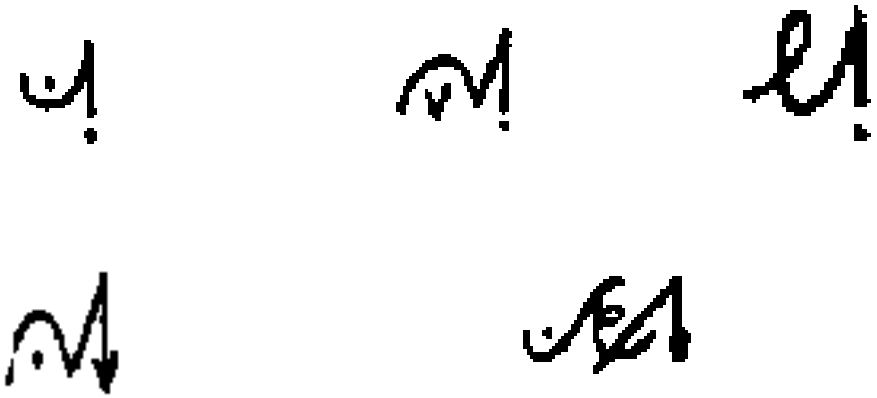
# Technique – Reconnaissance des éléments
# 2ème CAS

**<u>Éléments circulaires sans rotation et éléments avec envol de BS à l'ATR BI</u>**

Ce sont tous les tours sans rotation (soleil, lune, passe-filée, stalder…)

**ET**

Les éléments avec envol à BI à l'ATR (retrait, shoushounova)



# Technique – Reconnaissance des éléments

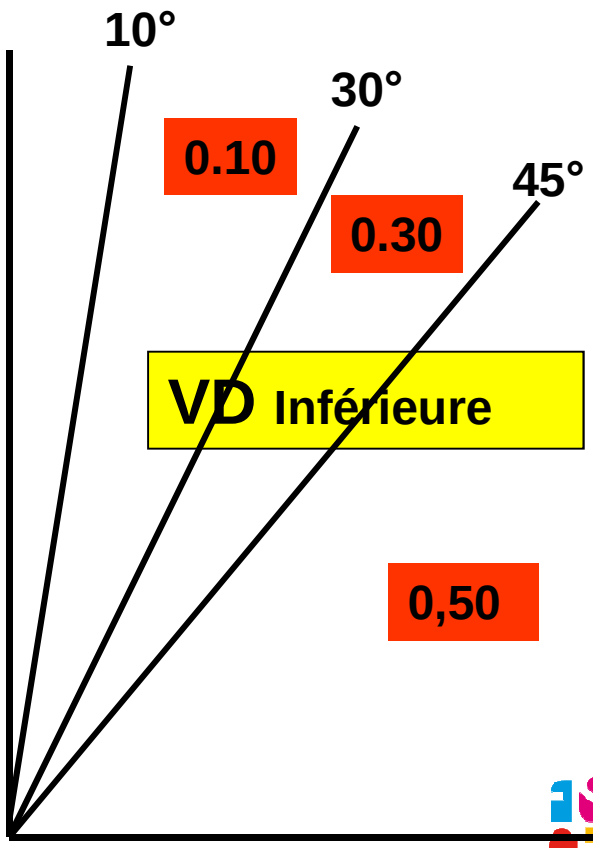
Si ATR terminé :

**Jury D :**

- dans les 10° - VD attribuée
- - >10° 1 VD inférieure

**Jury E :**

- - 10° - 30° – 0.10 pt
- - > 30° - 45° – 0.30 pt
- - > 45° – 0.50 pt




**ATTENTION : il n'y a pas de dévaluation pour le soleil et la lune**

# Technique – Reconnaissance des éléments
# 3ème CAS

**<u>Éléments circulaires avec rotations longitudinales terminées à l'ATR et prises d'élans avec rotation terminées à l'ATR</u>**

Ce sont tous les éléments avec une rotation de 360°, 540° ou plus et les ATR ½ tour

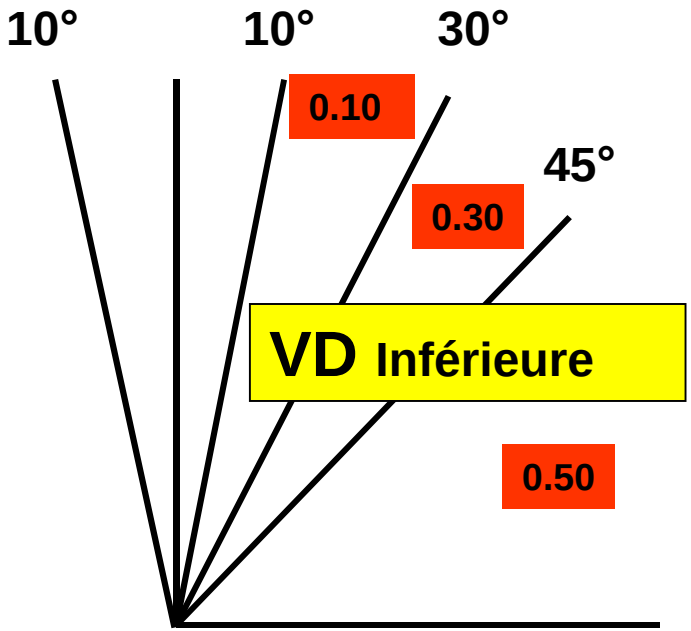
# Technique – Reconnaissance des éléments

**Jury D :**

Si ATR terminé dans les 10° (de chaque côté) et ensuite rotation - VD attribuée

**Jury E :**

- > 10° - 30° – 0.10 pt
- > 30° - 45° – 0.30 pt
- > 45° – 0.50 pt



# Technique – Reconnaissance des éléments
## Aménagement FSCF

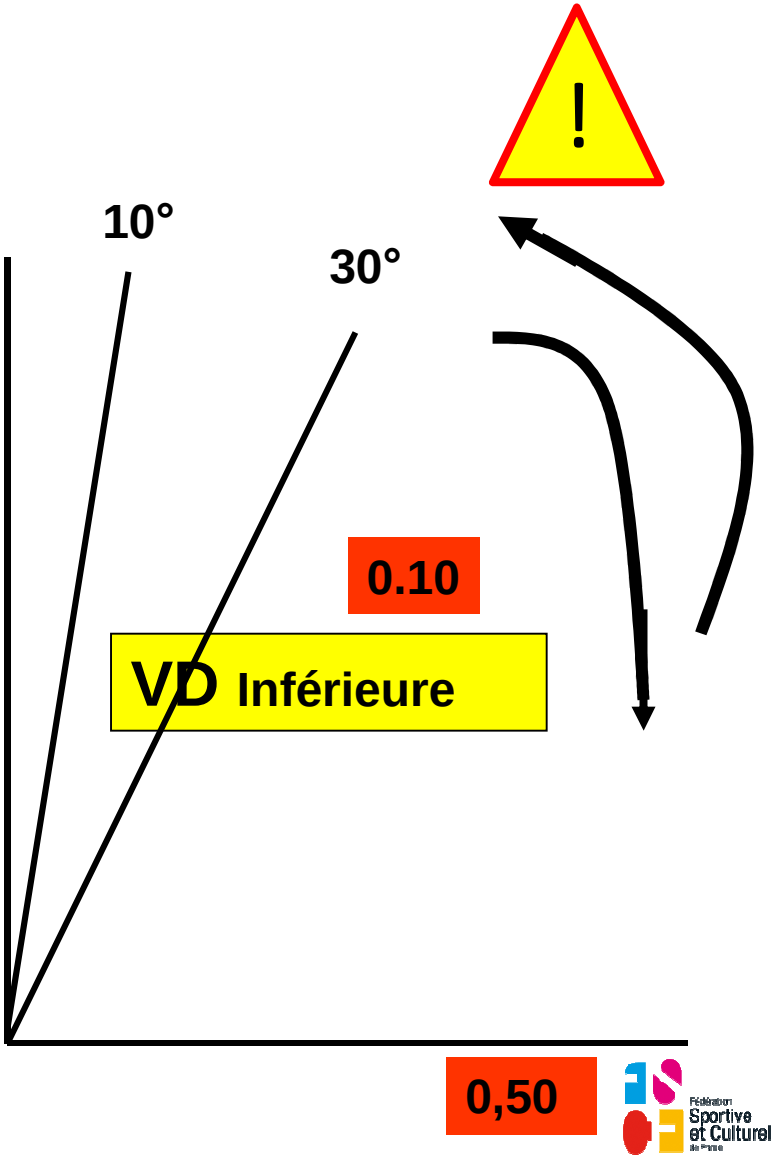
**<u>Pour les 3 cas ci-dessus</u>**

**Jury D :**

- > 10° 1 VD inférieure à l'élément à l'ATR est attribuée

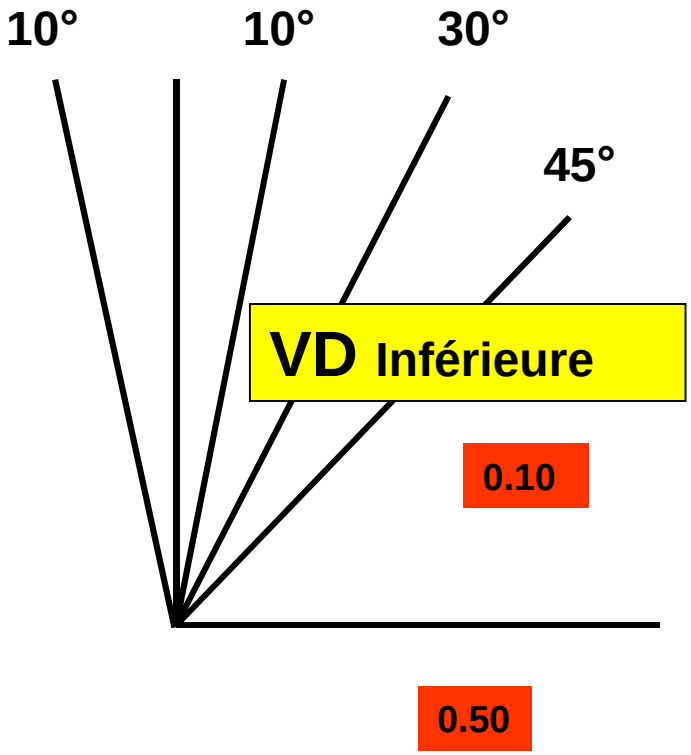
**Jury E :**

- 0° - 30° – Pas de pénalité
- > 30° - 90° – 0.10 pt
- > 90° – 0.50 pt



# Aménagement FSCF

Pour les éléments circulaires sans rotation et les éléments avec envol de BS à l'ATR sur BI, si l'ATR se termine dans les 10° **de chaque côté de la verticale** la VD sera attribuée

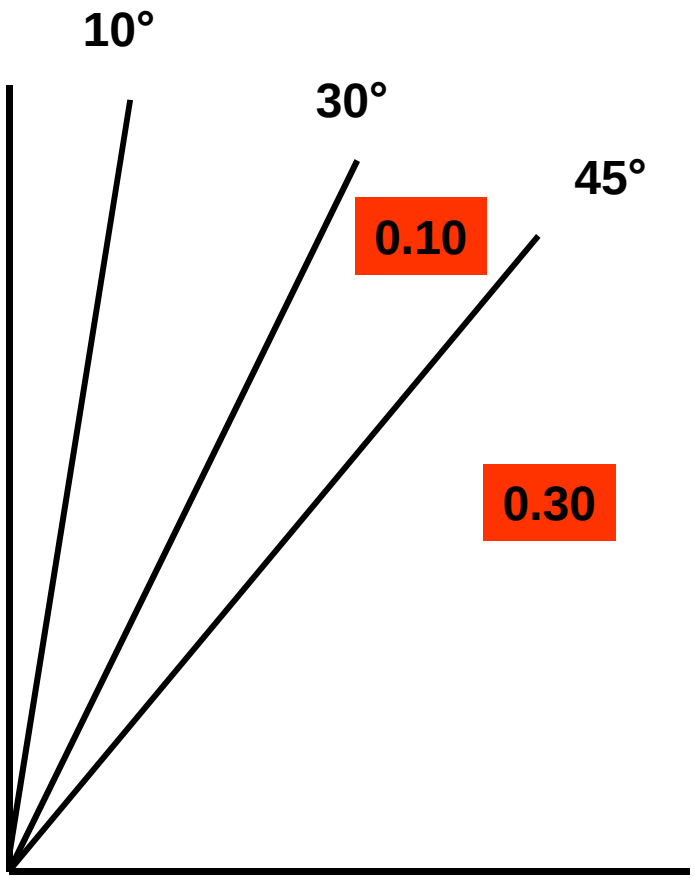


# Technique – Reconnaissance des éléments

**<u>Pour Salto Pak : 3.404</u>**

**Jury E :**

- o - 10° - 30° – Pas de déduction
- o - > 30°- 45° – 0.10 pt
- o - > 45° – 0,30 Pt



# Spécificités de pénalité

Il n'y a pas de cumul de pénalité de fautes de **jambes fléchies** avec une autre pénalité quand cette dernière est plus élevée.

***Exemples :***

- Elan intermédiaire + jambes fléchies = 0,50 pt maxi
- Jambes fléchies et écartées 0,50 pt maxi
- Heurter la barre + chute 1,00 pt
- Heurter le sol + jambes fléchies 1,00 pt

ATTENTION : la pose de pieds (sans élan à l'ATR avant) sera pénalisée de 0,30 pt pour la prise d'élan et 0,50 pt pour changement de barres sans élément

**Autres spécificités :**

- Elan intermédiaire + traction enroulé + double reprise d'élan = 0,50 pt + 0,50 pt
- Pas de chute sur l'agrès en Barres

# Nouveaux Eléments

- Tour d'appui Avant 2.104

- Elan circulaire libre Av , prises cubitales 4.103