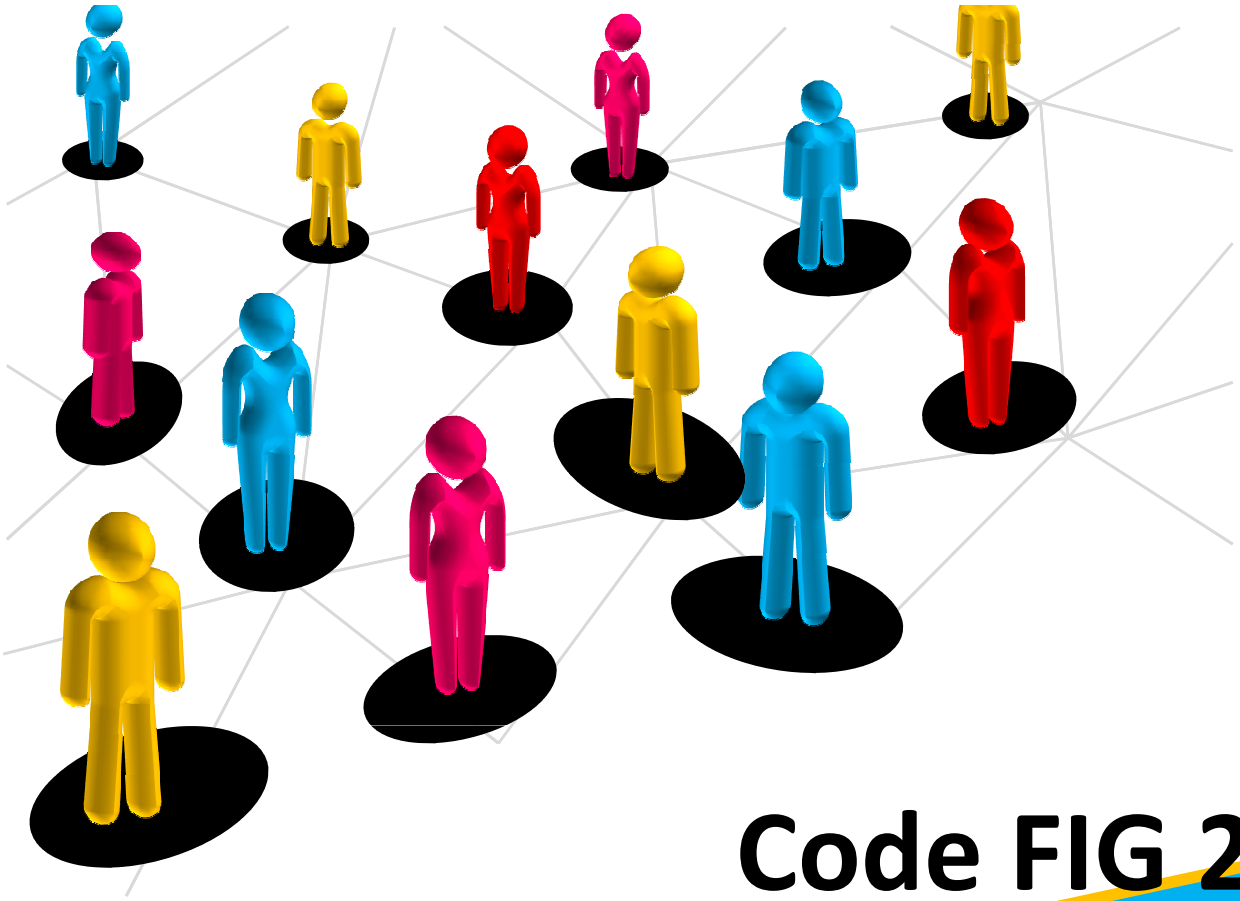


Code FIG 2013

Poutre - CNGF Septembre 2013

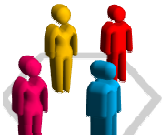
Fédération Sportive et Culturelle de France

Artistique

Nouvelle façon d'appréhender la notation d'un mouvement , nous parlons de ***performance artistique.***

- Créativité
- Assurance
- Style personnel
- Technique parfaite

Ce n'est pas ***« ce que »*** la gymnaste exécute mais ***« comment »*** elle exécute

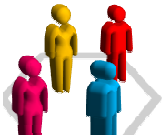


Artistique

Composition & chorégraphie :

- Acrobatiques et gymniques
- Changements de niveau : près et loin de la poutre
- Changements de direction : Av, Arr. et Lat.
- Rythme différent : lent et rapide
- Créativité ou originalité

C'est ce qu'elle exécute.



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 ou la poutre :

- Déduction de 1,00 Pt
- Elle doit commencer son exercice.
- L'entrée ne recevra pas de valeur.
- Une déduction pour « entrée n'entrant pas dans le tableau des difficultés » sera appliquée.

Un 2ème essai est autorisé pour l'entrée (avec déduction de 1,00 Pt) si la gymnaste n'a pas touché le tremplin ou la poutre.

Le jury D appliquera la déduction sur la note finale.

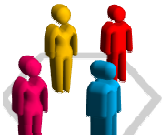
Aménagement FSCF

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

Un 3ème élan n'est pas autorisé.

Chronométrage

- La durée de l'exercice à la poutre ne doit pas dépasser 1mn30.
- Le jury D appliquera la déduction sur la note finale.
- Le chronomètre est déclenché quand la gymnaste prend appel sur le tremplin ou le tapis, il est arrêté dès que la gymnaste touche le tapis à la fin de l'exercice.
- 10 secondes avant la fin de l'exercice et à nouveau à la fin du temps maximum, un signal sonore avertit la gymnaste qu'elle doit terminer son exercice.
- Si la réception de la sortie est exécutée pendant le 2ème signal sonore, il n'y a pas de déduction.
- Si la réception de la sortie est exécutée après le 2ème signal sonore, une déduction pour dépassement de temps réglementaire est appliquée : 0.10 pt.
- Les éléments exécutés après la limite des 1mn30 seront reconnus par le Jury D et le Jury E.
- La déduction sera effectuée par le Jury D sur la Note Finale.



Fédération Sportive et Culturelle de France

Chronométrage

Une déduction pour dépassement du temps sera appliquée si la durée est supérieure à 1mn30.

Les éléments exécutés après la limite des 90 secondes seront reconnus par le jury D et jugés par le jury E.

Le chronométreur concerné par écrit le dépassement de temps au jury D qui applique la déduction sur la note.

Chronométrage (Chutes)

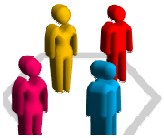
- Lors de l'interruption de l'exercice due à une chute de l'agrès un temps d'arrêt de 10 secondes est autorisé.
- Le chronométrage commence lorsque la gymnaste, après la chute, s'est relevée sur ses pieds
- La durée du temps de chute est chronométrée à part et n'entre pas dans le calcul du temps total de l'exercice.
- Le temps de chute se termine quand la gymnaste prend appel sur le tapis pour remonter sur la poutre.
- Le 1er chronométrage reprend lorsque la gymnaste est remontée sur la poutre et exécute son 1er mouvement pour continuer l'exercice.
- Si la gymnaste n'est pas remontée sur la poutre lorsque les 10 secondes sont écoulées, l'exercice est considéré comme terminé.

Contenu de l'exercice (VD)

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

- 5 Acrobaties au maximum
- 3 gymniques au minimum

A = 0.10 Pt	D = 0.40 Pt	G = 0.70 P
B = 0.20 Pt	E = 0.50 Pt	
C = 0.30 Pt	F = 0.60 P	



Fédération Sportive et Culturelle de France

Exigences de composition (EC)

1) Une liaison d'au moins 2 éléments gymniques différents dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral
2) Tour (Groupe 3)
3) Une série acrobatique de minimum 2 éléments avec envol avec ou sans appui des mains dont 1 salto (les éléments peuvent être identiques)
4) Eléments acrobatiques de direction différente (AV/LAT et ARR)
5) Pas de sortie A ou B — 0,00 pt attribué
   sortie C — 0.30 pt attribué
   sortie D ou + difficile — 0.50 pt attribué

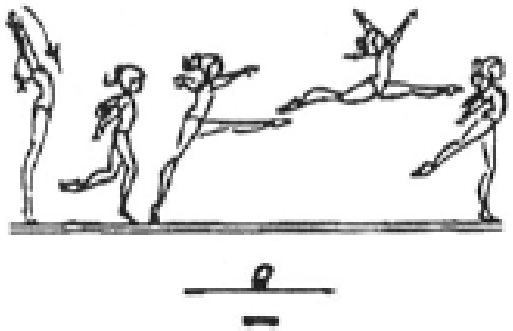
Attention : les roulés, ATR, maintiens ne peuvent pas remplir d'EC.

Les EC 1 et 4 doivent être exécutées sur poutre.

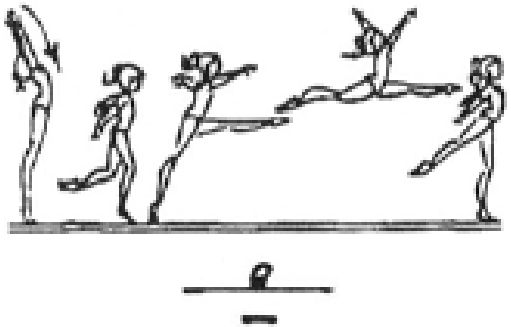
Les roulades, appui tendu renversé et maintiens ne peuvent pas remplir les EC.

EC 1

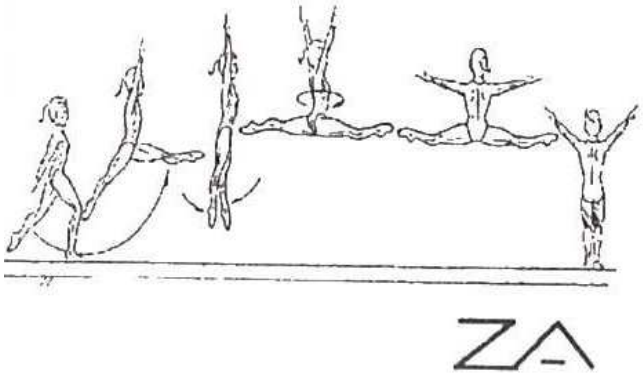
Une liaison d'au moins 2 éléments gymniques différents dont un saut avec un écart de 180° (transversal ou latéral) ou écarté latéral

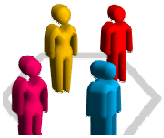


+



+

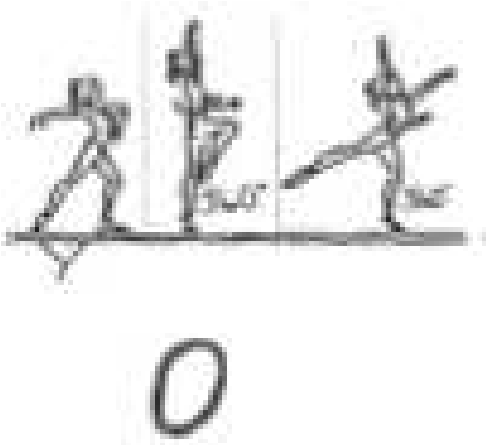




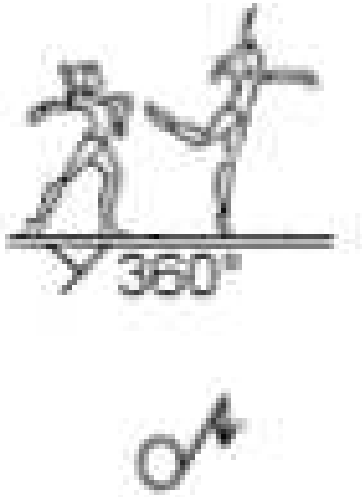
Fédération Sportive et Culturelle de France

EC N° 2

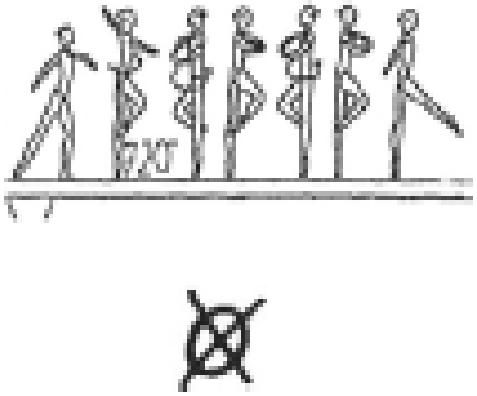
Tour (élément du groupe 3 du tableau des difficultés)



A 3.101

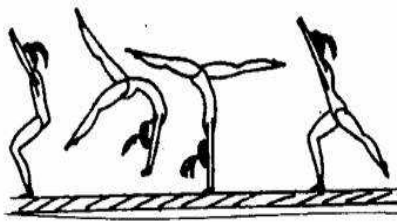


C 3.302

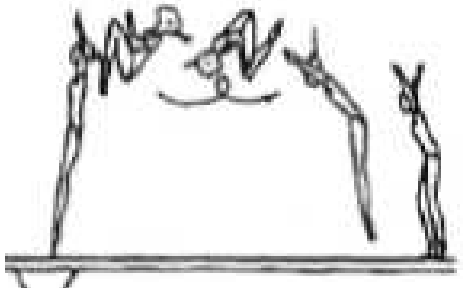


D 3.401

EC N° 3
1 série acro dont 1 salto

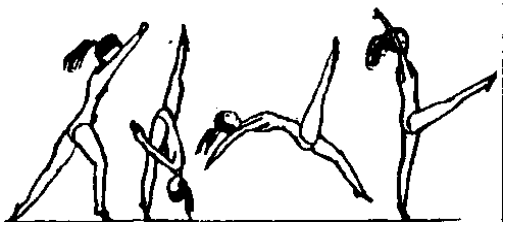


+

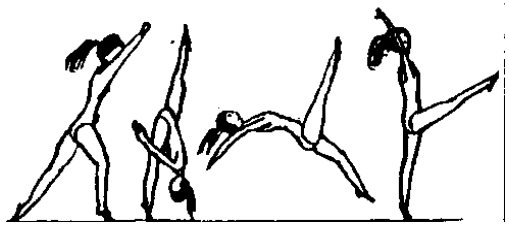


B 5.205 Flip

C 5.313 salto Ar Gr



+



D 5.410 Renversement Av libre

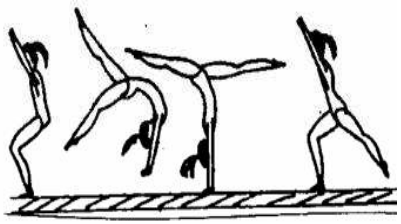
D 5.410 Renversement Av libre

EC N° 3
Aménagements FSCF

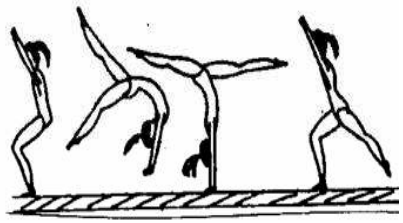
Une série acrobatique d'au moins 2 éléments identiques ou différents :

a) Avec envol avec ou sans appui des mains 0,30 pt

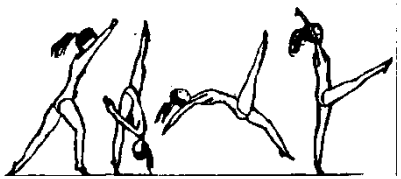
b) Avec envol et avec ou sans appui des mains dont un salto 0,50 pt



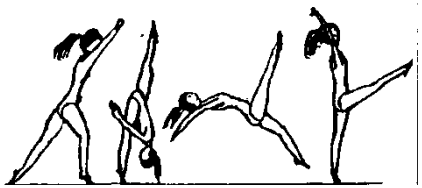
B 5.205 Flip



B 5.205 Flip



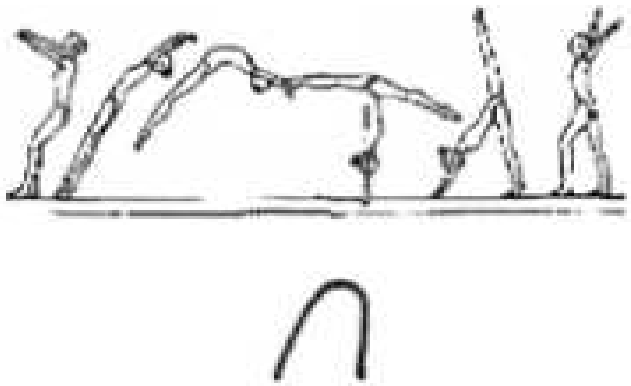
D 5.410 Renversement Av libre



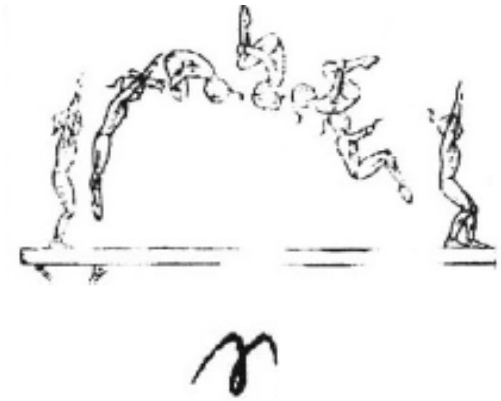
D 5.410 Renversement Av libre

EC N° 4

Éléments acrobatiques de direction différente (AV/LAT et ARR)



B 5.205 Flip



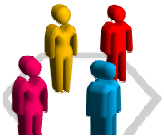
D 5.411 Salto Av Gr

EC N° 5
Sortie

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

2) Sortie C 0.30 pt attribué

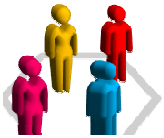
3) Sortie D ou + difficile 0.50pt attribué



Fédération Sportive et Culturelle de France

EC 5
Aménagements FSCF

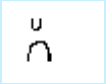
1) Pas de sortie, sortie A	0.00 pt attribué
2) Sortie B	0.30 pt attribué
3) Sortie C ou + difficile	0.50 pt attribué



Valeur de Liaison (VL) et Bonus Séries (BS)

a) La valeur de liaison peut être obtenue pour des liaisons directes
b) Les VL et les bonus séries (BS) sont inclus dans la note D
c) Les bonus séries sont obtenus pour une liaison de 3 éléments acro ou +

Principe pour les liaisons directes :

Acrobatiques	
2 éléments acrobatiques avec envol, sauf la sortie. **Toutes les liaisons directes doivent être avec rebond sauf si précisé**	
0,10	**0,20**
C/D + D (ou plus) (sans rebond) **en direction avant seulement**  **C + D** **C + C** **B + E**	**C/D + D (ou plus)** **+** **B + D (en avant seulement)** **+** **B + F** **+**

Valeurs de Liaison (VL) et Bonus Série (BS)

Les liaisons de 3 ou plus éléments acrobatiques (avec ou sans rebond) y compris l'entrée et la sortie (mini C), « un bonus série » de 0,10 pt sera attribué

- A partir de B + B + C (n'importe quel ordre)
- En plus des VL pour les principes ci-dessus
- Le même élément (avec/sans envol) peut être répété dans la même liaison pour recevoir le BS

Exemple 1 : B + B + C

OU : D + B + C

Exemple 2 : C + C + C

sur poutre

Valeur de Liaison (VL)

Eléments gymniques et mixtes (éléments acrobatiques avec envol seulement) sauf la sortie	
0,10	**0,20**
C + C ou plus **A + C (tours seulement)** **D (salto) + A (gymnique)** **Salto D sur 1 pied + planche A** **(Dans cet ordre, pas de pas autorisé)**	**D + D ou plus**
Remarque : **Les tours peuvent être exécutés sur la même jambe d'appui ou avec 1 pas pour tourner sur la jambe opposée (bref demi-plié sur un ou deux pieds autorisés)**	

Valeur de Liaison (VL)

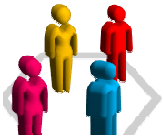
Précisions : Les éléments acrobatiques B avec envol et appui des mains suivants :

- Flic flac jambes serrées
- Flic flac jambes décalées
- Flic flac Auerbach
- Rondades
- Renversement

peuvent être exécutés une 2ème fois dans l'exercice, obtenir la VL et le BS mais ne peuvent pas être exécutés une 2ème fois pour l'EC ni pour la VD.

Déductions pour artistique et chorégraphie

Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
Exécution artistique			
- Exécution artistique insuffisante pendant tout l'exercice y compris :	X		
▪ Assurance	X		
▪ Style personnel			
- Rythme et tempo :			
▪ Variation du rythme et tempo insuffisante dans les mouvements (sans VD)	X		
▪ Exécution de tout l'exercice avec des séries d'éléments et mouvements discontinus	X		



Déductions pour artistique et chorégraphie

Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
Composition et chorégraphie			
- Manque de créativité dans les mouvements et transition	X		
- Manque de mouvements latéraux (sans VD)	X		
- Utilisation insuffisante de tout l'agrès :			
▪ Utilisation insuffisante de toute la longueur de la poutre	X		
▪ Absence de combinaison de mouvements/éléments proche de la poutre avec une partie du buste (y compris les cuisses et/ou de la tête) en contact avec la poutre	X		
- Entrée pas dans le tableau	X		
- Plus d'un ½ tour sur les 2 pieds jambes tendues	X		

Déductions spécifiques

Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
- Mauvais rythme dans les liaisons (avec VD)	X		
- Pause (2sec.) préparation excessive avant un élément - Elan des bras excessif avant les éléments gymniques	X Ch.f X Ch.f		
- Mauvaise tenue du corps pendant l'exercice * Tenue du corps, position de la tête * Pointes de pieds non tendues(relâchées) pieds en dedans * Amplitude (allongement maximum des mouvements)	 X X X		

Déductions spécifiques

Fautes par le Jury E	0.10	0.30	0.50
- Appui supplémentaire d'une jambe sur le côté de la poutre		X	
- Non respect des exigences techniques de l'élément par un appui supplémentaire		X	
- S'accrocher à la poutre pour éviter une chute			X
- Mouvements supplémentaires pour maintenir l'équilibre	X	X	X
- Pas de tentative de sortie			X

Sortie

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

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 non codifié

- ✓ Pas d'EC (jury D)
- ✓ 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

Si, lors d'une chute à la sortie, le salto est commencé (début de salto en sortie, chute sans arriver sur les pieds) :

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

Remarques

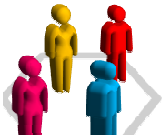
<u>Chutes</u> – Les éléments acrobatiques et gymniques doivent revenir sur la poutre avec les pieds ou le buste pour attribuer la VD.

- <u>Avec</u> réception sur un ou deux pieds ou selon la position demandée sur la poutre. La VD est attribuée.
- <u>Sans</u> réception sur un ou deux pieds ou selon la position demandée sur la poutre. La VD n'est **pas attribuée** (l'élément peut être à nouveau exécuté pour recevoir la VD)

<u>Entrées</u>

- Un seul élément acrobatique peut être exécuté avant l'entrée.

- Les entrées (roulades, ATR et maintiens) peuvent être exécutées dans l'exercice mais ne reçoivent qu'une seule fois la valeur de l'élément (même élément).



Fédération Sportive et Culturelle de France

Remarques

Maintiens

- Les ATR sans rotation et les éléments avec maintien doivent être tenus 2 secondes lorsque c'est précisé dans le tableau des difficultés pour obtenir la VD.

- Si l'élément n'est pas tenu 2 secondes et n'apparaît pas comme autre élément dans le code, il reçoit la VD inférieure. (Les ATR doivent être terminés)

- Pour obtenir l'EC ou la VL et le BS, les éléments acrobatiques de maintien (avec envol) peuvent être utilisés comme dernier élément dans une série acrobatique ou mixte.

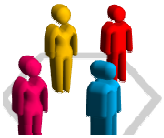
Remarques

- Le Twist est une rotation Av.

- La cloche : au bénéfice de la gym pour la rotation Av ou Arr.

Eléments nouveaux ou modifiés

- En entrée le salto avant groupé redevient D
- Saut grand jeté pied tête deviennent D
- La roulade avant sans mains devient B



Fédération Sportive et Culturelle de France